

MARIA ISABEL GOMES BRANCO SOARES DE AZEVEDO

**VINCULAÇÃO EM CASAIS ADULTOS
E SUA RELAÇÃO COM OS RESPETIVOS
ESTILOS DE VINCULAÇÃO PARENTAL**

Orientador: Doutora Joana Brites Rosa

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2013

MARIA ISABEL GOMES BRANCO SOARES DE AZEVEDO

**VINCULAÇÃO EM CASAIS ADULTOS
E SUA RELAÇÃO COM OS RESPETIVOS
ESTILOS DE VINCULAÇÃO PARENTAL**

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

Orientador: Professora Doutora Joana Brites

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2013

The most precious gift we can offer anyone is our attention. When mindfulness embraces those we love, they will bloom like flowers.

Thich Nhat Hanh, Mestre da Escola Budista Zen.

Agradecimentos

O meu primeiro agradecimento é dirigido à comunidade científica, particularmente aos investigadores que partilharam com o mundo os seus estudos sobre a vinculação - sem eles, teria chegado até aqui? - e também uma sentida gratidão aos participantes deste estudo, que assim o tornaram possível.

Em segundo lugar, agradeço à Professora Doutora Joana Brites Rosa, não só pela mestria da sua orientação, mas também pela disponibilidade, apoio e inúmeras qualidades humanas.

Agradeço também à «minha» universidade, nomeadamente aos professores que inspiraram a minha trajetória. Jamais os esquecerei.

À minha família, particularmente ao meu marido e filhos: ao Tó, um eterno agradecimento por ser o mais vivo exemplo de porto seguro e base segura. Ao Bernardo e ao Pedro, obrigada por terem compreendido a minha devoção a este trabalho e desculpem por ter estado menos disponível durante tanto tempo...

À minha mãe e à memória do meu pai, a quem devo a vida e com quem aprendi o amor.

À Paula, minha irmã gémea e também gémea de alma, por tornares a nossa relação indescritível e incomparável!

Resumo

O objetivo do presente estudo consistiu em analisar as relações entre a vinculação parental e amorosa, de acordo com a teoria da vinculação e os autores investigados. Adicionalmente, fomos explorar as associações entre aquelas dimensões com a satisfação conjugal e a satisfação com a vida.

A amostra envolveu 340 participantes correspondendo a 170 casais adultos heterossexuais, com mediana de 18,5 anos de vida em comum e média de idades de 47,72 (DP = 11,153) dos homens e 46,08 anos (DP = 9,976) das mulheres. Os dados foram recolhidos por várias medidas constituídas por variáveis sociodemográficas, pelo «Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe» - QVPM, Versão IV (Matos & Costa, 2001a), «Questionário de Vinculação Amorosa» - QVA - Versão III (Matos & Costa, 2001b), «Relationship Assessment Scale» - RAS (Hendrick, Dicke & Hendrick, 1998) e «Satisfaction With Life Scale» - SWLS (Diener, Emmons, Larson & Griffin, 1985). Como metodologia, utilizámos um desenho correlacional de tipo transversal.

Como principais resultados, salientamos a existência de associações positivas entre a vinculação segura parental e amorosa, e a maior força de associação foi encontrada entre a vinculação segura amorosa, a satisfação conjugal e a satisfação com a vida, dados consistentes com a teoria da vinculação e a literatura.

São apresentadas sugestões de estudos futuros para ampliar o conhecimento da vinculação em adultos maduros na realidade portuguesa.

Palavras-chave: vinculação parental, vinculação amorosa, satisfação.

Abstract

The main aim of this study was to examine the relations between parental and adult romantic attachments, according to attachment theory and to literature reviews. Additionally, we investigated associations between those dimensions and marital satisfaction and life satisfaction. We present a sample of 340 people corresponding to 170 heterosexual couples, with median marital experience of 18,5 years and an average age of 47,72 (SD = 11,153) for men and 46,08 (SD = 9,976) for women.

As assessment techniques, we have used a correlate cross design. Research data was drawn from a self-report questionnaire, using the following measures: sociodemographic data, «Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe – QVPM», Version IV (Matos & Costa, 2001a), «Questionário de Vinculação Amorosa – QVA», Version III (Matos & Costa, 2001b), «Relationship Assessment Scale – RAS» (Hendrick, Dicke & Hendrick, 1998) and «Satisfaction With Life Scale – SWLS» (Diener, Emmons, Larson & Griffin, 1985).

Our principal findings showed positive associations between parental secure attachment and romantic secure attachment, and the greatest strength of association was found between romantic secure attachment, marital satisfaction and life satisfaction, which are broadly in line with attachment theory and literature data.

We suggest further research for a more complete understanding of attachment in Portuguese mature adults.

Key-words: parental attachment, romantic attachment, satisfaction.

Lista de Abreviaturas

AAI	Adult Attachment Interview
AAS	Adult Attachment Scale
ANOVA	Analysis of Variance
APA	American Psychological Association
ASD	Ansiedade de Separação e Dependência
ASQ	Attachment Style Questionnaire
DAS	Dyadic Adjustment Scale
EFT	Emotionally Focused Couples Therapy
EVA	Escala de Vinculação do Adulto
IBM®	International Business Machines
IEI	Inibição da Exploração e Individualidade
INE	Instituto Nacional de Estatística
INE – DGPJ/MJ	Instituto Nacional de Estatística – Direção Geral da Política de Justiça
IPPA	Inventory of Parent and Peer Attachment
ONE-WAY ANOVA	Análise de variância com um fator
QLE	Qualidade do Laço Emocional
QVA	Questionário de Vinculação Amorosa
QVPM	Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe
RAS	Relationship Assessment Scale
RQ	Relationship Questionnaire
SPSS®	Statistical Package for Social Sciences
SWLS	Satisfaction With Life Scale

ÍNDICE GERAL

Resumo	5
Abstract.....	6
Lista de Abreviaturas.....	7
INTRODUÇÃO	14
CAPÍTULO I - TEORIA DA VINCULAÇÃO.....	18
1.1.Contexto histórico e científico da Teoria da Vinculação	18
1.2. John Bowlby.....	18
1.3. Mary Ainsworth.....	21
1.4. A vertente transcultural da Vinculação na Infância.....	23
1.5. Contribuições interdisciplinares para a Teoria da Vinculação	24
1.5.1. A Psicanálise: aproximações e desvios.....	24
1.5.2. A influência da Teoria Evolucionista.....	25
1.5.3. A Influência da Teoria do Desenvolvimento	26
1.5.4. A Influência Etológica.....	27
1.5.5. Outras influências: teorias sistémicas, cibernéticas e cognitivas.....	28
1.6. Principais conceitos-base da Teoria da Vinculação	29
1.6.1. Proximidade, Porto Seguro e Base Segura	29
1.6.2. «Caregiving»: prestação de cuidados físicos e afetivos	30
1.6.3. Modelos Internos Dinâmicos: as representações do self, dos outros e do mundo.....	30
1.6.4. A natureza do laço afetivo na vinculação	31
1.7. Distinção entre relações e relações de vinculação	31
1.8. Proposições da Teoria da Vinculação	32
1.9. Síntese	32
CAPÍTULO II - VINCULAÇÃO PARENTAL.....	34
2.1. Vinculação como sistema comportamental.....	34
2.1.1. Princípios básicos do sistema de vinculação	34
2.1.2. Os sistemas comportamentais na vinculação infantil	34
2.1.3. Fases de desenvolvimento da vinculação na infância	35
2.2. O papel dos modelos internos dinâmicos na vinculação	37
2.3. Avaliação da Vinculação Parental na Infância	38
2.3.1. A Situação Estranha.....	38
2.3.2. Breve apontamento sobre a Vinculação ao Pai.....	40

2.3.3. Estudos de avaliação da Vinculação Parental na Infância	41
2.4. Avaliação da Vinculação Parental na Idade Adulta.....	42
2.4.1. Abordagens conceptuais de avaliação das diferenças individuais.....	42
2.4.2. O instrumento «Adult Attachment Interview» (AAI).....	43
2.4.3. Contribuição de Portugal na avaliação da vinculação	46
2.5. Transmissão intergeracional da parentalidade	50
2.6. Estudos de avaliação da Vinculação Parental em Adultos	51
2.6. Síntese	54
CAPÍTULO III – VINCULAÇÃO AMOROSA	56
3.1. O papel da atratividade na escolha do parceiro	56
3.2. As relações amorosas à luz da Teoria da Vinculação	58
3.2.1. Os sistemas comportamentais nas relações amorosas	58
3.3. Formação e fases de desenvolvimento das relações amorosas	61
3.4. Avaliação da Vinculação Amorosa	62
3.4.1. Modelo de Hazan e Shaver: vinculação segura, ansiosa/ambivalente e evitante	62
3.4.2. Modelo de Kim Bartholomew: as dimensões do self e do outro.....	64
3.4.3. Modelo bidimensional de Brennan, Clark e Shaver: ansiedade e evitamento.....	66
3.5. Estudos de avaliação da Vinculação Amorosa.....	67
3.6. Síntese	69
CAPÍTULO IV – SATISFAÇÃO COM A RELAÇÃO	71
4.1. Enquadramento conceptual da satisfação conjugal.....	71
4.2. As perspetivas de cada parceiro na satisfação conjugal.....	72
4.3. A Teoria da Vinculação na satisfação conjugal.....	73
4.4. A intimidade, a paixão e o compromisso na satisfação conjugal	74
4.5. Os filhos e o tempo na satisfação com a relação	76
4.6. Ligações entre religiosidade, satisfação na relação e vinculação	76
4.7. Vinculação, Relacionamentos extra-conjugais e Satisfação na Relação.....	77
4.8. Estudos de avaliação da Satisfação com a Relação	78
4.9. Síntese	80
CAPÍTULO V – SATISFAÇÃO COM A VIDA.....	82
5.1. Bem-Estar Subjetivo e Bem-Estar Psicológico	82
5.2. Relações entre Satisfação com a Vida e Satisfação com a Relação	85
5.3. Vinculação e Satisfação com a Vida	87
5.4. Revisão de Estudos.....	87
5.5. Síntese	88
CAPÍTULO VI – REVISÃO DE ESTUDOS	90

6.1. Objetivo e hipóteses	97
ESTUDO EMPÍRICO	100
1. Metodologia da Dissertação.....	101
1.1. Desenho da Investigação.....	101
1.2. Amostra.....	101
1.3. Medidas.....	104
1.3.1. Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM)	104
1.3.2. Questionário de Vinculação Amorosa (QVA).....	106
1.3.3. Relationship Assessment Scale (RAS)	108
1.3.4. Satisfaction With Life Scale (SWLS).....	109
1.4. Procedimentos.....	110
1.4.1. Procedimentos para a recolha de dados	110
1.4.2. Procedimentos para a análise e tratamento dos dados	111
1.4.3. Procedimentos Éticos	112
2- Apresentação dos Resultados	113
2.1. Diferenças de médias entre o sexo masculino e feminino	113
2.2. Relações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental.....	114
2.3. Relações entre Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida.....	116
2.4. Relações entre Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida	117
2.5. Relações entre a Vinculação Amorosa e os géneros.....	118
2.6. Diferenças de médias entre as variáveis em estudo, em função do Tipo de Relação.....	119
2.7. Diferenças de médias entre variáveis em estudo em função do Tempo de Relação.....	121
2.8. Diferenças de médias entre variáveis em estudo, em função dos Filhos.....	122
2.9. Diferenças de médias entre variáveis em estudo e a Escolaridade.....	123
3. Discussão de Resultados.....	124
3.1. Representações da Vinculação ao Pai e à Mãe.....	125
3.2. Representações da Vinculação Amorosa.....	127
3.3. Representações da Satisfação com a Relação e da Satisfação com a Vida	131
3.4. Relações entre Variáveis sociodemográficas e as dimensões em estudo.....	133
CONCLUSÃO	136
BIBLIOGRAFIA.....	139
ANEXO I.....	II
ANEXO II.....	III

ANEXO III.....IV

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1:	Diferenças entre os géneros para as variáveis sociodemográficas	102
Quadro 2:	Distribuição dos locais de residência.....	103
Quadro 3:	Profissões (Índice de Graffar).....	104
Quadro 4:	Diferenças entre os géneros para as variáveis em estudo	114
Quadro 5:	Correlações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental para o Sexo Masculino	115
Quadro 6:	Correlações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental para o Sexo Feminino.....	115
Quadro 7:	Correlações entre Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Masculino	116
Quadro 8:	Correlações entre Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Feminino.....	116
Quadro 9:	Correlações entre a Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Masculino.....	117
Quadro 10:	Correlações entre a Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Feminino	118
Quadro 11:	Correlações entre a Vinculação Amorosa para o Sexo Masculino e a Vinculação Amorosa para o Sexo Feminino	118
Quadro 12:	Diferenças de médias nas variáveis em estudo para o Sexo Masculino, em função dos Tipos de Relação	120
Quadro 13:	Diferenças de médias nas variáveis em estudo para o Sexo Feminino, em função dos Tipos de Relação.....	120

Quadro 14: Diferenças de médias na Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, para ambos os sexos, em função do Tempo da Relação	121
Quadro 15: Diferenças de médias na Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, para ambos os sexos, em relação à existência de Filhos na relação	122
Quadro 16: Diferenças de médias na Vinculação Parental e Vinculação Amorosa para o Sexo Masculino, em relação à Escolaridade	123
Quadro 17: Diferenças de médias na Vinculação Parental e Vinculação Amorosa para o Sexo Feminino, em relação à Escolaridade	124

INTRODUÇÃO

Ao longo das últimas décadas, os portugueses têm vindo a divorciar-se cada vez mais. Segundo os indicadores do INE – DGPJ/MJ de 2012, o número de divórcios, por 100 casamentos, foi de 12,9 em 1990, tendo subido dez anos depois para 30,0 e em 2011 atingiu a expressiva taxa de 74,2. Em relação à duração dos casamentos dissolvidos por divórcio, a tendência registada entre 1992 e 2001 foi de um crescimento acentuado dos divórcios em casamentos recentes (dos 0 aos 4 anos) tendo passado em termos relativos de 12,2% em 1992, para 18,3% em 2001, e o grupo quinquenal dos 5 aos 9 anos tinha continuado a ser maioritário no número de divórcios por duração do casamento, com uma taxa de 23,5% entre 1992 e 2001 (INE, 2001).

Perante estes dados, muitas questões se levantam sendo quase impossível não responder ao apelo de uma reflexão sobre este fenómeno. Tendo em conta o importante papel das questões relacionais diádicas para a estabilidade e bem-estar de um casamento, chegando muitas vezes ao consultório como pedidos de ajuda na prática clínica (Duarte, 2005) e em terapia de casal (Féres-Carneiro, 1994; 1998; Johnson, 2001; 2005), considerámos pertinente abordar esta problemática, não pelo lado do divórcio mas precisamente pelo polo oposto, tentando perceber como são representadas as relações diádicas dos casais que ao longo do tempo têm conseguido contrariar as tendências da maioria, resistindo à dissolução dos seus casamentos.

O tema da vinculação tem obtido nos últimos anos um elevado interesse por parte dos investigadores portugueses, nomeadamente através da elaboração ou da tradução e validação, para a população portuguesa, dos instrumentos de avaliação da vinculação parental e da vinculação amorosa (Canavarro, Dias & Lima, 2006; Matos, 2002; Matos, Barbosa & Costa, 2001; Matos & Costa, 2001a, 2001b; Moreira et. al., 2006; Moura & Matos, 2005; Soares, 2007/2009), sendo estas duas dimensões centrais no nosso estudo.

Como verificámos que a maior parte dos estudos nacionais e internacionais tem incidido em populações adolescentes e em jovens adultos, considerámos relevante realizar o presente trabalho em casais adultos com idades mais maduras e diferenciadas e contribuir, desta forma, para aumentar o conhecimento da vinculação na realidade portuguesa e na literatura internacional. Por esta razão, pensamos que este trabalho deverá ser assumido com um sentido exploratório.

Pretendemos analisar, com o presente estudo, as relações entre os estilos de vinculação amorosa e parental, à luz da Teoria da Vinculação, em casais adultos com experiência de vida em comum de há vários anos. Vários estudos têm sugerido a existência de associações entre os padrões de vinculação na infância e na idade adulta, por isso pretendemos confirmar se existe esta correspondência em amostragens diferenciadas como a nossa.

Por outro lado, a investigação tem demonstrado que os padrões de vinculação estão associados à satisfação conjugal e ao bem-estar global. Nesse sentido, pretendemos explorar as associações dos estilos de vinculação dos nossos inquiridos com os graus de satisfação com a relação percebidos por cada membro do casal, e com os seus níveis de satisfação com a vida em geral, esperando que os resultados sejam os encontrados na literatura.

Como metodologia, utilizámos um desenho correlacional e de tipo transversal. Para a recolha de dados utilizámos quatro medidas de avaliação de auto-relato, bem como um questionário para obtenção de dados sociodemográficos da nossa amostra.

No Capítulo 1 iremos abordar o contexto histórico e científico que enquadrará o arranque da teoria da vinculação, para depois conhecermos os pressupostos teóricos e modelos dos seus protagonistas: John Bowlby e Mary Salter Ainsworth. Sobre estes dois autores incluímos aspetos das suas biografias para compreendermos a forma como a teoria da vinculação se foi estruturando e iremos referir os principais conceitos que contribuíram para a compreensão do papel da vinculação no desenvolvimento da personalidade, tentando fundamentar os motivos que nos conduziram à escolha desta teoria para o significado do nosso estudo.

O Capítulo 2 é destinado ao estudo da vinculação ao pai e à mãe, na infância e na idade adulta. Como nos estudos das relações de vinculação parental muitos investigadores fazem referência à relação mãe-criança, sempre que utilizarmos no nosso trabalho a designação de «mãe», estaremos a referir-nos à pessoa que cuida da criança, ou seja, à figura de vinculação. Iremos, com Bowlby (1969/1997), conhecer a formação e desenvolvimento da vinculação primária, e com Ainsworth (1989) e Main (1999) e sua equipa, as metodologias que conduziram à avaliação da vinculação parental infantil e adulta. Incluímos, ainda, breves notas sobre as abordagens conceptuais da vinculação na avaliação da vinculação, a contribuição dos investigadores portugueses e a transmissão intergeracional da parentalidade, encerrando o capítulo com uma revisão de estudos sobre a vinculação parental em adultos e uma síntese do capítulo.

No Capítulo 3 iremos realizar um enquadramento conceptual do desenvolvimento da vinculação amorosa e os principais modelos de avaliação desenvolvidos (Hazan & Shaver, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991), terminando com a descrição de alguns estudos de avaliação e a síntese do capítulo.

No Capítulo 4 apresentamos uma reflexão sobre a satisfação com a relação, a terceira dimensão do nosso estudo. Com Narciso e Costa (2001/2002; 1996) e Sternberg (1986), vamos conhecer alguns fatores intrínsecos que podem influenciar a satisfação conjugal, bem como outras variáveis que, no âmbito da vinculação, poderão ajudar a compreender as diferenças individuais na perceção da satisfação conjugal. Terminamos com uma revisão da literatura sobre a avaliação da satisfação na relação e com uma síntese do capítulo.

O Capítulo 5 destina-se ao estudo da satisfação com a vida, a quarta e última dimensão do nosso trabalho. Iniciamos com um enquadramento conceptual sobre este construto, para em seguida apresentarmos estudos de avaliação da satisfação com a vida, à luz da teoria da vinculação, e estudos correlacionais entre a satisfação com a relação e a satisfação com a vida, tentando fundamentar o sentido do nosso estudo. Terminamos com a síntese do capítulo.

O Capítulo 6 apresenta uma revisão de estudos de avaliação das relações entre a vinculação e a satisfação e termina com a descrição dos objetivos e hipóteses do nosso estudo.

A seguir iniciamos a apresentação do nosso estudo empírico, que inclui a metodologia, a apresentação dos nossos resultados, a nossa reflexão na respetiva discussão e a conclusão do nosso estudo, na qual referenciamos as forças e as limitações deste trabalho e as nossas sugestões para estudos futuros.

Para as citações e referenciação bibliográfica adotámos as normas da «American Psychological Association» (APA).

CAPÍTULO I

TEORIA DA VINCULAÇÃO

CAPÍTULO I - TEORIA DA VINCULAÇÃO

1.1.Contexto histórico e científico da Teoria da Vinculação

Com a Segunda Guerra Mundial, tanto as mulheres como as crianças não foram poupadas pela guerra. As crianças foram separadas das suas famílias, aumentaram o número de crianças órfãs, de crianças hospitalizadas e institucionalizadas produzindo efeitos psicopatológicos sobre o seu desenvolvimento. A importância que foi dada a estas questões, após a guerra, parece traduzir uma preocupação de reparação dos efeitos da separação precoce entre a criança e a mãe, servindo de base ao surgimento da teoria da vinculação (Guedeney, A., 2004). No entanto, a investigação do carácter primário da vinculação teve alguns precursores, com destaque para os psicanalistas Himre Herman, que estudou a vinculação integrada na etologia como forma de compreender o desenvolvimento afetivo (Kächele, 2009), e William Fairbairn, que ao centrar o desenvolvimento humano a partir da necessidade inata da criança para o estabelecimento de relações, propôs o abandono da teoria das pulsões (Guedeney, A., 2004), o que “não deixou de influenciar Bowlby” (p. 26). Antes da guerra, outros psicanalistas importantes manifestaram posições de concordância com a teoria do apoio, tais como Michael Balint, autor do conceito de amor primário, e Anna Freud, que alertou para os nefastos efeitos de separação prolongada das crianças e para a necessidade prioritária de se estabelecer a vinculação primária da criança antes de a proteger das bombas da guerra (Guedeney, A., 2004). Nos Estados Unidos da América, vários investigadores aparecem associados à preocupação com os efeitos da privação dos cuidados maternos nas crianças institucionalizadas, entre os quais destacamos René Spitz, que demonstrou que os bebés criados em ambiente de orfanato, sob atendimento clínico de enfermagem de turnos de oito horas, não conseguiam crescer nem se desenvolver: mais de um terço morria, a maioria exibía atrasos do ponto de vista físico, mental e social e 21 deles viviam em instituições após os 40 anos de idade, incapazes de cuidar deles próprios pela privação a que tinham sido precocemente sujeitos (Spitz, 1945).

1.2. John Bowlby

O interesse de Bowlby pelas relações mãe/filho nasceu em 1928, quando acompanhou os casos de dois pequenos jovens: um deles era um adolescente sem afeto, solitário, que nunca havia experienciado uma relação estável com a figura materna, e o outro, uma criança ansiosa, de oito anos, que perseguia Bowlby como uma sombra (Bowlby, 1990). Muito por

causa destas crianças e convencido do importante papel das relações familiares no desenvolvimento da personalidade, Bowlby decide especializar-se em Psiquiatria infantil e em Psicanálise (Bretherton, 1992).

Inicia em 1929 uma análise no British Psychoanalytic Institute, que na altura se dividia entre o grupo de orientação freudiana e kleiniana, esta última com maior pujança (Guedeney, A., 2004). A análise de Bowlby dura sete anos com Joan Rivière, próxima da linha kleiniana, mas em 1938, quando Melanie Klein supervisiona o seu caso clínico sobre uma criança cuja mãe é internada com depressão, o desinteresse de Klein pelo estado da mãe e possível efeito nas perturbações do filho chocam Bowlby e fazem-no alterar a sua posição (Bowlby, 1990; Bretherton, 1992). Com a guerra, Bowlby, ao lado de Winnicott, acompanha as crianças colocadas no campo (Bretherton, 1992).

Baseado em notas de casos que compilou no London Child Guidance Clinic, Bowlby publica o seu primeiro estudo retrospectivo empírico em 1944, «Forty-Four Juvenile Thieves: Their Character and Home-Life», tendo-se sensibilizado para a complexidade das atitudes das mães para com os filhos e o modo como as influências emocionais em casa afetavam o desenvolvimento das relações de objecto da criança (Bowlby, 1944). No final do serviço militar, em 1945, Bowlby é convidado para os cargos de consultor psiquiátrico e diretor do «Children's Department», na Tavistock Clinic, em Londres, que tinha passado a integrar o Serviço Nacional de Saúde. Como forma de evidenciar a importância das relações precoces entre a criança e os pais, Bowlby altera o nome para «Department for Children and Parents», reorganiza os serviços clínicos e desenvolve o seu projeto de investigação na direção dos efeitos aversivos das roturas precoces nas relações familiares (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1990). Em 1948 forma duas equipas de investigação para o desenvolvimento de dois estudos, um retrospectivo e outro prospetivo - este último a cargo de James Robertson, na altura um assistente social em formação analítica que no tempo da guerra havia adquirido experiência de observação com crianças institucionalizadas na «Anna Freud's Clinic Hampstead» - ambos focados nos efeitos da criança na separação materna precoce (Ainsworth & Bowlby, 1991). Estes estudos conduziram à constatação de uma sequência evolutiva de fases de comportamentos frequentemente exibidos por crianças vinculadas à figura materna, com idades entre um ano e quatros anos, quando expostas a separação prolongada e entregues aos

cuidados de pessoas estranhas. Robertson e Bowlby atribuíram a estas fases os nomes de «Protesto», «Desespero» e «Desvinculação» (Bowlby, 1960; Soares, 2007/2009)¹.

Depois da guerra, um problema de incontornável preocupação, na Europa, era a situação das crianças sem família, o que levou a Organização Mundial de Saúde a encomendar a Bowlby um relatório sobre a saúde mental de crianças sem família (Bowlby, 1986; 1990). No relatório monográfico entregue em 1951, a que deu o nome de «Maternal Care and Mental Health», Bowlby sublinha a vital importância dos cuidados maternos no primeiro ano de vida dos bebés, refere que as separações patogénicas ocorrem maioritariamente após a idade dos doze meses (Bowlby, 1952) e originam graves problemas no desenvolvimento (Ainsworth & Bowlby, 1989), recomenda a visita sem restrições dos pais às crianças quando estas se encontram hospitalizadas (Bowlby, 1986) e enfatiza o papel da mãe na relação com a criança, sendo atribuído ao pai o papel principal de fornecer suporte emocional à maternagem (Bretherton, 1992). Relativamente a casos de adoção de crianças que sofreram privação e separação, o relatório de Bowlby refere que os efeitos dos danos precoces eram fortemente reduzidos quando as crianças eram adotadas entre os seis e os nove meses de idade. Se a adoção fosse efetuada após os dois anos e meio de idade, a relação maternal não conseguiria minimizar esses efeitos (Bowlby, 1952)². Este relatório causa um impacto muito positivo junto de assistentes sociais, psicólogos e psiquiatras com experiência nesta área, foi traduzido em 72 línguas, mas expõe Bowlby ao criticismo dos seus colegas psicanalistas (Bowlby 1986).

Durante a Segunda Guerra Mundial e no período do pós-guerra, o vídeo torna-se um veículo prioritário para, entre outras funções, denunciar os efeitos da separação precoce entre as pequenas crianças e os seus cuidadores (Bteshe & Estellita-Lins, 2011).

Com base no artigo de John Bowlby, “Forty-Four Juvenile Thieves: Their Character and Home-Life” (1944), James Robertson e Dina Rosenbluth realizam dois filmes, «A two year-old goes to Hospital», e «Going to Hospital with Mother», que sublinham a importância do papel da mãe na prevenção do sofrimento emocional da criança (Robertson, 1952; 1958).

¹O «Protesto» deve-se à perceção da criança da inacessibilidade da figura de vinculação e ao sentimento de ameaça, o que faz ativar o seu sistema de vinculação motivando-a a restabelecer o contacto com reacções de medo e de raiva. O «Desespero» é relativo à dor e ao luto da perda caracterizando-se pela passividade e tristeza. A «Desvinculação» associa-se ao mecanismo de defesa do desligamento emocional (Bowlby, 1960; 1990; Hazan & Shaver, 1994).

²Salvaterra (2007) investigou a vinculação e a parentalidade adotiva em crianças com idades entre os 9 meses e os 69 meses na altura desta avaliação. O seu estudo concluiu que a idade com que a criança é adotada, pelo menos até aos 69 meses, não influencia a segurança da vinculação. A sua integração na família deu-se em menos de 3 meses para a maioria das famílias.

Bowlby e Anna Freud vêm ainda a apoiar outros filmes de Robertson e Rosenbluth realizados na «Hampstead War Nursery», clínica de Anna Freud (Bteshe & Estellita-Lins, 2011). É também neste período que Spitz (1945) apresenta as suas formulações sobre a «síndrome do hospitalismo» e durante quatro anos vai produzir 11 filmes sobre crianças afetadas pela privação dos cuidados, realizados em instituições na América do Norte, Central e Sul (Bteshe & Estellita-Lins, 2011). O impacto dos filmes de Robertson e de Spitz conduzem à consciencialização e mobilização dos profissionais de saúde para uma mudança das práticas hospitalares e das políticas públicas de saúde mental infantil (Bteshe & Estellita-Lins, 2011; Bretherton, 1992). No entanto, a Sociedade Britânica de Psicanálise abre uma forte polémica contra Bowlby, por este não integrar nos seus modelos teóricos a metapsicologia e pôr em causa a teoria das pulsões (Bretherton, 1992; Guedeney, A., 2004). Esta hostilidade leva-o a procurar continuamente validar a sua obra noutros campos científicos que não a psicanálise (Guedeney, N., 2004) e o reconhecimento a Bowlby por esta instituição só vem a chegar por homenagem póstuma (Guedeney, A., 2004). Entre 1969 e 1980, Bowlby escreve a sua trilogia «Attachment and Loss», mas só oito anos depois, com a publicação de «A Secure Base (1988/2005), livro que dedica a Mary Ainsworth, é que Bowlby, já reconhecido e serenado pelo meio científico, desenvolve as suas reflexões sobre a aplicação da teoria da vinculação às práticas psicoterapêuticas (Guedeney, N., 2004).

1.3. Mary Ainsworth

Em 1939, Ainsworth é graduada em psicologia pela University of Toronto. Nesta universidade conhece o médico e psicólogo William Blatz, com quem aprende a «teoria da segurança»³, como abordagem para compreender o desenvolvimento da personalidade (Guedeney, A., 2004). Fascinada por essa teoria, Ainsworth escolhe-a para o tema da sua dissertação com o título «An Evaluation of Adjustment Based on the Concept of Security» (Bretherton, 1992).

No final da guerra, Ainsworth trabalha na Universidade de Toronto com o psicólogo alemão Bruno Klopfer, numa revisão das técnicas projetivas de Rorschach (Main, 1999) e entre 1950 e 1953 trabalha em Londres com Bowlby, altura em que conhece os estudos de James Robertson e se entusiasma com o seu treino na observação naturalista, tendo vindo a

³De acordo com esta teoria, é a disponibilidade dos pais que fornece às crianças a base segura, a partir da qual elas exploram o meio e aprendem. Progressivamente vão desenvolvendo mais competências e confiando cada vez mais nelas próprias e, assim, adquirir a base da “independent security” (p. 333), a qual irá proporcionar-lhes uma total emancipação dos pais quando atingirem a maturidade (Ainsword & Bowlby, 1989).

influenciar a metodologia dos seus estudos empíricos (Main, 1999). Em 1954 parte para Kampala, no Uganda, e realiza um estudo pioneiro com famílias da tribo Ganda, com o objetivo de precisar os efeitos da separação e desmame e perceber o desenvolvimento gradual da vinculação (Miocque, 2004). Sistematiza, pela primeira vez, os muitos sinais de desenvolvimento da vinculação, primeiro com a mãe, e depois com o pai, e principalmente o uso da mãe como base segura para a criança explorar, e como base de segurança para retornar à mãe (Bowlby, 1969/1997; Main, 1999). Tal como pensava Bowlby, Ainsworth vem a verificar neste estudo que a criança está longe de ser um ser humano passivo que se agarra à mãe porque esta lhe satisfaz as necessidades, mas pelo contrário, é muito activa nos seus comportamentos para alcançar os seus objectivos e revela capacidade de distinguir a principal figura de vinculação de outra pessoa, mesmo que esta lhe seja familiar (Miocque, 2004).

As observações de Mary Ainsworth são concordantes com as ideias de Bowlby, não só sobre o carácter primário da vinculação mas também com aspetos da teoria da segurança que havia aprendido com Blatz, nomeadamente sobre a mãe fornecer ao filho uma base de segurança que lhe vai permitir a exploração do ambiente sem ansiedade (Bowlby, 1988/2005; Main, 1999; Miocque, 2004). Das interacções mãe-filho, aparecem identificadas três formas diferentes de vinculação: a vinculação «segura», que por ser a mais encontrada aponta para a hipótese da normatividade, a vinculação «insegura» e a «desvinculada» (Main, 1999; Bowlby, 1969/1997; Miocque, 2004). Neste estudo, Ainsworth demonstrou, ainda, que a qualidade da vinculação e a segurança da criança estão correlacionadas com a sensibilidade materna e o prazer sentido pela mãe durante a fase da amamentação, sendo a qualidade e a continuidade da ligação diádica mãe-filho os principais elementos que permitem estabelecer uma vinculação segura (Miocque, 2004).

Daquele estudo resulta o livro “Infancy in Uganda”, o primeiro estudo empírico sobre a vinculação, que só vem a ser publicado em 1967 (Bretherton, 1992). O livro apresenta as primeiras linhas de pensamento sobre as origens das diferenças individuais na qualidade da relação com a mãe segura, mãe insegura e mãe desvinculada, aponta para a natureza universal da interacção criança-mãe e constata a possibilidade de as crianças eventualmente inseguras tornarem-se seguras e também o seu inverso, uma possibilidade obviamente aceite por Bowlby (Main, 1999).

Em 1960, Ainsworth recebe a visita de Bowlby, em Baltimore, que se dá conta da importância deste estudo em meio natural como suporte da sua teoria (Bretherton, 1992). Em Baltimore, retoma o estudo do Uganda de forma mais sistemática com 26 famílias e, ao tentar

comparar as duas populações, Ainsworth baseia-se num artigo publicado em 1943, de Jean Arsenian, «Young Children in a Insecure Situation», acerca de uma situação de jogo livre que envolve a presença e ausência da mãe (Guedeney, A., 2004). Cria, então, uma situação padronizada que envolve a separação e reunião da criança com o cuidador, bem como a presença de uma pessoa não familiar à criança, a qual ficou conhecida como «Situação Estranha». Este estudo é particularmente importante como contributo para a psicologia do desenvolvimento, tendo permitido concluir que a sensibilidade e a responsividade da mãe aos sinais e necessidades da criança, durante o seu primeiro ano de vida, são pre-requisitos importantes ao longo do seu desenvolvimento (Bowlby, 1988/2005; Bretherton, 1992; Canavarro, 1999; Guedeney, A., 2004).

Os objetivos, a metodologia e os resultados deste estudo serão descritos no capítulo 2 do nosso trabalho.

Everett Waters, Byron Egeland e, sobretudo, Alan Sroufe continuam a linha de Ainsworth na América e são os responsáveis pelo segundo maior estudo longitudinal da vinculação no Minnesota, com mães em situação de risco (Guedeney, A., 2004). Este estudo demonstrou as correlações da vinculação segura com a qualidade dos cuidados prestados pelas mães às crianças, as relações destas com os pares e com a capacidade de ajustamento às exigências do meio escolar (Bretherton, 1992). Por outro lado, ao mostrar a poderosa influência preditiva da segurança da vinculação precoce na personalidade da criança e sobre o desenvolvimento social posterior, não só origina um efeito significativo nos Estados Unidos e Europa, mas também faz da teoria da vinculação um paradigma reconhecido e um tema de investigação com elevada audiência científica (Guedeney, A., 2004).

1.4. A vertente transcultural da Vinculação na Infância

Os diversos estudos transculturais realizados com a Situação Estranha em várias regiões da Alemanha, Japão, China, Quênia, Nigéria, Mali, Zâmbia, Israel e Colômbia demonstraram o carácter universal da vinculação ao longo das culturas, validaram a teoria da vinculação e a existência de determinantes culturais que contribuem para uma melhor adaptação das crianças ao seu meio ambiente (Miocque, 2004)⁴. Por exemplo, no norte da

⁴A este propósito, Main (1990) examinou a organização da vinculação em recentes estudos transculturais e concluiu que certas circunstâncias poderão exigir das crianças estratégias secundárias para alterar o seu comportamento de vinculação face a respostas dos cuidadores que exagerem na dependência ou independência das crianças. Esta substituição de estratégias envolve a manipulação dos processos cognitivos para manterem a organização da vinculação.

Alemanha, a vinculação evitante foi mais representada em virtude de os pais desenvolverem nos filhos maior independência, enquanto a vinculação ambivalente foi mais frequente em Israel e no Japão, não só devido a menos exposição das crianças a pessoas estranhas como também à forma como eram arranjados os programas à noite com as crianças (Bretherton, 1992).

1.5. Contribuições interdisciplinares para a Teoria da Vinculação

1.5.1. A Psicanálise: aproximações e desvios

Com quase um século de distância a separá-las, a teoria psicanalítica e a teoria da vinculação têm raízes comuns pela formação em psicanálise de Bowlby, mas as duas evoluíram em direcções diferentes: a psicanálise no sentido da dimensão intrapsíquica, a vinculação no sentido da dimensão interpessoal (Guedeney, A., 2004).⁵

Bowlby (1990) aproxima-se das ideias de Donald Winnicott, por a sua teoria das relações objectais ser focada nas relações entre a criança e os pais e atribuir importância aos eventos da vida real. Por outro lado, as observações e trabalhos desenvolvidos por Anna Freud sobre as relações precoces levam-na a tomar o partido de Bowlby. As suas aproximações com esta psicanalista estão no reconhecimento do impacto da separação precoce e sobre as linhas de desenvolvimento da psicopatologia (Bowlby, 1969/1997; 1990). No entanto, Anna Freud desvia-se de Bowlby relativamente à teoria do apoio⁶ e sobre esta questão ela vai permanecer fiel ao seu pai (Guedeney, A., 2004).

Outra linha de discordância é sobre a teoria das pulsões. Em lugar da pulsão freudiana, que assenta nas ideias de libido e de agressão, e de uma energia que tende para a descarga (Guedeney, A., 2004), Bowlby baseia-se em teorias desvalorizadas pela psicanálise e propõe um conjunto de sistemas inatos de comportamentos que visam a relação diádica e que são corrigidos por objectivos em resposta aos estímulos do meio, decorrendo, assim, a vinculação

⁵A este propósito, Bowlby (1990) refere: “(...) my concern has been to put psychoanalysis on a proper scientific basis. That has always been my aspiration. It was my credo that psychoanalysis would make progress only by developing a much better scientific basis” (p.162), e critica a metodologia de trabalho dos seus colegas analistas: “(...) I was the only one doing systematic research. The others were doing clinical work and making the usual, frankly unplanned and opportunistic observations. I was trying to put the work on a more scientific basis” (p.161).

⁶Bowlby discorda da teoria do apoio, uma vez que o vínculo mãe-filho não é central na teoria freudiana (Bowlby, 1990). Enquanto o modelo psicanalítico defende que os laços afetivos precoces assentam na gratificação oral pela descoberta do seio materno como objeto de satisfação das necessidades de alimento (Bowlby, 1988/2005; Soares, 2007/2009), para Bowlby, o seio não é a mãe, nem o oral é o primário, nem a relação filho-mãe é de tipo anaclítico (Bowlby, 1988/2005; Bretherton, 1992; Guedeney, A., 2004).

a partir de um comportamento inato de aproximação do filho à mãe, para ser protegido e cuidado por esta (Bowlby 1969/1997, 1980/1998, 1988/2005).

Considerando a psicanálise como um desenvolvimento da psiquiatria, Bowlby (1990) aproxima-se de Freud na importância do desenvolvimento dos primeiros anos da criança, bem como na concepção da ansiedade associada ao medo de separação; mas enquanto Freud teoriza sobre o desenvolvimento de modo exclusivamente retrospectivo e desvaloriza as situações ocorridas, para Bowlby são precisamente os eventos de vida que se revestem de extrema importância (Bowlby, 1990). Uma outra linha de proximidade diz respeito à noção de «exclusão defensiva», em Bowlby, com a de «repressão», em Freud (Bowlby, 1988/2005, p. 39): “defensive exclusion, which is, of course, only another way of describing repression. And, just as Freud regarded repression as the key process in every form of defense, so I see the role of defensive exclusion”.

A maior oposição está, precisamente, no peso atribuído à realidade das relações mãe-filho no desencadeamento dos sentimentos de segurança ou dos mecanismos defensivos (Guedeney, A. 2004). Não obstante algumas aproximações com as diferentes linhas de orientação psicanalítica, nenhuma delas consegue dar resposta às questões de Bowlby sobre a perturbação das crianças perante a perda da figura materna, à sua apreensão quando regressam a casa após períodos de separação materna, nem para o fenómeno da desvinculação entre a criança e a figura materna (Bowlby, 1990; Soares, 2007/2009).

1.5.2. A influência da Teoria Evolucionista

Para Bowlby, a evolução do sistema de vinculação, bem como dos outros sistemas comportamentais resultou da pressão da evolução numa perspetiva darwiniana, exibindo-se uma vantagem seletiva nos comportamentos de proximidade e de proteção das figuras de vinculação à criança, por serem úteis na luta contra as ameaças do meio (Ainsworth & Bowlby, 1991; Guedeney, N., 2004). Por outro lado, os seres humanos são naturalmente predispostos a formar relações próximas, como resultado das pressões da selecção natural no decurso da evolução e, algumas das suas necessidades básicas, das quais a mais fundamental é a necessidade de segurança, são melhor satisfeitas no seio das relações sociais (Hazan & Shaver, 1994).

De acordo com Guedeney, A. (2004), numa certa forma poderemos afirmar que “Charles Darwin foi o primeiro teorizador da vinculação” (p.125), apesar de não se ter centrado nos indivíduos mas nas sociedades. Darwin defendia que a natureza social humana

poderia ser uma pressão da seleção e a vinculação é uma teoria do comportamento social humano e da sua evolução “desde o nascimento até à morte” (Hazan & Shaver, 1987, p. 511). A vida e a obra de Charles Darwin mereceram um elevado interesse de Bowlby, que foi um dos seus principais biógrafos. O seu livro «Charles Darwin. A new biography» foi escrito sob o prisma da sua primeira infância e dos seus modos de vinculação (Ainsworth & Bowlby, 1991; Guedeney, A., 2004).

As funções da vinculação manifestam-se na proximidade com a figura de vinculação quando a criança se sente angustiada ou aflita, servindo o cuidador de porto seguro para lhe gerar conforto e segurança, e de base segura para a criança desenvolver a exploração e criar condições para o desenvolvimento da sua autonomia (Ainsworth, 1989; Canavarro, 1999). Em termos evolutivos, este sentimento de segurança foi adaptativo para explorar e brincar, enquanto um familiar protector se encontrasse próximo para proteger, se necessário, sendo a reacção mais segura a qualquer ameaça ou forte incerteza dedicar toda a energia e atenção ao restabelecimento da proximidade (Sroufe & Waters, 1977).

1.5.3. A Influência da Teoria do Desenvolvimento

John Bowlby (1969/1997, 1980/1998, 1988/2005) salientou a influência da vinculação ao longo do ciclo de vida do indivíduo como um quadro conceptual de grande significado para a compreensão e conceptualização do processo de desenvolvimento do ser humano.

Segundo Cassidy⁷ (cit. por Cordeiro, 2012), a teoria da vinculação ocupa o seu devido lugar na teoria do desenvolvimento devido ao primeiro estudo científico da teoria da vinculação realizado com a Situação Estranha, de Ainsworth.

As funções e as dinâmicas do sistema comportamental de vinculação são hipoteticamente concebidas para existirem por toda a vida do ser humano, porque a fundação neural do sistema de vinculação permanece em grande parte imutável (Hazan & Shaver, 1994). Desde os primeiros anos da infância até à fase adulta, os objectivos dos comportamentos de vinculação que incluem a manutenção da proximidade, porto seguro e base segura, os quais são inicialmente dirigidos aos pais como figuras primárias de vinculação, irão ser objecto de um processo de transferência gradual e redireccionados, um a um, dos pais para os pares, nas sucessivas etapas de desenvolvimento. Espera-se, assim, que na fase da adolescência os sujeitos tenham comportamentos de vinculação de manutenção da proximidade e porto seguro

⁷Cassidy, J. (1999). The nature of child's ties. In: J.Cassidy, & P. R. Shaver, (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 3-20). New York: The Guilford Press.

na relação com os pares, mantendo com as relações parentais os comportamentos de vinculação de base segura (Hazan & Shaver, 1994).

