

JANINE NAIA ESTENAGA BARRETO

**A INFLUÊNCIA DA VINCULAÇÃO NOS ESTILOS
DE AMOR EM ADULTOS**

Orientador: Professor Doutor José de Almeida Brites

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2014

JANINE NAIA ESTENAGA BARRETO

**A INFLUÊNCIA DA VINCULAÇÃO NOS ESTILOS
DE AMOR EM ADULTOS**

Dissertação apresentada para obtenção do grau de
Mestre em Psicologia, Aconselhamento e
Psicoterapias, conferido pela Universidade
Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Orientador: Professor Doutor José de Almeida
Brites

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2014

“Quando era criança, a minha avó contava-me que Deus dividiu laranjas a meio e espalhou-as pelo mundo. Estas metades de laranja simbolizavam o homem e a mulher, e o mais difícil era cada um encontrar a outra metade que a completaria, para formar um todo. Eu, então, perguntava-lhe como cada um sabia que aquela era a sua metade, ao que ela me respondia... é o amor...”

Costa, 2005 (pp. 9)

Dedicatória

Aos meus Pais e Irmãos, que nunca me exigiram nada, mas que esperaram sempre o melhor de mim, por sempre partilharem comigo as vitórias e me consolarem nas derrotas, foi graças a eles que consegui ter as condições necessárias para conseguir prosseguir com a caminhada.

À Mestre Rita Lobo pela dedicação e partilha de conhecimentos que abriram os meus horizontes, e pelo exemplo de excelente profissionalismo, uma pessoa única que nos tempos que correm difícil de encontrar e impossíveis de esquecer.

Pessoas importantes passam pelas nossas vidas e deixam em nós, impressas as impagáveis marcas da saudade!

A eles o meu sincero carinho de obrigada!

Agradecimentos

Ao finalizar este percurso tão importante da minha vida queria expressar o meu agradecimento a todos aqueles que estiveram presentes e me apoiaram nesta caminhada e que, direta ou indiretamente tornaram possível a realização deste trabalho.

Ao Professor Doutor José de Almeida Brites meu orientador, pelas suas críticas construtivas, paciência aprazível, disponibilidade e por me ter impulsionado nos momentos finais e difíceis da entrega da Tese.

À minha amiga Filipa Patrão a amizade, presença, partilha e por estar sempre e em todos os momentos ao meu lado.

Aos meus amigos Paula Correia, João Sabino, Ricardo Matias, João Caldeira, Fernando Lourenço e Sónia Silva pela sua paciência e amizade.

Aos meus colegas de Gabinete, pela sua compreensão nas minhas ausências para cumprir presencialmente o meu Seminário de Investigação e que de alguma forma desejaram que eu terminasse este trabalho com sucesso.

Ao meu amigo Ricardo Gouveia que me transmite sempre motivação, inspiração e força com as suas doces palavras e que em momentos menos bons soube-me sempre transmitir confiança, com a sua calma que lhe é característica.

Ao Filipe Santos pela partilha dos sentimentos mais nobres, por toda a força e convicção com que acreditou em mim.

Ao meu amigo André Ottone, pela sua amizade e empenho, num momento crucial da minha vida.

À minha amiga Susana Roque pelos momentos de partilha, pelo apoio, compreensão, carinho, força, alento e auxílio na minha vida pessoal, profissional e académica.

Aos professores com quem me cruzei, em especial ao Professor Doutor Edgar Pereira pela partilha, pela forma tão especial de comunicar e transmitir os seus conhecimentos e ideias, aos meus Amigos em geral por compreenderem a minha ausência e sempre disponíveis a darem-me força para cumprir o meu objetivo.

Aos meus colegas de Mestrado pela simpatia e camaradagem.

O meu mais sincero Obrigada a todos!

Resumo

O amor e em especial os relacionamentos amorosos têm vindo progressivamente a desenvolver um interesse crescente por parte de investigadores e estudiosos que se dedicam à área das relações humanas.

Os estudos têm apontado que a manifestação do amor é um ponto fulcral para o bem-estar físico e psicológico do ser humano. Nesta linha de pensamento, e motivada pela escassez de estudos no âmbito desta temática, o presente trabalho procura compreender as associações entre a vinculação e os estilos de amor em adultos.

Participaram 107 estudantes universitários de ambos os géneros, com uma média de idades de 27,6 anos (DP=7,6 anos). Dos resultados não foram encontradas diferenças significativas nos estilos de amor, nos tipos de vinculação adquirida pelo adulto, nem no que concerne à relação entre amor e vinculação.

Estudos devem continuar a incidir sobre a investigação nesta área de forma a serem promovidos conhecimentos mais abrangentes que permitam uma intervenção mais eficaz.