Na fase adulta, os sujeitos procuram na relação de vinculação com o parceiro amoroso a manutenção de proximidade, porto seguro e base segura. Neste processo gradual de transferência ao longo do desenvolvimento, os pais não são completamente abandonados como figuras de vinculação mas, na hierarquia de figuras de vinculação, o seu lugar em relação ao lugar ocupado pelos pares é alterado naturalmente pela adultícia (Hazan & Shaver, 1994). Para compreendermos o papel da vinculação no desenvolvimento do adulto é necessário ter em conta as novas tarefas deste período da sua vida, desde o nível socioprofissional, constituição da família e parentalidade até ao desenvolvimento das suas capacidades de autonomia e de intimidade que devem integrar um sentido de diferenciação do self, face aos progenitores e aos outros. (Faria, Fonseca, Lima, Soares, & Klein, 2007/2009).

1.5.4. A Influência Etológica

Sensível à relevância dos trabalhos de Lorenz com as aves, sobre o conceito de «imprinting», Bowlby volta-se para a literatura etológica e retira importantes contributos para chegar aos conceitos base da sua teoria da vinculação (Ainsworth & Bowlby, 1991; Bowlby 1969/1997; Bretherton, 1992). Encontra uma grande semelhança entre os comportamentos das crianças e os das crias de aves, as quais apresentavam comportamentos de aflição na ausência do progenitor e comportamentos de procura de proximidade com a figura do progenitor, após o imprinting. Tal como ocorre com as aves, Bowlby (1969/1997) também encontra a evidência de um forte vínculo social que pode ser formado sem ser baseado na gratificação oral. A investigação etológica inclui, ainda, as observações do animal no seu ambiente natural, tal como ocorre na sua prática clínica através das observações naturalistas com as crianças (Ainsworth & Bowlby, 1991).

Sobre o modelo de separação da depressão nos símios e influenciado pelos trabalhos de Spitz e de Bowlby com crianças privadas dos cuidados maternos, Harlow (1958) vai criar uma situação laboratorial que consiste na criação de duas mães artificiais que imitam mães-macacos rhesus, uma feita de armação de arame e a outra com a mesma armação de arame mas forrada com pano felpudo e macio, para analisar os efeitos do isolamento social e privação materna nas crias de símios rhesus⁸. O estudo não só evidenciou a importância dos

⁸Entre a mãe de pano macio e a mãe lactante de arame, as crias dos símios optam pela primeira, face a estímulos de medo, e na sua ausência não exploram o ambiente. Na sua presença, as crias exploram os novos

cuidados, conforto e amor nas primeiras etapas do desenvolvimento como o fez concluir que a natureza do amor nestes animais tem contornos semelhantes aos dos bebés humanos (Winograd, Coimbra & Landeira-Fernandez, 2007; Bowlby, 1990).

O contacto com a «mãe de pano» funciona como «base segura», a partir da qual os pequenos símios exploram o meio, e funciona como um refúgio seguro quando expostos ao medo nas suas incursões pelo ambiente (Soares, 2007/2009). Estas observações vêm reforçar a perspectiva de Bowlby, uma vez que a importância do conforto de contacto suplanta o conforto do alimento no desenvolvimento das primeiras relações sociais (Soares, 2007/2009) e, por outro lado, vêm evidenciar a importância das relações sociais durante a infância na modulação da atividade psicológica da vida adulta, sendo estas evidências totalmente de acordo com as observações clínicas de Bowlby (Winograd, e colaboradores, 2007). Quando em 1958 Harlow se encontra com Bowlby, dão-se conta que, afinal, ambos se encontram a estudar fenómenos comparáveis (Bowlby, 1990).⁹

1.5.5. Outras influências: teorias sistémicas, cibernéticas e cognitivas

Apesar de o sistema de vinculação ser estável e persistir ao longo do tempo no seio de um ambiente sem mudanças significativas (Sroufe & Waters, 1977), o comportamento de vinculação recupera características dos sistemas, tal como são compreendidos nas teorias sistémicas e cibernéticas (Guedeney, A., 2004). A este propósito e referindo-se ao comportamento da criança pequena, citamos Bowlby, (1988/2005, p. 3): “By the end of the first year, the behaviour is becoming organized cybernetically, which means that the behavior becomes active whenever certain conditions obtain and ceases when certain other conditions obtain”. Sendo um sistema motivacional, o comportamento de vinculação controla e regula os meios através de activadores e extintores, para obter um fim: o comportamento de vinculação numa criança é activado quando há dor, fadiga, algo ameaçador ou se a mãe está inacessível, sendo estas condições os activadores. As novas condições que o fazem terminar – os extintores – irão depender da intensidade da sua activação: ora basta à criança um ligeiro sinal da presença da mãe e o comportamento extingue-se, ora é necessário que a mãe lhe pegue ao colo e a

estímulos com regressos periódicos à mãe macia para recuperar a confiança (Harlow, 1958; Winograd et. al., 2007).

⁹Na espécie humana, se o recém-nascido estiver afastado da mãe por um período curto de tempo logo após o parto, esta separação não irá conduzir à rejeição do filho, contrariamente ao que acontece noutras espécies animais. Esta diferença de comportamento entre os humanos e os outros animais deve-se à capacidade de representação humana: antes de os filhos nascerem, as gestantes já formaram um modelo de si próprias em relação com os seus bebés, que resultou das experiências desenvolvidas com outros filhos ou com outras crianças (Canavaro, 1999).

conforto. A activação deste comportamento de vinculação não se limita à infância, mas acompanha todo o ciclo de vida do indivíduo (Bowlby, 1988/2005).

Alguns conceitos da psicologia do desenvolvimento cognitivo piagetiano mereceram um foco especial de Bowlby para o desenvolvimento da sua teoria (Bretherton, 1992; Farina & Liotti, 2011). Os trabalhos de Jean Piaget sobre a permanência do objeto interessaram-lhe muito, para perceber a idade a partir da qual as crianças adquirem o princípio da permanência do objeto. Antes dos cinco meses, a criança não procura o objeto quando este desaparece do seu campo de visão, visto que não se dá conta da continuidade da sua existência quando este deixa de ser por ela percebido. Depois dos cinco meses ela já passa a reconhecer o objeto porque, quando o procura, está a evidenciar que adquiriu este princípio (Miljkovitch, 2004). Ao nível das representações que a criança forma da mãe, Bowlby (1980/1998) refere que as capacidades de a reconhecer e recordar ocorrem muito antes da capacidade de reconhecer objetos ou alguém, pela razão de a mãe ser a figura mais significativa do ponto de vista afetivo em relação às outras figuras, e de trocar com esta maior quantidade e variedade de experiências. Já antes dos cinco meses, a criança mostra uma evidente preferência pela mãe face a alguém desconhecido, e a partir dos seis meses consegue formar um modelo que lhe permite reconhecer e procurar um «objecto» desaparecido, capacidade que será tanto mais rapidamente adquirida quanto mais satisfatórios forem os cuidados maternos (Bowlby, 1980/1998; Miljkovitch, 2004).

1.6. Principais conceitos-base da Teoria da Vinculação

Para melhor compreensão dos processos que estão na base da formação da vinculação parental e da vinculação amorosa que irão ser desenvolvidos nos capítulos seguintes, considerámos importante descrever os conceitos-chave mais importantes envolvidos naqueles processos.

1.6.1. Proximidade, Porto Seguro e Base Segura

Uma «vinculação» é, para Ainsworth (1989), um laço afetivo caracterizado pela necessidade de manter a proximidade com a figura de vinculação. É distinto de outros laços afetivos por ser uma experiência de segurança e conforto obtida nesta relação, bem como a capacidade de sair da base segura provida pela figura de vinculação para se comprometer noutras atividades e explorar outros ambientes, e com o protesto em caso de separação, que nasce da angústia face ao estranho. Em suma, as características de vinculação que se

distinguem das outras relações sociais são a procura de proximidade, a noção de base de segurança que permite a exploração, o comportamento de refúgio junto da figura de vinculação, em caso de ameaça, e a reacção de protesto perante a separação involuntária (Bowlby, 1988/2005).¹⁰

1.6.2. «Caregiving»: prestação de cuidados físicos e afetivos

O conceito de «caregiving» remete, numa primeira instância, para um conjunto de comportamentos dos pais, numa certa forma programados, que se traduzem nos cuidados afetivos e físicos para com a criança, tal como ocorre com o comportamento de vinculação. Trata-se, então, de uma tendência alimentada por mecanismos biológicos para cuidar e proteger a criança, com diferenças individuais justificadas pela aprendizagem e pela história (Bowlby, 1988/2005; Rabouam & Morales-Huet, 2004). No entanto, este mecanismo também é constatado nos adultos entre si, conforme refere Bowlby (1980/1998): “ This is commonly shown by a parent, or other adult, towards a child or adolescent, but is also shown by one adult towards another, especially in times of ill health, stress or old age” (p. 41).

Ao longo do nosso trabalho, iremos referir-nos ao termo «caregiving» como sinónimo de comportamentos de prestação de cuidados e de protecção ao nível físico e afetivo.

1.6.3. Modelos Internos Dinâmicos: as representações do self, dos outros e do mundo

Ao nível das representações, a teoria da vinculação integra o conceito de «working models» ou «modelos internos dinâmicos» que Bowlby foi buscar a Kenneth Craik¹¹ (cit. por Miljkovitch, 2004), para referir os modelos mentais que as crianças vão construindo ao longo do tempo nas relações com as figuras significativas, e que orientam as suas vidas não só ao nível das suas perceções dos outros, como também nas relações interpessoais. Ao mesmo tempo, as crianças elaboram um modelo de si, correspondente a uma imagem de si mesmas como merecedoras de serem amadas, e um modelo do outro, que remete para a perceção dos outros como disponíveis e atentos às suas necessidades (Bartholomew & Horowitz, 1991; Bowlby, 1969/1997, 1988/2005; Hazan & Shaver, 1987; Miljkovitch, 2004).

¹⁰ Opondo-se à noção tradicional de «dependência» que é definida pelo grau com que um sujeito depende de outro para a sua existência e assim tem uma referência funcional, a vinculação refere-se a uma forma de comportamento puramente descritiva. Por outro lado, enquanto a dependência se maximiza no nascimento e de forma estável e progressiva vai diminuindo até à maturidade, a vinculação só se evidencia após os seis meses de idade e a sua ênfase é colocada na promoção da segurança que irá criar as condições de desenvolvimento da autonomia e permitir o funcionamento independente (Bowlby, 1969/1997; Canavarro, 1999).

¹¹ Craik, K (1943). *The Nature of Explanation*. Cambridge, Cambridge University Press.

Estes modelos tornam-se mais sofisticados com a idade e são aplicados nas redes sociais mais vastas. Apesar de serem susceptíveis a mudanças significativas do meio, não se modificam facilmente porque envolvem expectativas intrinsecamente conservadoras; neste sentido, as experiências recentes são interpretadas à luz das experiências passadas e influenciam o comportamento de forma a confirmar, ou pelo menos, a não infirmar as expectativas (Schneider, Atkinson & Tardif, 2001).

1.6.4. A natureza do laço afetivo na vinculação

Um dos conceitos importantes da teoria da vinculação de Bowlby é a existência da necessidade humana universal para o estabelecimento de laços afetivos de proximidade (Bowlby, 1969/1997, 1980/1998, 1988/2005). Esta conceptualização tanto subsidia uma teoria normativa do funcionamento em todos os seres humanos do sistema inato de vinculação, como uma teoria para as diferenças individuais das estratégias de vinculação, de resposta às diferentes experiências de vida (Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1994). Um vínculo afetivo é um laço de relativa longa duração, no qual o parceiro é tido como único e insubstituível e com o qual se deseja manter a proximidade. Quando por alguma razão esta ligação é interrompida, existe o desejo de restabelecer a proximidade e interação com o parceiro. Um afastamento inexplicável causará aflição e quando a perda é permanente, causará dor (Ainsworth, 1989). Deste modo, o afeto é visto como um conjunto organizado de comportamentos de vinculação que se intensifica ou se distorce, face a uma separação ou perda, e certas formas internas de percepção do Self, que surgem na vinculação primária parental, irão posteriormente influir no ajustamento emocional e na adaptação social (Johnson, 2001).

1.7. Distinção entre relações e relações de vinculação

Os vínculos afetivos e as outras relações diferenciam-se em três domínios: os vínculos afetivos são, por definição, duráveis no tempo, sendo a ligação emocional um tipo de ligação em que o parceiro é tido como importante, único e insubstituível, enquanto as relações podem ou não perdurar no tempo; em segundo lugar, as relações podem ser diádicas, triádicas, etc, dependendo do número de participantes da relação, enquanto os vínculos afetivos são características do próprio indivíduo e representam-se na sua organização interna; por último, a natureza da relação entre dois indivíduos desenvolve-se a partir de toda a história da própria interacção (Ainsworth, 1989; Canavarro, 1999).

1.8. Proposições da Teoria da Vinculação

Baseados na obra de Bowlby, Hazan e Shaver (1987) sintetizam a teoria da vinculação em três proposições: i) os indivíduos que possuem confiança na disponibilidade da sua figura de vinculação têm menos inclinação para o medo intenso ou crónico do que os indivíduos que não a têm; essa confiança é construída de forma lenta e gradual durante os anos de imaturidade, ou seja, desde a primeira infância até à adolescência; ii) as expectativas desenvolvidas durante aqueles anos tenderão a persistir para o resto da vida de forma relativamente permanente; iii) as expectativas variadas da disponibilidade e da capacidade de resposta por parte das figuras de vinculação desenvolvidas pelos indivíduos no passado estão reflectidas, de forma razoavelmente precisa, nas suas actuais experiências.

1.9. Síntese

A teoria da vinculação surge na psicologia e na psicopatologia como conceito dominante na segunda metade do século passado.

Nasce dos efeitos, promovidos pela guerra, da violência psicológica das separações precoces entre as crianças e as suas figuras de vinculação, e recebe as contribuições epistemológicas da psicanálise, psicologia evolutiva, psicologia do desenvolvimento, da etologia, das ciências cognitivas e cibernéticas, bem como os contributos metodológicos baseados na observação, reconstrução e narração.

John Bowlby e Mary Ainsworth alicerçam a teoria da vinculação propondo um conjunto de conceitos-chave e proposições oriundos da encruzilhada daquelas diferentes áreas científicas, para descreverem a natureza e o papel dinâmico dos laços afetivos que caracterizam as relações da vinculação parental, bem como a sua importante influência nas futuras relações sociais e nas relações da vinculação adulta.

CAPÍTULO II

VINCULAÇÃO PARENTAL

CAPÍTULO II - VINCULAÇÃO PARENTAL

“Study after study attest that healthy, happy and self-reliant adolescents and young adults are the products of stable homes in which both parents give a great deal of time and attention to the children” (Bowlby 1988/2005, p. 2)

2.1. Vinculação como sistema comportamental

Foi com base na etologia que Bowlby (1969/1997) criou o conceito de «sistema comportamental de vinculação» como um organizador dos comportamentos de vinculação, para explicar o desenvolvimento da vinculação ao longo da infância, com os seus componentes de natureza comportamental, cognitiva e emocional.

2.1.1. Princípios básicos do sistema de vinculação

Os princípios básicos que regem estes sistemas comportamentais são os seguintes: i) integram comportamentos que têm um objetivo e uma função adaptativa durante largos períodos de tempo; ii) a integração dos comportamentos é realizada de forma progressiva e sequencial, com sequências comportamentais cada vez mais complexas e sofisticadas, tornando-se funcionais ao longo do tempo como resultado dos efeitos da interacção organismo-ambiente; iii) os sistemas são flexíveis e ajustados à fase de desenvolvimento do indivíduo, ao cumprimento dos seus objectivos e à diversidade de ambientes e contextos; iv) ao nível biológico, os sistemas são conduzidos por um sistema de feedback que tanto monitoriza os sinais internos provenientes do sistema nervoso central e hormonal, como os sinais externos que levam à sua ativação ou finalização; v) interagem com outros sistemas comportamentais, organizam-se e integram outros sistemas específicos de controlo cognitivo específico, como as representações mentais no caso dos bebés humanos¹ (Bowlby, 1969/1997).

2.1.2. Os sistemas comportamentais na vinculação infantil

Durante a infância, o sistema de vinculação é o mais saliente e a sua completa ativação impede a ativação dos outros sistemas (Bowlby, 1969/1997).

¹Esta noção de organização permite compreender que diferentes comportamentos podem ter funções e significados semelhantes. Por exemplo, quando um bebé assustado gatinha, anda ou corre para a mãe, estes diferentes comportamentos tornam-se pouco relevantes quando comparados com o seu objetivo único, que é o de estabelecer a proximidade com ela (Soares, 2007/2009).

O sistema de vinculação é, nalguns aspetos, comparável aos sistemas fisiológicos que regulam a temperatura do corpo, pressão sanguínea, etc. Um obstáculo, quer real, quer percebido pela criança como real, que ameace a manutenção da proximidade, resulta em ansiedade, a qual faz ativar os sistemas de vinculação designados para o restabelecimento da proximidade. Estes comportamentos persistem até que a proximidade seja alcançada. O grau de proximidade requerida pela criança para manter os seus níveis de ansiedade baixos relaciona-se com uma variedade de fatores endógenos e exógenos incluindo a sua idade, o seu estado físico e emocional e o grau de ameaça ambiental percebido. O estabelecimento e a manutenção da proximidade engendram na criança sentimentos de segurança e de amor, enquanto as disrupções relacionais lhe geram ansiedade e, às vezes, zanga ou tristeza, sendo por esta razão que a vinculação é um laço emocional (Bowlby 1969/1997; Hazan & Shaver, 1994). As tendências para formar uma vinculação a um protector e para explorar o ambiente são inatas e reguladas pelos sistemas comportamentais interligados. Assim, o sistema de exploração só pode funcionar de forma eficaz quando o sistema de vinculação estiver assegurado, ou seja, quando a figura de vinculação é sentida como suficientemente disponível e responsiva como uma base segura (Bowlby, 1988/2005). Quando as experiências das crianças as fazem sentir-se seguras, o sistema de vinculação está calmo e disponibiliza a ativação de outros sistemas comportamentais, muito embora a criança não deixe de testar, periodicamente, se a disponibilidade da figura de vinculação continua a ocorrer (Bowlby, 1988/2005; Hazan & Shaver, 1994).

Conforme referiu Medawar (cit. por Bowlby, 1969/1997, p. 265), “a hereditariedade propõe e o desenvolvimento dispõe”². Longe de ser uma «tábula rasa» quando nasce, o ser humano já vem equipado com múltiplos sistemas comportamentais, prontos para se ativarem face aos estímulos que se encontram no meio. Alguns deles, como os sistemas primitivos mediadores do choro, sucção, do agarrar e da orientação, irão permitir o desenvolvimento posterior da vinculação (Bowlby, 1969/1997).

2.1.3. Fases de desenvolvimento da vinculação na infância

Nas crianças, os sistemas comportamentais mediadores da vinculação desenvolvem-se de uma forma relativamente estável, sempre que haja um ambiente familiar normal, e é sob

²Medawar, P. B. (1967). *The Art of the Soluble*. London: Methuen; New York: Barnes & Noble.

estas condições que Bowlby (1969/1997) apresenta o seu modelo de desenvolvimento da vinculação, estabelecendo-o em quatro fases ³:

A Fase 1, «Orientação e sinais com discriminação limitada da figura», decorre até aos três meses de idade, sendo já visíveis os comportamentos exibidos pelo bebé de orientação para os seres humanos, perante estímulos olfativos e auditivos: segue-os com o olhar, procura agarrá-los, sorri ou pára de chorar quando houve uma voz. Estes comportamentos são considerados precursores do comportamento de vinculação e a interação do bebé e da mãe propiciam as condições de desenvolvimento da criança. A este propósito, Hazan e Shaver (1994) esclarecem que estes cuidados do adulto são regulados por um sistema comportamental que se complementa: os sorrisos dos bebés recompensam os pais, o seu choro motiva a acalmá-los, os pais afastam-se e os bebés seguem-nos fisicamente ou com o olhar. Estes dois sistemas articulam-se para criar um tipo de relação que propicia a sobrevivência da criança.

A Fase 2, «Orientação e sinais orientados para uma ou mais figuras discriminadas», decorre entre os três meses e cerca dos seis meses de vida do bebé, revelando um pendor mais marcante para a figura que mais vezes se aproxima dele e que lhe é mais familiar. Pode interagir com ela mas não organiza essas interações de forma autónoma. Por outro lado, o cuidador vai aumentando a variedade de comportamentos e trocas afetivas através de expressões faciais, vocalizações e respostas aos sinais do bebé, e no final deste período estes padrões de interação diádica mantêm a criança organizada perante os seus níveis de actividade fisiológica (Bowlby, 1969/1997).

A Fase 3, «Manutenção da proximidade com uma figura discriminada através da locomoção e de sinais», pode estender-se entre os seis meses até um ano de idade, com possibilidade de se prolongar até aos dois/ três anos, dependendo da frequência de contactos próximos que a criança conseguirá estabelecer com a sua figura de vinculação: quantos menos contactos e menor manutenção da proximidade, mais longo é o processo. Com a emergência da linguagem e da locomoção, o repertório de respostas do bebé aumenta exponencialmente e torna-se mais efetivo. Segue a figura de vinculação, usa-a como base segura a partir da qual

³A formulação destas fases apoiou-se nos resultados das observações de muitos investigadores, salientando-se as de Wolf, em 1963, as de Mary Ainsworth, em 1967, e as de Schaffer e Emerson, em 1964, (Bowlby, 1969/1997) e os seus nomes originais são os seguintes: Fase 1 -“Orientation and signals with only limited discrimination of figure”; Fase 2 -“Orientation and signals directed towards one (or more) discriminated figure(s)”; Fase 3-“Maintenance of proximity to a discriminated figure by means of locomotion as well as signals”. Fase 4-“Formation of a goal-corrected partnership” (Bowlby, 1969/1997; p. 299).

explora o meio. Selecciona outras figuras de vinculação subsidiárias, trata os estranhos com reservas e pode acionar o sistema de alarme e o comportamento de retirada. Já pode conceptualizar a figura de vinculação como um objeto independente, persistente no tempo e no espaço, bem como de prever, ainda que rudimentarmente, os seus movimentos num contínuo espaço-temporal e de se ajustar a eles (Bowlby, 1969/1997).

A Fase 4, «Formação de uma parceria corrigida por objectivos», ocorre dos três aos quatro anos de idade e caracteriza-se pela emergência da capacidade de a criança se colocar no lugar do outro, embora se trate de uma capacidade ainda relativa. Observando o comportamento da sua figura de vinculação e o que o influenciou, a criança já elabora inferências sobre os objetivos dessa figura e dos planos que traçou para os alcançar. Também é capaz de aceitar uma separação mais prolongada da sua figura de vinculação, não deixando de lhe manifestar, de múltiplas formas, que o seu sentimento de segurança está associado à acessibilidade e responsividade dessa figura. Devido a esta aquisição de capacidades, os seus sistemas comportamentais corrigidos em função dos objetivos são, agora, mais complexos e o seu mundo mais sofisticado, onde passa a exibir comportamentos mais flexíveis e propícios a uma relação de parceria com a figura de vinculação, conforme palavras do autor:

“It can be said that a child is acquiring insight into his mother’s feelings and motives. Once that is so, the groundwork is laid for the pair to develop a much more complex relationship with each other, one that I term a partnership” (Bowlby, 1969/1997, p. 268)

2.2. O papel dos modelos internos dinâmicos na vinculação

Bowlby (1969/1997) e Ainsworth (1989) sublinharam a importância do papel das expectativas das crianças acerca da sensibilidade, disponibilidade e responsividade das mães, na construção dos seus modelos representacionais de si e dos outros como componentes centrais da sua personalidade. Estudos longitudinais da infância até aos primeiros anos escolares suportam a sua continuidade (Ainsworth, 1989; Hazan & Shaver, 1987) e, sendo estes modelos tendencialmente estáveis e perduráveis no tempo, irão funcionar como uma matriz que ao longo da vida influenciará as interações sociais e as relações íntimas (Bowlby, 1980/1998; Matos & Costa 2006). Para além disso, a interação da criança com os pais é igualmente influenciada pelas experiências precoces que cada membro do casal teve com os seus respetivos pais (Guedeney, A., 2004). Mas nem sempre é assegurada uma relação de vinculação sem problemas: mães lentas ou inconsistentes na resposta ao choro, mães

intrusivas ou que interferem nos seus desejos de atividades, como, por exemplo, forçar a criança a expressar afeto num determinado momento, produzem crianças que choram mais do que o habitual, exploram menos do que o normal, mesmo na presença da mãe, misturam comportamentos de vinculação com evidente raiva e geralmente aparentam ansiedade. Se, pelo contrário, a mãe rejeitar ou repulsar de forma consistente as suas tentativas de contacto físico, então a criança poderá aprender a evitá-la (Bowlby, 1969/1997; Hazan & Shaver, 1987). À luz do que se conhece sobre a dinâmica do sistema de vinculação e da necessidade inata pela segurança, a mudança de padrão, a ocorrer, será mais provável para o sentido da vinculação segura do que para a insegura, uma vez que a estratégia primária do sistema de vinculação será sempre a busca pela segurança (Hazan & Shaver, 1994).

No entanto, na vinculação segura, os modelos internos dinâmicos podem tender a mudar como resposta a alterações na disponibilidade e responsividade da figura de vinculação, originadas por problemas conjugais ou doença crónica, alterando as expectativas e as representações da vinculação da criança, antes, ou mesmo sem ocorrerem falhas do comportamento de caregiving (Waters, Hamilton & Weinfield, 2000).

2.3. Avaliação da Vinculação Parental na Infância

A ideia da existência de diferenças individuais na organização da relação de vinculação surge em 1978, com a Situação Estranha, o primeiro instrumento de avaliação da vinculação da criança aos pais, sobretudo à mãe, desenvolvido por Ainsworth, Blehar, Waters e Wall⁴ (cit. por Guedeney, A., 2004), que visa analisar o comportamento das crianças entre os 12 e os 18 meses de idade. Estas diferenças desenvolvem-se primariamente de acordo com as distintas experiências de interacção entre a criança e a figura de vinculação (Canavarro e colegas, 2006).

2.3.1. A Situação Estranha

A Situação Estranha é um contexto laboratorial estruturado, com duração aproximada de 20 minutos, durante os quais vão sendo induzidos níveis suficientes de stresse na criança para activar os seus comportamentos de vinculação. Os estímulos stressores são constituídos por um local não familiar à criança, pela interacção com uma pessoa que não conhece e por breves momentos de separação da mãe. No local, encontram-se brinquedos que permitem à

⁴Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, Z., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment – a Psychopathological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.

criança desenvolver actividades de exploração e de brincadeira. Esta situação é gravada em vídeo e visa observar os comportamentos de manutenção de proximidade, de procura de segurança e de base segura, sendo esperado que as crianças venham a adoptar estratégias para gerir a ansiedade causada pela separação e o reencontro, e reflectir as expectativas das crianças baseadas na experiência pretérita acerca da disponibilidade e responsividade da figura de vinculação (Bowlby, 1988/2005; Canavarro, 1999; Guedeney, A., 2004; Hazan & Shaver, 1994).

Os resultados das observações de Ainsworth, quer em ambiente familiar, quer em laboratório experimental com a Situação Estranha, conduziram-na à ideia de que havia uma relação entre padrões de vinculação e o estilo de maternagem, tendo chegado a três tipos distintos: Vinculação «Segura», ou Padrão B, Vinculação «Ansiosa/Ambivalente» ou Padrão C, e Vinculação «Ansiosa/Evitante» ou Padrão A (Canavarro, 1999; Guedeney, A., 2004; Hazan & Shaver, 1994).

Vinculação Segura - Em laboratório, as crianças exibem comportamentos de manutenção de proximidade e de procura de conforto com a figura de vinculação, e usam esta como base segura para explorarem o ambiente. Manifestam perturbação quando esta sai da sala, são confortadas quando volta, exploram o ambiente e estabelecem relação com a mãe enquanto ela está presente. Em casa, estes cuidadores mostram-se disponíveis e responsivos de forma consistente (Canavarro, 1999; Guedeney, 2004). Este é o padrão mais comumente observado e estudos de 1983 com amostras americanas, de Campos, Barrett, Lamb, Goldsmith e Stenberg⁵(cit. por Hazan & Shaver, 1994) apontaram para uma média de 60%.

Vinculação Ansiosa/Ambivalente - Em laboratório, as crianças necessitam sempre de contacto, mesmo antes da separação e após o reencontro com a mãe, procuram e resistem simultaneamente ao contacto com ela, manifestando receio de situações e pessoas diferentes. Aparentam ansiedade, zanga e um nível de preocupação com os cuidadores que as impede de explorar o ambiente. Em casa, os cuidadores exibem responsividade inconsistente aos sinais das suas crianças, revelando-se umas vezes indisponíveis e irresponsivos, outras, intrusivos (Canavarro, 1999; Guedeney, 2004). No mesmo estudo de Campos e colaboradores, este padrão mostrou-se o menos frequente, com média de 15% (Hazan & Shaver, 1994).

⁵Campos, J. J., Barrett, K., Lamb, M. E., Goldsmith, H. H., & Stenberg, C. (1983). Socioemotional development. In P. H. Mussen (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 2. Infancy and developmental psychobiology* (pp. 783-915). New York: Wiley.

Vinculação Ansiosa/Evitante - Em laboratório, estas crianças não aparentam perturbação à separação dos cuidadores, evitam o seu contacto quando estes regressam e mostram-se atentos aos brinquedos, embora com menos interesse e entusiasmo do que as crianças com vinculação segura. Apresentam baixa partilha de afectos e estabelecem relação com a pessoa estranha. Em casa, os cuidadores repelem de forma consistente os pedidos de conforto das crianças, especialmente os de contacto físico (Canavarro, 1999; Guedeney, 2004). No mesmo estudo apurou-se uma média de 25% deste padrão (Hazan & Shaver, 1994).

Mais tarde foi identificado um quarto padrão de vinculação, associado a crianças com figuras de vinculação deprimidas ou com distúrbios ou comportamentos abusivos, que foi denominada de vinculação «Desorganizada/Desorientada», ou Padrão D (Canavarro, 1999; Guedeney, A., 2004; Hazan & Shaver, 1994; Main, 1996).

Estudos de vinculação na infância realizados em 1995 por Cichetti, Toth e Lynch ⁶(cit. por Canavarro, 1999), com amostras obtidas em população normal, revelaram 70% de crianças com vinculação segura à mãe, 20% com padrão ansioso/evitante e 10% com padrão ansioso/ambivalente.

Schneider e colaboradores (2001) afirmaram que a Situação Estranha recebeu algumas críticas relativas à sua validade ecológica, bem como à interpretação errada da figura de vinculação classificada como evitante face aos comportamentos de independência exibidos pelas crianças.

2.3.2. Breve apontamento sobre a Vinculação ao Pai

Não obstante testemunhos da história e literatura atribuírem às figuras masculinas parentais a capacidade de estabelecerem relações fortes e de compromisso com os filhos (Ainsworth, 1989), os estudos de avaliação das relações de vinculação infantil ao pai têm evidenciado no passado uma relativa escassez (Bowlby, 1988/2005) e salientam a importância do papel das relações mãe-filho (Ainsworth, 1989; Belsky, 1996; Bowlby, 1988/2005; Bretherton, 1992; Canavarro, 1999; Rabouam & Morales-Huet, 2004).

Os papéis das mães e dos pais, como figuras de vinculação, podem ser tão diferentes e complementares como as suas influências nos resultados da criança (Bretherton, 2010). No entanto, durante muito tempo verificou-se, na organização social da cultura ocidental, que os

⁶ Cichetti, D., Toth, S. L., & Lynch, M. (1995). Bowlby's dream comes full circle – the Application of attachment theory to risk and psychopathology. In T. H. Ollendick & R. J. Prinz (Eds.), *Advances in clinical child psychology* (pp. 1-74). New York: Plenum Press.

papéis de fornecedores de cuidados aos filhos recém-nascidos atribuídos aos pais conferiam à mãe um lugar mais central (Ainsworth, 1989; Canavarro, 1999), sendo possível que a vinculação da criança à mãe tenha tido um elevado impacto nas suas relações futuras (Belsky, 1996). De acordo com Daniels-Beirness⁷ (cit. por Schneider & colaboradores, 2001), a qualidade da vinculação da criança ao pai talvez esteja mais associada às relações sociais da criança, especialmente nos rapazes em idade pré-escolar e nos primeiros anos de escola, sendo nesta altura que as amizades do mesmo sexo são a norma. No entanto, devido às alterações ocorridas nas últimas décadas na distribuição dos papéis profissionais aos homens e às mulheres, o pai passou a estar mais tempo com os filhos revelando um funcionamento adequado como prestador de cuidados à criança (Canavarro, 1999).

Através da aplicação da Situação Estranha e de outras medidas de avaliação aplicadas às crianças e respetivos pais, Belsky (1996) examinou os antecedentes da vinculação segura da criança ao pai, tendo verificado :i) que os pais das crianças seguras eram mais extrovertidos e agradáveis do que os pais de crianças inseguras, tenderam a ter casamentos mais positivos e experienciado emoções mais positivas entre o trabalho e a família; ii) que as crianças classificadas como evitantes exibiram temperamento mais positivo do que os filhos resistentes; iii) concluiu que globalmente, quanto mais valores familiares existirem ao nível da criança, do pai e do nível socio-contextual familiar, maior a probabilidade de uma vinculação segura.

2.3.3. Estudos de avaliação da Vinculação Parental na Infância

Estudos de Waters (1978) através da Situação Estranha evidenciaram a estabilidade das diferenças individuais dos comportamentos de vinculação: com uma amostra de 50 crianças, as classificações da vinculação das crianças aos 12 meses de idade distribuíram-se por 59% de seguros, 24% de evitantes e 18% de resistentes. Aos 18 meses voltaram a ser avaliadas, tendo 48 crianças revelado os mesmos estilos de vinculação.

Fox, Kimmerly e Schaffer (1991) verificaram que o estilo de vinculação a um dos progenitores dependia do estilo de vinculação ao outro progenitor, no sentido de uma maior probabilidade de a criança se vincular de forma semelhante ao pai e à mãe. Entre as possíveis explicações para este padrão, sublinham a existência de estilos parentais concordantes e/ou a

⁷ Daniels-Beirness, T. (1989). Measuring peer status in boys and girls: A problem of apples and oranges. In B. H. Schneider, G. Attili, J. Nadel, & R. P. Weissberg (Eds.), *Social Competence in developmental perspective* (pp. 107-120). Dordrecht, The Netherlands: Kluwer.

influência do temperamento infantil. Outros estudos compararam as relações de vinculação ao pai e à mãe durante a infância e adolescência e as relações amorosas na idade adulta, tendo fornecido dados em favor do importante papel das relações individualizadas com o pai (Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987). Por outro lado, Cobb (1996) também verificou que os estilos de resolução de problemas se associavam aos padrões específicos de vinculação dos pais, mães e adolescentes, uma importante conclusão com vista à intervenção na terapia familiar.

2.4. Avaliação da Vinculação Parental na Idade Adulta

2.4.1. Abordagens conceptuais de avaliação das diferenças individuais

Segundo Canavarro e colaboradores (2006), no processo de avaliação da vinculação adulta há três grandes tipos de abordagens conceptuais: as concepções categoriais ou tipológicas, as dimensionais e as prototípicas.

As concepções categoriais ou tipológicas tiveram a sua origem nos trabalhos de Ainsworth, com a avaliação da vinculação infantil através da Situação Estranha (Guedeney, A., 2004). Mais tarde, com os trabalhos de Hazan e Shaver (1987) e de Main (1999), passa-se do foco da organização comportamental infantil para a organização representacional na idade adulta: enquanto a equipa de Main avalia a representação da vinculação parental nos adultos através de uma entrevista, Hazan e Shaver (1987) irão avaliar a representação das relações amorosas com um instrumento de auto-resposta, ambos baseados no sistema de classificação das três categorias, de Ainsworth (Canavarro et. al., 2006).

As concepções dimensionais surgem como alternativa para ultrapassar alguns entraves metodológicos levantados pelos instrumentos categoriais (Canavarro, et. al., 2006). Alguns investigadores, como Collins e Read (1990) e Levy e Davis (1988), irão utilizar nas suas medidas as escalas de avaliação contínuas, uma vez que fornecem a possibilidade de os inquiridos se situarem ao longo de dimensões e assim conferir uma maior variabilidade entre os sujeitos, bem como possibilitam uma psicomетria mais precisa (Griffin & Bartholomew, 1994). No entanto, a abordagem dimensional origina perda de informação e dificulta o acesso a configurações significativas não redutíveis às dimensões, pelo que os investigadores tipológicos ou categoriais são vivamente aconselhados a não abandonar aqueles modelos (Brennan & Shaver, 1995; Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987).

A abordagem prototípica surge na tentativa de conciliar as duas anteriores, ao identificar as características de um grupo de indivíduos e simultaneamente considerar a sua

variabilidade individual dentro do grupo (Canavarro, et. al, 2006). De acordo com estes autores, o modelo mais representativo desta abordagem é o de Kim Bartholomew (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991).

Por serem os modelos mais utilizados nos estudos que consultámos, iremos descrever no ponto 2.4.2. o modelo de avaliação da vinculação parental adulta desenvolvido pela equipa de Main e no capítulo 3, nos pontos 3.4.1. e 3.4.2., os modelos de Hazan e Shaver (1987) e o de Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991), referindo ainda, no ponto 3.4.3., o modelo de Brennan e Shaver (1995), por este introduzir uma alternativa empírica ao modelo de Bartholomew.

2.4.2. O instrumento «Adult Attachment Interview» (AAI)

No contexto do Projecto de Desenvolvimento Social, na Universidade de Berkeley, George, Kaplan e Main⁸ (cit. por Faria et. al., 2007/2009) constroem, em 1984, o instrumento «Adult Attachment Interview» (AAI), para avaliar as diferenças individuais na representação da vinculação, com base em entrevistas realizadas aos pais das crianças que tinham sido avaliadas pela Situação Estranha.

A AAI é uma entrevista semi-estruturada de natureza biográfica, centrada na percepção dos adultos sobre as suas experiências de vinculação e respetivos efeitos durante a infância (Canavarro, 1999), e analisa a segurança do seu modelo interno da vinculação ou a segurança do self em relação à vinculação de forma global, e não especificamente no presente ou passado ⁹ (Faria, et. al, 2007/2009; Main, 1996). Há uma clara distinção entre as experiências primárias com o pai e a mãe, que terão sido vivenciadas no passado, e a forma como estas experiências se encontram representadas no tempo atual do adulto, as quais refletem o seu estado mental relativamente à vinculação. O sistema de codificação da AAI fornece escalas que incluem estes dois aspetos, sendo avaliado, entre outras dimensões, o nível de idealização dos pais, o nível de zanga e a coerência da narrativa durante a entrevista (De Haas e colegas, 1994).

⁸George, C., Kaplan, N., & Main, M (1985, 1996). *An adult attachment Interview protocol*. Unpublished Manuscript, Department of Psychology, University of California, Berkeley.

⁹ Dentre as 20 questões abertas e tópicos que formam o protocolo da entrevista, salienta-se o pedido aos inquiridos para, através de cinco adjetivos, descreverem as suas relações na infância com a mãe, e depois com o pai, e em seguida para relatar acontecimentos ou episódios específicos que sustentem a selecção de cada um daqueles adjetivos atribuídos aos progenitores ou outras figuras de vinculação que os tenham substituído. Este formato possibilita que os inquiridos se contradigam ou que não consigam aportar qualquer suporte para as suas afirmações (Canavarro, 1999; De Haas, Bakermans-Kranenburg & Van Ijzendoorn, 1994; Faria et. al., 2007/2009).

Do ponto de vista psicométrico, a AAI apresenta valores aceitáveis na fidelidade de resultados, validade discriminante e validade preditiva (Faria, et. al. 2007/2009) e possibilita uma nova dimensão da investigação ao nível das relações interpessoais, na psicopatologia das crianças e adultos e na transmissão intergeracional da vinculação (Faria e colaboradores, 2007/2009; Main, 1996; Perdereau & Atger, 2004; Schneider, et. al., 2001), embora possa ter limitações quando aplicado a adolescentes (Cobb, 1996).

A análise do discurso e o sistema de codificação permitiram classificar os comportamentos de vinculação em três padrões, semelhantes às categorias de vinculação de Ainsworth identificadas na Situação Estranha: o padrão F, «Seguro-Autónomo», o qual corresponde à categoria de vinculação segura; o padrão D, «Inseguro-Desligado», semelhante à classificação de inseguro-evitante, e o padrão E, «Inseguro-Preocupado», correspondente à classificação de inseguro-resistente-ambivalente (Canavarro, 1999; Faria, et. al., 2007/2009). Segue-se uma breve descrição dos três padrões:

Vinculação Segura-Autónoma – os sujeitos valorizam as relações de vinculação, aparentam coerência na forma como relatam as experiências de vinculação precoces, positivas e negativas, tendem a considerá-las importantes na organização da personalidade manifestando independência e objectividade na análise das suas experiências de vinculação. Ao nível da representação actual da vinculação, os indivíduos assumem uma perspectiva integradora das suas experiências positivas e negativas, traduzidas não só pela autocrítica sobre as dificuldades nas relações de vinculação, como pela crítica endereçada aos pais (Canavarro, 1999; De Haas, et. al., 1994; Faria, et. al., 2007/2009).

Vinculação Insegura-Desligada – os sujeitos minimizam a importância das experiências e das relações de vinculação e tendem a idealizar as experiências da infância manifestando dificuldades em concretizar com exemplos. Podem apresentar uma história relacional positiva sendo, no entanto, contradita pelas memórias ou pela incapacidade em fornecer evidências: existem experiências de rejeição directa e as de aparente proximidade com um adulto apresentam-se associadas a eventos geradores de medo de perda, ou de morte, embora não reconhecido. Outra característica destes sujeitos consiste na sua atitude de afirmação implícita de força, normalidade e autonomia e de negação da importância das relações de vinculação no desenvolvimento e nos efeitos da personalidade (Canavarro, 1999; De Haas, et. al., 1994; Faria et. al., 2009/2007).

Vinculação Insegura-Preocupada – ao nível da representação actual, os sujeitos aparentam estar ainda enredados nas suas experiências negativas de vinculação precoce, ora aceitando este estado de forma passiva, ora lutando contra ele sem sucesso. Muitas vezes manifestam zanga contra os pais e descrevem os acontecimentos de forma desordenada, sem objectividade nem coerência. Manifestam dificuldade em reflectir sobre as memórias de infância e maximizam a importância das relações de vinculação. Contudo, não conseguem ver o papel do self num sistema relacional nem são capazes de avaliar o seu papel nas relações sem a auto-depreciação. Não se centram nas questões de modo produtivo, objectivo ou incisivo durante a entrevista (Canavarro, 1999; De Haas, et. al., 1994; Faria, et. al., 2009/2007).¹⁰

Diversos estudos encontraram consistência na distribuição dos padrões de vinculação com a AAI: Waters, Merrick, Treboux, Crowel e Albersheim (2000) encontraram 50% de sujeitos seguros, 32% de desligados e 18% de preocupados, e Van Ijzendoorn e Bakermans-Kranenburg (2006) verificaram 58% de seguros-autónomos, 24% de desligados e 18% de preocupados.

As vulnerabilidades especiais ocorrem em crianças classificadas como desorganizadas/desorientadas (Main, 1996) e estudos prévios têm relacionado a vinculação desorganizada nas crianças com o recetor D4 da dopamina, ou a comportamentos da parentalidade disfuncionais, quer por perda ou trauma maternal não resolvidos, quer por parentalidade assustadora¹¹ (Van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2006).

A grande maioria dos indivíduos clinicamente afectados tem vinculação insegura (Main, 1996). A este propósito, Canavarro (1999) comparou os estilos de vinculação entre um grupo de sujeitos com perturbações emocionais e um grupo não clínico, tendo verificado que os sujeitos ansiosos do grupo clínico eram muito mais ansiosos do que os do grupo não

¹⁰Adicionalmente a estes três padrões de vinculação, Main & Goldwin* (cit. por Faria, et. al., 2009/2007) identificam o padrão U/d, que designa um estatuto de Não-resolvido/desorganizado, e o padrão CC, "cannot classify" (p. 131). O padrão U/d relaciona-se a experiências traumáticas de vinculação associadas a perdas ou a situações de abuso durante a infância. O padrão CC refere a impossibilidade de se encontrar nos indivíduos uma organização predominante de vinculação, manifestada por dissociação na narrativa e mudança incoerente na organização mental (Canavarro, 1999; Faria, et. al., 2009/2007)

* Main, M., & Goldwin, R. (1984-1998). Adult attachment scoring and classification system. Manuscrito não publicado, University of California at Berkeley, E.U.A.

¹¹ A este propósito, Van Ijzendoorn e Bakermans-Kranenburg (2006) confirmaram que o gene DRD4 exerceu papel moderador na desorganização da criança e que as crianças são distintamente susceptíveis a perdas ou traumas não resolvidos.

clínico, os seguros eram menos seguros do que os do grupo não clínico e os evitantes eram muito mais evitantes do que os não clínicos.

2.4.3. Contribuição de Portugal na avaliação da vinculação

De acordo com Canavarro et. al., (2006), Portugal tem contribuído com estudos empíricos na avaliação da vinculação a adolescentes e jovens adultos. Isabel Soares e sua equipa (Soares, 2007/2009) têm aplicado o instrumento AAI a diversos grupos da nossa população. A título de exemplo, referenciamos o estudo de Jongenelen, Soares, Grossmann e Martins (2006) que avaliou a vinculação a adolescentes e seus bebés durante a gravidez e um ano após o parto, através da AAI e da Situação Estranha, sendo também citados por Canavarro et. al. (2006) os trabalhos de Neves, Soares e Silva,¹² que validaram o «Inventory of Parent and Peer Attachment» (IPPA), que em Portugal recebeu a denominação de «Inventário da Vinculação na Adolescência».

Foi ainda validado por Canavarro o instrumento de auto-resposta «Adult Attachment Scale» (AAS), de Collins e Read (1990), que em Portugal recebeu o nome de «Escala de Vinculação do Adulto» (EVA) (Canavarro, et. al., 2006). Esta escala foi extraída das três afirmações de Hazan & Shaver (1987) e incluiu as crenças sobre a disponibilidade do cuidador, a sua resposta quando solicitada e as reacções à separação, aspetos da vinculação que não estavam anteriormente presentes.

Também Matos e Costa (2006) trabalharam na aplicação de duas entrevistas semi-estruturadas de Bartholomew e Horowitz (1991), a «Family Attachment Interview» e a «Peer Attachment Interview», em jovens adolescentes, com o objetivo de avaliar a vinculação aos pais e ao par romântico. As autoras verificaram regularidades nas representações das duas avaliações, quer ao nível temático e de conteúdo, quer ao nível da organização do discurso.

As duas medidas de avaliação da vinculação que interessam ao nosso estudo, o «Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe» (QVPM) e o «Questionário de Vinculação Amorosa» (QVA) foram desenvolvidas por Paula Mena Matos (Canavarro et. al, 2006; Matos, 2002; Matos e colaboradores, 2001; Matos & Costa, 2001a; 2001b), de acordo com a teoria da vinculação de Bowlby e Ainsworth, e o modelo protótipo de vinculação de Bartholomew

¹² Neves, L., Soares, I., & Silva, M. C. (1999). Inventário da vinculação na adolescência – IPPA. In M. R. Simões, M. M. Gonçalves & L. S. Almeida (Eds). Testes e provas psicológicas em Portugal, vol. 2 (pp. 37-48). Braga: APPOINT/SHO.

(Ainsworth, 1989; Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991; Matos & Costa, 2004; Moura, Spill & Matos, 2010), tendo sido aplicado a adolescentes e jovens adultos.

Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM)

Uma análise comparativa de «clusters» e vários procedimentos estatísticos configuraram semelhanças entre os três fatores do QVPM, «Qualidade do Laço Emocional», «Inibição da Exploração e Individualidade» e «Ansiedade de Separação e Dependência» e os quatro estilos de vinculação do modelo protótipo de Bartholomew: «Seguro», «Desinvestido» «Preocupado» e «Amedrontado» (Matos, 2002; Bartholomew & Horowitz, 1991).

O fator Qualidade do Laço Emocional remete para o grau de importância da figura parental percebida como figura de vinculação fundamental e única no desenvolvimento do indivíduo, recorrendo a ela em situações de necessidade e com quem o indivíduo projeta uma relação estável e duradoura (Matos & colaboradores, 2001; Moura & Matos, 2008). Este fator correspondeu ao estilo de vinculação Seguro, de Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991), evidenciando valores reduzidos de Inibição da Exploração e Individualidade, valores moderados de Ansiedade de Separação e Dependência e valores elevados de Qualidade do Laço Emocional (Matos, 2002). Os sujeitos adultos com este padrão de vinculação amorosa tendem a recordar-se dos pais como tendo sido compreensivos, aceitantes, carinhosos, benevolentes, não rejeitantes e menos punitivos e reportam relações mais carinhosas entre os pais (Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Matos, 2002; Matos & Costa, 2006).

O fator Inibição da Exploração e Individualidade avalia a percepção das limitações à expressão da individualidade dos sujeitos na relação com os outros, bem como das suas dificuldades relativamente à exploração do meio, características de uma vinculação insegura (Matos et. al., 2001; Moura & Matos, 2008). Este fator encontrou semelhanças com o padrão Desinvestido, de Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991), caracterizando-se por elevados níveis no fator Inibição da Exploração e da Individualidade e valores reduzidos nos fatores Qualidade do Laço Emocional e Ansiedade de Separação e Dependência (Matos, 2002). Os sujeitos adultos com padrão de vinculação amorosa Desinvestido tendem a descrever a mãe como mais rejeitante e fria e o pai como mais inflexível, impaciente, não razoável, com instabilidade emocional e indisponível do ponto de vista físico e emocional (Matos & Costa, 2006).

O fator Ansiedade de Separação e Dependência avalia a percepção de experiências de ansiedade e de medo da separação nas relações com a figura de vinculação, reveladora de uma vinculação insegura caracterizada pela dependência (Matos e colegas, 2001). Esta dimensão mostrou correspondência com o modelo protótipo do padrão Preocupado, de Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991), com níveis elevados no fator Ansiedade de Separação e Dependência e níveis moderados na Inibição da Exploração e da Individualidade e Qualidade do Laço Emocional (Matos, 2002).

Matos (2002) verificou que o estilo de vinculação Amedrontado, de Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991) diferencia-se dos outros padrões de vinculação do QVPM por evidenciar valores elevados na Inibição da Exploração e Individualidade e na Ansiedade de Separação e Dependência, sendo que na Qualidade do Laço Emocional apresenta valores inferiores aos padrões Seguro e Preocupado, com maiores diferenças ao primeiro. Na representação dos pais, os sujeitos do estilo Amedrontado vêem as suas tentativas cortadas para explorarem o meio e adquirirem autonomia e individualidade, mas por outro lado aparentam uma grande dependência emocional aos pais pelos seus elevados níveis de ansiedade de separação, com tendência à inversão de papéis tornando-se cuidadores dos pais, situação da qual terão dificuldade em sair (Matos, 2002). Os sujeitos adultos com elevada ansiedade e ambivalência, característicos dos padrões Preocupado e Amedrontado, tendem a relatar a relação com as figuras parentais com experiências de injustiça, de controlo e intrusividade, enquanto os Ansiosos/ambivalentes e os Evitantes tendem a percecionar a família como mais afastada emocionalmente, menos satisfatória e com menos capacidade de adaptação às mudanças (Hazan & Shaver, 1987; Matos & Costa, 2006).

Questionário de Vinculação Amorosa (QVA)

Uma análise comparativa de clusters determinou uma correspondência entre as dimensões do QVA - «Confiança», «Dependência», «Ambivalência» e «Evitamento» - e os quatro protótipos de vinculação do modelo de Bartholomew – Seguro, Preocupado, Amedrontado e Desinvestido (Bartholomew & Horowitz, 1991; Matos, et. al., 2001; Matos, 2002).

Sujeitos com médias mais elevadas na Confiança correspondem aos indivíduos do estilo Seguro. Estes indivíduos funcionam com modelos positivos de si próprios e dos outros, têm baixos níveis de ansiedade face à rejeição e abandono, por parte dos parceiros, e baixo nível de evitamento nas relações de intimidade e dependência, manifestando um equilíbrio

entre necessidades de proximidade emocional e dependência relacional. Reportam relações conjugais mais felizes, amigas, confiantes e estáveis, sendo capazes de aceitar e apoiar o parceiro, não obstante as suas falhas. Em situações de ciúme, são mais propensos do que os outros estilos a expressar a sua raiva em relação ao parceiro e a manter os relacionamentos (Bartholomew & Horowitz, 1991; Fraley & Shaver, 2000; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Matos et. al. 2001; Matos, 2002; Sharpsteen & Kirkpatrick, 2002).

Os indivíduos com médias mais elevadas na Dependência correspondem aos sujeitos do padrão de vinculação Preocupado. Estes indivíduos funcionam com representações negativas de si próprios e positivas dos outros, têm baixo nível de evitamento face à intimidade e dependência, apresentam uma necessidade de proximidade emocional aos outros e um elevado nível de ansiedade face à rejeição e abandono. São pessoas pouco confiantes que receiam o abandono e têm propensão para o ciúme e obsessão nas relações com o parceiro (Bartholomew & Horowitz, 1991; Fraley & Shaver, 2000; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Matos et. al. 2001; Matos, 2002; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997).

Os indivíduos com mais pontuações na Ambivalência correspondem aos sujeitos inseguros do estilo de vinculação Amedrontado. Caracterizam-se por uma elevada dependência dos outros na avaliação do seu valor pessoal, contudo, como funcionam com crenças negativas de si próprios e negativas dos outros, evitam a intimidade com medo das consequências associadas à perda ou à rejeição, apesar de terem profundo desejo de contacto social. Tendem a ter elevados níveis de ansiedade face à indisponibilidade, rejeição ou abandono dos parceiros, e elevados níveis de evitamento nas relações de intimidade e dependência dos parceiros, mantendo-se independentes deles quer ao nível psicológico, quer emocional. Coexistindo nestes indivíduos a necessidade de relações íntimas e a dificuldade em confiar nos outros, os sentimentos de inadequação ou vulnerabilidade pessoal contribuem para que se afastem dos outros. Em situações de ciúme, os mais ansiosos são mais propensos do que os outros estilos a resistir a expressar a sua raiva (Bartholomew & Horowitz, 1991; Fraley & Shaver, 2000; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Matos et. al. 2001; Matos, 2002; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997).

Finalmente, os indivíduos que apresentam médias mais altas no fator Evitante correspondem ao padrão Desinvestido. Estes indivíduos funcionam com modelos positivos de si próprios e negativos dos outros, o que faz minimizar as suas perceções de angústia ou de necessidades sociais, negando defensivamente a necessidade ou desejo destes contactos. Em

situações de ciúme, tendem a transformar a sua raiva e censura contra a pessoa intrusa. Possuem baixo nível de ansiedade e vigilância, face à possibilidade de rejeição e abandono do parceiro, e elevado nível de evitamento em relação à dependência e intimidade no relacionamento amoroso. Existindo desconforto nas relações íntimas e evitamento das mesmas, dão importância ao sentido de independência e auto-suficiência (Bartholomew & Horowitz, 1991; Fraley & Shaver, 2000; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Matos et. al. 2001; Matos, 2002; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997).

Durante a nossa investigação, encontrámos uma grande diversidade de estudos portugueses sobre a vinculação, o que sem dúvida tem robustecido a amostragem portuguesa, embora a maior parte incida na população adolescente e adultícia jovem.

2.5. Transmissão intergeracional da parentalidade

A teoria da vinculação coloca como hipótese que as experiências dos pais, relativamente à responsividade, rejeição ou ambivalência dos avós, conduzam a uma representação interna dos avós como (não-) responsivos às necessidades dos pais, e que esta representação interna irá influenciar o grau de responsividade dos pais na capacidade de a exibir para com os filhos (Bowlby, 1988/2005; Van IJzendoorn, 1992). Pais que receberam um elevado nível de responsividade na infância estarão mais abertos e receptivos aos sinais e necessidades dos seus filhos, do que aqueles que receberam rejeição ou ambivalência dos seus pais. No primeiro caso, estes pais serão mais capazes de se colocar na perspectiva dos filhos, os quais tenderão a não exibir sinais de ansiedade. No segundo caso, os pais devem reestruturar as suas representações internas com base nas experiências de vinculação após a infância. Esta reestruturação pode ser realizada com terapia ou com uma relação com um parceiro seguro, no entanto, supõe-se que seja resistente à mudança através de processos de aprendizagem normal (Bowlby 1988/2005).

A representação interna das experiências de vinculação pretéritas podem ser consideradas como o resultado de processos complicados de memória autobiográfica, em que as experiências antigas influenciam a percepção das experiências recentes (Bowlby 1988/2005). A este propósito, também o estudo de De Haas e colegas (1994) evidenciou que os modelos internos dinâmicos de vinculação são independentes do temperamento.

Salvaterra (2007) estudou um conceito básico da vinculação pouco investigado em Portugal – o conceito de intergeracionalidade na adopção – tendo os resultados confirmado o

papel fundamental da sensibilidade materna na organização da vinculação segura, em que o modelo representacional da mãe atua como fator mediador da qualidade dos cuidados prestados e das interações com a criança, e em que os novos modelos relacionais funcionam como fatores de proteção contra o risco genético.

As diferenças de padrões de resposta entre pais, avaliadas pela AAI, predizem formas correspondentes de comportamento da criança com a Situação Estranha, tanto em simultâneo como antes do nascimento do primeiro filho. Os pais que são coerentes e colaborativos na discussão de acontecimentos desfavoráveis têm crianças com vinculação segura (Main, 1996) e as classificações dos pais correspondem, de forma impressionante, à qualidade das relações de vinculação com os seus bebés avaliados pela Situação Estranha (De Has e colegas, 1994). Van Ijzendoorn (1992) confirmou esta correspondência tendo referido que a transmissão destes padrões pode ser explicada pelas diferenças de sensibilidade à responsividade: enquanto o adulto seguro é capaz de perceber os sinais da criança sem distorções, o inseguro pode ignorar ou alterar os sinais da criança por tenderem a desestabilizar a organização mental das suas experiências de vinculação passadas; outra hipótese aponta para a possibilidade de a criança poder imitar os padrões de resposta parental.

Waters e colegas (2000) examinaram a estabilidade dos tipos de vinculação ao longo do desenvolvimento em sujeitos que responderam ao AAI e que, 20 anos antes, tinham sido avaliados pela Situação Estranha. Os resultados confirmaram a hipótese de Bowlby, de que as diferenças individuais na vinculação segura podem ser estáveis ao longo do desenvolvimento e permeáveis a revisões, à luz das experiências de vida (Bowlby, 1969/1997).

2.6. Estudos de avaliação da Vinculação Parental em Adultos

Para Hazan e Shaver (1987), os melhores preditores do estilo de vinculação adulta são as percepções dos sujeitos, não só sobre a qualidade das relações com cada figura parental, como também sobre as relações dos pais entre si. No seu estudo, a distribuição dos sujeitos pelos estilos de vinculação de Ainsworth resultou em 56% de Seguros, 25% de Evitantes e 19% de Ansiosos/ambivalentes, proporções concordantes com outros estudos já mencionados. Os sujeitos seguros, quando comparados com os inseguros, reportam relações mais calorosas com ambos os pais e dos pais entre si. Os Evitantes, em comparação com os Ansiosos/ambivalentes, descrevem as suas mães como mais frias e rejeitantes e estes referem-

se às figuras paternas como injustas. Nas dimensões de felicidade, amizade, confiança e medo de proximidade, os dois grupos inseguros revelam diferenças significativas com os seguros, mas não entre si (Hazan & Shaver, 1987).

A teoria da vinculação postula que a vinculação segura, durante a infância, influencia as diferenças individuais nas representações adultas da vinculação (Waters e colegas, 2000). Os três estudos longitudinais realizados por estes investigadores com a aplicação da Situação Estranha e da AAI confirmaram que a vinculação segura foi significativamente estável nos dois primeiros estudos e que a descontinuidade observada em todos os três estudos tinha sido relacionada com eventos e circunstâncias de vida negativos.

O estudo de Duarte (2005), com a aplicação do QVPM, sugeriu que os indivíduos de vinculação segura, em relação aos outros padrões, apresentaram menor inibição da exploração e individualidade ao pai e à mãe e foram os desinvestidos que mostraram valores mais baixos de qualidade do laço emocional ao pai, face aos outros padrões. Na vinculação à mãe, os sujeitos do padrão Amedrontado apresentaram médias inferiores às do padrão Seguro na Qualidade do Laço Emocional à mãe, e no fator Ansiedade de Separação e Dependência foram os sujeitos seguros que apresentaram médias mais baixas do que os outros padrões, embora sem diferenças com o padrão Desinvestido. Também Kotler (1985) confirma a importância dos cuidados parentais no desenvolvimento de uma personalidade saudável e no seu reflexo nas relações conjugais mais satisfeitas, bem como no facto de relações conjugais fortes serem terapêuticas, no caso de um dos parceiros ter tido experiências parentais insatisfatórias na infância.

Aplicando a medida AAS em casais de namorados, Collins e Read (1990) verificaram que os sujeitos que percecionaram relações mais calorosas e de proximidade com os pais tenderam a aceitar que podiam depender dos outros e exibiram maior auto-estima e capacidade de expressar sentimentos, menos ansiedade face à perspectiva de abandono ou de não serem amados; os sujeitos que recordaram as mães como mais calorosas e responsivas sentiam-se mais confortáveis com a proximidade e a intimidade nas relações com o parceiro; os que percecionaram um estilo de maternagem ambivalente, caracterizada por fria e inconsistente, foram associados a maior ansiedade e menor dependência, menor auto-estima e menor confiança social. Estes dados convergem com a teoria da vinculação, em que as memórias de relações parentais influenciam os sentimentos de segurança na idade adulta. Relativamente ao género, não foram observadas diferenças entre os dois padrões.

Hazan & Shaver (1990) pretendiam demonstrar que a teoria da vinculação pode acomodar o amor e o trabalho de forma natural, partindo da noção de que o trabalho, nos adultos, é funcionalmente similar à noção de «exploração», de Bowlby (1969/1997; 1988/2005).

Verificaram que os sujeitos seguros abordam o trabalho com prazer, não são propensos ao medo de falhar nem se servem do trabalho para compensar necessidades de amor.

Os sujeitos ansiosos/ambivalentes reportam interferências de questões amorosas no desempenho do seu trabalho e com frequência têm medo de ser rejeitados por fraco desempenho laboral. A sua motivação no trabalho tem a ver com o ganho de respeito e de admiração por parte dos outros. São os menos remunerados, quando comparados com os outros estilos de vinculação, mesmo quando as diferenças na educação são controladas. Os autores apontam, como hipótese, este grupo tender a trabalhos de baixo estatuto, no entanto, só duas das doze categorias profissionais se associaram à vinculação: os professores ao estilo seguro, e os trabalhadores técnicos ao tipo ansioso/ambivalente.

Os indivíduos evitantes servem-se da atividade laboral para evitarem a interação social, argumentando que o trabalho interfere com os amigos e a vida social. Apesar de terem remunerações semelhantes aos dos sujeitos seguros, têm menor satisfação com o trabalho e menor propensão a férias agradáveis.

Nas variáveis sociodemográficas e o género, os autores verificaram que enquanto os homens possuíam graus universitários, auferiam médias entre \$20.000 a \$30.000, com mais frequência partilhavam assuntos de trabalho com as parceiras e, uma ou duas vezes, mantiveram relações amorosas extra-diádicas com colegas de trabalho, as mulheres não concluíram a universidade, auferiam entre \$10.000 a \$20.000, algumas vezes partilhavam assuntos de trabalho com os parceiros e nunca tiveram casos amorosos com colegas de trabalho.

Na distribuição por estilos de vinculação, obtiveram 50% de seguros, 30% evitantes e 19% ansiosos/ambivalentes, proporções convergentes com outros estudos (Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987).

2.6. Síntese

O conceito de «sistema comportamental da vinculação» contribui para explicar a necessidade inata dos laços afetivos entre os seres humanos, sendo o garante da sua própria sobrevivência.

Por outro lado, os estudos transculturais demonstram a natureza universal da vinculação ao longo das culturas e salientam o equilíbrio entre os aspetos universais da teoria da vinculação e os determinantes culturais que favorecem a adaptação da criança ao meio em que vive.

As relações de vinculação parental caracterizam-se pela sua assimetria e pela complementaridade.

A qualidade das respostas da figura de vinculação, ao nível da sensibilidade, disponibilidade e responsividade, irá influenciar as três funções da vinculação parental – a procura de proximidade, o porto seguro e a base segura. Com base nas experiências precoces de vinculação formam-se os modelos internos dinâmicos, os quais tendem a resistir à mudança e a acompanhar o indivíduo ao longo da vida.

As medidas de avaliação da vinculação Situação Estranha e AAI contribuíram para organizar as diferenças individuais nos comportamentos de vinculação e para compreender o importante papel de intergeracionalidade.

Estes instrumentos são, ainda, um importante contributo para a intervenção do psicólogo junto das crianças e famílias, em situações de perturbação originadas por vinculações não securizantes ou disruptivas.

CAPÍTULO III

VINCULAÇÃO AMOROSA

CAPÍTULO III – VINCULAÇÃO AMOROSA

Nos últimos anos, o campo de investigação dos relacionamentos tem vindo a evidenciar um interesse particular no amor romântico, com propostas de várias teorias para explicar as diversas características implicadas no amor. No entanto, elas podem ser integradas no quadro teórico da vinculação, em que o amor é conceptualizado como uma teoria emocional e como um conjunto complexo de sistemas comportamentais que envolvem a vinculação, o caregiving e o sexo (Hazan & Shaver, 1994).

A importância relativa destes sistemas irá variar ao longo da vida das relações e, dos três sistemas, o mais central é o da vinculação, o qual, por ter sido o primeiro a formar-se, virá a exercer influência na formação dos outros sistemas (Hazan & Shaver, 1994).

É em função dos objectivos subjacentes à escolha de parceiros que homens e mulheres orientam a sua conduta e, conseqüentemente, se posicionam face ao sexo oposto como alvo de conquista e, às do mesmo sexo, como rivais a suplantarem (Bleske-Rechek & Buss, 2006). Quanto maior for o número de critérios preenchidos por um indivíduo, maior será o seu poder de atratividade exercido no outro e, conseqüentemente, maior a sua capacidade de escolha, sendo também maior a sua exigência quanto aos critérios preenchidos pelo outro (Buss & Shackelford (2008).

Neste domínio, a verdadeira força da teoria da vinculação reside na sua capacidade de explicar quando e por que é que características particulares de uma pessoa devem ser atrativas. A atração interpessoal é motivada pelos comportamentos de vinculação, de caregiving e de acasalamento sexual, sendo estes dois últimos gradualmente integrados (Hazan & Shaver, 1994).

3.1. O papel da atratividade na escolha do parceiro

Dizer que estamos atraídos por uma pessoa é o mesmo que dizer que gostaríamos de estar física e psicologicamente próximos dela. Uma pessoa que queira prestar cuidados será mais atraída por alguém que necessite deles. Uma pessoa que procura satisfação de necessidades sexuais tenderá a sentir-se atraída por quem exiba sinais de disponibilidade e de valor sexual (Hazan & Shaver, 1994).

Esta dinâmica de atração entre parceiros foi encontrada em muitos casais: sujeitos que preferiam cônjuges emocionantes tenderam a casar-se com pessoas muito extrovertidas, gregárias, com boa aceitação de si próprias e baixo nível de ansiedade social. Homens que

desejavam parceiras de boa posição profissional tenderam a casar-se com mulheres com esta capacidade. Os que preferiam as mais descontraídas tenderam a ter esposas muito flexíveis e a levantarem-se tarde de manhã (Buss & Barnes, 1986).

Contudo, nem sempre são claras as associações entre as diferenças de género e as preferências do parceiro, sobretudo quando os fatores de covariância se revelam opostos: Buss e Barnes (1986) verificaram que os homens que preferiam esposas com inteligência artística tenderam a ter esposas muito ambiciosas, autónomas, masculinizadas, estáveis e com boa aceitação de si próprias, enquanto as mulheres que preferiam homens com inteligência artística tenderam a ter maridos com níveis elevados de neuroticismo, preguiça, emocionalidade e feminilidade.

Se em relacionamentos com objetivos sexuais a atração física pode ser marcadamente importante na escolha do parceiro (Hazan & Shaver, 1994), já em relacionamentos românticos outras diferenças de género são significativas: os homens, mais do que as mulheres, preferem parceiros fisicamente mais atrativos, enquanto as mulheres preferem, mais do que os homens, parceiros que exibam sinais de bons rendimentos económicos e de elevada educação académica (Buss & Barnes, 1986).

Estudos longitudinais sobre as escolhas de parceiros demonstraram que a maioria das mulheres continua a ter menos relacionamentos, valoriza a estabilidade e, na escolha do parceiro, a aparência física masculina é considerada um fator importante mas não preponderante, enquanto os homens continuam a procurar uma pluralidade de relacionamentos, dão maior importância aos fatores financeiros e a preferir mulheres com aptidões domésticas, mantendo o denominador das atratividades físicas (Buss, Shackelford, Kirkpatrick & Larsen, 2001). Outros estudos concluíram que os indivíduos diferem nas características desejadas preferindo companheiras semelhantes a si mesmos e que encarnem o que estes desejam, enquanto as mulheres expressam maior preferência do que os homens para uma grande variedade de traços de personalidade socialmente desejáveis (Buss & Shackelford, 2008).

Também um estudo de Watson, Klohnen, Casillas, Simms e Haig (2004) que avaliou em recém-casados a similaridade existente entre parceiros para uma dada característica, revelou que as semelhanças eram devidas à convergência entre os parceiros, aumentando as semelhanças com o tempo de relação.

3.2. As relações amorosas à luz da Teoria da Vinculação

Na abordagem do amor romântico, a teoria da vinculação sugere que o amor é um processo biológico e social baseado no sistema nervoso com o propósito de servir funções importantes (Bowlby, 1969/1997; 1988/2005). Este processo biológico foi designado pela evolução para facilitar a vinculação entre parceiros adultos sexuais, os quais, ao envolverem-se com amor, geram probabilidade de se tornarem pais de uma criança que virá a necessitar dos seus cuidados (Hazan & Shaver, 1987).

À complexidade de tarefas que envolve o período desenvolvimental da idade adulta associa-se, ainda, o alargamento do seu repertório comportamental¹. O estabelecimento das ligações afetivas não só mobiliza o seu repertório desenvolvimental, como também deverá considerar as questões associadas à continuidade e mudança na organização da representação da vinculação (Faria e colaboradores, 2007/2009; Mintz, 2004).

As relações amorosas e, particularmente, as relações de casal e o papel de progenitor vão reflectir, num certo modo, a construção dos tipos de vinculação quando são ativados os modelos internos dinâmicos (Hazan & Shaver, 1987; Mintz, 2004). Enquanto na infância e nos primeiros anos da adolescência as relações são assimétricas e complementares (Atger, 2004; Hazan & Shaver, 1987), no final da adolescência e na adultícia são a simetria e a reciprocidade que caracterizam os laços de vinculação, sendo cada parceiro simultaneamente fornecedor e recetor de apoio, conforto, atenção e segurança, tornando-se numa figuração de vinculação para o outro e utilizando-o como figura de vinculação para si próprio (Faria et. al., 2007/2009; Hazan & Shaver, 1994; Mintz, 2004).

3.2.1. Os sistemas comportamentais nas relações amorosas

As proposições centrais da vinculação amorosa em adultos são descritas por Fraley & Shaver (2000) desta forma: i) o sistema biológico que rege as dinâmicas emocionais e comportamentais das relações criança-cuidador é o mesmo que rege o das relações românticas adultas; ii) as diferenças individuais no comportamento de vinculação dos adultos reflectem

¹A idade adulta inclui novas tarefas e muitas mudanças: a um nível externo, dá-se o fim da escolaridade, a saída de casa dos pais, o desempenho de novos papéis socioprofissionais, a autonomia financeira, o viver em espaço próprio e a constituição de família própria por via do casamento e da parentalidade; a um nível intrínseco, espera-se do adulto as capacidades de autonomia e de intimidade. A autonomia envolve a consolidação da identidade, que deve integrar e promover um sentido de diferenciação do self, face aos progenitores e aos outros. A par desta diferenciação, o adulto deverá ser capaz de integrar a intimidade, a partilha e a interdependência nas suas relações de amizade ou de amor. É através da consolidação da autonomia e da intimidade que o adulto assegura o desempenho dos seus novos papéis desenvolvimentais, tais como o compromisso nas relações pessoais e profissionais e a parentalidade (Faria, et. al., 2007/2009).

as expetativas e crenças sobre si mesmos e sobre as suas relações próximas, com base nas suas histórias de vinculação; iii) estes modelos internos dinâmicos são relativamente estáveis no tempo e, como tal, podem ser reflexos das experiências precoces com o caregiving; iv) o amor romântico, como comumente se concebe, envolve a reciprocidade no apego, nos cuidados prestados e no sexo.

O sistema subjacente ao comportamento de vinculação é o comportamental, uma parte do qual é comum a muitas espécies, sendo constituído pelos sistemas que são subjacentes aos comportamentos reprodutivos, parentais, de alimentação e exploratório (Ainsworth, 1989). A vinculação é, então, um dos vários sistemas existentes na idade adulta, distintos entre si mas que se entrelaçam, onde se incluem os comportamentos de exploração, de prestação de cuidados, de afiliação e de acasalamento (Shaver, Hazan & Bradshaw, ² cit. por Hazan & Shaver, 1994).

Cada sistema tem funções específicas e responde a diferentes contextos ambientais. As relações entre os sistemas movem-se de um nível externo - as interacções observáveis - para um nível interno, de representação das crenças e das expetativas. Embora possa ainda ocorrer a necessidade do contacto físico, característica da vinculação infantil, os adultos são capazes de obter conforto a partir do mero conhecimento de que as suas figuras de vinculação podem ser contactadas se precisarem. No entanto, para Srouffe e Waters (1977), o que realmente importa é o sentimento de segurança e, para o adquirir, os adultos dispõem de mais opções do que as crianças. A primeira figura de vinculação de um adulto é, normalmente, um parceiro sexual.

Conforme referimos atrás (ponto 1.5.3., p. 27), as três funções/características da vinculação parental – proximidade, porto seguro e base segura - passam por um processo de transferência gradual durante as fases de desenvolvimento do indivíduo até à adultícia, sendo ao longo desse tempo redireccionada, uma a uma, dos pais para os pares (Hazan & Shaver, 1994). A formação de uma relação próxima entre dois indivíduos de qualquer idade forma-se no contexto de uma aproximação física, mas para se formar uma relação de vinculação tem que existir uma força poderosa que promova essa proximidade. Enquanto na infância a proximidade é regulada pelo sistema de vinculação e pelas necessidades de segurança da criança, nas relações românticas adultas poderá ser a atracção sexual do sistema de

²Shaver, P. R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds), *The psychology of Love* (pp. 68-99). New Haven, CT: Yale University Press.

acasalamento que funcione como instigador primário dessa procura de proximidade, o qual será o primeiro passo para a formação da vinculação (Hazan & Shaver, 1994).

Os adultos apaixonados preocupam-se um com o outro e tornam-se invulgarmente vígias aos sinais de responsividade da outra pessoa que, a existirem, conduzirão a sentimentos de segurança e de alegria, enquanto a não responsividade levará à ansiedade e aflição. Tanto na criança com o cuidador, como entre dois adultos apaixonados, forças poderosas atraem os indivíduos um ao outro e, nalgumas vezes, irão mantê-los juntos o tempo suficiente para se desenvolver um laço emocional, o qual é facilitado pelo contacto físico próximo (Hazan & Shaver, 1994).

O componente porto-seguro da vinculação irá desenvolver-se no contexto da proximidade (Hazan & Shaver, 1994). Para Reedy, Birren e Schaie (1981), a atração mútua e a paixão sexual são muito importantes no início de uma relação, mas o grau em que os parceiros dão conforto e apoio emocional um ao outro torna-se cada vez mais importante ao longo do tempo. A atração mútua e o interesse sexual podem juntar os casais, mas se os parceiros entre si não conseguirem satisfazer as necessidades mútuas de conforto e segurança, acabará por ocorrer a insatisfação. Kotler (1985) verificou que são os cuidados sensíveis e responsivos, e não a atração sexual, o preditor mais preciso da força conjugal.

Outro componente que caracteriza uma relação de vinculação é a base segura (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969/1997; 1988/2005; Canavarro, 1999; Hazan & Shaver, 1987, 1994). É assumido que existe, por parte dos pais para com os filhos, um compromisso para a vida, que surge desde que nascem e que nunca é questionado ou quebrado. No entanto, já na relação entre os pares, os compromissos tendem a ser menos robustos e mais expostos a fatores internos e externos (Levinger ³ cit. por Hazan & Shaver, 1994). Desta forma, uma relação entre pares pode servir de base segura se a relação se manteve durante um longo período de tempo e/ou se houve entre eles um acordo explícito de compromisso. O casamento reflete essa noção de compromisso, ocorrendo em cerimónias acompanhadas de um vínculo jurídico e de uma promessa pública, da parte dos noivos, de prestarem cuidados mútuos até à morte (Hazan & Shaver, 1994).

³Levinger, G. (1976). A social psychology perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*, 32 (1), pp.21-47.

3.3. Formação e fases de desenvolvimento das relações amorosas

Relativamente aos processos de formação da vinculação amorosa, Hazan e Shaver (1994) propõem um modelo constituído por fases, no decurso das quais estão presentes os componentes dos sistemas de vinculação e do caregiving. As fases constituem-se pela formação da vinculação, a qual atingirá a sua intensidade máxima no terceiro ano de relacionamento, a fase de atração sexual do sistema de acasalamento, que atinge a sua intensidade máxima no primeiro ano de relacionamento, a fase de estabelecimento da relação, durante a qual é ativado o comportamento de porto seguro. A última fase é formada pela correcção por objetivos da parceria e existe apenas numa relação de longo prazo, que inclui a base segura e o compromisso dos dois parceiros (Hazan & Shaver, 1994).

Alguns anos mais tarde, Zeifman e Hazan⁴ (cit. por Mintz, 2004) especificam quatro fases, durante as quais o laço de vinculação se vai formando até ao segundo ou terceiro ano de relacionamento, fases a que deram o nome de «Pré-vinculação», «Vinculação em vias de constituição», «Laço de vinculação» e «Parceria corrigida quanto aos objetivos».

A Pré-vinculação corresponde à fase do flirt e, se o objetivo não for unicamente a satisfação sexual, a natureza das relações, caracterizada pelos comportamentos dos beijos, das trocas de olhares prolongados e das relações sexuais, irá facilitar o desenvolvimento de um laço de vinculação posterior.

A Vinculação em vias de constituição caracteriza-se pela altura em que “nos apaixonamos” (Mintz, 2004, p. 184), sendo um estado acompanhado de stresse biológico. A proximidade física já não é motivada somente pela atração sexual, mas também pela procura de uma intimidade e de fonte de segurança. Nesta fase, trocam-se emoções, cada um revela ao outro a sua história, os seus medos e experiências dolorosas e estas trocas servem para testar a resposta do outro, de forma a garantir a cada um deles que o outro se torne um suporte emocional para o próprio.

O Laço da Vinculação é a fase relativa ao “estarmos apaixonados” (Mintz, 2004, p. 184). A atracção sexual cede a sua importância para as trocas emocionais, que passam a ocupar o lugar principal nos vínculos. As experiências acumuladas de busca de conforto e de segurança, proporcionadas pelas trocas, estabelecem o vínculo amoroso. Cada parceiro torna-se porto seguro um do outro, recorre a ele em caso de necessidade e manifesta ansiedade à

⁴Zeifman, D., & Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments: Reevaluating the evidence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 436-455). New York: The Guilford Press.

separação deste, sinais que caracterizam uma vinculação já formada. O stresse biológico que ocorreu na fase anterior dá lugar, nesta fase, aos sentimentos de calma e de tranquilidade mediados pelo sistema opióide.

A fase Parceria corrigida quanto aos objetivos corresponde ao “pós-romance” (Mintz, 2004, p. 184). Diminuem os comportamentos que favorecem o desenvolvimento de um laço de vinculação porque deixam de ser prioritários, uma vez que a ligação de vinculação já se formou numa profunda interdependência emocional, para dar lugar aos comportamentos de exploração.

3.4. Avaliação da Vinculação Amorosa

Para Faria et. al. (2007/2009), a teoria da vinculação tem atraído investigadores de duas tradições conceptuais diferentes: a perspetiva desenvolvimental, que enfatiza o papel da representação das experiências precoces de vinculação e sua influência na trajetória do indivíduo, e a perspetiva social e da personalidade, focada no modo como a teoria da vinculação se aplica ao estudo das relações interpessoais e dos processos de personalidade.

A estas distintas conceções associam-se distintos processos de avaliação, estando as medidas de cariz representacional associadas à perspetiva desenvolvimental e os instrumentos de auto-relato à perspetiva social.

3.4.1. Modelo de Hazan e Shaver: vinculação segura, ansiosa/ambivalente e evitante

Cindy Hazan e Phillip Shaver foram os primeiros investigadores que estudaram os padrões de vinculação aplicados às relações amorosas em adultos (Perdereau & Atger, 2004), perspetivados como uma continuidade⁵ dos padrões de vinculação da criança às suas figuras significativas (Hazan & Shaver, 1987; 1994).

Criam um instrumento de avaliação, o «Attachment Style Questionnaire» (ASQ), constituído por três parágrafos com breves afirmações sobre sentimentos e comportamentos associados à perceção dos sujeitos sobre as suas relações amorosas. Cada parágrafo

⁵Para Hazan & Shaver (1987), esta continuidade é uma continuidade pessoal. Na utilização dos termos «seguro», «evitante» e «ansioso/ambivalente», há investigadores da vinculação que vacilam entre utilizarem os termos nas relações ou na categorização de pessoas. Os autores reconhecem que as relações são complexas e constituem um fenómeno muito poderoso com efeitos que vão muito além dos preditos pelas variáveis da personalidade. A título de exemplo, um sujeito seguro, ao tentar construir uma relação com uma pessoa ansiosa/ambivalente, pode ser impelido a sentir e a agir como um evitante, da mesma forma que um indivíduo evitante pode provocar num parceiro seguro sentimentos e condutas de um ansioso. Para os autores, estas interações merecem outros estudos em sede própria.

corresponde a uma das três categorias da Situação Estranha, de Ainsworth - Seguro, Ansioso/ambivalente e Evitante - e o sujeito ao escolher, de entre as três, aquela que melhor lhe corresponde, está a definir o seu padrão de vinculação (Hazan & Shaver, 1987; Perdereau & Atger, 2004). Passamos a descrever um breve resumo das características destes padrões:

Vinculação Segura – Os indivíduos descrevem a sua relação conjugal de forma positiva caracterizando-a como feliz, confiante e estável, sendo capazes de aceitar e apoiar o parceiro apesar das suas falhas. Funcionam com crenças positivas acerca de si próprio e dos outros e defendem que os sentimentos românticos não desaparecem totalmente com o tempo. Adotam estratégias sexuais a longo prazo, tendo relações mais duradouras. Os casais seguros apresentam níveis de satisfação conjugal mais elevada e divorciam-se menos. As suas relações são em média mais longas do que as dos sujeitos dos outros estilos de vinculação (Hazan & Shaver, 1987).

Vinculação Insegura Ansiosa/ambivalente – Os casais desejam intensamente a reciprocidade, manifestam elevado desejo sexual e apresentam variações recorrentes ao nível emocional. São pouco confiantes, apaixonam-se de forma precoce, tendem ao amor obsessivo, manifestam com frequência ciúme e receio de ser abandonados. Apresentam reduzida capacidade para criar vinculações românticas e de compromisso e podem criar vínculos antes de a relação estar estabelecida (Hazan & Shaver, 1987).

Vinculação Insegura Evitante – Os indivíduos não estabelecem relações de intimidade nem de proximidade, são ciumentos e sentem dificuldades em se aceitarem mutuamente. As suas relações são marcadas pelo medo da intimidade, possuem um limiar elevado para o estabelecimento de relações românticas e de compromisso. Estes sujeitos referem que o amor romântico raramente dura e que é raro encontrar uma pessoa por quem se apaixonem (Hazan & Shaver, 1987).

As vantagens do ASQ residem na brevidade e facilidade de administração, e como limitações algumas qualidades psicométricas e a estabilidade temporal. Para tentar remediar estas desvantagens, os autores vieram a decompor as três afirmações em tantos itens quanto os necessários (Perdereau & Atger, 2004). Também Collins e Read (1990) criticaram o carácter categorial daquele instrumento, criando como alternativa o «Adult Attachment Scale» (AAS) para avaliar se os três estilos definidos por Hazan e Shaver (1987) eram os melhores para descrever a natureza da vinculação. Encontraram correspondência com o mesmo padrão de

diferenças mas, por ser uma medida mais sensível, maximiza as diferenças entre grupos e permite examinar a distribuição dos sujeitos por cada dimensão, obtendo resultados diferentes dos obtidos por Hazan e Shaver (1987), com mais pessoas classificadas como ansiosas, a maioria das quais anteriormente classificada como seguras (Collins & Read, 2000).

3.4.2. Modelo de Kim Bartholomew: as dimensões do self e do outro

Retomando o princípio básico da teoria da vinculação de Bowlby, que postula que as relações precoces das crianças com as suas figuras de vinculação fornecem um protótipo para as relações sociais posteriores, Kim Bartholomew propõe um novo modelo (vide Anexo I, Figura 1) que enquadra quatro estilos de vinculação característicos da adultícia: «Seguro», «Preocupado», «Amedrontado» e «Desinvestido» (Bartholomew, 1990, 1997), que desenvolveremos mais à frente.

Subjacentes a estes quatro estilos, encontram-se duas dimensões intersectadas que são correspondentes às representações do self, positivas ou negativas, e às representações face aos outros, positivas ou negativas (Bartholomew, 1997). Para avaliar estes quatro estilos de vinculação adulta, Bartholomew e Horowitz (1991) criam o instrumento de auto-relato «Relationship Questionnaire» (RQ), um questionário formado por quatro curtos parágrafos que descrevem o protótipo de cada um dos quatro estilos de vinculação⁶.

As medidas de auto-relato confirmaram as três anteriores dimensões de vinculação adulta, de Hazan e Shaver (1987), e as duas dimensões - os modelos do self e do outro - servem como quadro organizador para diferentes abordagens (Griffin & Bartholomew, 1994).

A positividade do modelo do self indica o grau com que os sujeitos internalizaram um sentido de merecimento de si próprio e assim esperam dos outros uma resposta positiva. Deste modo, o modelo do self está associado ao grau de ansiedade e dependência experimentados nas relações de proximidade. A positividade do modelo de representação dos outros indica o grau com que os sujeitos internalizaram expectativas de disponibilidade e apoio por parte dos outros (Griffin & Bartholomew, 1994).

⁶ Griffin e Bartholomew (1994) avaliaram a validade deste modelo através de três estudos, tendo recorrido a cinco métodos: os auto-relatos, os relatos dos amigos, os relatos do parceiro e avaliações de juízes treinados em vinculação entre pares, bem como de juízes treinados em vinculação na família. Em cada estudo confirmaram a validade convergente e discriminante das quatro dimensões do modelo: os modelos do self dos indivíduos foram convergentes com medidas directas da positividade dos conceitos do self, e os modelos do outro foram convergentes com medidas directas da positividade das suas orientações interpessoais.

Estas quatro representações vêm dos modelos internos dinâmicos, os quais, por serem normalmente estáveis no tempo, permitem que os sujeitos mantenham de forma consistente os seus padrões de funcionamento sobre o self e os outros, ao longo das etapas das suas vidas (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991; Henderson, Bartholomew & Dutton, 1997; Perdereau & Atger, 2004).

No seu modelo protótipo, mantêm-se as classificações do modelo de vinculação precedente de três categorias de Hazan & Shaver (1987), a que dá os nomes de Seguro e Preocupado, mas passam a ser diferenciados dois estilos de evitamento que correspondem a dois modelos diferentes do self face à hesitação no estabelecimento de relações de intimidade: o estilo Amedrontado e o estilo Desinvestido (Bartholomew, 1990; Griffin & Bartholomew, 1994). Passamos a fazer uma breve descrição dos seus quatro padrões de vinculação:

Estilo Amedrontado – Estes indivíduos funcionam com modelos negativos de si próprios e dos outros. Vêm-se como não merecedores do amor e apoio dos outros, têm elevada ansiedade e evitamento face aos outros, com um desejo consciente de contacto social mas que é inibido por medos associados às suas consequências. Na regulação emocional e comportamento interpessoal são indivíduos de elevada dependência dos outros na avaliação do seu valor pessoal, contudo, em razão das expectativas negativas que têm face aos outros, evitam a intimidade para, assim, evitarem a dor de uma potencial perda ou rejeição (Bartholomew, 1990; Griffin & Bartholomew, 1994).