Palavras-chave: Vinculação; Estilos de amor; Adultos

Abstract

The love and especially love relationships has progressively develop a growing interest by researchers and scholars who devote to the area of human relations. Studies have shown that the expression of love is a focal point for physical and psychological well-being of human beings. In line with this, and motivated by the scarcity of studies under this theme, this paper seeks to understand the associations between attachment and styles of love.

This is an observational / descriptive study. The sample consisted of 107 university students of both sexes, the central region of the country. The results obtained were no significant differences in love styles, with regard to the types of linkage acquired by adult, or concerning the relationship between love and attachment. Studies should continue to focus on research in this area in order to be promoted more comprehensive knowledge for a more effective intervention.

Keywords: Association; Styles of love; grown ups

Índice

Introdução	12
Capítulo 1 – Vinculação	14
1.1. Teoria da Vinculação	14
1.2. Comportamentos Perturbados da Vinculação	15
1.3. Teoria da Vinculação	19
1.4. Vinculação ao par romântico	21
Capítulo 2 – Estilos de Amor	23
2.1. Tipos de Amor	23
2.2. Teorias sobre o amor	23
2.2.1. Teoria Triangular do Amor	23
2.2.2. Estilos de amor - John Lee	25
2.3. Relações românticas e a relação com a vinculação	28
Capítulo 3- Teoria da Aceitação/Rejeição	34
3.1. Teoria da aceitação Rejeição Interpessoal	34
3.2. Aceitação- Rejeição do par amoroso	36
Capítulo 4 - Estudo Empírico	38
4.1. Metodologia	38
4.2. Desenho da Investigação	38
4.3. Objetivos	38
4.3.1. Variáveis em estudo	39
4.3.2. Hipóteses de investigação	39
4.4. Participantes	39
4.5. Caracterização da relação amorosa na amostra em estudo	41
4.6. Instrumentos	41
4.6.1. Vinculação – Escala da Vinculação do Adulto (EVA)	41
4.6.2. Amor- Love Attitudes Scale (LAS – SF)	42
4.7. Procedimento	43

Capítulo 5 – Resultados	44
Capítulo 6 – Discussão dos Resultados	50
Conclusão	55
Referências Bibliográficas	57
Anexos	
Anexo I - Escala de Vinculação do Adulto (EVA)	
Anexo II - Escala de atitudes em relação ao amor - Love Attitudes Scale (LAS – SF)	

Índice de Abreviaturas

APA - American Psychological Association

BEIP - Bucharest Early Intervention Project

DSM- IV-TR- Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais

EVA- Escala de Vinculação do adulto

ICD-10 – International Classification of Diseases

WHO – Organização Mundial de Saúde

LAS- Escala de atitudes em relação ao amor

OMS - Organização Mundial da Saúde

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Caraterização sociodemográfica da amostra	40
Tabela 2 - Caraterização da história da relação amorosa na amostra em estudo	41
Tabela 3 – Grau de satisfação e duração da relação	41
Tabela 4 – Estatísticas descritivas: EVA	44
Tabela 5 – Estilos de Vinculação	44
Tabela 6 – Média e Desvio Padrão dos Estilos de Amor	45
Tabela 7 – Matriz de Correlação entre Tipos de Vinculação e Estilos de Amor	45
Tabela 8 – Diferenças de Médias entre Géneros nos Estilos de Amor	46
Tabela 9 - Análise de variância Anova por tipo de relacionamento nos Estilos de Amor	46
Tabela 10 – Satisfação vs Estilos de Amor	47
Tabela 11 – Teste Significância das diferenças: Vinculação e Estilos de Amor	47

Introdução

Os estudos de Bowlby sobre a teoria da vinculação têm motivado inúmeros investigadores a procurar compreender o impacto da privação de cuidados parentais no desenvolvimento humano (Boris & Zeanah, 1999; O'Connor, Bredenkamp, Rutter, 1999; Zeanah, Smyke, Koga & Carlson 2005).

Segundo Bowlby, a ausência precoce de cuidados maternos estará relacionada com trajetórias de vida desfavoráveis, dado que as crianças se encontram impossibilitadas de dirigir os seus comportamentos de vinculação para uma figura adulta específica e capaz de, em resposta aos seus sinais, suprimir as suas necessidades de afeto e conforto (Bowlby, 1969,1984).