Estilo Desinvestido – Estes sujeitos possuem um modelo positivo do self e um modelo negativo dos outros, o que faz com que fiquem minimizadas as suas percepções subjetivas de angústia ou de necessidades sociais, negando defensivamente a necessidade ou desejo de maiores contactos sociais. Assim, têm baixo nível de ansiedade e elevado evitamento. Na regulação emocional e comportamento interpessoal evitam a proximidade com os outros, em razão das expectativas negativas que deles têm. Contudo, são sujeitos que detêm um elevado sentido de merecimento pessoal, de modo a negarem defensivamente o valor de relações íntimas e a exacerbarem a importância da independência (Bartholomew, 1990; Griffin & Bartholomew, 1994).

Estilo Seguro – A contrastar com aqueles dois estilos, os indivíduos seguros possuem modelos positivos de si e dos outros, apresentando níveis baixos de ansiedade e evitamento face à intimidade. Têm internalizado não só um sentido de merecimento do self, como um sentido de conforto com a intimidade nas relações próximas (Griffin & Bartholomew, 1994).

Estilo Preocupado – Estes sujeitos apresentam um modelo negativo do self e positivo dos outros e caracterizam-se por possuírem elevada ansiedade e baixo evitamento. Tanto os preocupados como os amedrontados são sujeitos que têm um profundo sentido de auto-desmerecimento. No entanto, o facto de terem o outro modelo positivo motiva-os a validarem o seu precário sentido de merecimento pessoal, através de uma excessiva proximidade nas relações interpessoais, sendo vulneráveis a uma extrema aflição quando os outros não satisfazem as suas necessidades profundas de intimidade (Griffin & Bartholomew, 1994).

As diferenças individuais na vinculação têm implicações na qualidade das relações românticas adultas e podem ser, inclusive, úteis na compreensão das relações conjugais violentas. Nestas diferenças, podem concorrer fatores como a estabilidade dos padrões de vinculação, as associações entre a vinculação e os fatores gerais da personalidade, as avaliações da vinculação pelo modelo categorial ou pelo modelo protótipo e a identificação de múltiplas vinculações na adultícia (Bartholomew, 1997).

3.4.3. Modelo bidimensional de Brennan, Clark e Shaver: ansiedade e evitamento

De forma a otimizar o sistema dimensional da vinculação amorosa na organização das diferenças individuais, Brennan, Clark e Shaver ⁷(cit. por Fraley & Shaver, 2000) vêm identificar duas dimensões de vinculação - a Ansiedade e o Evitamento - que intersejam os estilos de vinculação seguro, desinvestido, preocupado e amedrontado, de Kim Bartholomew (Bartholomew, 1990, 1997; Bartholomew e Horowitz, 1991) e que surgem empiricamente como alternativa ao modelo de duas dimensões do self e do outro (vide Anexo I, Figura 2).

A ansiedade é definida pelo nível de preocupação sentido pelas pessoas de que os seus parceiros possam não estar disponíveis ou que possam abandoná-los, ou seja, corresponde à ansiedade e vigilância face à rejeição e abandono, enquanto o evitamento corresponde ao desconforto com a intimidade e dependência, sendo respeitante ao grau com que as pessoas desejam restrição de intimidade com os seus parceiros e se mantêm independentes deles ao nível psicológico e emocional (Fraley & Shaver, 2000).

Baixos resultados nas dimensões da ansiedade e evitamento correspondem ao padrão de vinculação segura; baixos níveis no evitamento e elevados na ansiedade são característicos

⁷Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press

dos indivíduos preocupados; elevados valores de ansiedade e evitamento correspondem aos sujeitos amedrontados/evitantes; baixos níveis de ansiedade e elevados níveis de evitamento são relativos aos desinvestidos/evitantes (Fraley & Shaver, 2000).

3.5. Estudos de avaliação da Vinculação Amorosa

Sharpsteen e Kirkpatrick (1997) demonstraram que os aspetos emocionais, comportamentais, cognitivos e de ciúme romântico estavam relacionados com as diferenças individuais dos estilos de vinculação e consistentes com a teoria da vinculação. Por exemplo, os participantes ansiosos eram relativamente mais propensos do que os outros a resistir a expressar a sua raiva, enquanto os evitantes tenderam a transformar a sua raiva e censura contra a pessoa intrusa e os seguros mais propensos a expressar a raiva em relação ao parceiro e a manter o seu relacionamento. Na conclusão do estudo, sugerem que as diferenças nos estilos de vinculação – e não só as diferenças ao nível da segurança – são preditivas das diferenças qualitativas individuais nas experiências de ciúme.

Feeney e Noller (1990) encontraram correlações entre a história de vinculação dos sujeitos e as suas crenças acerca das relações: os sujeitos seguros reportaram perceções positivas das suas relações familiares; os evitantes relataram a separação das suas mães durante a infância e expressaram desconfiança acerca dos outros; os ansiosos/ambivalentes tiveram perceções de menor suporte da figura paterna, quando comparados com os evitantes, e revelaram falta de autonomia e desejo de se comprometerem profundamente nas relações.

Canavarro (1999) verificou que nos indivíduos que não estabelecem relação com o sexo oposto, os dos estilos de vinculação ansiosa e evitante apresentam médias superiores naqueles padrões do que os que estabelecem relações com o sexo oposto.

Diversos investigadores (Shaver & Hazan, 1988; Levy & Davis, 1988; Feeney & Noller, 1990) compararam o modelo de amor de Lee (1973), com os estilos de vinculação amorosa propostos por Hazan e Shaver (1987), tendo demonstrado que a vinculação segura correspondia ao estilo de amor de Eros – amor apaixonado e com forte atração física - e ao estilo Agape – amor altruísta, amigo e desinteressado - a vinculação evitante foi associada ao estilo Ludus - amor como um jogo e descomprometido - e a vinculação ansiosa/ambivalente relacionada com o padrão de amor possessivo e dependente do estilo Mania.

Levy e Davis (1988) encontraram ainda correlações entre aqueles estilos de vinculação e o modelo de componentes do amor, de Sternberg (1986), tendo a vinculação segura sido associada a elevadas médias de paixão, intimidade e compromisso, enquanto as vinculações

ansiosa/ambivalente e evitante apresentaram valores muito baixos naqueles componentes. A maior diferença encontrada entre estes dois estilos de vinculação residiu no facto de a vinculação evitante ter sido associada à falta de compromisso e a ansiosa/ambivalente à dominação na resposta ao conflito.

Brennan e Shaver (1995) também observaram associações significativas entre as dimensões da vinculação e a satisfação com a relação, a sexualidade sem intimidade, as desordens alimentares e os motivos para beber.

Simpson, Collins e Salvatore (2011) concluíram que a qualidade das relações românticas está sistematicamente associada às experiências de relacionamento que ocorrem muito cedo na vida, bem antes de os indivíduos formarem memórias conscientes, sendo afetada pelo que acontece em diferentes tipos de relacionamentos nas fases intermediárias de desenvolvimento social, incluindo as relações com parceiros românticos na vida adulta.

Estudos de Collins e Read (1990) demonstraram que as diferenças dos estilos de vinculação estão relacionadas com as crenças acerca do self e dos outros e são consistentes com a teoria da vinculação: os sujeitos mais seguros exibiram maior conforto com a proximidade e eram mais capazes de depender dos outros, tinham percepção positiva de si próprios, melhor auto-confiança social, eram mais otimistas acerca do mundo e da natureza humana em geral e tinham maior controlo sobre a própria vida; os sujeitos ansiosos exibiram crenças negativas de si e dos outros, e a maior ansiedade nas relações associou-se a uma percepção desvalorizadora de si próprio, menor confiança social, falta de assertividade e pouco altruísmo; os sujeitos evitantes e os sujeitos ambivalentes exibiram perspetivas mais negativas e de desconfiança sobre os outros. Quando cruzaram os estilos de vinculação amorosa com os estilos de amor de Lee (1973), os sujeitos mais confortáveis com a proximidade tinham maior tendência para o estilo Agape, enquanto os mais dependentes e ansiosos eram mais propensos ao estilo Mania. Na relação pais-parceiros românticos, os resultados sugeriram que as pessoas podem tender a procurar parceiros para os quais o seu sistema de vinculação está preparado para responder. Tanto para os homens como para as mulheres, as descrições da figura parental do sexo oposto foram preditoras das dimensões da vinculação dos parceiros, mas tal não aconteceu com a figura parental do mesmo sexo nem a componente preditora da vinculação foi a mesma para os dois géneros: nos homens, os valores preditores das mães recaíram na ansiedade da companheira, enquanto nas mulheres os preditores dos pais foram no conforto com a proximidade e na capacidade de poder depender dos outros do companheiro. Estes resultados sugerem que, apesar de ambos os pais poderem contribuir para as crenças dos

filhos e do seu mundo social, a figura parental do sexo oposto pode ser usada como modelo de crenças e expectativas nas relações heterossexuais e no que as pessoas esperam de um parceiro romântico.

3.6. Síntese

No quadro teórico da vinculação, o amor é conceptualizado como uma teoria emocional e um conjunto de sistemas comportamentais que incluem a vinculação, a prestação de cuidados e o sexo.

As relações de vinculação adulta assentam na simetria e reciprocidade. A sua construção envolve a transferência gradual das três funções da vinculação parental dos pais para os pares, e parece ser motivada pela necessidade de segurança, de gratificação sexual ou de prestação de cuidados.

A proximidade física e emocional são fundamentais para a construção da intimidade. Embora a atração física e o relacionamento sexual sejam muito importantes nas primeiras fases da relação, numa fase posterior do relacionamento passa a ser atribuída maior importância ao apoio emocional e conforto recíprocos, possibilitando aos parceiros virem a tornar-se no porto seguro um do outro.

O número de estilos de vinculação dos adultos não é consensual, uma vez que os investigadores propõem um estilo seguro e em número variável os estilos inseguros. Hazan e Shaver (1987) foram os pioneiros na avaliação da vinculação amorosa em adultos e tiveram o mérito de inspirar outros investigadores no desenvolvimento de outras metodologias de avaliação e modelos de vinculação adulta.

As diferenças individuais na vinculação têm implicações na qualidade das relações românticas adultas, concorrendo fatores como a estabilidade dos padrões de vinculação, as associações entre a vinculação e os fatores da personalidade, a metodologia das avaliações da vinculação, as múltiplas vinculações na adultícia e a qualidade das experiências sociais tidas com o meio.

A literatura revista parece ser concordante sobre a existência de correlações entre a história de vinculação dos sujeitos e as suas crenças acerca das relações atuais.

CAPÍTULO IV

SATISFAÇÃO COM A RELAÇÃO

CAPÍTULO IV – SATISFAÇÃO COM A RELAÇÃO

Se há umas décadas atrás o casamento era assumido como um contrato formal entre famílias e grupos sociais com objetivos económicos e políticos, as mudanças sociais, estruturais e políticas ocorridas no século XX conduziram à alteração do paradigma conjugal (Lobo & Conceição, 2003).

Nos dias de hoje, verificamos que as relações entre casais baseiam-se muito mais no amor e nos afetos (Duarte, 2005), mas apesar de o número de divórcios aumentar (INE – DGPI/MJ de 2012), os recasamentos até ao século XIX eram tão numerosos com viúvos como aqueles que se verificam hoje, com divorciados¹ (Lobo & Conceição, 2003). Em 2000, nos 13% dos casamentos registados em Portugal, pelo menos um membro da díade era não solteiro, totalizando 8.428 casos, sendo este um indicador de evolução crescente das últimas décadas (Lobo & Conceição, 2003).

Na nossa opinião, estes dados sugerem que as pessoas continuam a desejar viver as suas vidas ao lado de um companheiro, através da criação de laços afetivos na busca da felicidade conjugal.

4.1. Enquadramento conceptual da satisfação conjugal

Na literatura, os conceitos de felicidade conjugal, ajustamento, satisfação com a relação e qualidade da relação surgem como praticamente sinónimos, justificando-se este emaranhado conceptual pela proximidade de significações entre eles e pelas intercorrelações, particularmente entre a qualidade conjugal e a satisfação conjugal (Narciso & Costa, 1996; 2001/2002).

Para Narciso e Costa (2001/2002), avaliar a satisfação conjugal é considerar a avaliação realizada pelo casal ou por cada um dos parceiros, sendo um dos pontos nodais da conjugalidade a qualidade da vida em comum que é percecionada por eles, ou seja a maior ou menor satisfação da relação. Estes dados são convergentes com Watson et. al., (2004), que verificaram que a satisfação conjugal é, primariamente, uma função das características do próprio avaliador e que tem pouca relação com as semelhanças com o cônjuge.

¹ O estudo de Lobo e Conceição (2003) evidencia que os recasamentos têm tendência a ocorrer entre homens divorciados com mulheres mais novas e solteiras, enquanto as divorciadas recasam com divorciados com a mesma idade ou mais velhos. As divorciadas com menos de 30 anos recasam mais rapidamente logo após o divórcio do que as mais velhas, e as que não recasam naquela altura mantêm-se na monoparentalidade até muito mais tarde.

A partir de uma revisão da literatura, Narciso e Costa (2001/2002) sugerem que a satisfação conjugal é uma avaliação subjetiva de vários processos, que incluem: 1) os processos conjugais vividos, que a um nível comportamental englobam o funcionamento conjugal na comunicação, nos conflitos, na resolução de conflitos e no controlo da relação; 2) os processos afetivos, os quais envolvem o amor como sentimento, e os processos relacionais afetivos que promovem e são promovidos pelo amor, tal como a intimidade e o compromisso; 3) os processos cognitivos, isto é, as cognições pessoais que incluem os pressupostos, padrões, perceções, atribuições, expectativas, que não só influenciam a relação como são influenciados por esta.

Deste modo, compreender a satisfação conjugal é considerar o casal como um todo, mas também os aspetos idiossincráticos de cada parceiro (Narciso & Costa, 2001/2002).

A conjugalidade será, então, o terceiro elemento da tríade – a relação - de onde emerge o processo criativo do casal, gerador de uma experiência relacional única e identitária, em que a individualidade de um se entretece na individualidade do outro, conforme referem Narciso e Costa (1996): “É neste tecido relacional em permanente criação que se emalham semelhanças e diferenças, proximidades e distâncias, complementaridades e simetrias. É do olhar avaliativo sobre este tecido relacional que surge o julgamento de maior ou menor satisfação conjugal” (p. 115).

4.2. As perspetivas de cada parceiro na satisfação conjugal

A literatura tem reportado resultados distintos na satisfação conjugal: alguns estudos reportam que os maridos tendem a sentir-se mais satisfeitos do que as mulheres nos casamentos (Acitelli & Antonucci, 1994; Rogers & Amato, 2000), enquanto outros estudos sugerem que são as mulheres mais satisfeitas do que os homens na sua relação conjugal (Karney & Bradbury, 1995).

No estudo dos fatores que estão na base da satisfação com a relação, verificaram-se diferenças de género: Rhoades (cit. por Haseley, 2006)² demonstrou que os melhores preditores para os homens foram, em primeiro lugar, a relação com os filhos, seguido pela aprovação dos pais e amigos em relação ao seu casamento, a comunicação no casal e em último lugar a saúde emocional, enquanto nas mulheres os maiores preditores foram a

²Rhoades, C. J. (1994). A multivariate model of premarital predictors of marital quality and stability. Unpublished doctoral dissertation, Brigham Young University, Provo, UT.

comunicação intra-diádica, seguido da aprovação dos pais e amigos, saúde emocional, impulsividade e, por último, a relação com os filhos.

Com as alterações sociais, económicas e culturais ocorridas no decurso do século passado, muitas mulheres que não trabalhavam passaram a integrar o mercado de trabalho, passando as famílias a viver com dois salários, o que fez com que os casais tivessem sido forçados a reavaliar a relação entre os papéis conjugais e o género (Craddock, 1991; Hasely, 2006). Estudos examinaram as ligações entre os papéis de género e a satisfação conjugal e os resultados revelaram inconsistência: o estudo de Craddock (1991) indicou que os indivíduos que percecionam maior igualdade dos papéis de género sentem-se mais satisfeitos na relação conjugal do que aqueles que detêm papéis mais tradicionais, enquanto o de Veroff, Douvan, Orbuch e Actelli³ (cit. por Hasely, 2006) sugeriu que quanto mais os maridos mudavam ou se acomodavam aos ideais de igualdade de papéis das suas mulheres, menor era a satisfação conjugal tanto para eles como para elas. Estes autores verificaram, ainda, que os maridos sentiam-se mais satisfeitos na relação quando as suas mulheres eram mais ansiosas e mais afáveis, embora o contrário não se tenha verificado.

Finalmente e, como seria de esperar, Thompson e Walker (1989) constataram que os maridos se sentiam mais satisfeitos com o seu casamento se as suas mulheres fizessem mais do que a parte que lhes competia nas tarefas domésticas e nos cuidados com os filhos, enquanto Barnette e Baruch⁴ (citado por Hasely, 2006) descobriram que as esposas estavam mais satisfeitas com os seus casamentos, se os maridos fizessem a sua justa parte nas tarefas domésticas.

4.3. A Teoria da Vinculação na satisfação conjugal

O desenvolvimento de uma relação de casal coloca em jogo a ativação de três sistemas comportamentais: o sexo, a vinculação e o caregiving (Hazan & Shaver, 1994).

De acordo com Mintz, (2004), os indivíduos preferem encontrar num parceiro de relação de longo prazo a sensibilidade e a responsividade, muito mais do que os atributos físicos, estatuto social ou fortuna, que são mais procurados no contexto das relações de curto-prazo. Por outro lado, a motivação ligada ao sistema de vinculação vai assumir uma elevada

³Veroff, J., Douvan, E., Orbuch, T. L., & Actelli, L. K. (1998). Happiness in stable marriages: The early years. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 152-179). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

⁴Barnett, R. C., & Baruch, G. K. (1987). Social roles, gender, and psychological distress. In R. C. Barnett, L. & Biener (Eds.), *Gender and stress* (pp.122-143). New York: Free Press.

importância pelo facto de este parceiro ter de ser, não só um bom companheiro no desempenho do papel de fonte primária de segurança física e emocional, como também uma figura parental de qualidade (Mintz, 2004).

Ter um casamento feliz aumenta a satisfação com a vida, sendo também verdade que pessoas felizes tendem a manter casamentos felizes, enquanto pessoas infelizes tendem a ter casamentos infelizes, não existindo diferenças entre homens e mulheres (Headey, Veenhoven & Wearing, 1991).

No contexto das relações íntimas do casal, a vinculação reflete-se no seu quotidiano, onde vão ocorrer comportamentos diádicos de expressão e regulação dos afetos, negociação, resolução de conflitos, bem como os comportamentos específicos do estilo de vinculação, como sejam os de porto seguro e base segura (Lima, Vieira & Soares, 2006).

A paixão, a sexualidade, a intimidade emocional, os sentimentos e a expressão dos sentimentos são áreas do amor que Narciso e Costa (1996) consideram vitais na satisfação conjugal, com elevada influência na satisfação conjugal global. O estudo destas autoras demonstrou que quanto maior é a paixão e a intimidade, maior é a satisfação na sexualidade, e que quanto maior é a intimidade no seio do casal, maior é a satisfação na comunicação, tendo sido a intimidade uma forte preditora da satisfação em quase todas as áreas da vida conjugal.

4.4. A intimidade, a paixão e o compromisso na satisfação conjugal

Sternberg (1986) considerou não só a natureza do próprio amor como os distintos amores característicos dos diferentes tipos de relação, num modelo representado por um triângulo equilátero, em cujos vértices coloca a intimidade, a paixão e a decisão/compromisso como componentes mais importantes. Passamos a descrever a sua caracterização:

Intimidade – A experiência da intimidade engloba os sentimentos de proximidade, a ligação entre os parceiros e o laço afetivo vivenciado nos relacionamentos amorosos (Sternberg, 1986), sendo também no seu seio que a comunicação entre o casal gera a partilha de pensamentos, emoções e histórias (Cassepp-Borges & Teodoro, 2007). O estudo de Martson, Hecht, Manke, McDaniel e Reeder (1998) encontrou seis modos de vivenciar a intimidade em pessoas apaixonadas: a abertura, o sexo, o afeto, o apoio, a união e a companhia silenciosa. Na intimidade emocional, Narciso e Costa (1996) verificaram que as áreas mais fragilizadas estavam na partilha de interesses, na atenção que cada parceiro dedicava aos interesses do

outro e no modo de expressão dos sentimentos. O seu estudo revelou, ainda, que quanto maior a satisfação global, maior a satisfação na área da comunicação e conflito. Na comunicação conjugal, a partilha de acontecimentos positivos parece conduzir a níveis de maior satisfação: Gable, Reis, Impett e Asher (2004) referiram que nos relacionamentos íntimos em que um parceiro responde ao outro de forma entusiasta, há maior bem-estar na relação ao nível da intimidade e satisfação conjugal e quanto maior a comunicação pessoal de eventos positivos, maior afeto positivo e bem-estar, sendo estes benefícios reforçados quando os indivíduos percecionam respostas ativas e construtivas.

Paixão – A experiência da paixão envolve a atração física, a consumação sexual, a excitação, o romance e o desejo de estarem juntos (Cassepp-Borges & Teodoro, 2007; Sternberg, 1986). Os resultados do estudo de Martson et. al., (1998) revelaram duas vias na vivência da paixão: o romantismo e a intimidade sexual. Na sexualidade, o estudo de Narciso e Costa (1996) evidenciou que a menor satisfação conjugal foi encontrada na frequência de relações sexuais e a insatisfação conjugal apareceu mais associada à insatisfação sexual nos homens do que nas mulheres.

Compromisso – A experiência do compromisso serve a função de manter a relação a longo-prazo, sendo relativa à certeza de amar e ser amado e de alimentar os sentimentos de amor (Sternberg, 1986). Sendo as relações adultas marcadas por um elevado nível de compromisso entre os dois membros do casal (Collins & Sroufe, 1999), este compromisso pode fazer com que, muitas vezes, um casal se mantenha unido pela aceitação de forças externas, como o medo da reação do companheiro, no caso do fim da relação, ou a aceitação de casamentos combinados, sendo este chamado de «amor vazio» (Cassepp-Borges & Teodoro, 2007; Sternberg, 1986). Martson et. al. (1998) encontraram cinco modos de experienciar o compromisso: capacidade de dar apoio, expressões de amor, fidelidade, devoção, expressões de compromisso e consideração.

O equilíbrio entre a paixão, a intimidade e o compromisso muda ao longo do curso de um relacionamento. Um índice elevado nestes três componentes tipifica para muitos de nós uma relação ideal, o que será difícil de alcançar e ainda mais de manter (Sternberg, 1986). A combinação entre a presença ou a falta dos vários componentes origina diferentes modos de experienciar o amor.

4.5. Os filhos e o tempo na satisfação com a relação

De acordo com Wendorf, Lucas, Imamoglu, Weisfeld e Weisf (2011), estudos americanos sustentam que os filhos tendem a estabilizar o casamento, mas paradoxalmente tendem a reduzir a satisfação conjugal. Estes autores foram conhecer se estes resultados são os mesmos noutras culturas e foram estudar o impacto do número de filhos no amor conjugal nos Estados Unidos, Reino Unido e Turquia. Verificaram que o número de filhos teve efeitos preditivos na diminuição da satisfação conjugal, embora este efeito não estivesse presente nas mulheres turcas, e nas três culturas a duração do casamento produziu efeitos preditivos negativos na satisfação conjugal.

Um estudo realizado por Benkovskaia (2008) com sujeitos de várias regiões de Portugal procurou avaliar as relações entre a satisfação, a afetividade e a proximidade conjugais, em adultos com filhos e sem filhos, e ao longo dos anos de relação. Os resultados demonstraram associações positivas nas três dimensões, sendo que os adultos sem filhos e os adultos com tempo de relação conjugal até quatro anos estavam mais satisfeitos com a relação e sentiam-se mais afeiçoados e mais próximos do cônjuge, quando comparados com os adultos com filhos e com mais tempo de relação.

4.6. Ligações entre religiosidade, satisfação na relação e vinculação

A literatura existente sobre o papel da religiosidade no funcionamento conjugal é muitas vezes difícil de interpretar, devido ao uso frequente de amostras de conveniência, abordagens estatísticas inadequadas para os dados diádicos interdependentes e também devido à falta de um enquadramento teórico (Lopez, Riggs, Pollard & Hook, 2011).

Kirkpatrick (1999) sublinha que o conceito de amor é a chave de muitos sistemas de crenças religiosas e está na forma como cada indivíduo perceciona a sua relação com Deus.

Sendo a ansiedade e a dor após a separação ou perda temas centrais, quer na vinculação, quer nas religiões, Kirkpatrick (1998) parte da teoria da vinculação para propor a religião como um processo de vinculação, por via dos comportamentos de procura e manutenção de proximidade com a figura de vinculação, que assim serve de porto seguro e base segura. Neste sentido, Deus pode ser visto como uma figura de vinculação substituta, em que os estilos de vinculação podem estar associados a um movimento para os indivíduos se tornarem mais religiosos (Birgegard & Granqvist, 2004; Kirkpatrick, 1998; Kirkpatrick & Shaver, 1992). Sujeitos com vinculação mais segura aos pais exibem valores mais elevados de

vinculação religiosa e com imagens mais positivas a Deus do que sujeitos de vinculação insegura (Birgegaar & Granqvist, 2004; Kirkpatrick, 1998). Também foram encontradas associações positivas entre a vinculação a Deus e a vinculação segura adulta, entre sujeitos com experiências de vinculação insegura à mãe, durante a infância (Kirkpatrick & Shaver, 1992).

Sullivan (2001) sugeriu que a religiosidade tinha impacto positivo na satisfação conjugal quando os maridos eram menos negativos e reativos, impacto negativo quando eram mais neuróticos, e que o impacto da religiosidade tinha sido fraco na satisfação conjugal ao fim de quatro anos de casamento. Nos casais com vinculação insegura, Lopez e colaboradores (2011) encontraram uma fraca associação positiva entre o compromisso religioso e o ajustamento conjugal. Haseley (2006) também confirmou que os casais com compromisso religioso mais congruente reportaram maior satisfação conjugal e Craddock (1991) também observou que a similaridade da orientação religiosa se associava a maiores níveis de satisfação conjugal.

4.7. Vinculação, Relacionamentos extra-conjugais e Satisfação na Relação

Os padrões de regulação emocional e de comportamento nas relações interpessoais parecem exercer alguma influência na probabilidade de ocorrência de relações extra-diádicas. A infidelidade entre casais pode estar associada à insatisfação conjugal e sexual e à procura da satisfação relacional, quando esta não é conseguida na relação diádica, principalmente quando o parceiro apresenta menor concordância, menor estabilidade emocional e menor abertura intelectual do que o desejado (Botwin, Buss & Shackelford, 1997), mas também como fuga à rotina, como forma de elevar a auto-estima ou devido à atratividade com uma terceira pessoa (Afonso, 2011). Relativamente aos estilos de vinculação, os adultos de estilo seguro adotam estratégias sexuais a longo prazo mantendo relações mais duradouras e com menor probabilidade de se divorciarem, enquanto nos sujeitos evitantes encontramos o medo da intimidade e nos ambivalentes a obsessão, o ciúme e a extrema atração sexual ao companheiro (Hazan & Shaver, 1987; Meyers & Landsberger, 2002).

Afonso (2011) verificou que os sujeitos evitantes têm maior probabilidade de virem a adotar comportamentos de infidelidade e que, nos indivíduos preocupados, apesar de terem atitudes negativas em relação à infidelidade, a sua insatisfação na relação poderá conduzi-los a comportamentos extra-conjugais.

Hendrick e Hendrick (1995) apuraram que os homens são sexualmente mais permissivos do que as mulheres, no entanto, as mulheres são mais orientadas para o amor baseado na amizade e os homens para o amor como jogo.

4.8. Estudos de avaliação da Satisfação com a Relação

Hollist e Miller, em 2005, realizaram um estudo com uma amostra de pessoas casadas, para avaliar as relações entre a satisfação com a relação e a vinculação. Os resultados evidenciaram que os estilos inseguros estavam associados à qualidade conjugal, contrariamente aos estilos seguros, que não tinham associação com a qualidade conjugal, tendo sugerido que nos casais de meia-idade com relações conjugais em dificuldades, a terapia de casal EFT⁵ poderia ajudar a converter os estilos de vinculação insegura em segura⁶.

Nas pessoas que sofrem de perturbação da depressão, os padrões de vinculação parecem não determinar de forma significativa a satisfação com a relação. No entanto, em populações não clínicas, a satisfação com a relação parece ser determinada na razão direta da vinculação segura (Canavarro, 1999). No estudo dos efeitos dos modelos internos dinâmicos no funcionamento conjugal, Kobak e Hazan (1991) verificaram que os cônjuges com modelos internos dinâmicos seguros mostraram modulação mais construtiva ao nível emocional e comunicacional e relataram melhor ajustamento conjugal.

Também Gallo e Smith (2001) verificaram que o estilo de vinculação se associa ao ajustamento conjugal e ao estilo de atribuição, que a vinculação ansiosa é um preditor mais forte do que a evitante, que o estilo de vinculação adulta prediz o modo de funcionamento das relações íntimas e que os processos cognitivos podem fazer parte da explicação desta associação.

De acordo com Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt & Sharlin (2004), as relações conjugais estão associadas à saúde e qualidade de vida, principalmente nos anos de maturidade e velhice, embora o facto de um casamento durar mais tempo não signifique, necessariamente, que a relação seja mais satisfatória. Estes autores demonstraram que, em

⁵Baseada na teoria da vinculação, a EFT (Emotionally Focused Couples Therapy) é uma terapia de casal e familiar de curto prazo para reparar relacionamentos em dificuldades, segundo o conceito de que os estilos de vinculação dos membros de um casal influenciam a qualidade conjugal. Duas das implicações da teoria da vinculação aplicadas nesta terapia de casal são a segurança, a privação e o isolamento, bem como a necessidade essencial de mútua disponibilidade e responsividade na díade. Tem demonstrado a sua eficácia clínica e a evidência de que as alterações das relações são estáveis e não neutralizadas por recidiva (Johnson, 2001, 2005).

⁶Estes dados são consistentes com as teorias de Ainsworth, desenvolvidas durante os seus trabalhos de campo com crianças, em Kampala, publicados no livro "Infancy in Uganda", acerca da possibilidade de reversão dos estilos inseguros em seguros, ou o seu contrário (Bretherton, 1992; Main, 1999).

cerca de metade dos casais estudados, pelo menos um dos cônjuges estava satisfeito e que a satisfação aumenta quando há maior proximidade, estratégias adequadas de resolução de problemas, coesão, boa habilidade de comunicação, bom nível económico e quando são praticantes da sua crença religiosa.

Em 2012, Wongpakaran, Wongpakaran e Wedding verificaram que os homens eram mais ansiosos e mais evitantes do que as mulheres, que a vinculação não-romântica e a auto-estima não eram preditoras do estado de um relacionamento e que o estilo de vinculação evitante predizia o nível de satisfação com a relação, embora sem diferenças de género.

Os filhos de pais separados apresentam geralmente atitudes mais negativas em relação ao casamento, como instituição, e são menos otimistas sobre a viabilidade de um casamento longo e saudável (Whitton, Rhoades, Stanley & Markman, 2008). O estudo destes investigadores demonstrou que o divórcio parental foi associado, nas mulheres, a um menor compromisso e confiança no casamento e que esses efeitos persistiram na influência do conflito interparental lembrado, bem como no ajustamento do relacionamento antes do casamento, sendo as mulheres com pais divorciados mais propensas a aumentar potencialmente o seu risco de divórcio.

Um estudo de Hendrick, Hendrick e Adler (1988) sobre relações de namoro mostrou que as interações diádicas são de interesse primordial e que algumas atitudes no amor, bem como o compromisso, o investimento, a auto-estima e a auto-revelação estão associadas à satisfação com a relação.

Fricker e Moore (2002) foram averiguar se os estilos de amor de Lee (1973) e os estilos de vinculação de Hazan & Shaver (1987) prediziam a satisfação sexual e a satisfação com a relação. Os resultados sugeriram que o estilo de amor Eros tinha um efeito positivo direto na satisfação com a relação e indireto por via da satisfação sexual. Por outro lado, verificaram ainda que o estilo de amor Ludus e o estilo de vinculação insegura evitante apresentaram efeitos diretos negativos na satisfação conjugal e indiretos negativos na satisfação conjugal por via da satisfação sexual.

Reedy e colaboradores (1981) procuraram conhecer os efeitos da idade e do género em casamentos felizes. Concluíram que os casais mais velhos apresentaram maior segurança emocional e lealdade, e menor intimidade sexual, enquanto os casais jovens comunicavam mais. Os homens foram os que pontuaram mais na lealdade, enquanto as mulheres pontuaram mais na segurança emocional.

Dois estudos de La Guardia, Ryan, Couchman e Deci (2000) demonstraram que o grau em que as pessoas de vinculação segura experienciavam sentimentos de segurança com o companheiro tinha efeitos preditivos no bem-estar geral, no sentido de quanto mais seguras, maior o bem-estar, e que a experiência de maior segurança com certas pessoas, em detrimento de outras, pode ser uma resposta adaptativa à diferenciação sentida na capacidade de satisfazer as próprias necessidades dentro das relações. Por outro lado, verificaram que as mulheres, mais do que os homens, tendiam a confiar mais nos pais, nos parceiros amorosos e nos amigos, exibindo maiores níveis de segurança geral e de proximidade.

4.9. Síntese

Na literatura, a satisfação conjugal aparece sem contornos conceptuais definidos, devido à associação com outros conceitos semanticamente próximos, como sejam a felicidade conjugal e o ajustamento, e conceitos correlacionados, como sejam a qualidade conjugal e a satisfação conjugal.

Não obstante este emaranhado conceptual, parece ser unânime da parte dos investigadores que a avaliação da satisfação conjugal é subjetiva e depende do próprio avaliador, ou seja, do parceiro ou dos dois membros do casal.

Nesta avaliação estão implicados múltiplos fatores que envolvem os processos conjugais vividos ao longo da relação, os processos afetivos, os processos relacionais afetivos e os processos cognitivos.

Nas relações conjugais encontram-se ativados os sistemas comportamentais de sexo, de vinculação e de caregiving.

A paixão, a sexualidade, a intimidade emocional, a comunicação e a partilha dos sentimentos são áreas vitais na satisfação conjugal, com elevada influência na satisfação global, desempenhando os modelos internos dinâmicos um papel determinante na qualidade das relações conjugais.

CAPÍTULO IV

SATISFAÇÃO COM A VIDA

CAPÍTULO V – SATISFAÇÃO COM A VIDA

Será que ao longo dos tempos o ser humano tem conseguido obter maior satisfação com a vida ou, pelo contrário, foi mais feliz no passado do que hoje?

Na opinião de Veenhoven (2005), “we live now longer and happier than ever before” (p. 330), porque a evolução da sociedade tem atribuído maior qualidade à vida humana desde que passou de uma sociedade agrária para uma sociedade industrial.

A satisfação com a vida, o afeto positivo e o afeto negativo são os componentes que integram o bem-estar subjetivo (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). O crescimento do bem-estar subjetivo reflete tendências da sociedade que dizem respeito ao valor individual, à importância das perspectivas subjetivas com que os indivíduos avaliam a sua vida e o reconhecimento de que o bem-estar inclui, necessariamente, elementos positivos que transcendem o sucesso económico (Diener et al., 1999).

Para Veenhoven (2005), o termo «qualidade de vida» é lema para as diferentes noções de uma vida boa, quer provenha das oportunidades do meio, dos resultados obtidos, das qualidades encontradas no meio ambiente ou das qualidades intrínsecas do indivíduo. Na sociedade, ela pode ser medida pela longevidade e felicidade com que vivem os seus habitantes e envolve, para além de aspectos do meio ambiente, aspectos internos de cada indivíduo que correspondem ao seu bem-estar psicológico e subjetivo (Veenhoven, 2005).

Alguns estudos experimentais sobre o humor indicaram que as pessoas preferem socializar com pessoas felizes do que com pessoas infelizes (Veenhoven, 1988).

Os resultados internos da vida constituem a qualidade de vida aos olhos de quem a vê, ou seja, resume-se à valorização da qualidade de vida subjetiva. Tal é comumente referido por termos como «bem-estar subjetivo», «satisfação com a vida» e «felicidade», no sentido restrito da palavra (Veenhoven, 2005).

5.1. Bem-Estar Subjetivo e Bem-Estar Psicológico

O bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico têm, na sua base, dois conceitos da filosofia grega: o «hedonismo»¹, com origem em Platão, e o «eudaimonismo»², com origem

¹Hedonismo vem do grego *Hedonê*, que remete para o «prazer» e a «vontade». Em termos psicológicos, é uma tendência para agir de modo a procurar o que é agradável e a evitar o desagradável. Fonte:

em Aristóteles, duas perspectivas filosóficas fundadas em distintas abordagens da natureza humana que, embora remetam para duas tradições distintas de felicidade, não correspondem a dois tipos diferentes de felicidade (Biswas-Diener, Kashdan, & King, 2009) e são definidas a partir das suas diferentes características (Waterman, 1993; Waterman, Schwartz & Conti, 2008).

O bem-estar subjetivo é uma área da psicologia positiva que analisa as avaliações dos sujeitos ao nível cognitivo e afetivo, isto é, sobre os juízos que as pessoas fazem ao grau de satisfação com as suas vidas e respetivas reações emocionais. Avalia também a importância da adaptação ao meio, os objetivos para atingir sentimentos de bem-estar e as influências culturais exercidas no bem-estar (Diener, 2000; Diener et. al, 1999). Está associado à felicidade, ao relaxamento, aos sentimentos positivos e a uma relativa ausência de problemas (Waterman, 1993; Waterman e colaboradores, 2008). Radica na perspetiva hedonista e define bem-estar como a felicidade subjetiva, a procura do prazer nas experiências de vida e o evitamento de situações desagradáveis (Diener et al., 1999; Ryan & Deci, 2001). Faz a avaliação da vida em termos de satisfação e equilíbrio entre o afeto positivo e o afeto negativo (Keys, Shmotkin & Ryff, 2002).

O bem-estar psicológico está mais associado ao ser humano em situação de mudança, centra-se nos seus esforços de adaptação ao meio e na sua procura de crescimento e de desenvolvimento pessoal (Waterman, et. al., 2008). Radica na perspetiva eudaimónica assumindo o bem-estar como a realização do potencial humano (Ryff & Singer, 1998). Incide sobre o significado e a auto-realização e define o bem-estar em termos do grau em que o ser humano está em pleno funcionamento na vida (Ryan & Deci, 2001). Implica a perceção de envolvimento com os desafios existenciais da vida (Keys e colaboradores, 2002).

Ryff (1995) encontrou três literaturas que tentaram compreender o bem estar-psicológico – a psicologia do desenvolvimento, a psicologia clínica e a psicologia da saúde mental – e criou um modelo de bem-estar constituído por seis dimensões baseado nos aspetos convergentes das três literaturas: a auto-aceitação, as relações positivas com os outros, a autonomia, o domínio ambiental, o propósito na vida e o crescimento pessoal. Construiu

Infopédia [Em linha]. Porto: Porto Editora [Consult. 2012-12-02]. Disponível em: www.infopedia.pt/pesquisa-global/hedonismo>

² Eudaimonia vem do grego *Eudaimonismós*, que remete para a «felicidade». Em termos filosóficos é uma doutrina segundo a qual a moralidade consiste na procura da felicidade tida como o bem supremo. Fonte: Infopédia [Em linha]. Porto: Porto Editora [Consult. 2012-12-02]. Disponível em: www.infopedia.pt/pesquisa-global/eudaimonia>

definições para cada dimensão integrando diferentes elementos de diversas orientações teóricas: por exemplo, a dimensão da auto-aceitação não só inclui uma atitude positiva do self enfatizada por Allport, Rogers, Maslow e Jahoda, como considera a aceitação das boas e más qualidades do próprio que vem do conceito de individuação jungiano, como ainda inclui a aceitação pelo próprio da sua vida passada, descrita por Erikson como uma parte da tarefa da integridade do Ego. Estas seis dimensões alargam a amplitude do bem-estar, onde estão presentes as avaliações positivas que cada um faz de si próprio e da sua vida, um sentido de crescimento continuado e de desenvolvimento pessoal, a crença de que a vida tem um propósito e um sentido de realização, a existência de boas relações com os outros, a capacidade de conduzir a própria vida e de controlar o seu mundo e, ainda, um sentido de auto-determinação (Ryff, 1995).

No entanto, algumas investigações apontam no sentido de o bem-estar poder ser compreendido num mesmo enquadramento conceptual e definido como uma entidade pluridimensional capaz de integrar o bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico: Compton, Smith, Cornish e Qualls (1996) confirmaram a hipótese de que o bem-estar subjetivo e o crescimento pessoal estão efetivamente relacionados, apesar de serem construtos diferentes.

Os resultados do estudo de King e Napa (1998) apontaram para uma perceção geral de que o sentido da vida e a felicidade são essenciais para o conceito popular de «boa-vida», enquanto o dinheiro é relativamente considerado sem importância.

Mcgregor e Little (1998) demonstraram que a eficácia foi associada à felicidade e que a integridade se relacionou com o significado. Nos resultados do seu estudo, alguns sujeitos relataram serem mais felizes se os objetivos fossem apoiados por outros, enquanto outros eram mais felizes se os objetivos fossem divertidos, e outros, ainda, maior felicidade se os seus objetivos fossem cumpridos.

O estudo de Keyes et. al. (2002) confirmou a existência de uma relação conceptual entre bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico, e sugeriu que a combinação das duas correntes relacionam diferentes características sociodemográficas e de personalidade. A probabilidade do bem-estar ótimo, isto é, a combinação do alto bem-estar subjetivo com o alto bem-estar psicológico aumentou com a idade, com a educação e com a extroversão. Nos adultos com maior bem-estar subjetivo evidenciou-se maior grau de conscienciosidade e diminuição do neuroticismo.

A ideia prevalente na década de sessenta defendida por Wilson (1967) definia as pessoas felizes como sendo jovens, saudáveis, bem-educadas, bem remuneradas, extro-

vertidas, otimistas, religiosas, casadas, de elevada auto-estima e boa moral, de aspirações modestas, de ambos os sexos e de qualquer nível de inteligência.

Trinta anos depois, o perfil da felicidade parece ter assumido contornos bem diferentes dos desenhados no passado: Diener e colaboradores (1999) sustentam que existem vários fatores demográficos associados ao bem-estar subjetivo, no entanto esses factores são uma pequena parcela da sua variância e referem que o temperamento, as cognições, os objetivos, a cultura e a adoção de estratégias de coping adaptativas são fatores moderadores de maior importância da influência das circunstâncias e dos acontecimentos de vida no bem-estar subjetivo.

Desde Wilson (1967) até aos tempos mais recentes, de Diener et. al. (1999) e de Veenhoven (2005), a investigação apresentou muitas alterações sobre as correlações da felicidade: hoje, as pessoas felizes manifestam um temperamento positivo, tendem a olhar para o lado mais luminoso das coisas e não ruminam excessivamente sobre os maus acontecimentos da vida; vivem numa sociedade economicamente desenvolvida, têm confidentes sociais e possuem recursos adequados que as capacitam para progredir na realização de objetivos válidos (Diener et. al., 1999).

Na população idosa, Silva (2009) demonstrou que o nível de satisfação com a vida diminui consoante aumentam os anos de reforma, mesmo controlando a idade dos inquiridos e o seu estado de saúde. Os sujeitos envolvidos em atividades sociais estão mais satisfeitos com a sua vida dos que os que estão envolvidos em menos atividades. Por outro lado, a relação entre o tempo de reforma e a satisfação com a vida é moderada pelo género do sujeito, estando os homens mais satisfeitos com as suas vidas do que as mulheres.

5.2. Relações entre Satisfação com a Vida e Satisfação com a Relação

Diener e colaboradores (1999) evidenciaram a existência de uma forte correlação positiva entre o casamento, a satisfação com a vida e o equilíbrio entre o afeto positivo e negativo: as pessoas casadas são mais felizes do que as solteiras, divorciadas, separadas ou viúvas; os solteiros que coabitam são significativamente mais felizes nalgumas culturas do que os que vivem sozinhos. As correlações mantêm-se significativamente altas entre o casamento e o bem-estar, mesmo quando são controlados a idade e os rendimentos.

Veenhoven (1988) também demonstrou que o prazer da vida facilita os contactos sociais, particularmente com o cônjuge e filhos, amplia a perceção, encoraja a participação ativa e promove a participação política, e que mais felicidade diminui o stresse, preserva a

saúde e prolonga a vida. Também referiu que estudos correlacionais haviam indicado que a felicidade estava mais presente nas pessoas que tinham mais contactos com a família e amigos e que sentiam maior prazer com eles. O casamento é também mais frequente entre pessoas felizes e existe uma ligação muito próxima entre a felicidade e a satisfação conjugal.

Num estudo longitudinal, Headey, Veenhoven e Wearing (1991) verificaram que entre os seis domínios de vida que examinaram – o casamento, a profissão, o trabalho, o padrão de vida, a amizade e a saúde – só a satisfação conjugal teve uma causa significativa na satisfação da vida global, sendo a qualidade conjugal preditora da satisfação com a vida. Verificaram ainda que fatores como a estrutura das interações, a expressão emocional e a partilha estavam associados a casamentos mais satisfeitos.

Os mesmos resultados foram encontrados por Meyers e Landsberger (2002) que evidenciaram a existência de associações entre a sensação de bem-estar e a satisfação na relação.

Em 1996, Frazier, Arikian, Benson, Losoff e Maurer observaram que os homens desejam mais o casamento do que as mulheres e os que nunca se casaram querem casar-se mais do que os divorciados, sendo as divorciadas as que menos desejam o casamento. Os indivíduos divorciados relataram maior satisfação com a vida do que os solteiros. Os homens, quando comparados com as mulheres, têm mais desejo de casamento porque têm menos apoio social e as pessoas que nunca se casaram, quando comparadas com as divorciadas, têm mais desejo de casamento e menor satisfação com a vida porque têm baixa auto-estima.

Para Rua (2008), existe uma forte correlação entre a satisfação com a vida e o envelhecimento bem sucedido, sendo estes dois fatores influenciados por muitas variáveis entre as quais se contam a saúde, as relações sociais - nomeadamente as familiares e as relações à rede comunitária - e o bem-estar financeiro.

Os estudos de Levitt, Weber e Clark (1986) sugeriram que o afeto materno e a satisfação com a vida associaram-se às dificuldades com os filhos, bem como ao apoio do cônjuge e à satisfação conjugal. O afeto materno negativo associou-se à vinculação ansiosa/resistente. Os resultados confirmaram a importância do apoio do cônjuge nas mães de recém-nascidos em famílias intactas.

Craddock (1991) demonstrou que os casais que tinham atitudes similares na atribuição dos papéis, que eram mais coesos na relação e mais adaptáveis um ao outro percecionavam-se como mais satisfeitos com a vida.

5.3. Vinculação e Satisfação com a Vida

Bowlby (1988/2005) defende que as crianças com vinculação segura tendem a desenvolver representações positivas de si e dos outros, e que estes modelos funcionarão como um guia na forma como julgam o seu mundo. Por outro lado, as vinculações formadas na infância não são necessariamente transitórias (Bowlby, 1988/2005) ou restritas ao laço mãe-criança (Ainsworth, 1989). Com efeito, os modelos de vinculação formados na infância tendem a persistir ao longo da vida dos indivíduos e a generalizarem-se nas relações com os outros, nomeadamente aos pares durante a adolescência, e a funcionarem como mediadores da relação entre as memórias da infância e a satisfação com a vida, na idade adulta (Hinnen, Sanderman & Sprangers, 2009).

Esta importância funcional da vinculação parental tem sido demonstrada em numerosos estudos que associam o estilo seguro a maiores níveis de satisfação com a vida, auto-eficácia, auto-estima, afeto positivo e nível académico (Armsden & Greenberg, 1987; Deniz & Işık, 2010; Hazan & Shaver, 1987).

5.4. Revisão de Estudos

Hinnen e colaboradores (2009) confirmaram que o calor e a harmonia familiares e o apoio dos pais se associam ao estilo de vinculação segura, enquanto a rejeição parental e os acontecimentos adversos na infância, como o abuso ou a psicopatologia parental, se relacionam com o estilo de vinculação insegura. Demonstraram, ainda, que o estilo de vinculação segura está associado à satisfação com a vida, tendo sido os sujeitos mais seguros aqueles que relataram maior satisfação.

Por outro lado, também Ma e Huebner (2008) demonstraram que embora as vinculações aos pais e aos pares se tivessem associado positivamente à satisfação com a vida, a vinculação parental foi o preditor mais forte. Apesar de não terem encontrado diferenças de género na vinculação parental, as raparigas reportaram níveis mais elevados de vinculação aos pares. O estudo concluiu que os sujeitos no início da adolescência revelaram maior vinculação às mães do que aos pais e que a relação com os pares mediou parcialmente as relações entre a vinculação parental e a satisfação com a vida.

Hwang, Johnston & Smith (2009) procuraram analisar o impacto do estilo de vinculação adulta no ajustamento psicossocial geral, em indivíduos com deficiências físicas. Os resultados demonstraram que estes indivíduos não diferem da população em geral, em

termos das representações dos estilos de vinculação segura *versus* insegura. O estilo seguro associou-se a maior auto-estima. Tanto a vinculação segura como a autonomia física foram relacionadas com a satisfação com a vida, de forma independente.

No que diz respeito às relações entre satisfação com a vida, afetos e coping com stresse na relação com os estilos de vinculação adulta, Deniz e Işık (2010) concluíram que os indivíduos seguros se associaram positivamente à satisfação com a vida, enquanto os estilos preocupado e amedrontado apresentaram correlações negativas com esta variável. Em relação aos afetos, o estilo de vinculação seguro foi o único preditor do afeto positivo, enquanto os estilos amedrontado e preocupado predisseram significativamente o afeto negativo. No que diz respeito ao coping com stresse, não houve associação significativa entre as variáveis da vinculação e o estilo de coping de evitamento, mas foram observadas associações significativas entre os sujeitos amedrontados e preocupados e o coping focado no problema.

5.5. Síntese

Os conceitos de bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico entroncam respetivamente em dois conceitos gregos, o hedonismo, que define bem-estar em termos de obtenção de prazer e evitamento da dor, e o eudaimonismo, que remete para o significado e autorrealização, definindo o bem-estar em termos do grau em que uma pessoa se encontra em pleno funcionamento. Estas duas visões têm dado origem a focos de pesquisa diferentes e têm acompanhado a evolução dos valores da sociedade.

Enquanto o bem-estar subjetivo avalia os juízos das pessoas face ao grau de satisfação com a sua vida, refletindo o equilíbrio entre o afeto positivo e o afeto negativo, o bem-estar psicológico refere-se ao homem em mudança, refletindo a qualidade da sua adaptação ao meio, o seu potencial de realização e de crescimento pessoal, e definindo-se como o grau em que o ser humano está em pleno funcionamento na vida. O prazer da vida parece ser um facilitador dos contactos sociais e familiares e o casamento associa-se a uma maior satisfação com a vida.

O bem-estar individual e a satisfação conjugal parecem estar diretamente associados e podem ser enquadrados no contexto da teoria da vinculação, em que a natureza e as características dos modelos internos dinâmicos permitem a compreensão das relações entre os padrões de vinculação e os graus de bem-estar e de satisfação com a vida.

CAPÍTULO VI

RELAÇÕES ENTRE VINCULAÇÃO E SATISFAÇÃO

CAPÍTULO VI – REVISÃO DE ESTUDOS

Neste capítulo, vamos apresentar uma revisão da investigação centrada nas quatro dimensões do nosso estudo – a vinculação parental, a vinculação amorosa, a satisfação com a relação e a satisfação com a vida e as relações encontradas entre estas dimensões.

Vinculação, Trabalho e Satisfação

Hazan e Shaver (1990) demonstraram que os indivíduos com vinculação segura reportaram maior satisfação com o trabalho, maior satisfação geral e bem-estar, menos sofrimento por solidão ou depressão, menor ansiedade e menos propensão para constipações e gripes, quando comparados com os sujeitos com estilos de vinculação ansiosa/ambivalente e evitante.

Vinculação, Satisfação, Estabilidade Relacional e Género

Collins e Read (1990) verificaram que as dimensões do estilo de vinculação do parceiro foram os fortes preditores da qualidade da relação, com diferenças de género: as mulheres mais ansiosas associaram-se à perceção de experiências mais negativas e menor satisfação geral por parte dos parceiros, enquanto os homens mais confortáveis com a proximidade e intimidade foram associados à perceção de experiências muito mais positivas e de maior satisfação geral das companheiras.

Uma possível explicação para estes dados avançada pelos autores é relativa ao facto de as mulheres ansiosas, ao serem menos confiantes e mais propensas ao ciúme, estas atitudes poderem ser percecionadas pelos parceiros como restrições ao seu comportamento e ameaça à sua liberdade. Por outro lado, a ansiedade das mulheres poderá refletir a falta de compromisso e intimidade no seio da relação. Quanto ao preditor da maior satisfação das mulheres ter sido o maior grau de conforto com a proximidade e intimidade dos homens, os autores referem que tal pode ter a ver com a imagem estereotipada masculina como sendo menos confortável com a intimidade. Deste modo, quando os companheiros revelam capacidade de comunicação e de intimidade com as mulheres, este aspeto tenderá a ser particularmente valorizado por elas.

Collins e Read (1990) apontaram ainda outros padrões interessantes encontrados na literatura que não queremos deixar de referir: a boa comunicação nos homens, que inclui a revelação e a escuta, são fortes preditores da satisfação nas mulheres, mas a boa comunicação

das mulheres já não é preditora da satisfação dos homens¹ (Davis & Oathout, cit. por Collins & Read, 1990); nos casados, o grau de maturidade na intimidade do marido foi preditor do ajustamento conjugal da mulher, mas o mesmo fator da mulher não foi preditor do ajustamento conjugal do marido² (White, Speisman, Jackson, Bartis & Costos, cit. por Collins & Read, 1990). Estas diferenças de género podem ser explicadas pelos tradicionais estereótipos e pelas diferenciações na socialização: enquanto as mulheres desenvolveram as suas relações sociais para atingir uma proximidade emocional, os homens socializaram para adquirir uma identidade independente e manter a sua liberdade pessoal³ (Hatfield, cit. por Collins & Read, 1990). Como resultado, as mulheres podem ser mais sensíveis ao grau de revelação, de capacidade de escuta e de proximidade e intimidade dos maridos, enquanto eles podem ser mais sensíveis à dependência e às tentativas de restrição à sua liberdade.

Vinculação, Estabilidade Relacional, Satisfação, Estado das Relações e Género

Kirkpatrick e Davis (1994) desenvolveram um estudo longitudinal com casais heterossexuais que mantinham relações de namoro sérias, para avaliar a estabilidade das relações, os estilos de vinculação e o género. Passamos a descrever os principais resultados:

Os estilos de vinculação dos homens e mulheres estavam emparelhados ao acaso, no sentido de não se terem encontrado casais de estilos ansioso-ansioso ou evitante-evitante. Os estilos de vinculação foram preditores longitudinais da estabilidade e estado das relações, mesmo após o controlo estatístico do «Tempo de Relação» e do «Compromisso». Após três anos de relacionamento, os casais em que eles eram evitantes e elas ansiosas mantinham-se surpreendentemente estáveis na relação, tendo em conta as avaliações pobres que ambos os parceiros tinham feito um do outro num anterior momento de avaliação.

Na qualidade da relação, os autores verificaram que o próprio estilo de vinculação foi o preditor mais forte da perceção da qualidade da relação, mais do que o estilo de vinculação do companheiro. Onde as mulheres pontuaram como ansiosas, os parceiros atribuíram índices baixos na viabilidade, na satisfação com a relação, no compromisso e nos cuidados. Contudo,

¹Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, pp. 397-410.

²White, K. M., Speisman, J. C., Jackson, D., Bartis, S., & Costos, D. (1986). Intimacy maturity and its correlates in young married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, pp. 152-162.

³Hatfield, E. (1983). What do women and men want from love and sex? In: E. R. Allgeier & N. B. McCormick (Eds), *Changing boundaries: Gender roles and sexual behavior* (pp.106-134). Palo Alto, CA: Mayfield.

onde os homens pontuaram como evitantes, as médias das companheiras não evidenciaram um efeito forte na qualidade da relação, excepto na paixão, com valores altos. Os homens ansiosos foram associados a mulheres com menor grau de paixão e maior grau no conflito.

A estabilidade foi avaliada em dois tempos diferentes ao longo de três anos. Os homens evitantes foram os mais estáveis e os ansiosos os menos estáveis; as mulheres ansiosas foram mais estáveis e com maior grau de viabilidade da relação do que as evitantes, e estas exibiram as médias mais baixas na satisfação e na viabilidade da relação.

A maior frequência de casais ocorreu entre homens evitantes com mulheres ansiosas. Estes casais foram os menos satisfeitos na satisfação geral, compromisso, cuidados, satisfação na relação e viabilidade. No entanto, os resultados sugerem que esta relação é tão estável como as relações entre parceiros seguros, mas insatisfatória. Os homens ansiosos com mulheres evitantes não pontuaram significativamente nas medidas da satisfação com a relação e foram os menos estáveis. De acordo com os autores, estes resultados podem ser explicados pelo facto de as mulheres serem tipicamente – embora não necessariamente – as que mantêm e rompem os relacionamentos. As relações que envolvem as mulheres evitantes, devido a estas não terem habilidades nesta área, iriam mostrar as maiores taxas de dissolução. Os relacionamentos que envolvem mulheres ansiosas, para as quais as relações são muito importantes, mostram maior estabilidade.

Vinculação, Satisfação conjugal, Bem-Estar, Perturbação («distress») e Suporte Social

De forma a explorar os mecanismos de associação entre os estilos de vinculação de Hazan & Shaver (1987) e a satisfação conjugal, Meyers e Landsberger (2002) realizaram um estudo com uma amostra de mulheres casadas. Pretenderam conhecer se a perturbação («distress») e o suporte social atuavam como mediadores e/ou moderadores nas relações entre o estilo de vinculação e a satisfação conjugal. Seleccionaram estas duas variáveis por refletirem as principais características dos modelos internos dinâmicos dos indivíduos (Bartholomew, 1990; Bowlby 1988/2005). O estudo apresentou os seguintes resultados:

Em primeiro lugar, verificaram associações diretas entre o estilo de vinculação e a satisfação conjugal: associações fortemente positivas nas mulheres seguras, que evidenciaram maior satisfação com a relação, e associações negativas nas evitantes e ambivalentes, no sentido de quanto mais evitantes e ambivalentes, menor a percepção de satisfação conjugal, dados convergentes com os de Feeney e Noller (1990) e de Sharpsteen e Kirkpatrick (1997).

Em segundo lugar, observaram que os níveis de perturbação e as percepções de suporte social recebido eram importantes mediadores desta relação, no sentido de quanto mais seguras, menos sintomas psicológicos eram experienciados pelas participantes. Como a sensação de bem-estar também se associou à satisfação na relação, estes resultados sugerem também que a saúde emocional associada à vinculação segura é uma correlação ainda mais forte da satisfação conjugal, do que o estilo de vinculação por si só. O suporte social mediou a relação entre a vinculação evitante e a satisfação conjugal: o isolamento presente nas mulheres evitantes associou-se à insatisfação conjugal, mais do que atributos do estilo de vinculação em si mesmos. O estilo evitante apresentou níveis mais baixos de percepções de assistência e segurança dos amigos e familiares, do que só os implicados na relação conjugal.

Em terceiro lugar, a perturbação foi também fator moderador, uma vez que afetou a direção e a força de associação entre as médias dos estilos seguros e evitantes e os níveis de satisfação conjugal, tendo sido positiva nas mulheres seguras e negativa nas evitantes. Em relação ao suporte social, não houve evidências de efeitos moderadores.

Finalmente, o estudo revelou relações indiretas fracas entre as duas variáveis e o estilo ambivalente, o que pode ser hipoteticamente explicado pelo facto de a perturbação e o suporte social exercerem maior influência nos estilos de vinculação com forte sentido do self, de acordo com o modelo de Bartholomew e Horowitz (1991): os estilos seguros têm maior auto-estima e mais competências pessoais na expressão dos sentimentos, enquanto os do grupo evitante, particularmente, os desinvestidos, só confiam em si próprios, enfatizam a autonomia e negam o stresse.

Vinculação, Bem-estar subjetivo, Satisfação com a Vida e Género:

Kankota (2008) foi averiguar o papel das dimensões da vinculação de Hazan & Shaver (1987), estado da relação e o género nos componentes do bem-estar subjetivo, com uma amostra de estudantes universitários. Os resultados demonstraram que os estilos evitante e ansioso e o género foram preditores da satisfação com a vida, no sentido de as mulheres menos ansiosas e menos evitantes sentirem maior satisfação com a vida. O estilo evitante foi o único preditor significativo que explicou 7% do total da variância do afeto positivo dos estudantes, o que indica que os que pontuaram mais baixo no estilo evitante obtiveram médias maiores no afeto positivo. O estilo ansioso foi o único preditor significativo que explicou 16% do total da variância do afeto negativo, dados que demonstraram que os mais ansiosos têm mais afeto negativo.

Suporte Parental, Satisfação com a Vida e Género

Um estudo de Young, Miller, Norton e Hill (1995) explorou os efeitos do suporte parental em jovens, entre os 12 e os 16 anos. Os resultados sugeriram que o apoio parental intrínseco - definido pela percepção que os sujeitos têm de que os seus pais os amam e se importam com eles – foi o mais forte preditor da satisfação com a vida. Não houve efeito de género, tanto nos filhos como nos pais. Os suportes intrínsecos dos pais e das mães foram ainda preditores da satisfação com a vida dos filhos.

Vinculação e Satisfação com a Relação

Feeney (1994) verificou que os sujeitos de vinculação segura tenderam a ser emparelhados com cônjuges seguros. A vinculação segura foi associada com a própria satisfação com a relação, apesar de a satisfação dos maridos estar principalmente relacionada com a dimensão da ansiedade, no sentido de quanto maior era a ansiedade das esposas, menor era a satisfação conjugal sentida pelos maridos. O efeito negativo da ansiedade das esposas, na percepção dos dois parceiros sobre a satisfação na relação, evidenciou-se nos casais em que os maridos sentiam desconforto com a proximidade. A autora verificou ainda, que tanto para os maridos como para as esposas emergiu uma medida de comunicação mutuamente construtiva como a mais forte correlação de satisfação.

Vinculação, Bem-estar e Satisfação com a Vida

La Guardia e colaboradores (2000) foram examinar em estudantes universitários as variações intra-individuais da vinculação segura numa perspetiva da teoria da auto-determinação, na vinculação e na necessidade de satisfação e de bem-estar. Os resultados sugerem que, nas vinculações adultas, apesar de a variância significativa existir como diferenças individuais relativas aos modelos internos dinâmicos, há uma substancial variedade nos estilos seguros de vinculação que é influenciada pelos parceiros das relações. Por outro lado, a satisfação das necessidades psicológicas de autonomia, competência e relacionamento desempenham um papel importante na formação e manutenção das vinculações seguras, face aos outros, tendo os autores sugerido que a investigação na vinculação seria enriquecida levando em consideração o conceito de necessidades psicológicas nas análises interpessoais e intrapessoais.

Vinculação, Satisfação com a Vida, Auto-Estima e Stresse

A associação entre a vinculação, a maternagem, a auto-estima e o stresse foi confirmada num estudo com estudantes universitárias femininas com filhos, realizado por Quimby e O'Brien (2006). Os autores quiseram conhecer quais os fatores preditores do bem-estar, sabendo que muitas jovens daquele grupo exibem maior stresse face aos papéis académicos e familiares que têm que desempenhar diariamente. Os resultados evidenciaram que a vinculação segura, a auto-eficácia maternal e estudantil e o apoio social foram preditores do stresse (38%), da auto-estima (54%) e da satisfação com a vida (54%).

Vinculação, Satisfação na relação e Bem-Estar

A associação entre a vinculação com o bem-estar e com a satisfação na relação foi igualmente confirmada por Simpson (1990), num estudo longitudinal com casais de namorados. Os homens e as mulheres mais ansiosos e mais evitantes experienciaram menos emoções positivas e mais afeto negativo nas suas relações românticas, tendo ocorrido o inverso com os indivíduos seguros. Por outro lado, os mais seguros exibiram maior grau de interdependência relacional, compromisso, bem-estar, confiança e satisfação na relação, quando comparados com os inseguros.

Vinculação, Satisfação com a Vida e Felicidade

Webster (1998) encontrou um efeito principal do estilo de vinculação na felicidade, quando realizou um estudo com um grupo de adultos com média de idades de 65,9 anos e um grupo de adultos com média de idades de 22,5 anos.

Os resultados evidenciaram que, nos dois grupos, os sujeitos mais seguros e mais desinvestidos exibiram significativamente perceções de maior bem-estar, por comparação com os outros grupos de vinculação. O autor considera este resultado interessante, uma vez que os desinvestidos não têm expectativas positivas relativas às figuras parentais e apresenta duas probabilidades de explicação: por um lado, um esquema do self que enfatiza a auto-suficiência pode ser correlacionado com a felicidade; por outro lado, estes indivíduos poderiam avaliar os seus níveis de felicidade de forma enviesada e, assim, negarem a possibilidade de efeitos negativos que atingissem a consciência.

Merece atenção especial o facto de Webster e College (1997) terem feito uma investigação preliminar com a mesma amostra e terem-se verificado os mesmos resultados: as

peessoas mais seguras e mais desinvestidas percecionaram maior bem-estar e satisfação, por comparação com os grupos de vinculação preocupada e amedrontada.

Vinculação e Satisfação na Relação

Hammond e Fletcher (1991) também encontraram associações entre a vinculação e a satisfação, em casais jovens com relacionamento de namoro sério. Os parceiros com estilo de vinculação menos evitante, menos ansiosa/ambivalente e mais segura reportaram maiores níveis de satisfação na relação e descreveram relações mais positivas. Contudo, os resultados do estudo longitudinal sugeriram que a satisfação com a relação tende mais a influenciar os estilos de vinculação do que o contrário, o que levou os autores a concluir que os estilos de vinculação podem ser maleáveis e influenciados pelas experiências nas relações íntimas adultas.

Vinculação, Satisfação na Relação e Género

Nas relações entre a vinculação, satisfação conjugal e o género, Fuller e Fincham (1995) verificaram que as mulheres mais seguras exibiam maior satisfação na relação, enquanto as mais evitantes apresentaram menor satisfação conjugal. Em relação aos maridos, não foi encontrada qualquer associação direta entre a vinculação e a satisfação conjugal.

Quando avaliaram as relações entre a vinculação e a regulação do afeto, os autores verificaram que as mulheres mais seguras reportaram menos sintomas de ansiedade do que as evitantes ou ambivalentes. No entanto, estes resultados não foram encontrados nos maridos, o que sugere a probabilidade de não existir maior variabilidade nos sintomas de ansiedade dos maridos nos vários tipos de vinculação, e que, nos períodos de stresse, o estilo de vinculação nos maridos será menos preditor de ansiedade geral do que nas mulheres. Globalmente, estes resultados sugerem que nas mulheres, por comparação com os homens, o estilo de vinculação exerce um papel mais direto na satisfação com a relação, e os sentimentos de insegurança que as mulheres experienciam com elas próprias poderão afetar diretamente os sentimentos de segurança e de satisfação na relação com os maridos.

No entanto, quando Banse (2004) avaliou as relações entre a vinculação adulta e a satisfação com a relação, verificou que o estilo de vinculação individual, o estilo de vinculação do parceiro e a interação entre eles poderiam ser preditores da satisfação com a relação. Tanto para os cônjuges masculinos como para os femininos, a vinculação segura foi associada a maior satisfação conjugal, enquanto os mais amedrontados e mais preocupados

associaram-se negativamente à satisfação conjugal. Contudo, nas configurações específicas diádicas, os efeitos positivos da vinculação segura e os efeitos negativos da vinculação insegura foram amplificados ou atenuados dependendo do estilo de vinculação do membro feminino do casal.

Vinculação Parental e Vinculação Amorosa

Com uma amostra de adolescentes, Matos e Costa (2006) foram avaliar a vinculação aos pais e ao par romântico com a aplicação dos instrumentos «Family Attachment Interview» e «Peer Attachment Interview», de Bartholomew e Horowitz (1991). Os resultados demonstraram que os adolescentes com vinculações seguras aos pais apresentam relações de vinculação romântica mais seguras, com modelos de si próprios e dos outros mais positivos. Não foram observadas diferenças de género nos padrões de vinculação, no entanto, nos rapazes, a relação com a mãe foi classificada como mais preocupada e a relação com o pai mais desinvestida. Na vinculação parental os resultados revelaram 71,5% de indivíduos de padrão seguro e outros dados sugeriram que os adolescentes revelam padrão mais preocupado em relação à mãe (10,8%) do que ao pai (7,2%), tendo uma percentagem de adolescentes sido classificada de mais desinvestida ao pai (8,4%) do que à mãe (3,6%).

Vinculação, Auto-Estima e Satisfação com a Vida

Com uma amostra de adolescentes, Armsden e Greenberg (1987) examinaram as diferenças individuais da vinculação parental e aos pares e as suas relações com a auto-estima, satisfação com a vida e estado afetivo, com a aplicação do IPPA, «Inventory of Parent and Peer Attachment». Estes estudos revelaram que a qualidade percebida em relação a ambos os pais e aos pares foi significativamente associada ao bem-estar. Outros resultados concluíram que os adolescentes classificados com médias elevadas de vinculação segura reportavam maior satisfação com eles próprios, procuravam maior suporte social e possuíam menos respostas de stresse a acontecimentos de vida negativos.

6.1. Objetivo e hipóteses

Este estudo tem, como objectivo, analisar as relações entre os estilos de vinculação amorosa e parental, à luz da Teoria da Vinculação, em casais adultos com experiência de vida em comum, bem como explorar as associações destas duas dimensões com os graus de

satisfação com a relação percebidos por cada membro do casal, e com os seus níveis de satisfação com a própria vida.

De acordo com a teoria da vinculação e os resultados dos estudos que consultámos, colocamos as seguintes hipóteses relativamente ao nosso estudo empírico:

Vinculação ao pai e à mãe

No que diz respeito à vinculação ao pai e à mãe, sublinhamos que o estudo desta dimensão é de carácter exploratório, uma vez que o instrumento que seleccionámos foi, na sua origem, aplicado aos adolescentes e jovens adultos. Ao existir um sentido retrospectivo na forma como os sujeitos respondem às suas vivências parentais, poderão ocorrer erros ou enviesamentos na elaboração das reconstruções dessas vivências e essa é uma probabilidade que deve ser considerada na interpretação dos nossos resultados. Por outro lado, a maioria dos estudos que avalia a vinculação parental não contempla a média de idades da nossa amostra, o que reforça o carácter exploratório do nosso estudo.

Ainda assim, esperamos que, na distribuição dos estilos de vinculação aos pais, os resultados sejam convergentes com a literatura, no sentido de apresentarem as maiores médias na «Qualidade do Laço Emocional», dimensão que avalia o estilo de vinculação segura e, atendendo às características de maturidade da nossa amostra, esperamos encontrar maior força de associação deste fator à mãe, do que ao pai.

Relações entre Vinculação aos pais e Vinculação amorosa

Considerando a potencial estabilidade dos modelos internos dinâmicos ao longo do desenvolvimento, esperamos que, no geral, os indivíduos com percepções de vinculação mais segura aos pais apresentem padrões de vinculação mais segura ao seu parceiro.

Relações entre vinculação amorosa, satisfação com a relação e satisfação com a vida

Os estudos que investigámos deram conta da existência de múltiplos fatores que podem influenciar a percepção de cada parceiro da satisfação conjugal.

Ainda assim, esperamos que os sujeitos com médias de vinculação mais segura possuam maior satisfação conjugal e maior satisfação com a vida, por comparação com os estilos de vinculação insegura. De um modo geral, esperamos que os homens se percecionem como mais satisfeitos do que as mulheres na relação conjugal.

Vinculação, Variáveis sociodemográficas e Satisfação

Apesar de não termos encontrado estudos suficientes sobre as relações entre níveis académicos e a vinculação, entendemos, por isso, que os nossos resultados devem ser interpretados com um sentido exploratório; ainda assim, pensamos que os sujeitos com mais habilitações e com vinculação mais segura apresentem maior satisfação com a vida do que os inseguros.

Quanto ao Tempo da Relação e aos Filhos, esperamos que os nossos resultados sejam convergentes com a literatura, isto é, que à medida que avança o tempo de duração da relação, os indivíduos apresentem menor satisfação com a relação e, em relação aos filhos, que os casais sem filhos revelem maior satisfação com a relação do que os casais com filhos.

ESTUDO EMPÍRICO

ESTUDO EMPÍRICO

1. Metodologia da Dissertação

Na referenciação dos estudos dos autores investigados, nas citações e na Bibliografia utilizámos a norma da American Psychological Association (APA), por ser a adotada pela nossa Universidade e ser reconhecida pela comunidade científica portuguesa e internacional.

1.1. Desenho da Investigação

No presente estudo, utilizámos um desenho correlacional, não experimental, com tratamento quantitativo e de tipo transversal, uma vez que as medidas foram aplicadas aos participantes uma única vez. Para a nossa recolha de dados utilizámos quatro medidas de avaliação de auto-relato e um questionário para obtenção de dados sociodemográficos.

1.2. Amostra

Fizeram parte da nossa investigação 340 participantes correspondendo a 170 casais heterossexuais. As suas idades variam entre os 22 e os 78 anos para os homens, e entre os 22 e os 80 anos para as mulheres, tendo o sexo masculino apresentado uma média de 47,72 (DP = 11,153) e o feminino uma média de 46,08 (DP = 9,976) (Ver Quadro 1).

Na distribuição segundo a fratria e o género (Quadro 1), constatamos que são os homens que têm mais irmãos, variando entre zero e dez, com uma média de 1,71 (DP=1,826); na amostra feminina verificamos uma variação entre zero e oito irmãos, com uma média de 1,68 (DP=1,673).

Relativamente aos anos de vida em comum (Quadro 1), pensamos que a nossa amostra se encontra bem representada, variando entre 1 e 53 anos. As diferenças de médias que observamos entre os dois géneros (masculino M=18,89; DP=12,006 e feminino M=18,75; DP=11,910) leva-nos a pensar que alguns casais não terão efetivamente partilhado a sua perceção acerca do tempo de vida em comum, tal como, aliás, havíamos solicitado. Considerando o tempo de namoro incluído, a média é igual para os dois géneros (masculino M=21,31; DP=12,195 e feminino M= 21,31; DP= 12,199), variando entre 1 e 55 anos.

Na distribuição segundo a escolaridade e o género (Quadro 1), verificamos que a maioria dos homens (n=84; 49,4%) possui o ensino secundário, 68 (40%) frequentaram o ensino superior e 18 (10,6%) apenas concluíram o ensino básico, enquanto nas mulheres a maioria (n=81; 47,6%) frequentou o ensino superior, 76 (44,7%) têm o ensino secundário e 13 (7,6%) o ensino básico. Os participantes foram também inquiridos a propósito do tipo de

família de que eram provenientes (Quadro 1), tendo-se obtido um número igual de homens e mulheres provenientes de famílias intactas ($n=144$) e de famílias separadas ($n=26$).

Na distribuição segundo o tipo de relação e sobre a existência de filhos (Quadro 1), constatamos que a esmagadora maioria dos participantes é casada (78,8% contra 21,2% de uniões de facto), tendo 84 casais realizado casamento católico (49,4%), enquanto 50 o fizeram só por registo (29,4%). Quanto à existência de filhos do casal ou de relações anteriores, observamos uma ligeira variação por género, traduzida no maior número de mulheres com filhos, por comparação com os homens ($n=136$ contra $n=133$). Nos casais sem filhos verifica-se a mesma variação por género mas no sentido inverso, tendo-se verificado maior número de homens sem filhos, por comparação com as mulheres ($n=37$ contra $n=34$).

Quadro 1. Diferenças entre os géneros para as variáveis sociodemográficas

	Masculino		Feminino	
	M	DP	M	DP
IDADE	47,72	11,153	46,08	9,976
FRATRIA	1,71	1,826	1,68	1,673
TEMPO DE VIDA EM COMUM	18,89	12,006	18,75	11,910
TEMPO TOTAL DA RELAÇÃO	21,31	12,195	21,31	12,199

	Masculino		Feminino	
	N	%	N	%
ESCOLARIDADE				
Ensino Básico	18	10,6	13	7,6
Ensino Secundário	84	49,4	76	44,7
Ensino Superior	68	40,0	81	47,6
Total	170	100,0	170	100,0
TIPO DE FAMÍLIA				
Família Intacta	144	84,7	144	84,7
Pai e Mãe Separados	26	15,3	26	15,3
Total	170	100,0	170	100,0
TIPO DE RELAÇÃO				
Casamento Católico	84	49,4	84	49,4
Casamento só por Registo	50	29,4	50	29,4
União de Facto	36	21,2	36	21,2
FILHOS DO CASAL OU DE RELAÇÕES ANTERIORES				
Sim	133	78,2	136	80,0
Não	37	21,8	34	20,0
Total	170	100,0	170	100,0

No que respeita aos locais de residência (Quadro 2), 114 casais vivem na área de Lisboa, (67,1%), 21 são residentes em Setúbal (12,4%) e os restantes vivem noutras zonas do

país, nomeadamente 4,7 % em Santarém e nos Açores, 2,9% no Porto e em Vila Real, 2,4% na Madeira, 1,8% no Algarve e 0,6% em Vila Viçosa (Alentejo) e em Braga.

Quadro 2. Distribuição dos locais de residência

	<u>Masculino</u>		<u>Feminino</u>	
	N	%	N	%
Lisboa - Arredores	114	67,1	114	67,1
Setúbal	21	12,4	21	12,4
Santarém	8	4,7	8	4,7
Região Autónoma dos Açores	8	4,7	8	4,7
Porto	5	2,9	5	2,9
Vila Real	5	2,9	5	2,9
Região Autónoma da Madeira	4	2,4	4	2,4
Algarve	3	1,8	3	1,8
Alentejo	1	0,6	1	0,6
Braga	1	0,6	1	0,6
Total	170	100,0	170	100,0

No que diz respeito às suas ocupações profissionais, utilizámos como indicador a classificação das profissões segundo o «Índice de Graffar». O Índice de Graffar é um método de classificação social internacional, criado em Bruxelas por Marcel Graffar, em 1956, que tem como objetivo a avaliação do nível socio-económico das famílias através de cinco critérios, um dos quais a profissão. Neste critério, a classificação é ordenada por cinco graus, sendo que no primeiro incluem-se as profissões de maior nível socioeconómico como a direcção de bancos, direcção técnica de empresas, licenciados e profissionais com títulos universitários, em segundo grau incluem-se os chefes de secção, subdirectores, peritos técnicos e comerciantes, no terceiro grau estão os ajudantes técnicos, desenhadores e encarregados, no quarto grau incluem-se os operários especializados com ensino básico concluído e no quinto grau figuram as ocupações do nível socioeconómico mais baixo, como os porteiros, mulheres de limpeza e ajudantes de cozinha (Rua, 2008).

Em virtude de Portugal se defrontar, desde os últimos anos, com uma população envelhecida e com um número crescente de desempregados, criámos um sexto grau para os participantes que profissionalmente não estivessem no ativo, onde incluímos os reformados, os desempregados, os domésticos e os estudantes.

Na distribuição segundo as profissões e o género (Quadro 3), verificamos que a esmagadora maioria (71,7%) dos homens desempenha profissões dos dois primeiros níveis socioeconómicos mais elevados (grau 1: n=56; 32,9 %; grau 2: n=49; 28,8%), e apenas 17%

exercem profissões de nível intermédio (n=29;). Em relação ao género feminino, uma inquirida não respondeu e das 169 participantes, a maioria (55,9%) desempenha profissões dos graus dois e três, (grau 2: n=49; 28,8%; grau três: n=46; 27,1%), sendo que 40 participantes (23,5%) desempenham funções profissionais no escalão socioeconómico mais elevado. Verificámos, ainda, o mesmo número de homens e mulheres no grau 6 (n= 21; 12,4%) e nas profissões de grau 4 encontrámos um número aproximado de participantes entre os dois géneros (n=10; 5,9% no masculino e n=9; 5,3% no feminino), tendo-se observado a mesma linha de proximidade para as profissões do grau 5 em ambos os géneros (n= 5; 2,9% para o masculino e n=4; 2,4% para o feminino).

Quadro 3. Profissões (Índice de Graffar)

	Masculino		Feminino	
	N	%	N	%
1 – Diretores, Licenciados, Prof. Tit. Universitários, Militares Alta Patente	56	32,9	40	23,5
2 – Chefes, Subdirectores, Peritos Comerciantes, Técnicos	49	28,8	49	28,8
3 - Ajudantes Técnicos, Desenhadores, Oficiais Primeira, Encarregados, Caixeiros	29	17,1	46	27,1
4 – Operários especializados c/ ensino primário concluído (ex. motoristas, polícias, cozinheiros)	10	5,9	9	5,3
5 – Trabalhadores manuais ou operários não especializados	5	2,9	4	2,4
6 – Desempregados, Estudantes, Domésticos, Reformados	21	12,4	21	12,4
9 – Não respondeu	0	0,0	1	0,6
Total	170	100,0	170	100,0

1.3. Medidas

Foram incluídas num questionário realizado para o efeito (Anexo II, pp. V-VI), variáveis de caracterização pessoal, nomeadamente de género, idade, fratria, escolaridade, profissão, progenitores (unidos ou separados durante o crescimento do participante), tipo de casamento com o atual conjugue (católico, registo ou união de facto), duração do namoro e do casamento e existência de filhos do casal ou de relações anteriores.

1.3.1. Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM)

(Versão Revista-IV, de Matos & Costa, 2001a).

O QVPM é uma medida de autorelato desenvolvida por Matos e Costa (2001a) que avalia as representações de vinculação de adolescentes e jovens adultos em relação a cada uma das figuras parentais, de acordo com a teoria da vinculação de John Bowlby e de Mary Ainsworth e o modelo protótipo de vinculação de Kim Bartholomew (Ainsworth, 1989; Bartholomew & Horowitz, 1991; Matos, 2002; Matos & Costa, 2004; Moura & Matos, 2008; Moura, Spill & Matos, 2010).

Trata-se de uma escala ordinal, de tipo Likert, com uma estrutura de resposta constituída por seis hipóteses de escolha que variam entre 1 e 6, sendo três de discordância e três de concordância. As de discordância estão indicadas com os valores 1, 2 e 3, que correspondem a «Discordo Totalmente» (1), «Discordo» (2) e «Discordo Moderadamente» (3) e as de concordância com os valores 4, 5 e 6, correspondentes a «Concordo Moderadamente» (4), «Concordo» (5) e «Concordo Totalmente» (6).

Considerando que este instrumento foi criado para averiguar as relações de vinculação parental a adolescentes e jovens adultos e que no presente estudo se pretende explorar, numa lógica retrospectiva, as relações de vinculação parental a casais de adultos de diferentes idades, foi utilizado o QVPM do estudo de Duarte (2005), o qual, por pretender também explorar as relações de vinculação parental com uma amostra de casais adultos com idades diversas, a forma verbal dos itens já se encontrava adaptada. A título de exemplo, no item 4 do instrumento original, a afirmação «Os meus pais impõem a maneira deles de ver as coisas», foi alterada para «Os meus pais impunham a maneira deles de ver as coisas» naquele estudo. Apelando, deste modo, a uma visão retrospectiva, é pedido aos participantes que indiquem a resposta que melhor expresse a maneira como se sentiam com o pai e com a mãe, durante o seu processo de desenvolvimento, escolhendo uma das posições.

Esta escala é composta por 30 itens, tem uma estrutura de vinculação organizada em 3 fatores, cada um dos quais constituídos por 10 itens: Factor Inibição da Exploração e Individualidade (IEI), composto pelos itens 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25 e 28, que “avalia a percepção de limitações à expressão da individualidade própria” (Moura & Matos, 2008, p. 135); Factor Qualidade do Laço Emocional (QLE), constituído pelos itens 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 27 e 30, que avalia “a importância da figura parental enquanto figura de vinculação, percebida como fundamental e única no desenvolvimento do sujeito, a quem este recorrerá em

situações de dificuldade e com quem projecta uma relação duradoura” (p.135); Factor Ansiedade de Separação e Dependência (ASD), formado pelos itens 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 26 e 29, que pretende avaliar “a experiência de ansiedade e de medo da separação da figura de vinculação, reveladora de uma relação de dependência” (p.135). O sentido da variação das respostas é positivo, indicando que quanto maior for a média dos fatores, mais saliente será a sua presença.

No que diz respeito às qualidades psicométricas, o QVPM tem sido testado em muitos estudos recorrendo na sua maior parte a amostras independentes de adolescentes e jovens adultos, nos quais têm sido confirmados a sua estrutura fatorial, indicadores adequados de fidelidade e validade e uma elevada consistência interna quer na versão Pai, quer na versão Mãe (Cordeiro, 2012; Matos & Costa, 2004; Moura & Matos, 2008; Silva & Costa, 2005). O estudo de Duarte (2005), realizado através de análise fatorial confirmatória, revelou um ajustamento adequado nas três sub-escalas (IEI, QLE e ASD), bem como níveis elevados de consistência interna na versão Mãe (com valores de alfa de Cronbach respetivamente de 0.81, 0.92 e 0.86) e na versão Pai (0.85, 0.92 e 0.85), evidenciando a fidelidade das dimensões desta medida relativas à vinculação ao Pai e à Mãe.

1.3.2. Questionário de Vinculação Amorosa (QVA)

(Versão Revista-III, de Matos & Costa, 2001b)

O Questionário de Vinculação Amorosa (QVA) é um instrumento de autorelato desenvolvido por Matos e Costa (2001b) para a população portuguesa, com o objetivo de avaliar a perceção que os adolescentes e jovens adultos têm acerca da qualidade do vínculo nas suas relações amorosas (Matos et. al., 2001), de acordo com a teoria da vinculação de John Bowlby e de Mary Ainsworth e o modelo protótipo de vinculação de Kim Bartholomew (Ainsworth, 1989; Ainsworth & Bowlby, 1989; Bartholomew & Horowitz, 1991; Bretherton, 1992; Matos, 2002).

Trata-se de uma escala constituída por 52 itens, com uma estrutura de vinculação organizada em 4 fatores representativos do modelo teórico da vinculação, cada um dos quais composto por 13 itens: o fator «Confiança», que remete para a avaliação das “perceções do sujeito relativamente à responsividade e à sensibilidade do companheiro para satisfazer as necessidades do sujeito (...) enquanto fonte de conforto e de apoio” (Matos e colaboradores, 2001, p. 103), é composto pelos itens 1, 5, 12, 14, 17, 19, 24, 29, 35, 37, 42, 49 e 52, dos quais os números 14, 17, 24, 37 e 49 são itens invertidos; o fator «Dependência», que

pretende avaliar a “necessidade de proximidade física e emocional, a ansiedade de separação e o medo da perda” (p.103), é constituído pelos itens 2, 6, 10, 15, 21, 22, 25, 32, 33, 38, 43, 47 e 50; o fator «Evitamento» remete para a avaliação do “papel secundário do companheiro amoroso no preenchimento das necessidades de vinculação, bem como a centração do sujeito na sua própria capacidade de resolução de problemas” (p.103), é constituído pelos itens 3, 7, 11, 16, 18, 23, 27, 30, 34, 40, 44, 45, 51; a quarta e última dimensão é a «Ambivalência», a qual avalia a perceção de insegurança do sujeito, ora expressa “numa forte irritabilidade perante situações imprevisíveis (...)”, ora na dúvida relativamente ao papel que desempenha enquanto figura amorosa, bem como nas suas emoções face ao companheiro” (p. 103), sendo composta pelos itens 4, 8, 9, 13, 20, 26, 28, 31, 36, 39, 41, 46, 48.

O QVA é uma escala ordinal (de 1 a 6), de tipo *Likert*, com um formato de resposta constituído por seis hipóteses de escolha, três de concordância (4 a 6) e três de discordância (1 a 3). O valor 1 será, então, o indicado quando a afirmação não corresponde de forma alguma à opinião do respondente, e o valor 6 quando a afirmação descreve a sua opinião de uma forma totalmente correta e completa. Solicita-se ao respondente que se centre na sua relação atual e que reflita sobre as várias dimensões refletidas no questionário, umas relacionadas com as características idiossincráticas do cônjuge, outras associadas às características da relação. O sentido da variação das respostas é positivo, indicando que quanto maior for a média dos fatores, mais saliente será a sua presença.

Em relação às qualidades psicométricas, o QVA revelou ser um instrumento adequado e com boas características para a investigação. Um estudo de validação deste instrumento, que envolveu uma amostra de 365 jovens estudantes com idades entre os 17 e os 22 anos, revelou elevada consistência interna na maioria das sub-escalas, apresentando valores alfa de Cronbach de 0.90 para a dimensão «Confiança», 0.88 para a «Dependência», 0.87 para o «Evitamento» e 0.75 para a dimensão «Ambivalência» (Matos, et. al., 2001). No estudo de Cordeiro (2012), o QVA foi aplicado a uma amostra de 760 estudantes com uma média de idades de 21,3 anos, tendo apresentado valores de consistência interna elevados: valores alfa de Cronbach de 0.91 para a «Confiança», 0.86 para a «Dependência», 0.85 para o «Evitamento» e 0.87 para a «Ambivalência». O estudo de Duarte (2005), realizado com uma amostra de 250 casais adultos, com número de anos de casamento entre 1 ano e 43 anos, evidenciou um bom poder discriminativo dos itens, uma estrutura fatorial validada por elevada consistência interna - valores alfa de Cronbach respetivos de 0.92, 0.83, 0.83 e 0.90 -

e com valores de ajustamento aceitáveis em todas as sub-escalas, evidenciando a fidelidade das dimensões desta medida, que medem precisamente o que pretendem medir.

1.3.3. Relationship Assessment Scale (RAS)

(Hendrick, Dicke, & Hendrick, 1998)

A Escala de Satisfação com a Relação (Relationship Assessment Scale - RAS) é uma escala breve desenvolvida em 1988 por Susan Hendrick (Hendrick, 1988), composta por 7 itens e tem como objetivo avaliar, de forma global, o grau de satisfação na relação dos casais contemplando todos os tipos de relações românticas e não somente a satisfação conjugal.

Os estudos realizados por esta autora que estiveram na base da criação desta escala evidenciaram a existência de uma estrutura unifatorial, com relações inter-itens moderadas e significativamente correlacionadas com medidas de amor, atitudes sexuais, disponibilidade, compromisso e investimento na relação, bem como correlações relevantes com outras medidas mais criteriosas, nomeadamente com a Escala de Ajustamento Diádico (Dyadic Adjustment Scale, DAS), (Spanier, 1976). Ambas as escalas se revelaram eficazes com uma subamostra, apresentando um poder discriminativo e preditor dos casais que se mantiveram juntos (91%) daqueles que se separaram (86%) (Hendrick, 1988).

Dez anos mais tarde, Hendrick, Dicke, & Hendrick (1998) publicam nova informação sobre as qualidades psicométricas desta medida, em estudos com amostras de casais de diferentes etnias, idades variadas, casais em terapia conjugal e terapia familiar. Os resultados revelaram uma correlação entre moderada e alta com medidas de satisfação conjugal, fidelidade teste-reteste e consistência, tendo referido que a RAS é uma medida adequada e útil para avaliar as relações amorosas.

A versão Portuguesa foi realizada no ano 2000, através de um estudo não publicado de Santos, Feijão & Mesquita¹, da Universidade de Lisboa, (cit. por Moreira et. al., 2006), com resultados que evidenciaram boas qualidades psicométricas. Cada item é avaliado por uma escala de cinco pontos, em que a descrição dos diferentes níveis varia em função do seu conteúdo (por exemplo, no item 3, “Até que ponto é que a sua relação é boa, em comparação com a maioria das relações?”, os níveis de resposta variam de 1-“Muito má” a 5- “Muito boa”; no item 5, “Até que ponto é que a sua relação tem correspondido às suas expectativas

¹Santos, M. J., Feijão, M. T., & Mesquita, R. (2000). Relações entre estilos de vinculação, estilos de resolução de conflito e satisfação nas relações amorosas em mulheres com um relacionamento heterossexual. Manuscrito não publicado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.

iniciais?”, os níveis de resposta variam de 1-“Nada” a 5-“Completamente”). Como os itens 4 e 7 se encontram formulados em sentido inverso, deverão ser invertidos e posteriormente serão somadas as respostas aos sete itens, cuja cotação varia entre 7, significando baixa satisfação e 35 pontos, correspondendo a elevada satisfação.

1.3.4. Satisfaction With Life Scale (SWLS)

(Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985).

A Escala de Satisfação com a Vida (Satisfaction With Life Scale - SWLS) foi desenvolvida em 1985 por Diener, Emmons, Larsen & Griffin, para identificar as diferenças individuais relativas à avaliação cognitiva que os sujeitos fazem à sua vida. Deste modo, este instrumento pretende avaliar a componente cognitiva do bem-estar subjetivo, isto é, o juízo que cada sujeito faz em relação à sua vida em geral, de acordo com os critérios do próprio. Assim, a SWLS dota o sujeito de total liberdade para ponderar, da forma que entender, os vários domínios da sua vida, de modo a chegar a um juízo global sobre a sua existência. Dentre as componentes que fazem parte do bem-estar subjetivo, a SWLS não pretende medir construtos específicos do bem-estar subjetivo, tais como o afeto positivo ou o sentimento de solidão, referindo-se apenas à avaliação que os indivíduos fazem das atribuições positivas e negativas face à sua vida (Diener e colaboradores, 1985). Os cinco itens da SWLS são formulados no sentido positivo, constituindo uma escala de tipo Likert de 7 pontos, cuja pontuação varia entre 5 e 37 pontos.

Os autores passaram esta escala a uma amostra de estudantes universitários do curso de Psicologia da Universidade de Illinois, cujos resultados evidenciaram boas qualidades psicométricas. A consistência interna apresentou um alfa de Cronbach de 0.87, valor bastante bom considerando que se trata de uma escala muito breve, constituída por apenas cinco itens. O estudo demonstrou, ainda, estabilidade temporal moderada e correlações entre moderada e alta com outras medidas de bem-estar subjetivo, revelando-se um instrumento adequado para avaliar diferentes grupos etários (Albuquerque & Lima, 2007; Diener et. al., 1985). Outras investigações comprovaram a sua validade discriminante e reiteraram por análise fatorial a existência de um único factor, sugerindo uma elevada coerência para o conceito (Pavot & Diener, 1993).

Em Portugal, o estudo de validação da SWLS foi realizado em 1990 por Neto, Barros e Barros² (cit. por Albuquerque & Lima, 2007), com uma amostra de professores do ensino básico e secundário, com média de idades de 38,8 anos, tendo mostrado uma consistência interna com um valor alfa de Cronbach de .78 (Albuquerque & Lima, 2007; Seco, Casimiro, Pereira, Dias & Custódio, 2005). Dois anos mais tarde, outro estudo realizado com uma amostra de adolescentes apresentou o mesmo valor de consistência interna (através do alfa de Cronbach), dados que confirmam a opinião dos autores originais de se tratar de uma medida ajustada para diferentes idades (Neto, 1992).

No mesmo ano, Simões³ (cit. por Seco, et. al., 2005) repetiu a validação desta escala, retocou alguns pormenores da tradução para facilitar a compreensão por pessoas de nível cultural inferior ao das amostras dos estudos anteriores, simplificou o preenchimento da escala reduzindo a amplitude de respostas de sete para cinco, e encontrou uma consistência interna de .77 (através do alfa de Cronbach). Nesta versão, as hipóteses de escolha variam, então, entre 1 e 5 pontos: 1. Discordo muito; 2. Discordo um pouco; 3. Não concordo nem discordo; 4. Concordo um pouco; 5. Concordo muito. A pontuação obtida pode variar entre um valor mínimo de 5, indicando baixa satisfação com a vida, e um máximo de 25 pontos, que traduzirá uma elevada satisfação com a vida.

Utilizámos no presente estudo esta versão porque tem sido a mais utilizada em diversos estudos portugueses, apresentando bons níveis de consistência interna: no estudo de Albuquerque & Lima, 2007 apresentou um valor alfa de Cronbach de .87, e no de Seco e colaboradores (2005) um valor de .83.

1.4. Procedimentos

1.4.1. Procedimentos para a recolha de dados

Informámos os participantes oralmente e por escrito (Anexo I, p. IV) dos objetivos do estudo, solicitámos a sua participação voluntária e referimos que em qualquer altura poderiam desistir desta participação. Todos foram instruídos para que respondessem de forma separada e independente, não mostrando as suas respostas ao cônjuge, e não foram indicados quaisquer tempos de resposta para o preenchimento dos questionários, sendo apenas pedido para

² Neto, F., Barros, J. H., & Barros (1990). Satisfação com a Vida. In L. Almeida, R. Santiago, P. Silva, O. Caetano, & J. Marques (Eds). *Ação Educativa: análise psico-social* (pp.105-117). Leiria: ESEL/APPORT.

³ Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXVI, 3, pp. 503-515.

responderem a todas as questões. Definimos como critérios de inclusão na amostra a maioria de todos os participantes, a sua residência em Portugal, bem como o período mínimo de um ano de experiência de vida em comum com o respetivo parceiro.

Para possibilitar o emparelhamento posterior das respostas dos casais, os questionários foram previamente codificados com uma «letra» e um «número»; a letra indicava o género, M ou F, e os algarismos indicavam um número atribuído ao casal. Por exemplo, a referência M-164 referia-se ao questionário do membro masculino do casal número 164 e a referência F-164 indicava o questionário do respetivo membro feminino. A seguir, cada questionário era colocado em envelope fechado. Todos os participantes foram instruídos para que o membro feminino do casal respondesse aos questionários que tinham a referência «F» (Anexos II, pp. V-XIII) e o membro masculino a referência «M» (Anexos II, pp. XIV-XXII). O controlo interno era realizado apenas pelo número de casal e as letras M e F, preservando desta forma o anonimato.

A entrega dos questionários foi maioritariamente realizada de forma presencial ou por correio postal, tendo sido devolvidos pela mesma via. Os que foram enviados por correio continham, ainda, um envelope interno selado e devidamente endereçado, para que pudessem devolver as respostas sem quaisquer custos. Deste modo, o correio dos questionários chegava-nos sem qualquer remetente, de forma a garantir o seu anonimato.

Em alguns casos, os participantes solicitaram que este envio fosse efetuado por correio eletrónico. Nesta situação, gravámos os ficheiros dos questionários com o respetivo código de referência e a seguir efetuámos o envio separadamente para os endereços eletrónicos de cada membro do casal, tendo sido devolvidos pela mesma via.

Para testar a existência de eventuais dificuldades ou dúvidas na compreensão das perguntas, realizámos um teste piloto a seis casais, os quais não suscitaram quaisquer críticas ou pedidos de esclarecimento relativamente aos questionários.

Fizemos chegar 450 questionários a casais residentes em diversas áreas de Portugal Continental e Ilhas. A recolha de dados decorreu entre 23 de Dezembro de 2012 e 25 de Março de 2013. Responderam 350 participantes, dos quais dez não puderam fazer parte da amostragem por não terem chegado as respostas dos respetivos cônjuges.

1.4.2. Procedimentos para a análise e tratamento dos dados

Os dados que obtivemos para o presente estudo foram inseridos e editados na base de dados do programa informático IBM® SPSS® Statistics, versão 20. Na construção da base de

dados, codificámos todas as variáveis necessárias ao nosso estudo respeitando as suas características e os seus tipos de medida aplicáveis.

Para analisarmos as características das medidas utilizadas, aplicámos o coeficiente de correlação r de Pierson, que é uma medida do grau de relação linear entre duas variáveis quantitativas que expressa a tendência que elas apresentam na sua variação conjunta, não significando que elas estejam ligadas entre si. O seu valor mede a força dessa tendência e varia entre -1 e 1, e o seu sinal, positivo ou negativo, mede a direcção entre as duas variáveis, isto é, quando a correlação é de sinal positivo, a intensidade de uma variável é tendencialmente acompanhada pela outra e quando o sinal é negativo, a intensidade de uma é acompanhada em sentido inverso pela outra. A correlação expressa-se por graus de associação, com o mesmo significado para os casos negativos ou positivos: Nula, quando $r = 0$, significando ausência de correlação entre as duas variáveis; Muito fraca, quando $0 < r < 0,1$; Fraca, quando $0,1 < r < 0,3$; Moderada, quando $0,3 < r < 0,6$; Forte, quando $0,6 < r < 0,9$; Muito forte quando $0,9 < r < 1$; Perfeita, quando $r = 1$.

Quando quisemos analisar as diferenças de resultados médios numa variável, entre dois grupos de sujeitos com correlações entre si na mesma variável, utilizámos o Teste t de Student de comparação de médias para amostras emparelhadas. Para compararmos médias de uma variável quantitativa entre dois grupos diferentes de sujeitos, desconhecendo as respetivas variâncias ou correlações entre eles, utilizámos o Teste t de Student de comparação de médias para amostras independentes. Quando os grupos em estudo eram superiores a dois, aplicámos o teste de variância One-way ANOVA. Nalguns casos específicos, nomeadamente, quando o teste “F” foi significativo, que nos mostra se existe diferença entre as médias dos tratamentos da análise de variância, usámos o teste de Tuckey para testar todas as combinações dois a dois entre os níveis de um fator.

1.4.3. Procedimentos Éticos

Este estudo procurou respeitar as regras éticas em investigação, em todas as fases do seu desenvolvimento, tendo sido preservados os direitos à autodeterminação, à reserva da intimidade, ao anonimato e à confidencialidade. Deste modo, os participantes foram informados que iriam ser assegurados a confidencialidade, o anonimato e o sigilo, garantindo que os dados seriam recolhidos apenas para tratamento estatístico. Registámos quatro recusas de resposta ao estudo após terem concordado inicialmente e de forma voluntária na sua participação. Em dois casos, as pessoas alegaram que após a leitura dos questionários

sentiram constrangimentos na resposta a alguns itens que percecionavam de maior intimidade. Nos outros dois, as pessoas referiram que os respetivos cônjuges decidiram posteriormente não participar.

2- Apresentação dos Resultados

Por forma a procedermos à comparação de médias para as variáveis em estudo, recorreremos ao Teste t para amostras emparelhadas (Quadro 4), ao Teste t para amostras independentes (Quadros 14 e 15) e à ANOVA (Quadros 12, 13, 16 e 17). Recorreu-se também à análise das correlações, através da correlação de Pearson, para verificar a associação das variáveis em estudo (Quadros 5 a 11).

2.1. Diferenças de médias entre o sexo masculino e feminino

Com o objetivo de verificar se os homens e as mulheres apresentavam diferenças de médias estatisticamente significativas, procedemos à análise do teste t para amostras emparelhadas (Quadro 4).

Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM), nos fatores Inibição da exploração e individualidade ao Pai ($t(151) = -2.000$; $p = .047$) e à Mãe ($t(162) = -2.152$; $p = .033$), Ansiedade de Separação e Dependência ao Pai ($t(142) = -3.508$; $p = .001$) e à Mãe ($t(152) = -4.710$; $p = .000$), tendo o sexo feminino apresentado valores médios superiores nestas variáveis. No que respeita à Vinculação Amorosa (QVA), o género masculino apresentou uma média significativamente superior na Confiança ($t(162) = 3.633$; $p = .000$), enquanto na Ambivalência ($t(158) = -3.724$; $p = .000$) foi o feminino que apresentou média superior.

Verificaram-se, ainda, diferenças estatisticamente significativas na Satisfação com a Relação (RAS) ($t(169) = 4.075$; $p = .000$), tendo o género masculino apresentado valores superiores.

Quadro 4. Diferenças entre os géneros para as variáveis em estudo

	Sexo				t
	Masculino		Feminino		
	M	DP	M	DP	
Vinculação Parental (QVPM)					
Inib. Explor. Individual. PAI	27,36	8,75	29,34	10,12	-2,000*
Qualid. Laço Emocional PAI	48,28	9,16	48,13	11,32	,126
Ansied. Separ. Dependência PAI	29,34	8,93	32,67	10,74	-3,508**
Inib. Explor. Individ. MÃE	28,18	9,78	30,45	9,96	-2,152*
Qualid. Laço Emocional MÃE	49,96	7,99	51,27	8,61	-1,524
Ansied. Separ. Depend. MÃE	30,45	8,80	34,40	10,00	-4,710**
Vinculação Amorosa (QVA)					
Confiança	65,35	9,11	62,70	9,79	3,633**
Dependência	44,62	11,40	43,12	10,72	1,495
Evitamento	29,49	9,22	29,80	8,56	-,426
Ambivalência	32,54	10,03	35,42	10,75	-3,724**
Satisfação c/ Relação (RAS)	29,79	3,75	28,79	4,27	4,075**
Satisfação c/ a Vida (SWLS)	18,65	4,23	18,59	4,51	,164

Nota: * = $p \leq ,05$; ** = $p \leq ,01$

2.2. Relações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental

De forma a observarmos as associações entre a Vinculação Amorosa (QVA) e a Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM), recorremos ao Teste de Pierson, passando a descrever as correlações que se apresentaram com valores estatisticamente significativos.

Assim, no que respeita ao género masculino (Quadro 5), encontrámos associações fracas positivas entre a Confiança (QVA) e a Qualidade do laço emocional ao Pai ($r = ,212$; $p = .008$) e à Mãe ($r = ,220$; $p = .005$). A Dependência apresentou o mesmo grau de associação com a Inibição da exploração e individualidade ao Pai ($r = ,229$; $p = .005$), mas com grau moderado à Mãe ($r = ,334$; $p = .000$) e à Ansiedade de separação e dependência ao Pai ($r = ,373$; $p = .000$) e à Mãe ($r = ,433$; $p = .000$). O Evitamento apresentou associação fraca negativa com a Qualidade do laço emocional à Mãe ($r = -,164$; $p = .040$). A Ambivalência associou-se com grau fraco negativo à Qualidade do laço emocional à Mãe ($r = -,167$; $p = .036$) e com graus fracos positivos à Inibição da exploração e individualidade ao Pai ($r = ,164$; $p = .043$) e à Mãe ($r = ,173$; $p = .029$) e à Ansiedade de separação e dependência ao Pai ($r = ,165$; $p = .046$) e à Mãe ($r = ,163$; $p = .045$).

Relativamente ao género feminino (Quadro 6), verificámos que a Confiança apresentou associações fracas positivas com a Qualidade do laço emocional ao Pai ($r = ,248$; $p = .002$), mas moderadas à Mãe ($r = ,333$; $p = .000$) e associou-se negativamente com grau fraco à Inibição da exploração e individualidade ao Pai ($r = -,199$; $p = .012$). A Dependência

associou-se positivamente a todas as variáveis da vinculação parental, com valores de correlação que variam entre o grau fraco ($r = .196$; $p = .013$ na Qualidade do laço emocional ao Pai) e o grau moderado ($r = .559$; $p = .000$ na Ansiedade de separação e dependência à Mãe). O Evitamento apresentou associações negativas com a Qualidade do laço emocional, de grau fraco ao Pai ($r = -.233$; $p = .003$) e de grau moderado à Mãe ($r = -.371$; $p = .000$), bem como de grau fraco com a Ansiedade de Separação e Dependência à Mãe ($r = -.165$; $p = .036$). Em relação à Ambivalência, observámos associações fracas positivas com a Inibição da exploração e individualidade ao Pai ($r = .213$; $p = .007$) e à Mãe ($r = .197$; $p = .012$) e associações fracas negativas com a Qualidade do laço emocional ao Pai ($r = -.158$; $p = .047$) e à Mãe ($r = -.181$; $p = .023$).

Quadro 5. Correlações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental para o Sexo Masculino

	Vinculação Amorosa			
	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência
Vinculação Parental				
Inibição Explor. Indiv. PAI	-,013	,229**	,059	,164*
Qualidade Laço Emoc. PAI	,212**	-,065	-,152	-,141
Ansiedade Separação Depend. PAI	-,050	,373**	,085	,165*
Inibição Explor. Indiv. MÃE	-,025	,334**	,014	,173*
Qualidade Laço Emoc. MÃE	,220**	-,106	-,164*	-,167*
Ansiedade Separação Depend. MÃE	-,028	,433**	,041	,163*

Nota: * = $p \leq .05$; ** = $p \leq .01$

Quadro 6. Correlações entre a Vinculação Amorosa e a Vinculação Parental para o Sexo Feminino

	Vinculação Amorosa			
	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência
Vinculação Parental				
Inibição Explor. Indiv. PAI	-,199*	,253**	,102	,213**
Qualidade Laço Emoc. PAI	,248**	,196*	-,233**	-,158*
Ansied. Separ. Depend. PAI	,061	,538**	-,137	,062
Inibição Explor. Indiv. MÃE	-,114	,254**	,072	,197*
Qualidade Laço Emoc. MÃE	,333**	,223**	-,371**	-,181*
Ansied. Separ. Depend. MÃE	,028	,559**	-,165*	,128

Nota: * = $p \leq .05$; ** = $p \leq .01$

2.3. Relações entre Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida

Para verificarmos a existência de associações entre a Vinculação parental (QVPM), a Satisfação com a Relação (RAS) e a Satisfação com a Vida (SWLS), utilizámos o Teste de Pierson, passando a descrever as correlações que se mostraram com diferenças estatisticamente significativas.

Em relação ao género masculino (Quadro 7), observámos apenas uma associação fraca positiva entre a Satisfação com a Vida (SWLS) e a Qualidade do laço emocional à Mãe ($r=,194$; $p =.013$). No que diz respeito ao género feminino (Quadro 8), verificaram-se associações fracas positivas entre a Satisfação com a Relação (RAS) e a Qualidade do laço emocional ao Pai ($r=,250$; $p =.001$) e à Mãe ($r =,249$; $p =.001$), bem como entre a Satisfação com a Vida (SWLS) e a Qualidade do laço emocional ao Pai ($r =,174$; $p =.026$) e à Mãe ($r =,209$; $p =.008$).

Quadro 7. Correlações entre Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Masculino

	Satisfação com a Relação	Satisfação com a Vida
Vinculação Parental		
Inibição Exploração Indiv. PAI	-,002	-,086
Qualidade Laço Emocional PAI	,106	,100
Ansiedade Separ. Dependência PAI	,074	,048
Inibição Exploração Indiv. MÃE	,057	-,068
Qualidade Laço Emocional MÃE	,095	,194*
Ansiedade Separ. Depend. MÃE	,116	,124

Nota: * = $p \leq ,05$

Quadro 8. Correlações entre a Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Feminino

	Satisfação com a Relação	Satisfação com a Vida
Vinculação Parental		
Inibição Exploração Indiv. PAI	-,147	-,043
Qualidade Laço Emocional PAI	,250**	,174*
Ansiedade Separação Dependência PAI	,128	,127
Inibição Exploração Indiv. MÃE	-,092	-,045
Qualidade Laço Emocional MÃE	,249**	,209**
Ansiedade Separ. Dependência MÃE	,050	,114

Nota: * = $p \leq ,05$; ** = $p \leq ,01$

2.4. Relações entre Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida

Para observarmos as associações entre a Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, recorremos ao Teste de Pierson, passando a descrever as correlações apresentadas com diferenças estatisticamente significativas.

No género masculino (Quadro 9), o fator Confiança associou-se com grau forte positivo à Satisfação com a Relação ($r = ,720$; $p = .000$), e com grau fraco positivo à Satisfação com a Vida ($r = ,267$; $p = .000$). A Dependência associou-se moderadamente à Satisfação com a Relação ($r = ,384$; $p = .000$) e com grau fraco à Satisfação com a Vida ($r = ,195$; $p = .014$). O Evitamento apresentou correlações moderadas negativas com a Satisfação com a Relação ($r = -,591$; $p = .000$) e com a Satisfação com a Vida ($r = -,361$; $p = .000$). A Ambivalência apresentou correlação negativa forte com a Satisfação com a Relação ($r = -,633$; $p = .000$) e negativa moderada com a Satisfação com a Vida ($r = -,317$; $p = .000$).

Em relação ao género feminino (Quadro 10), a Confiança associou-se fortemente à Satisfação com a Relação ($r = ,778$; $p = .000$) e moderadamente à Satisfação com a Vida ($r = ,540$; $p = .000$), tendo-se verificado nestas duas variáveis valores de correlação superiores aos do género masculino. A Dependência apresentou correlações moderadas com a Satisfação com a Relação ($r = ,351$; $p = .000$) e fracas com a Satisfação com a Vida ($r = ,253$; $p = .001$). Com o Evitamento, verificou-se uma correlação negativa forte com a Satisfação com a Relação ($r = -,619$; $p = .000$) e negativa moderada com a Satisfação com a Vida ($r = -,391$; $p = .000$). O mesmo ocorreu com a Ambivalência, que se associou negativamente com valores de correlação forte à Satisfação com a Relação ($r = -,719$; $p = .000$) e moderados com a Satisfação com a Vida ($r = -,497$; $p = .000$), tendo-se também verificado nestas duas variáveis valores de correlação superiores aos do género masculino.

Quadro 9. Correlações entre a Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Masculino

	Vinculação Amorosa			
	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência
Satisfação com a Relação	,720**	,384**	-,591**	-,633**
Satisfação com a Vida	,267**	,195*	-,361**	-,317**

Nota: * = $p \leq ,05$; ** = $p \leq ,01$

Quadro 10. Correlações entre a Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida para o Sexo Feminino

	Vinculação Amorosa			
	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência
Satisfação com a Relação	,778**	,351**	-,619**	-,719**
Satisfação com a Vida	,540**	,253**	-,391**	-,497**

Nota: ** = $p \leq ,01$

2.5. Relações entre a Vinculação Amorosa e os géneros

De forma a examinar as associações entre a vinculação amorosa (QVA) para o sexo feminino e a vinculação amorosa para o sexo masculino (Quadro 11), recorremos ao Teste de Pierson passando a descrever os resultados com diferenças estatisticamente significativas.

Assim, foram encontradas associações moderadas, entre géneros, na Confiança ($r = ,516$; $p = ,000$), na Dependência ($r = ,359$; $p = ,000$), no Evitamento ($r = ,455$; $p = ,000$) e na Ambivalência ($r = ,561$; $p = ,000$). A Confiança, do sexo feminino, apresentou correlações positivas fracas com a Dependência ($r = ,214$; $p = ,008$) e negativas moderadas com o Evitamento ($r = -,460$; $p = ,000$) e Ambivalência ($r = -,472$; $p = ,000$), do sexo masculino. O Evitamento, do sexo feminino, associou-se negativamente com grau moderado à Confiança ($r = -,421$; $p = ,000$), e com grau fraco à Dependência, ($r = -,184$; $p = ,022$), e positivamente com grau moderado à Ambivalência ($r = ,444$; $p = ,000$), do sexo masculino. Na variável Ambivalência, do sexo feminino, foram encontradas correlações negativas moderadas com a Confiança ($r = -,489$; $p = ,000$), fracas com a Dependência ($r = -,185$; $p = ,021$), e positivas moderadas com o Evitamento ($r = ,510$; $p = ,000$), do sexo masculino.

Quadro 11. Correlações entre a Vinculação Amorosa para o Sexo Masculino e a Vinculação Amorosa para o Sexo Feminino

	Sexo Feminino			
	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência
Sexo Masculino				
Confiança	,516**	,115	-,421**	-,489**
Dependência	,214**	,359**	-,184*	-,185*
Evitamento	-,460**	-,104	,455**	,510**
Ambivalência	-,472**	-,064	,444**	,561**

Nota: * = $p \leq ,05$; ** = $p \leq ,01$

2.6. Diferenças de médias entre as variáveis em estudo, em função do Tipo de Relação

Com o objetivo de averiguar a eventual existência de diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis em estudo e o Tipo de Relação (Quadros 12 e 13), recorremos à ANOVA e, como o teste F foi significativo, aplicou-se o teste de Tuckey para testar todas as combinações dois a dois entre os níveis do mesmo fator. Os resultados que a seguir se descrevem são os relativos a diferenças de médias estatisticamente significativas.

No que diz respeito ao género masculino (Quadro 12), o grupo dos casados por união Católica (n=84) apresentou médias superiores ao grupo dos casados pelo Registo (n=50) no fator Inibição da exploração e individualidade ao Pai (M=29,31; DP=8,89 do grupo Católico, contra M=25,58; DP=8,77 do grupo Registo) e nos fatores Ansiedade de Separação e Dependência ao Pai (M=30,80; DP=8,60 do Católico, contra M=26,50; DP=9,01 do Registo) e à Mãe (M=31,56; DP=8,20 do grupo Católico, contra M=27,67; DP=8,66 do grupo Registo), da variável vinculação parental. A mesma tendência foi observada na variável vinculação amorosa (QVA), tendo-se verificado médias superiores para o fator Dependência no grupo dos casados por união Católica (M=46,92; DP=10,29), em relação ao grupo dos casados por Registo (M=42,04; DP=9,91).

Relativamente ao género feminino (Quadro 13), na variável vinculação parental verificamos que as maiores diferenças de médias foram encontradas na Qualidade do Laço Emocional à Mãe e na Ansiedade de separação e dependência ao Pai e à Mãe. No fator Qualidade do laço emocional à Mãe, os grupos Católico (M=52,68; DP=6,13) e União de facto (M=53,20; DP=5,34) apresentaram médias bastante superiores às do grupo Registo (M=47,86; DP=12,02), tendo-se verificado a mesma tendência na Ansiedade de separação e dependência ao Pai (Católico: M=34,90; DP=9,43; União de facto: 33,66; DP=10,69; Registo: M=27,98; DP=10,68) e à Mãe (Católico: M=36,38; DP=8,84; União de facto: M=36,52; DP=9,34 e Registo (M=28,80; DP=10,21). Verificámos ainda diferenças no fator Qualidade do Laço Emocional ao Pai, tendo o grupo Católico apresentado valores médios superiores (M=50,49; DP=8,54) aos do grupo Registo (M=45,19; DP=13,53). Na variável vinculação amorosa, só encontramos diferenças de médias com significado estatístico no fator Dependência, tendo o grupo Católico apresentado valores mais elevados (M=44,76; DP=10,54) do que os do grupo Registo (M=40,20; DP=10,85).

Quadro 12. Diferenças de médias nas variáveis em estudo para o Sexo Masculino, em função dos Tipos de Relação

	TIPO DE RELAÇÃO						
	Católico (84)		Registo (50)		União de facto (36)		
	M	DP	M	DP	M	DP	F
Vinculação Parental							
IEI - Inib. Expl.Individual PAI	29,31 ^a	8,89	25,58 ^b	8,77	25,90	9,00	3,249*
QLE - Qualid.Laço Emoc. PAI	48,32	8,19	48,27	9,71	47,45	10,81	,107
ASD - Ansied.Separ. Depend. PAI	30,80 ^a	8,60	26,50 ^b	9,01	29,42	9,53	3,272*
IEI - Inib. Expl. Individual MÃE	29,89	9,81	26,10	8,98	27,47	10,18	2,494
QLE - Qualid.Laço Emoc. MÃE	49,44	6,90	50,56	7,83	50,53	10,02	,404
ASD -Ansied.Separ.Depend MÃE	31,56 ^a	8,20	27,67 ^b	8,66	31,65	9,95	3,372*
Vinculação Amorosa							
Confiança	64,63	9,17	65,94	9,77	65,40	9,43	,312
Dependência	46,92 ^a	10,29	42,04 ^b	9,91	43,00	14,35	3,324*
Evitamento	29,06	8,69	29,62	10,13	30,55	9,13	,307
Ambivalência	33,27	10,03	32,14	11,14	31,09	7,92	,600
Satisfação com a Relação	29,81	3,65	30,20	3,85	29,19	3,85	,753
Satisfação com a Vida	18,74	4,02	18,82	4,44	18,19	4,48	,265

Nota: * $p \leq ,05$

Diferentes letras identificam diferenças significativas, segundo o teste de Tuckey ($p \leq ,05$)

Quadro 13. Diferenças de médias nas variáveis em estudo para o Sexo Feminino, em função dos Tipos de Relação

	TIPO DE RELAÇÃO						
	Católico (84)		Registo (50)		União de Facto (36)		F
	M	DP	M	DP	M	DP	
Vinculação Parental							
IEI_P Inib. Expl.Individual PAI	29,10	9,98	29,55	10,08	28,44	10,18	,122
QLE_P Qualid.Laço Emoc. PAI	50,49 ^a	8,54	45,19 ^b	13,53	48,65	11,23	3,641*
ASD_P Ansied.Separ. Depend.PAI	34,90 ^a	9,43	27,98 ^b	10,68	33,66 ^a	10,69	7,407**
IEI_M Inib. Expl. Individual MÃE	31,56	8,21	29,69	10,36	32,47	9,76	,974
QLE_M Qualid.Laço Emoc. MÃE	52,68 ^a	6,13	47,86 ^b	12,02	53,20 ^a	5,34	6,336**
ASD_M Ansied.Separ.Depend MÃE	36,38 ^a	8,84	28,80 ^b	10,21	36,52 ^a	9,34	11,375**
Vinculação Amorosa							
Confiança	61,98	8,74	63,78	12,36	63,58	8,50	,634
Dependência	44,76 ^a	10,54	40,20 ^b	10,85	41,60	10,49	3,098*
Evitamento	29,34	8,08	30,39	9,99	29,33	7,58	,258
Ambivalência	36,58	9,99	33,32	11,83	35,38	10,73	1,369
Satisfação com a Relação	28,70	4,25	29,34	4,20	28,25	4,61	,717
Satisfação com a Vida	18,71	4,61	18,76	4,64	18,08	4,16	,292

Nota: * $p \leq ,05$; ** $p \leq ,01$

Diferentes letras identificam diferenças significativas, segundo o teste de Tuckey ($p \leq ,05$)

2.7. Diferenças de médias entre variáveis em estudo em função do Tempo de Relação

Com o objetivo de averiguar se há diferenças estatisticamente significativas na Vinculação Amorosa (QVA), Satisfação com a Relação (RAS) e Satisfação com a Vida (SWLS), em função do Tempo de Relação, efetuámos o Teste t de diferenças de médias. Para constituirmos dois grupos, calculámos a mediana do Tempo de Relação (Mediana = 18,5), tendo o primeiro grupo apresentado um Tempo de Relação entre 1 e 18 anos e, o segundo grupo entre 19 e 53 anos.

Como podemos verificar no Quadro 14, enquanto para o sexo feminino o Tempo de Relação não justificou a existência de diferenças nas variáveis avaliadas, já no sexo masculino encontrámos diferenças na variável Vinculação Amorosa, ao nível do fator Confiança ($t(166) = -2.697$; $p = .008$), tendo o grupo com menor tempo de relação apresentado valor superior. No que respeita ao Evitamento ($t(160) = -2.180$; $p = .031$) e à Ambivalência ($t(161) = -2.026$; $p = .044$), foi o grupo com maior Tempo de Relação que apresentou valores superiores.

Quadro 14. Diferenças de médias na Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, para ambos os sexos, em função do Tempo de Relação.

	Tempo de Relação						t
	Entre 1 e 18 anos			Entre 19 e 53 anos			
	N	M	DP	N	M	DP	
MASCULINO							
Vinculação Amorosa							
Confiança	83	67,11	9,16	85	63,28	9,22	2,697**
Dependência	77	45,34	12,05	81	44,01	10,64	,733
Evitamento	79	27,94	9,62	83	31,05	8,54	-2,180*
Ambivalência	80	30,90	9,80	83	34,04	9,95	-2,026*
Satisfação com a Relação	85	30,29	3,65	85	29,29	3,79	1,751
Satisfação com a Vida	85	18,85	4,09	85	18,45	4,37	,616
FEMININO							
Vinculação Amorosa							
Confiança	84	63,74	9,85	81	61,89	9,75	1,212
Dependência	83	42,00	10,45	84	43,51	11,06	-,908
Evitamento	85	29,06	8,98	82	30,26	8,09	-,904
Ambivalência	82	34,95	11,09	84	35,80	10,39	-,508
Satisfação com a Relação	85	29,00	4,40	85	28,59	4,15	,627
Satisfação com a Vida	85	18,72	4,08	85	18,47	4,92	,356

Nota: * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$

2.8. Diferenças de médias entre variáveis em estudo, em função dos Filhos

Para averiguar a eventual existência de diferenças estatisticamente significativas na Vinculação Amorosa (QVA), Satisfação com a Relação (RAS) e Satisfação com a Vida (SWLS), em função da existência de Filhos do casal ou de relações anteriores, recorreremos ao teste t de diferenças de médias. Definiram-se dois grupos, «Com Filhos» e «Sem Filhos» pelo teste de Frequências, tendo-se obtido 133 homens «Com Filhos» e 37 «Sem Filhos», e 136 mulheres «Com Filhos», e 34 «Sem Filhos».

Conforme constatamos no Quadro 15, a existência ou ausência de Filhos não justificou quaisquer diferenças nas variáveis avaliadas para o sexo feminino. Já em relação ao sexo masculino, encontrámos apenas diferenças ao nível do fator Confiança ($t(166) = -2.287$; $p = .023$) da Vinculação Amorosa, tendo os participantes «Sem Filhos» apresentado médias superiores de Confiança quando comparados com os participantes «Com Filhos».

Quadro 15. Diferenças de médias na Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, para ambos os sexos, em relação à existência de Filhos na relação

Vida, para ambos os sexos, em relação à existência de filhos na relação					
	Com Filhos (133)		Sem Filhos (37)		
	M	DP	M	DP	t
MASCULINO					
QVA-Vinculação Amorosa					
Confiança	64,30	9,74	68,24	7,17	- 2.287*
Dependência	43,90	10,98	47,31	12,32	- 1.579
Evitamento	29,68	9,25	28,97	9,07	.406
Ambivalência	32,69	10,12	31,80	9,51	.470
RAS-Satisf. com a Relação	29,57	3,91	30,59	3,00	- 1.708
SWLS -Satisf. com a Vida	18,78	4,04	18,16	4,86	.788
	Com Filhos (136)		Sem Filhos (34)		
	M	DP	M	DP	t
FEMININO					
Vinculação Amorosa					
Confiança	62,18	10,09	65,32	8,33	- 1.672
Dependência	42,95	11,19	42,03	8,94	.443
Evitamento	29,83	8,85	28,88	7,26	.575
Ambivalência	36,04	10,74	32,82	10,40	1.566
RAS – Satisf. com a Relação	28,59	4,25	29,54	4,34	- 1.203
SWLS – Satisf. com a Vida	18,57	4,44	18,67	4,79	- .124

Nota: * $p \leq ,05$

2.9. Diferenças de médias entre variáveis em estudo e a Escolaridade

De forma a conhecermos se há diferenças estatisticamente significativas entre a Vinculação amorosa (QVA), a Satisfação com a relação (RAS) e a Satisfação com a vida (SWLS), em função da Escolaridade, (Quadros 16 e 17), recorremos ao teste de variância One-way ANOVA. Como o teste «F» foi significativo, fomos também testar todas as combinações, dois a dois, entre os níveis do mesmo fator pelo teste de Tuckey. Os resultados que a seguir se descrevem serão relativos às diferenças de médias que se mostraram estatisticamente significativas.

No que diz respeito ao género masculino (Quadro 16), verifica-se que a Escolaridade não exerceu influência com significado estatístico nas restantes variáveis. Já no género feminino (Quadro 17), observa-se que as participantes com curso Superior apresentam valores superiores ($M=65,30$; $p=8,55$) aos das participantes com o curso Secundário ($M=60,26$; $DP=10,90$) no fator Confiança, as que possuem apenas o ensino Básico apresentam médias mais elevadas de Dependência ($M=50,50$; $DP=11,41$) do que as do ensino Secundário ($M=41,56$; $DP=10,40$) e estas apresentam médias superiores ($M=37,66$; $DP=12,45$) às do ensino Superior ($32,87$; $DP=8,70$) na Ambivalência. Verifica-se, ainda, que são as participantes com nível Superior que apresentam médias mais elevadas de Satisfação na Relação ($M=29,95$; $DP=3,83$), e de Satisfação com a Vida ($M=20,01$; $DP=3,98$), quando respetivamente comparadas com as do ensino Secundário ($M=27,50$; $DP=4,48$ e $M=17,17$; $DP=4,81$).

Quadro 16. Diferenças de médias na Vinculação Parental e Vinculação Amorosa para o Sexo Masculino, em relação à Escolaridade

	ESCOLARIDADE						
	Básico (18)		Secundário (84)		Superior (68)		F
	M	DP	M	DP	M	DP	
Vinculação Amorosa							
Confiança	61,78	7,72	65,23	9,39	66,01	9,65	1,464
Dependência	47,41	7,62	44,95	12,35	43,55	10,84	,823
Evitamento	32,35	7,13	29,79	9,37	28,52	9,38	1,238
Ambivalência	37,47	8,45	32,51	9,93	31,20	10,11	2,733
Satisfação com a Relação	28,61	2,97	29,50	4,00	30,47	3,52	2,300
Satisfação com a Vida	18,39	3,15	18,02	4,47	19,48	4,07	2,320

Quadro 17. Diferenças de médias na Vinculação Parental e Vinculação Amorosa para o Sexo Feminino, em relação à Escolaridade

	ESCOLARIDADE						
	Básico (13)		Secundário (76)		Superior (81)		F
	M	DP	M	DP	M	DP	
Vinculação Amorosa							
Confiança	61,85	7,08	60,26 ^a	10,90	65,30 ^b	8,55	5,328**
Dependência	50,50 ^a	11,41	41,56 ^b	10,40	42,93	10,73	3,148*
Evitamento	31,23	7,01	30,99	9,09	28,15	8,08	2,398
Ambivalência	37,61	8,09	37,66 ^a	12,45	32,87 ^b	8,70	4,285*
Satisfação com a Relação	29,15	3,76	27,50 ^a	4,48	29,95 ^b	3,83	6,956**
Satisfação com a Vida	18,08	2,98	17,17 ^a	4,81	20,01 ^b	3,98	8,587**

Nota: * $p \leq ,05$; ** $p \leq ,01$

Diferentes letras identificam diferenças significativas segundo o teste de Tuckey ($p \leq ,05$)

3. Discussão de Resultados

Neste capítulo, iremos proceder à discussão dos principais resultados que encontramos no nosso estudo empírico, procurando explicar a sua maior ou menor consonância com a investigação realizada, fundamentada na teoria da vinculação, nos estudos encontrados e nas características da nossa amostra, bem como iremos indicar em que medida as hipóteses que levantámos foram confirmadas ou infirmadas. Para tornar a leitura mais coerente, levámos em consideração as dimensões avaliadas e agrupámos os resultados globais para cada uma delas pela ordem de apresentação nos capítulos anteriores: a vinculação parental, a vinculação amorosa, a satisfação com a relação e a satisfação com a vida, bem como os efeitos das principais variáveis demográficas da nossa amostra que foram aqui apresentadas.

Tínhamos como objetivo recolher respostas de casais adultos com experiência de vida em comum de há vários anos, o que inevitavelmente nos conduziria a uma amostragem de sujeitos maduros. Obtivemos 340 participantes adultos, correspondendo a 170 casais heterossexuais, com médias de idades de 46,08 anos ($DP=9,976$) para as mulheres e 47,72 anos ($DP=11,153$), e uma amplitude entre os 22 e os 82 anos. As médias globais de tempo de vida em comum revelaram um valor próximo dos 18 anos ($DP=12,006$), com médias de tempo total de relação de 21 anos ($DP=12,199$). Face a estas características, pensamos ter obtido uma amostra satisfatória.

O nível socioeconómico foi avaliado pela Escolaridade e Profissão. Relativamente à Escolaridade, a distribuição não foi homogénea, uma vez que só 33 inquiridos não foram além da educação básica. A grande maioria possui habilitações secundárias ($n=160$), ou superiores

(n=149), com mais mulheres no ensino superior (N=81) do que os homens (N=68). Em contraste, na distribuição das Profissões são os homens que ocupam mais cargos de maior estatuto (N=56 contra N=40), embora se verifique igualdade entre os géneros nas funções de chefias e quadros intermédios (N=49), e acentuada discrepância entre homens e mulheres nas profissões subalternas, de grau 3, com mais mulheres a desempenhar estas funções do que os homens (N=46 contra N= 29). Na nossa opinião, estas diferenças de género refletem não só a realidade portuguesa como o que ainda se passa um pouco por todo o mundo. Muito embora as mulheres invistam cada vez mais na educação, ainda não conseguiram atingir uma igualdade de posições com os homens no mercado de trabalho, em particular no acesso a cargos de direcção e administração de empresas, refletindo-se em remunerações mais baixas do que os homens. Por exemplo, no estudo de Hazan & Shaver (1990) - e estamos a referenciar um estudo americano realizado há mais de uma década - as mulheres tinham em média frequência universitária e auferiam entre \$10.000 a \$20.000, enquanto os homens tinham completado a universidade e obtinham remunerações entre \$20.000 a \$30.000.

3.1. Representações da Vinculação ao Pai e à Mãe

A vinculação parental, a par da vinculação amorosa, são as dimensões centrais do nosso estudo. Os estudos empíricos que utilizaram instrumentos de autorelato para avaliar retrospectivamente as memórias das relações com os pais têm apresentado consistência nos resultados, no sentido de as diferenças na organização da vinculação romântica estarem associadas a diferentes representações da qualidade das relações estabelecidas na infância com os pais e dos pais entre si (Matos & Costa, 2006).

No estudo dos fatores da vinculação parental, encontrámos diferenças de género na maior Inibição da exploração e individualidade e Ansiedade de separação e dependência das mulheres às duas figuras parentais, quando comparados com os homens. Estes dados são parcialmente convergentes com os de Cordeiro (2012), que também encontrou diferenças de sexo na Ansiedade de separação e dependência, mais nas raparigas do que nos rapazes, e às duas figuras parentais. No entanto, enquanto na Qualidade do laço emocional o nosso estudo não revelou diferenças de género, no estudo de Cordeiro (2012) as raparigas percecionaram maior Qualidade do laço emocional ao pai e à mãe, do que os rapazes. Comparando os nossos resultados com os de Duarte (2012), que mostraram diferenças na maior Inibição da exploração e individualidade e menor Qualidade do laço emocional dos homens na relação

com o pai, a divergência foi total. Nos estudos de Collins e Read (1990) e de Matos & Costa (2006) não foram observadas diferenças de gênero nos padrões de vinculação parental.

Tínhamos colocado como hipótese que os nossos participantes, na relação com os outros fatores, apresentassem as médias mais elevadas na Qualidade do laço emocional, com maior força de associação à mãe do que ao pai, face às características da nossa amostra. Quando comparámos médias, verificámos que na Qualidade do Laço Emocional tanto os homens como as mulheres apresentaram valores mais elevados, quer ao pai, quer à mãe, e ambos evidenciando um laço emocional mais robusto com a mãe, resultados que confirmam as nossas hipóteses. Em termos de distribuição dos estilos de vinculação, a maior prevalência do padrão seguro sobre os restantes estilos é um dado constante da literatura sendo, inclusive, colocada como a hipótese da normatividade (Bowlby, 1969/1997; 1988/2005; Bartholomew & Horowitz, 1991; Matos, 2002; Miocque 2004). Por outro lado, os nossos dados confirmam outros estudos que refletem a maior robustez do laço seguro à mãe por comparação com o pai (Ma & Huebner, 2008), e apoiam a ideia de Bowlby no que diz respeito à maior importância da figura materna, como aquela que, em situações normais, estará mais próxima dos filhos e com os quais irá estabelecer maior laço emocional e funcionar como base de segurança (Bowlby, 1969/1997, 1988/2005).

Na Ansiedade de separação e dependência e na Inibição da exploração e individualidade as mulheres, em relação aos homens, perceberam-se como mais ansiosas e dependentes e mais inibidas na exploração do meio e na expressão da sua individualidade, tanto ao pai como à mãe, e em ambos os fatores mais à mãe do que ao pai. Uma hipótese de explicação para estes dados remete para o contexto sociocultural de algumas décadas atrás, no que diz respeito aos papéis de gênero inculcados na sociedade portuguesa relativamente à educação dos filhos na infância e adolescência. Provavelmente, as mães daquela época terão concedido mais aos filhos, do que às filhas, maior liberdade para estes saírem e socializarem com os pares, enquanto as raparigas se mantinham mais tempo em casa. Na nossa opinião, esta maior liberdade terá eventualmente proporcionado aos rapazes mais experiências sociais que terão influenciado a construção da sua identidade, o que pode explicar a perceção de menor Inibição da exploração e individualidade dos homens e maior perceção desse fator nas mulheres. As filhas, ao investirem emocionalmente mais na relação com as mães, também a ansiedade de separação e dependência a estas seria maior. Na mesma lógica, pensamos que provavelmente os rapazes teriam tido, naquela época, um quotidiano de maior proximidade com a mãe do que com o pai, cabendo à mãe a tarefa de impor regras, transmitir normas e

aplicar castigos, o que, em nosso entender, conduz a que as memórias retrospectivas dos nossos sujeitos relativas à Inibição da exploração e individualidade e Ansiedade de separação e dependência possam estar mais presentes na relação com a mãe, do que com o pai.

No que diz respeito às relações entre a Vinculação Parental, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, verificámos que nos homens, quanto mais seguros são na vinculação à mãe, mais satisfeitos se sentem com a vida, enquanto nas mulheres, quanto mais seguras ao pai e à mãe, mais satisfeitas se sentem na relação com o parceiro e com a vida. Uma vez que compreender a vinculação ao longo da vida é compreender o bem-estar individual (Bowlby, 1969/1997; Hazan & Shaver, 1987), estudos de avaliação da vinculação parental têm demonstrado que os sujeitos mais seguros têm maior satisfação com a vida (Hinnen et. al., 2009), maior auto-estima (Collins & Read, 1990; Hwang, et. al., 2009), relações conjugais mais satisfeitas (Kotler, 1985), maior bem-estar (Harmsden & Greenberg, 1987), maior satisfação geral, menos sofrimento por solidão ou depressão (Hazan & Shaver, 1990), maior capacidade de expressar sentimentos e menos ansiedade de abandono ou de não serem amados (Collins & Read, 1990), e relacionam-se de modo mais seguro do ponto de vista romântico, com representações mais favoráveis acerca de si próprio e dos outros (Matos & Costa, 2006).

3.2. Representações da Vinculação Amorosa

Conforme referimos atrás, a vinculação amorosa é uma das dimensões centrais do nosso trabalho. No estudo dos fatores de vinculação amorosa encontrámos diferenças de género na Confiança e na Ambivalência, no sentido de os homens serem mais seguros do que as mulheres e de estas serem mais amedrontadas do que os homens. Uma explicação possível para a menor perceção da Confiança nas mulheres pode ser encontrada no estudo de Fuller e Fincham (1995), que sugeriu que os sentimentos de insegurança que as mulheres experienciam com elas próprias poderão afetar diretamente os sentimentos de segurança na relação amorosa, não se verificando esta situação nos homens. Relativamente às diferenças de género no fator Ambivalência, uma possível explicação pode estar no fator ansiedade, que Bartholomew (1990) e Griffin e Bartholomew (1994) encontraram no padrão amedrontado com níveis elevados. As diferenças de ansiedade foram observadas por Fuller e Fincham (1995), que referiram que as mulheres mais ambivalentes eram mais ansiosas do que as seguras, no entanto, sugeriram nos homens não existir maior variabilidade de sintomas de ansiedade nos vários tipos de vinculação.

Quando comparámos as médias por género, verificámos que as mais elevadas foram obtidas no fator Confiança, correspondente aos indivíduos seguros (tal como observámos na vinculação parental), resultados idênticos a outros estudos (Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; 1990; Matos & Costa, 2006), sendo neste grupo que se encontram relatos de maior satisfação conjugal e com níveis de satisfação mais perduráveis (Kirkpatrick & Davis, 1994), relações mais duradouras e menor taxa de dissolução das relações (Hazan & Shaver, 1987). As médias mais baixas foram encontradas no Evitamento, o que nos leva a inferir que este tipo de vinculação tenha sido menos observado na nossa amostra. A literatura refere que os sujeitos desinvestidos, por serem os menos hábeis com a proximidade emocional, tenderão a sentir menos satisfação na relação e a revelar atitudes mais positivas para comportamentos extra-conjugais (Meyers & Landberger, 2002), sendo as mulheres evitantes as que tendencialmente poderão vir a apresentar maior taxa de dissolução de relacionamentos (Kirkpatrick & Davis, 1994).

No que diz respeito às relações entre fatores de Vinculação Amorosa e Vinculação Parental, verificámos que nos homens, a Confiança, da vinculação amorosa, associou-se positivamente à Qualidade do laço emocional ao pai e à mãe, no sentido de os indivíduos que se percecionaram como mais seguros na relação com as companheiras exibirem memórias de padrões mais seguros com ambos os pais, enquanto nas mulheres o fator Confiança se associou positivamente à Qualidade do laço emocional aos pais, e mais à mãe, e negativamente à Inibição da exploração e individualidade ao pai, no sentido de as mulheres com percepções mais seguras nas relações com os parceiros terem memórias de padrão mais seguro na vinculação ao pai e à mãe, e de menor inibição da exploração e individualidade com este. Estes resultados estão teoricamente de acordo com o esperado e são convergentes com o estudo de Matos e Costa (2006), que sugere que os indivíduos com relações seguras parentais tendem a ser mais confiantes nas suas relações amorosas, exibindo comportamentos de vinculação e de prestação de cuidados que promovem a segurança relacional. Com modelos positivos de si próprios e dos outros, estes sujeitos tendem a ser autónomos e com habilidade para desenvolver relações de intimidade (Griffin & Bartholomew, 1994). Tendem a representar a sua actual vinculação aos parceiros com uma perspetiva integradora das experiências positivas e negativas assumindo naturalmente posições autocríticas sobre as dificuldades nas relações de vinculação com os parceiros, como também posições críticas com as relações parentais (Canavarro, 1999; De Haas, et. al., 1994; Faria et. al., 2007/2009). No nosso estudo, esperávamos que os sujeitos com percepções de maior segurança na vinculação

aos pais apresentariam estilos de vinculação mais seguros nas relações com os parceiros, pelo que a nossa hipótese foi confirmada.

Relativamente à Dependência, enquanto nos homens se associou positivamente com a Inibição da exploração e individualidade e Ansiedade de separação e dependência às duas figuras parentais, mais à mãe do que ao pai, sugerindo que os homens mais preocupados na relação com as companheiras tenderam a exibir recordações de maior inibição da exploração e individualidade e maior ansiedade de separação e dependência aos pais, principalmente à mãe, verifica-se que, nas mulheres, este fator foi associado positivamente a todas as dimensões da vinculação parental, no sentido de as mulheres mais preocupadas terem memórias retrospectivas de maior ansiedade de separação e dependência aos pais, mais à mãe do que ao pai, maior inibição da exploração e individualidade e maior qualidade do laço emocional aos dois pais. O padrão das relações é o elemento que liga as experiências de vinculação precoces às experiências posteriores com os pares e parceiros românticos, sendo constituído pelos sentimentos, pensamentos e comportamentos representados pelos modelos internos dinâmicos (Simpson e colaboradores, 2011). As pessoas com padrão de vinculação «preocupado» funcionam com modelos negativos de si próprios, enquanto merecedores de afeto e atenção, e com modelos positivos dos outros relativamente à satisfação das suas necessidades de conforto e de intimidade (Bartholomew, 1990). Maximizam a importância das relações de vinculação e possuem um sentido de auto-desmerecimento do self que faz exacerbar o seu grau de dependência aos outros (Griffin & Bartholomew, 1994). Deste modo, pensamos que os nossos participantes com mais resultados na «Dependência» terão percecionado nas interações com os pais uma vinculação insegura provavelmente caracterizada por elevado nível de ansiedade face à rejeição, separação ou abandono, baixa procura de relações de intimidade e maior dependência psicológica aos pais, que lhes terá inibido a exploração e a auto expressão da individualidade, parecendo que estas características terão sido transferidas dos pais, com maior realce da mãe, para as actuais relações com os companheiros.

Aparentemente poderá parecer contraditório o resultado de mulheres mais dependentes apresentarem maior qualidade do laço emocional aos pais, uma vez que, padrões de vinculação segura tenderão a favorecer a autonomia e independência (Bowlby, 1988/2005) enquanto padrões de vinculação preocupada tenderão a exibir elevada ansiedade maximizando a importância das relações de vinculação pelas quais se sentem dependentes (Griffin & Bartholomew, 1994). No entanto, como a dependência é um dos fatores da

vinculação segura que tem a função de promover a segurança criando as condições conducentes ao posterior desenvolvimento da autonomia e da independência (Bowlby, 1969/1997, 1988/2005; Canavarro, 1999), nas mulheres preocupadas esta dependência parece ser mais desadaptativa do que adaptativa, tendo sido precocemente desenvolvida através de experiências negativas na vinculação com os pais, relativamente à sensibilidade e capacidade responsiva destes para satisfazerem as suas necessidades íntimas de conforto, segurança e proteção. Apesar disso, pensamos que o modelo positivo dos outros que caracteriza o seu modo de representação poderá estar na base das perceções destas mulheres aos pais, que eventualmente tenderão a enviesar a sua representação como figuras de vinculação mais seguras do que aquilo que foram na realidade (ou a idealizá-las?).

Na Ambivalência, verificámos que nos homens, este fator revelou associações negativas com a Qualidade do laço emocional à mãe e positivas com a Inibição da exploração e individualidade e Ansiedade de separação e dependência aos dois pais, no sentido de os sujeitos mais amedrontados terem reportado perceções de menor vinculação segura à mãe, maior inibição da exploração e individualidade e maior ansiedade de separação e dependência aos dois pais, resultados que estão teoricamente de acordo com o esperado. Nas mulheres, este fator associou-se positivamente à Inibição da exploração e individualidade ao pai e à mãe, e negativamente à Qualidade do laço emocional ao pai e à mãe, o que parece traduzir que as mulheres mais amedrontadas reportaram perceções de maior inibição da exploração e individualidade e de menor vínculo seguro às expectativas de disponibilidade e responsividade dos dois pais, face às suas necessidades de apoio e conforto em situações de aflição. Bowlby (1969/1997) e Hazan e Shaver (1994) referiram que a proximidade estabelecida e mantida entre as figuras de vinculação e os filhos engendram, nestes, sentimentos de segurança e de amor, de modo a expressarem a sua própria individualidade e a explorarem o meio. Tal não acontece com os sujeitos deste padrão que, funcionando com modelos negativos de si próprio e dos outros, exibem comportamentos de maior ansiedade de separação e, simultaneamente, uma maior dependência emocional aos pais.

Relativamente ao Evitamento, enquanto nos homens este fator apenas revelou uma associação negativa com a Qualidade do laço emocional à mãe, sugerindo que os homens com padrão mais desinvestido nas relações com as companheiras reportaram memórias de menor segurança na vinculação às mães, nas mulheres o Evitamento correlacionou-se negativamente com a Qualidade do laço emocional aos pais, mais à mãe do que ao pai, e à Ansiedade de separação e dependência à mãe, no sentido de as mulheres mais desinvestidas na relação com

os companheiros recordarem experiências de vinculação parental menos segura, principalmente à mãe, e de menor ansiedade de separação e dependência à mãe. É um resultado teoricamente de acordo com o esperado. Bowlby (1988/2005) referiu que em situações de aflição em que são ativados os sistemas de vinculação, se as figuras de vinculação se mostrarem sempre insensíveis e/ou com falta de capacidade responsiva para dar conforto e segurança aos filhos, estes, por sua vez, ao sentirem-se ignorados nas suas necessidades afetivas e emocionais, tenderão a desenvolver um mecanismo de defesa para lidar com a dor, a que chamou “exclusão defensiva” (p. 39) - como consequência das interpretações de abandono ou rejeição destes comportamentos parentais (Canavarro, 1999; Soares, 2007/2009). Deste modo, os filhos passam a representar as figuras de vinculação de forma a reduzir o grau de importância e dependência afetivo-emocional nas suas vidas, adotando um modo de funcionamento em que passam a contar mais com eles próprios e a negar defensivamente a importância das figuras de vinculação na satisfação das suas necessidades íntimas (Fraley & Shaver, 2000; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987).

Em nosso entender, estes mecanismos explicam a razão de termos encontrado, tanto nos homens como nas mulheres, a associação negativa entre o «Evitamento» e a «Qualidade do laço emocional» aos pais, mas principalmente às mães, como figuras primárias de vinculação (Belsky, 1996; Bowlby, 1988/2005; Canavarro, 1999). A relação negativa entre o Evitamento e a Ansiedade de separação e dependência das mulheres em relação às mães traduz, em nosso entender, o mesmo mecanismo defensivo explicado anteriormente, no sentido de diminuírem o seu grau de dependência às mães e, assim, diminuírem a dor resultante da frustração das expectativas.

3.3. Representações da Satisfação com a Relação e da Satisfação com a Vida

Encontrámos diferenças de género na Satisfação com a Relação, tendo os homens evidenciado maior satisfação do que as mulheres, resultado que confirma a nossa hipótese. Foram também os homens que apresentaram médias de padrão de vinculação segura amorosa mais elevadas do que as mulheres e, conforme teoricamente esperado, quanto mais segura é a vinculação, maior é a satisfação com o relacionamento (Haseley, 2006; Kobak & Hazan, 1991). Relativamente à Satisfação com a Vida, o nosso estudo não revelou diferenças entre os homens e as mulheres.

No que diz respeito às relações entre Vinculação Amorosa, Satisfação com a Relação e Satisfação com a Vida, colocámos como hipótese que os indivíduos com perceções de vinculação mais segura apresentassem valores mais elevados de satisfação na relação e de satisfação com a vida, quando comparados com os sujeitos de padrões de vinculação insegura, tendo os resultados confirmado a nossa hipótese e a literatura.

Na Confiança, verificámos que quanto mais seguros são os homens na relação, maior a sua satisfação conjugal e com a vida, e que quanto mais evitantes e mais ambivalentes são na relação, menor a satisfação com a relação e com a vida. Por outro lado, os mais ambivalentes terão percecionado maior insatisfação com a relação quando comparados com os evitantes, enquanto estes últimos terão reportado maior insatisfação com a sua vida do que os ambivalentes, embora com diferenças pouco sensíveis. Nas mulheres, a Confiança mostrou também associações fortes com a Satisfação com a Relação - embora mais fortes do que os homens - e moderadas com a Satisfação com a Vida, enquanto nos homens este grau foi fraco. Em nosso entender, estas diferenças podem traduzir a maior importância que as mulheres seguras possam atribuir a fatores do amor, que são centrais na satisfação conjugal, e na satisfação geral com a vida, como os sentimentos e expressão dos sentimentos, paixão, sexualidade e a intimidade emocional (Narciso & Costa, 1996), bem como a outros fatores da conjugalidade, como sejam a partilha de pensamentos, emoções e histórias, o laço afetivo e a ligação entre os parceiros (Sternberg, 1986) e, ainda, a proximidade, a coesão e a boa habilidade de comunicação (Norgren et. al., 2004). A este propósito, alguns estudos evidenciaram a existência de vários preditores da satisfação conjugal das mulheres que não foram encontradas nos homens: no estudo de Collins e Read (1990) o maior preditor da satisfação nas mulheres era o maior grau de conforto com a proximidade e com a intimidade dos homens, enquanto para Davis e Oathout (cit. por Collins & Read, 1990) foi a revelação e a escuta na comunicação dos homens.

Nas mulheres, a Dependência associou-se moderadamente à Satisfação com a Relação e com grau fraco à Satisfação com a Vida, sugerindo que as mulheres mais dependentes apresentam níveis mais positivos de satisfação com a relação e de satisfação com a vida, no entanto, quando comparadas com as do grupo seguro, o seu grau de associação foi bastante inferior traduzindo menor grau de satisfação percecionada. O resultado destas correlações são consistentes com a revisão da literatura e os estudos investigados (Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Fraley & Shaver, 2000; Meyers & Landsberger, 2002).

No fator Evitamento verificámos que quanto mais desinvestidas são as mulheres no relacionamento, menor a satisfação com a relação e com a vida, sendo estes resultados consistentes com a literatura (Feeney & Noller, 1990; Hammond & Fletcher, 1991; Meyers & Landsberger, 2002; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997). Comparativamente com os homens do mesmo padrão de vinculação, são as mulheres que apresentam maior insatisfação com a relação e com a vida. Uma explicação possível poderá estar na relação destas mulheres com o suporte social e o stresse psicológico, componentes centrais dos modelos internos dinâmicos: Meyers e Landsberger (2002) demonstraram que as mulheres mais evitantes vivenciam maior isolamento emocional com efeitos diretos negativos na satisfação conjugal, mais até do que os próprios atributos do tipo de vinculação, e apresentam índices mais baixos de percepções de assistência e segurança dos amigos e familiares do que somente os implicados no relacionamento com o parceiro, o que reflete maior insatisfação com as suas vidas em geral.

Nas mulheres, a Ambivalência associou-se negativamente com grau forte à Satisfação com a Relação e negativamente com grau moderado à Satisfação com a Vida, no sentido de as mulheres mais amedrontadas percecionarem maior insatisfação com o parceiro e maior percepção de insatisfação com a vida. Também este resultado mostrou consistência com a teoria da vinculação e com os estudos investigados. Por funcionarem com modelos negativos do self e dos outros, internalizam um sentido de auto-desvalorização e de auto-desmerecimento em relação a serem amados, exibindo elevados níveis de ansiedade e dependência nas relações de intimidade por terem integrado expectativas negativas sobre a disponibilidade e o apoio dos outros (Bartholomew, 1990; Griffin & Bartholomew, 1994). Em nosso entender, viverão de certa forma encarceradas numa dupla negatividade geradora de um conflito que se revela nos comportamentos de ambivalência: por um lado, evitam a intimidade e a dependência nas relações interpessoais por sentirem nessas experiências um grande desconforto ao nível psicológico e emocional, (Fraley & Shaver, 2000) mas, por outro lado, dependem dos outros porque necessitam de se sentir desejados, aceites e reconhecidos em virtude do seu sentido de auto-desvalorização (Griffin & Bartholomew, 1994). Os mais ansiosos deste padrão tendem a resistir a expressar emoções negativas como, por exemplo, a raiva, para assim evitarem a ameaça da rejeição (Sharpsteen & Kirkpatrick, 2002).

3.4. Relações entre Variáveis sociodemográficas e as dimensões em estudo

Nas mulheres, enquanto o Tempo de Relação não justificou a existência de diferenças em nenhuma das variáveis em estudo, nos homens observámos diferenças na Confiança,

Evitamento e Ambivalência, no sentido de os sujeitos casados há menos tempo terem vinculação mais segura às companheiras do que os casados há mais tempo, e de os sujeitos desinvestidos e preocupados com mais tempo de casamento apresentarem médias superiores destes padrões nas relações com as companheiras, quando comparados com os sujeitos dos mesmos estilos de vinculação casados há menos tempo.

Pensamos que os resultados nos homens estão de acordo com o teoricamente esperado. Devido à maior capacidade de estabelecer relações de proximidade emocional com as companheiras (Hazan & Shaver, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991), os sujeitos seguros dão maior importância à qualidade da relação, sendo compreensível que nos primeiros anos de casamento a construção do projeto de vida comum envolva maior investimento. No que diz respeito aos padrões Ambivalente e Evitante, talvez possamos explicar estes resultados pela tendência à manutenção dos modelos internos dinâmicos ao longo do tempo (Bowlby, 1969/1997) e, por outro lado, pelos estudos de Duarte (2005) que sugeriram que quanto mais evitantes e ambivalentes eram os homens, tanto mais violência exercida era percebida pelas mulheres, o que em nosso entender poderá reforçar as características destes padrões nas relações conjugais de maior duração.

Não encontramos efeitos do Tempo de Relação na Satisfação com a Relação, contrariamente aos estudos de Wendorf e colaboradores (2011) e de Benkovskaia (2008). Esta infirmação dos resultados pode ter a ver com as características de maturidade conjugal da nossa amostra: a medida de tendência central determinou um tempo de relação com muitos anos de vida em comum, sendo compreensível que a maioria destes casais possa estar, relativamente à sua relação, mais voltada para a «acomodação» do que para o «investimento».

Relativamente aos Filhos, verificámos nas mulheres que a existência ou ausência de filhos não justificou diferenças nas nossas variáveis. Já nos homens, encontramos diferenças somente na Confiança, no sentido de os sujeitos seguros sem filhos exibirem maiores médias deste padrão às companheiras do que os sujeitos com filhos, o que em nosso entender poderá ser explicado por estes indivíduos disporem de mais tempo e disponibilidade para investirem na relação com as companheiras. A ausência de efeito dos filhos na Satisfação com a Relação infirmou a nossa hipótese e talvez possa ser explicada pela média de idades relativamente elevada da nossa amostra (nas mulheres $M= 46,08$ anos; $DP = 9,976$ e nos homens $M= 47,72$ anos; $DP= 11,153$) e de tempo de vida em comum ($M= 18$ anos; $DP=12,006$) inferindo-se que os filhos destes sujeitos já se encontrarão numa etapa de desenvolvimento mais autónoma e

menos dependente da parentalidade dos pais e, portanto, a sua influência não estar implicada na satisfação conjugal dos pais.

No que diz respeito à Escolaridade, só encontrámos efeitos desta variável no género feminino. Os resultados mais expressivos sugeriram que as mulheres que possuíam educação académica superior apresentavam médias mais elevadas na Confiança, na Satisfação com a Relação e na Satisfação com a Vida, no sentido de serem mais seguras aos companheiros, mais satisfeitas conjugalmente e mais satisfeitas com a sua vida em geral, do que as mulheres que só completaram o ensino secundário. Estes dados confirmam a nossa hipótese e são convergentes com outros estudos (Hazan & Shaver, 1990).

CONCLUSÃO

O objetivo principal desta dissertação consistiu na análise das relações entre a vinculação ao pai e à mãe e a vinculação amorosa, à luz da teoria da vinculação, com uma amostra de 340 sujeitos residentes em várias zonas de Portugal, correspondendo a 170 casais heterossexuais. Procurámos, ainda, explorar as associações da qualidade da vinculação parental e amorosa com a satisfação com a relação e com a satisfação com a vida.

As características de maturidade da nossa amostra, no que diz respeito às idades médias dos participantes e tempo de relação, fizeram com que este estudo se revestisse de carácter exploratório face à escassez de estudos nacionais e estrangeiros com amostragens equivalentes.

Os autores referenciados no nosso trabalho sugeriam que os estilos de vinculação aos pais, pela tendência à persistência dos modelos internos do self e dos outros ao longo da vida, se constituíam como determinantes dos estilos de vinculação adulta, e que estes, por sua vez, poderiam influenciar os graus de satisfação com a relação amorosa e com a vida.

Na verificação destas hipóteses, o desenho correlacional, enquanto metodologia aplicada, revelou-se adequado para os objetivos do nosso trabalho, uma vez que os resultados que obtivemos permitiram análises comparativas com os de muitos estudos observados na literatura.

Com efeito, os nossos resultados demonstraram que na vinculação parental, o padrão seguro foi o que obteve maiores médias, dados que apoiam a hipótese da normatividade referenciada por Bowlby e Ainsworth, e também observámos a existência de associações entre a vinculação segura aos pais e a vinculação segura adulta, o que parece confirmar a tendência para a continuidade dos modelos positivos de si e dos outros ao longo da vida, de acordo com a literatura.

Também confirmando os autores referenciados no nosso trabalho, encontrámos ainda associações significativas entre a vinculação segura parental, a satisfação com a relação e a satisfação com a vida, particularmente nas mulheres, ainda que, nos homens, esta associação só se tenha verificado com a satisfação com a vida.

Reforçando a ideia de Bowlby do papel da mãe como figura de vinculação primária, também verificámos que as mulheres e os homens apresentaram as médias mais elevadas na qualidade do laço emocional à mãe.

Também observámos que a vinculação segura amorosa foi a que exibiu maior força de associação à satisfação com a relação e com a vida, dados consistentes com a teoria da vinculação e os estudos referidos neste trabalho.

Foi interessante constatar que, nas diferenças de género, os homens apresentaram valores superiores na satisfação com a relação, tendo também sido estes que exibiram médias superiores às mulheres na vinculação segura amorosa.

Os homens e as mulheres da nossa amostra com representações de vinculação insegura aos pais não apresentaram valores de associação significativos com a satisfação na relação nem com a satisfação com a vida. Já ao nível da vinculação amorosa, os inquiridos mais desinvestidos e mais ambivalentes apresentaram maior insatisfação com a relação e com a vida, dados que confirmam a literatura revista.

Globalmente, considerámos que os nossos resultados confirmaram as hipóteses levantadas ao nível das relações entre as quatro dimensões do nosso estudo, e que este trabalho assim contribuiu para reforçar os pressupostos da teoria da vinculação e ampliar o conhecimento da vinculação na realidade portuguesa.

Apesar de estes dados nos permitirem avançar na compreensão dos aspetos que envolvem a vinculação em adultos portugueses, devemos apontar alguns fatores que limitam a interpretação dos resultados encontrados no presente estudo.

A amostragem não é homogénea, no que diz respeito ao nível educacional e socioeconómico, prevalecendo os graus médios e elevados, e tal facto pode afetar a natureza empírica do nosso estudo.

Desconhecemos desde quando os nossos participantes não vivem com os pais, o que impede a nossa perceção sobre o eventual grau de influência da parentalidade na vinculação amorosa.

Por outro lado, também desconhecemos se os participantes se encontravam a tomar medicamentos psicotrópicos como, por exemplo, ansiolíticos ou antidepressivos, o que, no caso afirmativo, poderia afetar a fidelidade dos resultados.

Finalmente, desconhecemos a forma como cada sujeito organizou a sua vinculação, uma vez que o nosso estudo não levou em conta a história do seu desenvolvimento nem a história relacional de cada um dos parceiros.

Como forças do nosso estudo, apontamos a utilização de casais, ao invés de dados individuais, uma vez que permite comparações entre géneros e entre casais, bem como o número expressivo de participantes da nossa amostra.

A maturidade da nossa amostra, ao nível etário e de tempo de relação, é outra força do nosso estudo, face à escassez de estudos encontrados, em que a maioria é relativa a idades muito mais jovens e com menos tempo de vida conjugal.

O uso de instrumentos cuja validade psicométrica foi testada e validada em estudos portugueses foi, para nós, outra força do nosso estudo.

Como sugestões para estudos futuros, sugerimos que se leve em conta a organização da vinculação de cada indivíduo e a do seu parceiro, com recurso a mais instrumentos de medida, de forma a permitir a análise das dinâmicas inter e intra-diádicas.

Consideramos ainda relevante a utilização da nossa amostra para futuras análises sob outras abordagens metodológicas, que nos permitam conhecer, por exemplo, o emparelhamento dos casais em termos de padrões de vinculação e os efeitos da satisfação conjugal e satisfação com a vida nas respetivas díades.

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia Citada

- Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychological Association*, Vol. 46, No. 4, pp. 333-341. (P. 333).
- Bowlby, J. (2005). A Secure Base. New York: Routledge Classics (1ª ed., Cap. 1, pp. 22-42) (Original publicado em 1988, London: Routledge). (P. 39).
- Bowlby, J. (1998). Attachment and Loss. Vol. 3. Loss – Sadness and Depression. London: Pimlico edition. (1ª ed., Cap. 3, pp. 38-43) (Original publicado em 1980, London: The Hogarth Press and The Institute of Psychoanalysis). (P. 41).
- Bowlby, J. (1997). Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. London: Pimlico edition. (1ª ed., Cap.14, pp. 265-298; Cap. 15, pp. 299-327) (Original publicado em 1969, London: Basic Books). (P. 268; 299).
- Bowlby. (1990). John Bowlby, M.D., Interview in 11st January 1990 by Leonardo Tondo. *Clinical Neuropsychiatry*, Vol. 8, No. 2, pp. 159-171 (publicado em 2011). (P.161; 162).
- Guedeney, A. (2004). A Teoria da Vinculação: a História e as Personagens. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (Coord). *Vinculação – Conceitos e Aplicações*. (1ª ed., cap. 1, pp. 25-30; cap. 10, pp. 123-128). Lisboa: Manuais Universitários 31, Climepsi. (P. 26; 125).
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52, No. 3, pp. 511-524. (P. 511).
- Moura, O., & Matos, P. M. (2008). Vinculação aos pais, Divórcio e Conflito Interparental. *Psicologia*, Vol. 22, No. 1, 127-152. (P. 135).
- Matos, P. M., Barbosa, S., & Costa, M. E. (2001). Avaliação da Vinculação Amorosa em Adolescentes e Jovens Adultos: Construção de um instrumento e estudos de validação. *RIDEP*, Vol. 11, No. 1, pp. 93-109. (P. 103).
- Mintz, A. -S. (2004). Vinculação, Casal e Família. In Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações* (1ª ed., cap. 17, pp. 183-191). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi (P. 184).
- Narciso, I., & Costa, M. E. (1996). Amores Satisfeitos, mas não Perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, No. 12, pp. 115-130. (P.115).

Veenhoven, R. (2005). Is life getting better? How long and happily do people live in Modern Society? *European Psychologist*, No. 10, pp. 330 – 343. (P. 330).

Bibliografia de Referência

- Acitelli, L. K., & Antonucci, T. C. (1994). Gender differences in the link between Marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 67, No. 4, pp. 688-698.
- Afonso, C. M. C. G. (2011). Estilo de Vinculação e Relações Extra-Diádicas: Satisfação Relacional e Atitudes como Mediadores. Dissertação apresentada à Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa para obtenção do grau de mestre, orientada por João Manuel Moreira, Lisboa.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, Vol. 44, No. 4, pp. 709-716.
- Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychological Association*, Vol. 46, No. 4, pp. 333-341.
- Albuquerque, I., & Lima, M. P. (2007). Personalidade e Bem-estar Subjectivo: Uma Abordagem com os Projectos Pessoais. *Psicologia.com.PT*. O Portal dos Psicólogos.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 16, No. 5, pp. 427-454.
- Atger, F. (2004). Vinculação e Adolescência. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (Coord). *Vinculação – Conceitos e Aplicações*. (1ª ed., pp. 146-156). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol. 21, No. 2, pp. 273- 282.
- Bartholomew, K. (1990) Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective [Resumo]. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol. 7, No. 2, pp. 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, No. 2, pp. 226-244.

- Bartholomew K. (1997). Adult attachment processes: Individual and Couple perspectives [Resumo], Vol. 70, No. 3, pp. 249-263; Discussion: pp. 281-290.
- Belsky, J. (1996). Parent, infant, and social-contextual antecedents of father-son Attachment Security [Resumo]. *Developmental Psychology*, Vol. 32, No. 5, pp. 905-913.
- Benkovskaia, I. V. (2008). Satisfação conjugal, afetividade e proximidade ao cônjuge: diferenças entre casais com filhos e sem filhos e ao longo dos anos de relação. Dissertação apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa para obtenção do grau de mestre, orientada por Isabel Narciso, Lisboa. Consultado em 2 de Novembro de 2012 em: <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/703>.
- Birgeward, A. & Granqvist, P. (2004). The correspondence between attachment to parents and God: Three experiments using subliminal separation cues. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 30, No. 9, pp. 1122-1135.
- Biswas-Diener, R., Kashdan, T. B., & King, L. A. (2009). Two traditions of happiness research, not two distinct types of happiness. *The Journal of Positive Psychology*, Vol. 4, No. 3, pp. 208 – 211.
- Bleske-Rechek, A., Buss, D. M. (2006). Sexual Strategies Pursued and Mate Attraction Tactics Deployed. *Personality and Individual Differences*, No. 40, pp. 1299-1311.
- Botwin, M. D., Buss, D. M. & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate Preferences: five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of Personality*, Vol. 65, No. 1, pp. 107-136.
- Bowlby, J. (2005). *A Secure Base*. New York: Routledge Classics. (Original publicado em 1988, Oxon: Routledge).
- Bowlby, J. (1998). *Attachment and Loss. Vol. 3. Loss – Sadness and Depression*. London: Pimlico edition (Original publicado em 1980, London: The Hogarth Press and The Institute of Psychoanalysis).
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. London: Pimlico edition (Original publicado em 1969, London: Basic Books).
- Bowlby, J. (1990). John Bowlby, M.D., Interview in 11st January 1990 by Leonardo Tondo. *Clinical Neuropsychiatry*, Vol. 8, No. 2, pp. 159-171 (publicado em 2011).
- Bowlby, J. (1986). Maternal Care and Mental Health: a report prepared on behalf of the World Health Organization as a contribution to the United Nations programme for the welfare of homeless children, 1951, p. 179 [Documento electrónico]. In: *This Week's*

- Citation Classic*, CC/Number 50. Consultado em 2 de Outubro de 2012 de: <http://garfield.library.upenn.edu/classics1986/A1986F062900001.pdf>.
- Bowlby, J. (1960). Separation Anxiety: A Critical Review of the Literature. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, No. 1, pp. 251-269 [Documento electrónico]. Acedido em 2 de Outubro de 2012 de: <http://www.readcube.com/articles/10.1111/j.1469-7610.1960.tb01999.x?locale=en>
- Bowlby, J. (1952). Maternal Care and Mental Health: a report prepared on behalf of the World Health Organization as a contribution to the United Nations programme for the welfare of homeless children. *World Health Organization*. Palais des Nations. Geneva. Consultado em 3 de Outubro de 2012 de: http://whqlibdoc.who.int/monograph/WHO_MONO_2_28part1.pdf.
- Bowlby, J. (1944). Forty-Four Juvenile Thieves: Their Character and Home-Life [Documento Eletrónico]. Adaptação do artigo original publicado na revista *International Journal of Psychoanalysis*, No. 25, pp. 19-52, acedido em 4 de Outubro de 2012 de: http://www.psychology.sunysb.edu/ewaters/345/2007_attachment/44%20thieves.pdf.
- Brennan, K. A. & Shaver, P. R. (1995). Regulation, and Romantic Relationship Functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 21 No. 3, pp. 267-283.
- Bretherton, I. (2010). Fathers in attachment theory and research: a review [Resumo]. *Early Child Development and Care*, Vol. 180, Nº 1-2, pp. 9-23.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, Vol. 28, No. 5, pp. 759-775.
- Bteshe, M., & Estellita-Lins, C. (2011). Os diferentes usos do vídeo no cuidado à saúde Materno-infantil. *RECIIS – Revista Eletrónica de Comunicação, Informação e Inovação de Saúde*, Vol. 5, No. 2, pp. 53-64. Acedido em 11 de Outubro de 2012 de: <http://www.reciis.cict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/viewArticle/497/844>.
- Buss, D. M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 50, No. 3, pp. 550-570.
- Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (2008). Attractive Women Want it All. *Evolutionary Psychology Journal*, Vol. 6, No. 1, pp. 134-146.
- Buss, D. M., Shackelford, T. K., Kirkpatrick, L. A., & Larsen, R. J. (2001). A Half Century of Mate Preferences: The Cultural Evolution of Values. *Journal of Marriage and Family*, Vol. 63, No. 2, pp. 491-503.

- Canavarro, M. C. S. (1999). *Relações Afectivas e Saúde Mental: Uma abordagem ao longo do ciclo de vida* (1ª ed.). Coimbra: Quarteto Editora.
- 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*, Vol. 20, No. 1, pp. 155-186.
- Cassepp-Borges, V., & Teodoro, M. (2007). Propriedades psicométricas da versão brasileira da escala triangular do amor de Sternberg. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Vol. 20, No. 3, pp. 513-522.
- Cobb, C. L. H. (1996). Adolescent-parent Attachments and family problem-solving styles [Resumo]. *Family Process*, Vol. 35, No. 1, pp. 57-82.
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 58, No. 4, pp. 644-663.
- Collins, W. A., & Sroufe, L. A. (1999). Capacity for Intimate Relationships: A Development Construction. In: Furman, W., Brown, B. B., & Feiring, C. (Eds.). *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 125-147). New York: Cambridge University Press. Acedido em 15 de Novembro de 2012 em: http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/capacity_for_intimate.pdf.
- Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. A. & Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, No. 71, pp. 406-413.
- Cordeiro, R. A. C. (2012). Vinculação e Temperamento Afectivo em Jovens Adultos. Tese apresentada à Faculdade de Medicina de Lisboa da Universidade de Lisboa para obtenção do grau de doutor, orientada por Maria da Purificação da Cunha Horta, Lisboa.
- Craddock, A. (1991). Relationships between attitudinal similarity, couple structure, and couple satisfaction within married and de facto couples. *Australian Journal of Psychology*, Vol. 43, No. 1, pp. 11-16.
- De Haas, M. A., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Van Ijzendoorn (1994). The Adult Attachment Interview and Questionnaires for Attachment Style, Temperament, and Memories of Parental Behavior. *The Journal of Genetic Psychology*, Vol. 755, No. 4, pp. 471-486.

- Deniz, M. E., & Işık, E. (2010). Positive and negative affect, Life satisfaction, and Coping With stress by attachment styles in Turkish students. *Psychological Reports*, Vol. 107, No. 2, pp. 480-490.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a National index. *The American Psychologist*, Vol. 55, No. 1, pp. 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, Vol. 49, No. 1, pp. 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, No. 125, pp. 276-302.
- Duarte, C. M. N. (2005). Percepções de Conflito e Violência Conjugal. Tese apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto para obtenção do grau de doutor, orientada por Maria Emília Costa, Porto.
- Faria, C., Fonseca, M., Lima, V. S., Soares, I., & Klein, J. (2009). Vinculação na idade Adulta. In: Soares, I. (Coord.) *Relações de Vinculação* (2ª ed., cap. IV, pp. 121-158). Braga: Psiquilíbrios Edições (Publicação original em 2007).
- Farina, B. & Liotti, G. (2011). L'Incontro con la Teoria dell'Attaccamento e la svolta Relazionale della Psicoterapia Cognitiva. *Psiche*, No.1, pp. 1-13 [Documento electrónico]. Acedido em 1 de Outubro de 2012 de: <http://www.psiche-spi.it/attachamenti/2/FARINA-LIOTTI-0.pdf>.
- Feeney, J. A. (1994). Attachment style, Communication patterns, and Satisfaction across the Life cycle of marriage [Resumo]. *Personal Relationships*; Vol. 1, No. 4, pp. 333– 348.
- Feeney, J. A. & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of Adult Romantic Relationships [Resumo]. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 58, No. 2, pp. 281-291.
- Féres-Carneiro, T. (1994). Diferentes abordagens em terapia de casal: uma articulação Possível? Análises Clínicas. *Temas em Psicologia*. Vol. 2, No. 2, pp. 53-63.
- Féres-Carneiro, T. (1998). Casamento Contemporâneo: o difícil convívio da Individualidade com a Conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Vol. 11, No. 2, pp. 379-394.
- Fox, N. A., Kimmerly, N. L., & Schafer, W. D. (1991). Attachment to Mother/Attachment to Father: a meta-analysis. [Resumo]. *Child Development*, Vol. 62, No.1, pp. 210-225.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology*, Vol. 4, No. 2, pp. 132-154.

- Frazier, P., Arikian, N., Benson, S., Losoff, A. & Maurer, S. (1996). Desire for Marriage and Life Satisfaction among Unmarried Heterosexual Adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol. 13, No. 2, pp. 225-239.
- Fricker, J. & Moore, S. (2002). Relationship Satisfaction: The role of Love Styles and Attachment Styles. *Current Research in Social Psychology*, Vol. 2, pp. 15-22.
- Fuller, T. L., & Fincham, F. D. (1995). Attachment style in married couples: Relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*, No. 2, pp. 17-34.
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The Intrapersonal and Interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, No. 87, pp. 228-245.
- Gallo, L. C., & Smith, T. W. (2001). Attachment Style in Marriage: Adjustment and Responses to Interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, No. 18, pp. 263-289.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 67, No. 3, pp. 430-445.
- Guedeney, A. (2004). A Teoria da Vinculação: a História e as Personagens (pp. 25-30), Vinculação e Psicanálise (pp. 56-61), Biologia e Etologia na Teoria da Vinculação (pp. 123-128). In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (Coord). *Vinculação – Conceitos e Aplicações*. (1ª ed). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Guedeney, N (2004). Conceitos-Chave da Teoria da Vinculação. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e Aplicações* (1ª ed., pp. 33-43). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Hammond, J. R., & Fletcher, J. O. (1991). Attachment Styles and Relationship Satisfaction in The Development of Close Relationships. *New Zealand Journal of Psychology*, No. 20, pp. 56-62.
- Harlow, H. F. (1958). The Nature of Love. Address of the President at the sixty-sixth Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, D. C. First Published in *American Psychologist*, Vol. 13, pp. 673-685. [Documento Eletrónico]. Consultado em 5 de Novembro de 2012 em: <http://www.sussex.ac.uk/Users/grahamh/RM1web/Classic%20papers/Harlow1958.pdf>.

- Haseley, J. L. (2006). Marital satisfaction among newly married couples: Associations with religiosity and romantic attachment style. Tese apresentada à University of New Texas para obtenção do grau de «Doctor of Philosophy (Counseling Psychology)», orientada por Shelley Riggs, Austin, Texas.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, Vol. 5, No. 1, pp. 1-22.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An Attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 59, No 2, pp. 270-280.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52, No. 3, pp. 511-524.
- Headey, B., Veenhoven, R., & Wearing, A. (1991). Top-down versus bottom-up theories of Subjective well-being. *Social Indicators Research*, Vol. 24, pp. 81-100.
- Henderson, A. J. Z., Bartholomew, K., & Dutton, D. G. (1997). He Loves Me; He Loves Me Not: Attachment and Separation Resolution of Abused Women. *Journal of Family Violence*, Vol. 12, No. 2, pp. 169-191.
- Hendrick, S. S., (1988). A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, Vol. 50, No. 1, pp. 93-98.
- Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (1995). Gender differences and similarities in sex and love Issue. *Personal Relationships*, Vol. 2, No. 1, pp. 55 – 65.
- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationship*, No. 15, pp. 137-142.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C. & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, Satisfaction and Staying Together. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 54, No. 6, pp. 980-988.
- Hinnen, C., Sanderman, R., & Sprangers, M. A. (2009). Adult attachment as mediator between recollections of childhood and satisfaction with life [Resumo]. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, Vol. 16, No. 1, pp. 10-21.
- Hollist, C. S., & Miller, R. B. (2005). Perceptions of Attachment Style and Marital Quality in Midlife Marriage. *Family Relations*, No. 54, pp. 46-57. [Versão Eletrónica]
Consultado em 30 de Novembro de 2012 de: <http://digitalcommons.unl.edu/famconfacpub/43/>.

- Hwang, K., Johnston, M. V., & Smith, J. K. (2009). Adult Attachment Styles and Life Satisfaction in Individuals with Physical Disabilities [Resumo]. *Applied Research in Quality of Life*, Vol. 4, No. 3, pp. 295-310.
- INE – DGPI/MJ (2012). Estatísticas de divórcios e separação de pessoas e bens. INE- Estatísticas de Casamentos Fonte: PORDATA. Última atualização: 2012-10-09.
- INE (2001). Instituto Nacional de Estatística. Actualidades do INE. Resultados Definitivos de 2001. Portugueses: menos casamentos e mais divórcios? Extraído em 26/11/2012 de: www.alea.pt/html/actual/pdf/actualidades_33.pdf.
- Johnson, S. M. (2005). Broken Bonds: An Emotionally Focused Approach to Infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, Vol. 4, No. 2/3, pp. 17-29.
- Johnson, S. M. (2001). Marital Therapy: Issues and Challenges. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, Vol. 16, No. 3, pp. 176-181.
- Jongenelen, I., Soares, I., Grossmann, K., & Martins, C. (2006). Vinculação em mães Adolescentes e seus bebés. *Psicologia*, Vol. 20, No. 1, pp. 11-36.
- Kächele, H. (2009). A Hungarian Precursor of Attachment Theory: Ferenczi's Successor, Imre Hermann. *American Imago*, Vol. 66, No. 4, pp. 419-426.
- Kankota, Z. Z. (2008). The Role of Attachment Dimensions, Relationship Status and Gender in the components of Subjective well-being. Tese apresentada ao Department of Educational Sciences of the Middle East Technical University, para obtenção do grau de Master of Science, orientada por Esin Tezer, Turkey.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The Longitudinal course of Marital Quality and Stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, Vol. 118, No.1, pp. 3-34.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 82, No. 6, pp. 1007-1022.
- King, L. A., & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 75, No. 1, pp.156-165.
- Kirkpatrick, L. A. (1999). Toward an Evolutionary Psychology of Religion and Personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 67, No. 6, pp. 921-952.
- Kirkpatrick, L. A. (1998). God as a Substitute Attachment Figure: A Longitudinal Study of Adult Attachment Style and Religious Change in College Students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 24, No. 9, pp. 961-973.

- Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 66, No. 3, pp. 502-512.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An Attachment-Theoretical to Romantic Love and Religious Belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 18, No. 3, pp. 266-275.
- Kobak R. R., & Hazan C. (1991). Attachment in Marriage: Effects of Security and Accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 60, No. 6, pp. 861-869.
- Kotler, T. (1985). Security and Autonomy within Marriage. *Human Relations*, Vol. 38, No. 4, pp. 299-321.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E.L. (2000). Within person variation in Security of Attachment: A self-determination theory perspective on Attachment, need Fulfillment and Well-being. *Journal of Personality & Social Psychology*, Vol. 79, No. 3, pp. 367-384.
- Lee, J. A. (1973). The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving [Versão Eletrónica]. *Don Mills, Ontario, Canada: New Press*. Acedido em 4 de Novembro de 2012 em: <http://www.richardatkins.co.uk/atws/document/196.html>.
- Levy, M. B., & Davis, K. E. (1988). Lovestyles and Attachment styles compared: Their Relations to each other and to various relationship characteristic. *Journal of Social and Personal Relationships*, No. 5, pp. 439-471.
- Levitt, M. J. & Weber, R. A., & Clark, M. C. (1986). Social Network Relationships as sources of Maternal Support and Well-being. *Developmental Psychology*, Vol 22, No. 3, pp. 310-316.
- Lima, V., Vieira, F., & Soares, I. (2006). Vinculação em Casais: Avaliação da Representação da Intimidade e da Interacção Conjugal. *Psicologia*, Vol. 20, No. 1, pp. 51-63.
- Lobo, C., & Conceição, C. P. (2003). O Recasamento em Portugal. *Sociologia, Problemas e Práticas*, No. 42, pp. 141-159.
- Lopez, J. L., Riggs, S. A., Pollard, S. E., & Hook, J. N. (2011). Religious Commitment, Adult Attachment and Marital Adjustment in Newly Married Couples. *Journal of Family Psychology*, Vol. 25, No. 2, pp. 301-309.

- Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescent's Life Satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, Vol. 45, No. 2, pp. 177-190.
- Main, M. (1999). Mary D. Salter Ainsworth: Tribute and Portrait. *Psychoanalytic Inquiry*, Nº 19, pp. 682-776.
- Main, M. (1996). Introduction to the special section on attachment and psychopathology: 2. Overview of the field of attachment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* Vol. 64, No. 2, pp. 237-243.
- Main, M. (1990). Cross-cultural studies of attachment organization: Recent studies, changing Methodologies, and the concept of Conditional Strategies. *Human Development*, Vol. 33, No. 1, pp. 48-61.
- Marston, P. J., Hecht, M. L., Manke, M. L. McDaniel, S., & Reeder, H. (1998). The Subjective Experience of Intimacy, Passion and Commitment in heterosexual loving relationships. *Personal Relationships*, Vol. 5, No.1, pp. 15-30.
- Matos, P. M. (2002). (Des)continuidades na vinculação aos pais e ao par amoroso em adolescentes. Tese apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto para obtenção do grau de doutor, orientada por Maria Emília Costa, Porto.
- Matos, P. M., Barbosa, S., & Costa, M. E. (2001). Avaliação da Vinculação Amorosa em Adolescentes e Jovens Adultos: Construção de um instrumento e estudos de validação. *RIDEP*, Vol. 11, No. 1, pp. 93-109.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2006). Vinculação aos Pais e ao Par Romântico em Adolescentes. *Psicologia*, Vol. 20, No.1, pp. 97-126.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2004). Assessing attachment representations in Adolescence: the father/mother attachment Questionnaire: *Poster presented in the 9th Conference of EARA*, Porto.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2001a). *Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe* :Versão Revista-IV. Documento publicado em: Duarte, C. M. N. (2005). Percepções de Conflito e Violência Conjugal. Tese apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto para obtenção do grau de doutor, orientada por Maria Emília Costa, Porto.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2001b). *Questionário de Vinculação Amorosa* - Versão Revista-III. Documento publicado em: Cordeiro, R. A. C. (2012). Vinculação e Temperamento

- Afectivo em Jovens Adultos. Tese apresentada à Faculdade de Medicina de Lisboa da Universidade de Lisboa para obtenção do grau de doutor, orientada por Maria da Purificação da Cunha Horta, Lisboa.
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal Projects, Happiness, and meaning: on doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 74, No. 2, pp. 494-512.
- Meyers, S. A., & Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, Vol. 9, No. 2, pp. 159-172.
- Miljkovitch, R. (2004). A Vinculação ao nível das Representações. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações* (1ª ed., pp. 45-53). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Mintz, A.-S. (2004). Vinculação, Casal e Família. In Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações*(1ª ed., pp. 183-191). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Miocque, D. (2004). Aspectos Transculturais do conceito de Vinculação In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações* (1ª ed., pp. 63-69). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Moreira, J. M., Lind, W., Santos, M. J., Moreira, A. R., Gomes, M. J., Justo, J., Oliveira, A. P., Filipe, L. A., & Faustino, M. (2006). “Experiências em Relações Próximas”, um Questionário de Avaliação das dimensões básicas dos estilos de vinculação nos adultos: Tradução e Validação para a população Portuguesa. *Laboratório de Psicologia*, Vol. 4, No.1, pp. 3-27.
- Moura, O., & Matos, P. M. (2008). Vinculação aos pais, Divórcio e Conflito Interparental. *Psicologia*, Vol. 22, No. 1, pp. 127-152.
- Moura, O., & Matos, P. M. (2005). Effects of Divorce and Family Environment in Adolescents' Attachment to Parents. *Poster presented in the 9th European Congress of Psychology*, Granada, Spain.
- Moura, O., Spill, R., & Matos, P. M. (2010). The Father/Mother Attachment Questionnaire (FMAQ): Factor structure invariance across Portuguese and German adolescents; 5th Congress of the European Society on Family Relations (ESFR). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.

- Narciso, I., & Costa, M. E. (2001/2002). Percursos de mudança na Qualidade Conjugal – Fragmentos de um Estudo sobre Conjugalidades Satisfeitas. *Cadernos de Consulta Psicológica*, No. 17/18, pp. 181-195.
- Narciso, I., & Costa, M. E. (1996). Amores Satisfeitos, mas não Perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, No. 12, pp. 115-130.
- Neto, F. (1992). The Satisfaction With Life Scale: Psychometrics Properties in an Adolescent Sample. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 22, No. 2, pp. 125-134.
- Norgren, M. B. P., Souza, R. M., Kaslow, F., Hammerschmidt, H. & Sharlin, S. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia*, Vol. 9, No. 3, pp. 575-584.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, Vol. 5, No. 2, pp. 164-172.
- Perdereau, F., & Atger, F. (2004). Avaliação da Vinculação no Adolescente e Adulto. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações* (1ª ed., pp. 111-121). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Quimby, C. L., & O'Brien, K. M. (2006). Predictors of well-being among non traditional Female students with children. *Journal of Counseling and Development*, Vol. 84, No. 4, pp. 451-460.
- Rabouam, C., & Moralès-Huet, M. (2004). Cuidados Parentais e Vinculação. In: Guedeney, N. e Guedeney, A. (coord). *Vinculação – Conceitos e aplicações* (1ª ed. pp. 71-85). Lisboa: Manuais Universitários. Climepsi.
- Reedy, M. N., Borren, J. E., & Schaie, K. W. (1981). Age and sex differences in satisfying love relationships across the adult life span. *Human Development*, No. 24, pp. 52-66.
- Robertson, J. (1952). A two-year-old goes to Hospital. Robertson Films Home Page. Retirado em 12 de Outubro de 2012 de: http://www.robertsonfilms.info/2_year_old.htm.
- Robertson, J. (1958). Going to Hospital with Mother. Robertson Films Home Page. Retirado em 8 de Outubro de 2012 de: http://www.robertsonfilms.info/going_to_hospital_with_mother.htm.
- Rogers, S. J., & Amato, P. R. (2000). Have changes in gender relations affected marital quality?. *Social Forces*, Vol. 79, No. 2, pp. 731-753.
- Rua, S. M. (2008). Satisfação com a Vida, Ética e Comportamento Monetário: Idosos e Idosas pobres a viver sós. Dissertação apresentada à Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro, para obtenção do grau de Mestre em Gerontologia,

- orientada por Liliana Xavier Marques de Sousa, Aveiro. Consultado em 5 de Dezembro de 2013 de: <http://ria.ua.pt/bitstream/10773/3271/1/2008001873.pdf>.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, No. 52, pp. 141-166.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 4, No. 4, pp. 99-104. Página Eletrónica acedida em 7 de Dezembro de 2013 de: <http://www.jstor.org/discover/10.2307/20182342?uid=3738880&uid=2129&uid=2134&uid=2&uid=70&uid=4&sid=21102947089053>.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, Vol. 9, No. 1, pp. 1-28.
- Salvaterra, M. F. (2007). Vinculação e Adopção. Tese apresentada à Universidade Nova de Lisboa e ao Instituto Superior de Psicologia Aplicada para a obtenção do grau de Doutor em Psicologia Aplicada, na especialidade de Psicologia do Desenvolvimento, orientada por Manuela Veríssimo, Lisboa.
- Schneider, B. H., Atkinson, L., & Tardif, C. (2001). Child-Parent Attachment and Children's Peer Relations: A Quantitative Review. *Development Psychology*, Vol. 37, No. 1, pp. 86-100.
- Seco, G. M., Casimiro, M. C. S. M., Pereira, M. I. A. M., Dias M. I. P. S. & Custódio, S. M. R. (2005). *Para uma abordagem psicológica do Ensino Secundário para o Ensino Superior: pontes e alçapões*. Ed. Instituto Politécnico de Leiria.
- Sharpsteen, D. J., & Kirkpatrick, L. A (1997). Romantic Jealousy and Adult Romantic Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 72, No. 3, pp. 627-640.
- Shaver, P. R. & Hazan, C. (1988). A Biased Overview of the Study of Love [Resumo]. *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol. 5, No. 4, pp. 473-501.
- Silva, M. G., & Costa, M. E. (2005). Vinculação aos pais e ansiedade em jovens adultos. *Psicologia*, Vol. 18, No. 2, pp. 9-32.
- Silva, P. N. (2009). Adaptação à Reforma e Satisfação com a Vida: A importância da Actividade e dos Papéis Sociais na realidade europeia. Dissertação apresentada ao Departamento de Psicologia Social e das organizações do Instituto Universitário de Lisboa - ISCTE IUL- para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Social e das Organizações, orientada por Maria Luísa Lima, Lisboa.

- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality & Social Psychology*, Vol. 59, No. 5, pp. 971-980.
- Simpson, J. A., Collins, W. A., & Salvatore, J. E. (2011). The Impact of Early Interpersonal Experience on Adult Romantic Relationship Functioning: Recent Findings from the Minnesota Longitudinal Study of Risk and Adaptation. *Current Direction in Psychological Sciences*, Vol. 20, No. 6, pp. 355-359.
- Soares, I. (2009). Desenvolvimento da teoria e da Investigação da vinculação. In: Isabel Soares (coord). *Relações de Vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e Avaliação* (2ª ed. pp. 13-45). Braga: Psiquilíbrios (Original publicado em 2007).
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, No. 38, pp. 15-28. Acedido em 15 de Novembro de 2012, de: http://www.fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self_Measures_for_Love_and_Compassion_Research_General_Relationship_Satisfaction.pdf.
- Spitz, R. (1945). Hospitalism – An Inquiry into the Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood. [Página Eletrónica]. *Psychoanalytic Study of the Child*, No. 1, pp. 53-74. Acedido em 4 de Outubro de 2012, de: <http://www.advokids.org/pdf/Spitz-Hospitalism.pdf>.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an Organizational Construct. *Child Development*, No. 48, pp. 1184-1199. Acedido em 5 de Outubro de 2012 de: http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/org_construct.pdf.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love [Resumo]. *Psychological Review*, Vol. 93, No. 2, pp. 119/135. Consulta adicional em página eletrónica consultada em 7 de Outubro de 2012 em: http://www.hofstra.edu/pdf/community/slzctr/stdcsl/stdcsl_triangular.pdf.
- Sullivan, K. T. (2001). Understanding the Relationship between Religiosity and Marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effects of Religiosity on Newlywed Couples. *Journal of Family Psychology*, Vol. 15, No. 4, pp. 610-626.
- Thompson, L., & Walker, A. (1989). Gender in Families: Women and men in Marriage, Work And Parenthood [Resumo]. *Journal of Marriage and the Family*, Vol. 51, No. 4, pp. 845-871.
- Van IJzendoorn, M. H. (1992). Intergenerational Transmission of Parenting: A Review of Studies in Nonclinical Populations [Versão Eletrónica]. *Developmental Review*, Vol.

- 12, pp. 76-99. Acedido em 2 de Outubro de 2012 em: https://openaccess.leidenuniv.nl/bitstream/handle/1887/1458/168_124.pdf?sequence=1.
- Van Ijzendoorn M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2006). DRD4 7-repeat polymorphism moderates the association between Maternal unresolved loss or trauma and Infant disorganization [Resumo]. *Attachment & Human Development*, Vol. 8, No. 4, pp. 291-307.
- Veenhoven, R. (2005). Is life getting better? How long and happily do people live in modern society? [Versão Eletrónica]. *European Psychologist*, Vol. 10, No. 4, pp. 330 – 343. Consultado em 2 de Dezembro de 2012 de: http://www.researchgate.net/publication/232540412Is_Life_Getting_Better_How_Long_and_Happily_Do_People_Live_in_Modern_Society.
- Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness [Versão Eletrónica]. *Social Indicators Research*, Vol. 20, pp. 333-354. Acedido em 22 de Dezembro de 2012 de: <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub1980s/88a-full.pdf>.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 64, No. 4, pp. 678-691.
- Waterman, A. S., Schwartz, S. J. & Conti, R. (2008). The implications of Two Conceptions of Happiness (Hedonic Enjoyment an Eudaimonia) for the understanding of Intrinsic Motivation [Versão Eletrónica]. *Journal of Happiness Studies*, No. 9, pp. 41-79. Acedido em 2 de Dezembro de 2012 de: http://sethschwartz.info/pdfs/Happiness_and_Intrinsic_Motivation.pdf.
- Waters, E. (1978). The reliability and stability of individual differences in infant-mother Attachment. *Child Development*, Vol. 49, No. 2, pp. 483-494.
- 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*, Vol. 71, No. 3, pp. 678-683.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J. & Albersheim (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, Vol. 71, pp. 684-689.
- Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Simms, E. N., & Haig, J. (2004). Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of Personality*, Vol. 72, No. 5, pp. 1029-1068.

- Webster, J. D., (1998). Attachment styles, reminiscence functions, and happiness in young and elderly adults. *Journal of Aging Studies*, Vol. 12, No. 3, pp. 315-330.
- Webster, J. D. & College, L. (1997). Attachment Style and Well-being in Elderly Adults: A Preliminary Investigation. *Canadian Journal on Aging*, Vol. 16, No. 01, pp. 101-111.
- Wendorf, C. A., Lucas, T., Imamoglu, E. O., Weisfeld, C. C., & Weisfeld, G. E. (2011). Marital Satisfaction across Three Cultures: does the number of children have an impact after accounting for other marital demographics? *Journal of Cross-cultural Psychology*, Vol. 42, No. 3, pp. 340-354.
- Whitton, S. W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, J. (2008). Effects of Parental Divorce on Marital Commitment and Confidence. *Journal of Family Psychology*, Vol. 22, No. 5, pp. 789-793.
- Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness [Resumo]. *Psychological Bulletin*, Vol. 67, pp. 294-306.
- Winograd, M., Coimbra, C. A. Q., & Landeira-Fernandez (2007). O que se traz para a Vida e o que a Vida nos traz: uma análise da equação etiológica proposta por Freud à luz das neurociências. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Vol. 20, No. 3, pp. 414-424.
- Wongpakaran, T., Wongpakaran, N., & Wedding, D. (2012). Gender differences, Attachment Styles, Self-esteem and Romantic relationships in Thailand [Resumo]. *International Journal of Intercultural Relations*, Vol. 36, No. 3, pp. 409-417.
- Young, M. H., Miller, B. C., Norton, M. C., & Hill, E. J. (1995). The effect of parental Supportive behaviors on life satisfaction of adolescent offspring. *Journal of Marriage and Family*, Vol. 57, No. 3, pp. 813-822.

ANEXOS

ANEXO I

O modelo bidimensional de diferenças individuais na vinculação adulta

		MODEL OF SELF (Dependence)	
		Positive (Low)	Negative (High)
MODEL OF OTHER (Avoidance)	Positive (Low)	Secure	Preoccupied
	Negative (High)	Dismissing	Fearful

Figura 1 – Modelo de Kim Bartholomew

Fonte: Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, No. 2, pp. 226-244.

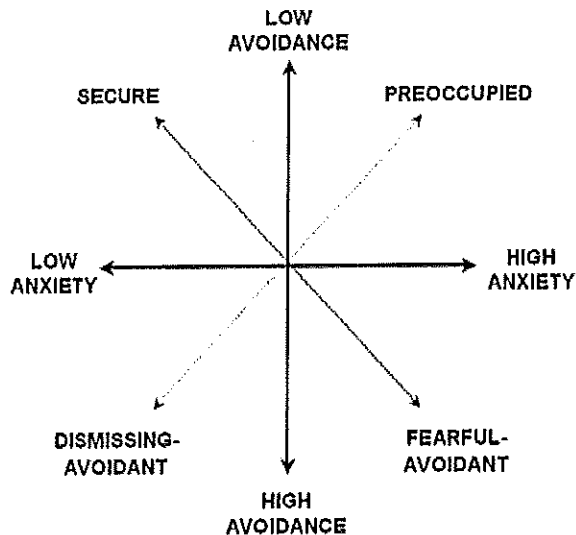


Figura 2 – Modelo de Brennan, Clark e Shaver

Fonte: Shaver, P. R. & Fraley, R. C. (1997). Self-Report Measures of Adult Attachment [Documento Eletrónico]. Extraído de: <http://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/measures.html>

ANEXO II

Carta que acompanhou os Questionários

Caros Participantes,

A minha Dissertação de Mestrado em Psicologia, Aconselhamento e Psicoterapias tem a ver com um estudo que vai analisar as relações entre Casais Adultos (marido e mulher) e a eventual correlação com o tipo de relações que cada membro do casal teve com os seus respetivos pais (ou cuidadores substitutos), bem como com o grau de satisfação com a Relação e com a própria Vida.

Para tal, há 4 questionários cujo preenchimento total as pessoas têm referido que não demora mais que 15 minutos, apesar de eu referir na 1ª Folha dos Questionários que é de cerca de 25 minutos.

Estes 4 questionários devem ser preenchidos pelo marido e pela mulher, **separadamente**, e não devem mostrar as respostas um ao outro.

Apesar de os questionários serem os mesmos para cada membro do casal, por causa do tratamento estatístico o ficheiro "*F - 000*" ("**F**" de **Feminino**), **será preenchido pela esposa** e o outro ficheiro "*M - 000*" ("**M**" de **Masculino**), **será preenchido pelo marido**.

Alguma dúvida ou dificuldade, favor contactar-me através do TM 917000117 ou fixo 217575052, ou pelo email: ib303pa@gmail.com

Apresento os meus antecipados agradecimentos pela boa vontade e colaboração.

Isabel Branco.

ANEXO III

Referência: Código F-000

Questionário de Variáveis Sociodemográficas

Os Questionários que se seguem destinam-se à recolha de dados para tratamento estatístico, com vista à elaboração de um estudo intitulado “Vinculação em casais adultos e sua relação com os respetivos estilos de vinculação parental”, cujo objetivo é analisar as relações amorosas e as relações parentais em casais adultos, bem como o nível de satisfação com a relação e com a própria vida.

Estes questionários estão testados e validados para a população portuguesa, são Anónimos e Confidenciais – ***não escreva o seu nome em nenhum local do questionário.*** A recolha de dados é composta por 4 questionários de preenchimento fácil e cuja duração está estimada em ***cerca de 25 minutos***, solicitando que **responda a todas as questões** sem exceção e que **não mostre as suas respostas ao seu parceiro**.

Não existem respostas certas ou erradas, pelo que contamos com a sua sinceridade no preenchimento, agradecendo desde já a sua colaboração.

Antes de iniciar as respostas aos Questionários propriamente ditos, solicitamos que nos indique alguns dados de caracterização:

Sexo(Assinale com uma cruz (X) a sua resposta):

- Masculino
- Feminino

Data de Nascimento: __/__/____ (DD/MM/AAAA)

Local onde vive: _____

Proveniência Familiar durante o seu crescimento: (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta)

- Família Intacta (Pai e Mãe juntos): __
- Família Separada (Pai e Mãe separados) __

Tem irmãos? (Assinale com uma cruz (X) se a sua resposta for negativa)

- Se Sim, Quantos? __
- Não:

Escolaridade (Básico, Secundário ou Superior): _____

Profissão: _____

Caracterização da Relação. Por favor Indique:

1) Tempo total da relação: _____ anos e _____ meses

2) Há quanto tempo vivem juntos: _____ anos e _____ meses

3) Tipo de Relação (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta) :

- Casamento Católico:
- Casamento só pelo Registo:
- União de Facto:

4) Existem filhos do casal ou de relações anteriores? (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta):

- Sim
- Não

Referência: Código F-000

Questionário 1

QVPM Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe

Neste questionário vai encontrar um conjunto de afirmações sobre as relações familiares. Leia atentamente e assinale com uma cruz (X) quais as respostas que melhor exprimem o modo como se sentia com cada um dos seus pais. Ainda que os seus pais sejam vivos, pedimos-lhe que se reporte sobretudo **ao tempo em que vivia com eles**. Responda em colunas para o **pai** e para a **mãe**, tendo em conta as seis alternativas que se seguem e assinalando com uma cruz (X) a sua opção:

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		PAI						MÃE					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
1	Os meus pais estavam sempre a interferir em assuntos que só tinham a ver comigo.												
2	Tinha confiança que a minha relação com os meus pais se mantivesse no tempo.												
3	Era fundamental para mim que os meus pais concordassem com aquilo que eu penso.												
4	Os meus pais impunham a maneira deles de ver as coisas.												
5	Apesar das minhas divergências com os meus pais, eles eram únicos para mim.												
6	Pensava constantemente que não poderia viver sem os meus pais.												
7	Os meus pais desencorajavam-me quando queria experimentar uma coisa nova.												
8	Os meus pais conheciam-me bem.												
9	Só conseguia enfrentar coisas novas se os meus pais estivessem comigo.												
10	Não valia muita pena discutirmos, porque nem eu nem os meus pais dávamos o braço a torcer.												
11	Confiava nos meus pais para me apoiarem em momentos difíceis da minha vida.												
12	Estava sempre ansiosa para estar com os meus pais.												

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		PAI						MÃE					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
13	Os meus pais preocupavam-se demasiado comigo e intrometiam-se onde não eram chamados.												
14	Em muitas coisas eu admirava os meus pais.												
15	Eu e os meus pais era como se fôssemos um só.												
16	Em minha casa era problema eu ter gostos diferentes dos dos meus pais.												
17	Apesar dos meus conflitos com os meus pais, tinha orgulho neles.												
18	Os meus pais eram as únicas pessoas importantes na minha vida.												
19	Discutir assuntos com os meus pais era uma perda de tempo e não levava a lado nenhum.												
20	Sei que podia contar com os meus pais sempre que precisasse deles.												
21	Fazia tudo para agradar aos meus pais.												
22	Os meus pais dificilmente me davam ouvidos.												
23	Os meus pais tiveram um papel importante no meu desenvolvimento.												
24	Tinha medo de ficar sozinha se um dia perdesse os meus pais.												
25	Os meus pais abafavam a minha verdadeira forma de ser.												
26	Não era capaz de enfrentar situações difíceis sem os meus pais.												
27	Os meus pais faziam-me sentir bem comigo própria.												
28	Os meus pais tinham a mania que sabiam sempre o que era melhor para mim.												
29	Pensava que se tivesse de ir estudar para longe dos meus pais, sentir-me-ia perdida.												
30	Eu e os meus pais tínhamos uma relação de confiança.												

(Matos & Costa, 2001a)

Questionário 2

Referência: Código F-000

QVA – Questionário de Vinculação Amorosa

Este questionário descreve diferentes maneiras de as pessoas viverem as relações amorosas. Leia atentamente cada uma das frases e assinale na coluna ao lado, com uma cruz (X), o modo como se sente na relação com o seu companheiro, tendo em conta as seis alternativas que se seguem:

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
1	O meu companheiro respeita os meus sentimentos.				
2	Fico muito nervosa se não o consigo encontrar, quando preciso dele.				
3	O apoio dele não é muito importante para mim. Sei que sou capaz de resolver as coisas sozinha.				
4	Gostava de ser a pessoa mais importante para ele, mas não tenho a certeza se o sou.				
5	O meu companheiro compreende-me.				
6	Só consigo enfrentar situações novas, se ele estiver comigo.				
7	É-me indiferente quando ele prefere passar o tempo com outras pessoas.				
8	Às vezes sinto admiração por ele, outras vezes não.				
9	Fico irritada quando combinamos coisas juntos e ele não pode estar comigo.				
10	Não sei o que me vai acontecer se a nossa relação um dia terminar.				
11	Na minha vida pessoal, a minha relação amorosa é secundária.				
12	Sei que posso contar com o meu companheiro sempre que precisar dele.				
13	Sinto-me posta de lado, quando ele decide passar o tempo com outras pessoas.				
14	Discutir assuntos com ele é uma perda de tempo e não leva a lado nenhum.				
15	Quando não podemos estar juntos, sinto-me abandonada.				
16	Para me sentir bem comigo própria, são mais importantes outras coisas do que o meu companheiro.				
17	Desagrada-me a maneira de ser do meu companheiro.				
18	Sei que, se a minha relação um dia terminar, isso não me vai afetar muito.				
19	Ele dá-me coragem para enfrentar coisas novas.				

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		1	2	3	4	5	6
20	Fico furiosa quando preciso de apoio e não posso contar com o meu companheiro.						
21	Eu e o meu companheiro é como se fossemos um só.						
22	Fico muito nervosa ao pensar que posso perder o meu companheiro.						
23	Prefiro que ele me deixe em paz e não esteja sempre preocupado comigo.						
24	Não gosto de lhe pedir apoio, porque sei que nunca me compreenderia.						
25	Ele tem uma importância decisiva na minha maneira de ser.						
26	Tenho sempre a sensação de que a nossa relação um dia vai terminar.						
27	Sempre achei que, apesar de gostar do meu companheiro, não vou sentir muito a falta dele, se a relação um dia terminar.						
28	Às vezes acho que ele é fundamental na minha vida, outras vezes não.						
29	Confio nele para me apoiar em momentos difíceis da minha vida.						
30	Quando tenho problemas, nem sempre gosto de procurar o meu companheiro.						
31	Tenho dúvidas se sou realmente importante para ele.						
32	Quando não podemos estar juntos, fico sem saber o que fazer.						
33	Quando tenho um problema, só o facto de pensar nele põe-me mais calma.						
34	Não preciso dos cuidados do meu companheiro.						
35	O meu companheiro faz-me sentir bem comigo própria.						
36	Ele desilude-me muitas vezes.						
37	As minhas conversas com ele não me trazem nada de novo.						
38	Quando vou a algum sítio desconhecido, sinto-me melhor se ele for comigo.						
39	Apesar de a minha relação ser importante, muitas vezes sinto-me sozinha.						
40	Quando algo de grave acontece comigo, prefiro não estar perto dele.						
41	Ele não me dá a atenção que eu gostaria.						
42	Ele aceita-me como eu sou.						
43	Apesar de haver coisas que não gosto no meu companheiro, no fundo eu gostaria de ser como ele.						
44	Quando tenho um problema, prefiro ficar sozinha a procurar o meu companheiro.						

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		1	2	3	4	5	6
45	Não fico aborrecida se não pudermos fazer férias juntos.						
46	Gostava que ele me ligasse mais.						
47	Tenho medo de ficar sozinha, se um dia perder o meu companheiro.						
48	As relações terminam sempre; mais vale eu não me envolver.						
49	O meu companheiro só pensa em si próprio.						
50	É fundamental para mim que ele concorde com aquilo que eu penso.						
51	Ele é apenas mais uma das pessoas com quem estou no dia-a-dia.						
52	O meu companheiro incentiva-me a fazer coisas diferentes.						

(Matos & Costa, 2001b)

Questionário 3

Referência: Código F-000

RAS

Relationship Assessment Scale

Por favor, indique assinalando com uma cruz (X) o número que, para cada pergunta, melhor expressa a sua resposta.

1 - Até que ponto é que o seu parceiro corresponde às suas necessidades?

1 Muito mal	2 Mal	3 Medianamente	4 Bem	5 Muito Bem
----------------	----------	-------------------	----------	----------------

2 - De um modo geral, até que ponto está satisfeita com a sua relação?

1 Muito Insatisfeito	2 Insatisfeito	3 Medianamente Insatisfeito	4 Satisfeito	5 Muito Satisfeito
-------------------------	-------------------	--------------------------------	-----------------	-----------------------

3 - Até que ponto a sua relação é boa, em comparação com a maioria das relações?

1 Muito Má	2 Má	3 Mediana	4 Boa	5 Muito Boa
---------------	---------	--------------	----------	----------------

4 - Com que frequência deseja não se ter envolvido nesta relação?

1 Nunca	2 Raramente	3 Às Vezes	4 Quase Sempre	5 Sempre
------------	----------------	---------------	-------------------	-------------

5 - Até que ponto é que a sua relação tem correspondido às suas expetativas iniciais?

1 Nada	2 Pouco	3 Medianamente	4 Muito	5 Completamente
-----------	------------	-------------------	------------	--------------------

6 - Com que intensidade ama o seu parceiro?

1 Muito Pouco	2 Pouco	3 Medianamente	4 Muito	5 Muitissimo
------------------	------------	-------------------	------------	-----------------

Quantos problemas existem na sua relação?

1 Muito Poucos	2 Poucos	3 Alguns	4 Muitos	5 Imensos
-------------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Versão original de Hendrick (1988). Versão Portuguesa de Santos, Feijão e Mesquita (2000)

Questionário 4

Referência: Código F-000

SWLS Satisfaction With Life Scale

Mais abaixo encontrará cinco afirmações relativas ao modo como encara a sua vida, com as quais poderá concordar ou discordar. Usando a escala de **1 a 5** que se segue, indique o seu grau de acordo com cada item, preenchendo o espaço que melhor traduza a sua opinião. A escala é a seguinte:

- 1- Discordo muito**
- 2- Discordo um pouco**
- 3- Não concordo nem discordo**
- 4- Concordo um pouco**
- 5- Concordo muito**

		1	2	3	4	5
1	A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse.					
2	As minhas condições de vida são muito boas.					
3	Estou satisfeita com a minha vida.					
4	Até agora, tenho conseguido as coisas mais importantes da vida que eu desejava.					
5	Se pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.					

Versão original de Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985).
Versão Portuguesa de Simões (2002).

Obrigada por ter colaborado.

Referência: Código M-000

Questionário de Variáveis Sociodemográficas

Os Questionários que se seguem destinam-se à recolha de dados para tratamento estatístico, com vista à elaboração de um estudo intitulado “Vinculação em casais adultos e sua relação com os respetivos estilos de vinculação parental”, cujo objetivo é analisar as relações amorosas e as relações parentais em casais adultos, bem como o nível de satisfação com a relação e com a própria vida.

Estes questionários estão testados e validados para a população portuguesa, são Anónimos e Confidenciais – ***não escreva o seu nome em nenhum local do questionário.*** A recolha de dados é composta por 4 questionários de preenchimento fácil e cuja duração está estimada em ***cerca de 25 minutos***, solicitando que **responda a todas as questões** sem exceção e que **não mostre as suas respostas à sua parceira**.

Não existem respostas certas ou erradas, pelo que contamos com a sua sinceridade no preenchimento, agradecendo desde já a sua colaboração.

Antes de iniciar as respostas aos Questionários propriamente ditos, solicitamos que nos indique alguns dados de caracterização:

Sexo (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta):

- Masculino
- Feminino

Data de Nascimento: ____/____/____ (DD/MM/AAAA)

Local onde vive: _____

Proveniência Familiar durante o seu crescimento: (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta)

- Família Intacta (Pai e Mãe juntos): ____
- Família Separada (Pai e Mãe separados) ____

Tem irmãos? (Assinale com uma cruz (X) se a sua resposta for negativa)

- Se Sim, Quantos? ____
- Não:

Escolaridade (Básico, Secundário ou Superior): _____

Profissão: _____

Caracterização da Relação. Por favor Indique:

1) Tempo total da relação: _____ anos e _____ meses

2) Há quanto tempo vivem juntos: _____ anos e _____ meses

3) Tipo de Relação (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta) :

- Casamento Católico:
- Casamento só pelo Registo:
- União de Facto:

4) Existem filhos do casal ou de relações anteriores? (Assinale com uma cruz (X) a sua resposta):

- Sim
- Não

Referência: Código M-000

Questionário 1

QVPM

Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe

Neste questionário vai encontrar um conjunto de afirmações sobre as relações familiares. Leia atentamente e assinale com uma cruz (X) quais as respostas que melhor exprimem o modo como se sentia com cada um dos seus pais. Ainda que os seus pais sejam vivos, pedimos-lhe que se reporte sobretudo ao tempo em que vivia com eles. Responda em colunas para o pai e para a mãe, tendo em conta as seis alternativas que se seguem e assinalando com uma cruz (X) a sua opção:

	Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

PAI						MÃE					
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		PAI						MÃE					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
13	Os meus pais preocupavam-se demasiado comigo e intrometiam-se onde não eram chamados.												
14	Em muitas coisas eu admirava os meus pais.												
15	Eu e os meus pais era como se fôssemos um só.												
16	Em minha casa era problema eu ter gostos diferentes dos dos meus pais.												
17	Apesar dos meus conflitos com os meus pais, tinha orgulho neles.												
18	Os meus pais eram as únicas pessoas importantes na minha vida.												
19	Discutir assuntos com os meus pais era uma perda de tempo e não levava a lado nenhum.												
20	Sei que podia contar com os meus pais sempre que precisasse deles.												
21	Fazia tudo para agradar aos meus pais.												
22	Os meus pais dificilmente me davam ouvidos.												
23	Os meus pais tiveram um papel importante no meu desenvolvimento.												
24	Tinha medo de ficar sozinha se um dia perdesse os meus pais.												
25	Os meus pais abafavam a minha verdadeira forma de ser.												
26	Não era capaz de enfrentar situações difíceis sem os meus pais.												
27	Os meus pais faziam-me sentir bem comigo própria.												
28	Os meus pais tinham a mania que sabiam sempre o que era melhor para mim.												
29	Pensava que se tivesse de ir estudar para longe dos meus pais, sentir-me-ia perdida.												
30	Eu e os meus pais tínhamos uma relação de confiança.												

(Matos & Costa, 2001a)

Referência: Código M-000

Questionário 2

QVA – Questionário de Vinculação Amorosa

Este questionário descreve diferentes maneiras de as pessoas viverem as relações amorosas. Leia atentamente cada uma das frases e assinale na coluna ao lado, com uma cruz (X), o modo como se sente na relação com a sua companheira, tendo em conta as seis alternativas que se seguem:

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		1	2	3	4	5	6
1	A minha companheira respeita os meus sentimentos.						
2	Fico muito nervoso se não a consigo encontrar, quando preciso dela.						
3	O apoio dela não é muito importante para mim. Sei que sou capaz de resolver as coisas sozinho.						
4	Gostava de ser a pessoa mais importante para ela, mas não tenho a certeza se o sou.						
5	A minha companheira compreende-me.						
6	Só consigo enfrentar situações novas, se ela estiver comigo.						
7	É-me indiferente quando ela prefere passar o tempo com outras pessoas.						
8	Às vezes sinto admiração por ela, outras vezes não.						
9	Fico irritado quando combinamos coisas juntos e ela não pode estar comigo.						
10	Não sei o que me vai acontecer se a nossa relação um dia terminar.						
11	Na minha vida pessoal, a minha relação amorosa é secundária.						
12	Sei que posso contar com a minha companheira sempre que precisar dela.						
13	Sinto-me posto de lado, quando ela decide passar o tempo com outras pessoas.						
14	Discutir assuntos com ela é uma perda de tempo e não leva a lado nenhum.						
15	Quando não podemos estar juntos, sinto-me abandonado.						
16	Para me sentir bem comigo próprio, são mais importantes outras coisas do que a minha companheira.						
17	Desagrada-me a maneira de ser da minha companheira.						

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		1	2	3	4	5	6
18	Sei que, se a minha relação um dia terminar, isso não me vai afetar muito.						
19	Ela dá-me coragem para enfrentar coisas novas.						
20	Fico furioso quando preciso de apoio e não posso contar com a minha companheira.						
21	Eu e a minha companheira é como se fôssemos um só.						
22	Fico muito nervoso ao pensar que posso perder a minha companheira.						
23	Prefiro que ela me deixe em paz e não esteja sempre preocupada comigo.						
24	Não gosto de lhe pedir apoio, porque sei que nunca me compreenderia.						
25	Ela tem uma importância decisiva na minha maneira de ser.						
26	Tenho sempre a sensação de que a nossa relação um dia vai terminar.						
27	Sempre achei que, apesar de gostar da minha companheira, não vou sentir muito a falta dela se a relação um dia terminar.						
28	Às vezes acho que ela é fundamental na minha vida, outras vezes não.						
29	Confio nela para me apoiar em momentos difíceis da minha vida.						
30	Quando tenho problemas, nem sempre gosto de procurar a minha companheira.						
31	Tenho dúvidas se sou realmente importante para ela.						
32	Quando não podemos estar juntos, fico sem saber o que fazer.						
33	Quando tenho um problema, só o facto de pensar nela põe-me mais calmo.						
34	Não preciso dos cuidados da minha companheira.						
35	A minha companheira faz-me sentir bem comigo próprio.						
36	Ela desilude-me muitas vezes.						
37	As minhas conversas com ela não me trazem nada de novo.						
38	Quando vou a algum sítio desconhecido, sinto-me melhor se ela for comigo.						
39	Apesar de a minha relação ser importante, muitas vezes sinto-me sozinho.						
40	Quando algo de grave acontece comigo, prefiro não estar perto dela.						
41	Ela não me dá a atenção que eu gostaria.						
42	Ela aceita-me como eu sou.						

Discordo Totalmente 1	Discordo 2	Discordo Moderadamente 3	Concordo Moderadamente 4	Concordo 5	Concordo Totalmente 6
-----------------------------	---------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------	-----------------------------

		1	2	3	4	5	6
43	Apesar de haver coisas que não gosto na minha companheira, no fundo eu gostaria de ser como ela.						
44	Quando tenho um problema, prefiro ficar sozinho a procurar a minha companheira.						
45	Não fico aborrecido se não pudermos fazer férias juntos.						
46	Gostava que ela me ligasse mais.						
47	Tenho medo de ficar sozinho, se um dia perder a minha companheira.						
48	As relações terminam sempre; mais vale eu não me envolver.						
49	A minha companheira só pensa em si própria.						
50	É fundamental para mim que ela concorde com aquilo que eu penso.						
51	Ela é apenas mais uma das pessoas com quem estou no dia-a-dia.						
52	A minha companheira incentiva-me a fazer coisas diferentes.						

(Matos & Costa, 2001b)

Referência: Código M-000

Questionário 3

RAS

Relationship Assessment Scale

Por favor, indique assinalando com uma cruz (X) o número que, para cada pergunta, melhor expressa a sua resposta.

1 - Até que ponto é que a sua parceira corresponde às suas necessidades?

1 Muito mal	2 Mal	3 Medianamente	4 Bem	5 Muito Bem
----------------	----------	-------------------	----------	----------------

2 - De um modo geral, até que ponto está satisfeito com a sua relação?

1 Muito Insatisfeito	2 Insatisfeito	3 Medianamente Insatisfeito	4 Satisfeito	5 Muito Satisfeito
-------------------------	-------------------	--------------------------------	-----------------	-----------------------

3 - Até que ponto a sua relação é boa, em comparação com a maioria das relações?

1 Muito Má	2 Má	3 Mediana	4 Boa	5 Muito Boa
---------------	---------	--------------	----------	----------------

4 - Com que frequência deseja não se ter envolvido nesta relação?

1 Nunca	2 Raramente	3 Às Vezes	4 Quase Sempre	5 Sempre
------------	----------------	---------------	-------------------	-------------

5 - Até que ponto é que a sua relação tem correspondido às suas expetativas iniciais?

1 Nada	2 Pouco	3 Medianamente	4 Muito	5 Completamente
-----------	------------	-------------------	------------	--------------------

6 - Com que intensidade ama a sua parceira?

1 Muito Pouco	2 Pouco	3 Medianamente	4 Muito	5 Muitissimo
------------------	------------	-------------------	------------	-----------------

7 - Quantos problemas existem na sua relação?

1 Muito Poucos	2 Poucos	3 Alguns	4 Muitos	5 Imensos
-------------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Versão original de Hendrick (1988). Versão Portuguesa de Santos, Feijão e Mesquita (2000)

Referência: Código M-000

Questionário 4

**SWLS
Satisfaction With Life Scale**

Mais abaixo encontrará cinco afirmações relativas ao modo como encara a sua vida, com as quais poderá concordar ou discordar. Usando a escala de **1 a 5** que se segue, indique o seu grau de acordo com cada item, preenchendo o espaço que melhor traduza a sua opinião. A escala é a seguinte:

- 1- Discordo muito**
- 2- Discordo um pouco**
- 3- Não concordo nem discordo**
- 4- Concordo um pouco**
- 5- Concordo muito**

		1	2	3	4	5
1	A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse.					
2	As minhas condições de vida são muito boas.					
3	Estou satisfeito com a minha vida.					
4	Até agora, tenho conseguido as coisas mais importantes da vida que eu desejava.					
5	Se pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.					

Versão original de Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985).
Versão Portuguesa de Simões (2002).

Obrigada por ter colaborado.