Nesta perspetiva, o aumento de estudos centrados nesta temática, tem enfatizado o efeito negativo das experiências de privação no desenvolvimento infantil (Provence & Lipton, 1962; O'Connor, et al., 1999; Zeanah, et al., 2005). Na sua generalidade, estas e outras investigações têm documentado sequelas ao nível do desenvolvimento cognitivo, social e comportamental (Pereira, 2008). Adicionalmente, os estudos têm apontado para as especificidades ocorridas nas interações entre pais e filhos e a forma como estas interações e os estilos de vinculação determinam em grande medida as particularidades dos estilos de vinculação amorosa do adulto. A literatura tem, ainda, demonstrado que as relações afetivas íntimas são uma necessidade central e fundamental em todas as culturas, que se manifesta através de um conjunto de comportamentos, cognições e emoções. No que concerne à relação existente entre a vinculação e as relações amorosas, a literatura tem ainda enfatizado que os processos de vinculação nos adultos que experienciam uma relação romântica se caracteriza essencialmente pela procura de intimidade e consolidação da identidade (Reis, 2007). Nesta linha de pensamento, Canavarro (1999) menciona que nos relacionamentos amorosos, apesar de existir a sensação de segurança (devido à perceção de disponibilidade emocional por parte do par amoroso) esta não segue o mesmo percurso característico da relação de vinculação. Para Lima, Vieira e Sores (2003) as relações construídas com a figura de vinculação, numa idade mais precoce, podem ser compreendidas como prototípicas nas relações de intimidade vivenciadas na idade adulta. Assim, os relacionamentos amorosos definem-se essencialmente pela necessidade de proximidade física e afetiva entre os parceiros. Os processos de vinculação entre adultos

numa relação amorosa revelam a predominância de cada uma destas necessidades, existindo contudo uma variação no grau em que os sujeitos se desejam e procuram tanto a proximidade afetiva como a proximidade física (Fraley, 2007).

Assim, com esta investigação pretende-se contribuir para a análise da vinculação nas relações amorosas na idade adulta. A pertinência deste estudo deve-se à prevalência “alarmante” e consequências para a saúde física e mental na fase em que as relações de intimidade se iniciam (Echeburúa & Corral, 2008). Apesar de esta ser uma temática bastante atual e de enorme pertinência o que é fato é que a vinculação e o amor que respeita a jovens adultos portugueses têm sido pouco abordados, pelo que os estudos científicos neste âmbito são essenciais para um melhor conhecimento.

O trabalho que se segue encontra-se organizado em duas partes. A primeira, onde é feito o enquadramento teórico, é composta por duas partes, que estiveram na base deste estudo: (i) vinculação e (ii) relações de vinculação e estilos de amor. A segunda parte, por sua vez, compreende o estudo empírico que contém os aspetos metodológicos, objetivos e desenho do estudo, hipóteses de investigação, instrumentos utilizados, procedimento, caracterização da amostra, e os resultados alcançados. Por fim, é apresentada a discussão dos resultados, bem como uma conclusão acerca dos resultados obtidos e das implicações deste estudo.

Capítulo 1 - Vinculação

Situando-se o presente estudo no âmbito das relações amorosas, consideramos que a vinculação constituirá neste contexto um quadro concetual adequado, para se proceder à compreensão do modo como o tipo de relação é influenciada pela forma como o ser Humano estabelece os laços emocionais. Nesta perspetiva, a teoria da vinculação consiste num vasto campo de estudos e investigações. Assim, e devido à necessidade de simplificar e também resumir os aspetos mais relevantes nesta área, procedemos à descrição dos principais contributos e, por fim, às implicações da teoria e os seus contributos para o estudo.

1.1. Teoria da Vinculação

A teoria da vinculação remonta às observações ocasionais levadas a cabo por Bowlby sobre os efeitos que a privação dos cuidados exercia sobre o desenvolvimento. Nesta perspetiva, a teoria da vinculação, tem como principal objetivo a análise e compreensão do vínculo que se estabelece entre a criança e a figura prestadora de cuidados.

A teoria da vinculação assume-se como uma das mais importantes teorias sobre o desenvolvimento emocional, cuja pertinência se estende até aos nossos dias (Soares, 2002). No entender de Soares (2002) a teoria da vinculação assenta sobretudo no modo como a criança procede à ativação emocional e em função desta, regulariza o comportamento de aproximação à figura de vinculação e, conseqüentemente, à exploração do meio ambiente. Bowlby levou a cabo estudos com crianças, cujo objetivo foi compreender o efeito que a separação à figura materna exerce sobre o desenvolvimento da criança. Os resultados da sua investigação demonstram que uma criança de seis meses que se encontre privada do contato com a sua mãe, por um longo período de tempo, tende a manifestar comportamentos muito caraterísticos (dificuldades de contacto, relacionamento, comunicação e empatia) sendo estes bastante diferenciados (Soares, 1999)

Como resultado, Bowlby assumiu que a variável responsável por estes comportamentos atípicos, tinha que ver com a ausência da figura materna, potenciando danos na relação. Este atribui especial importância ao vínculo que a criança estabelece com a sua mãe, no que concerne à consistência e necessidade dos cuidados prestados (Kobak 1999). Perante os resultados obtidos e as conclusões a que chega com o seu estudo Bowlby (1984) considera que durante o primeiro ano de vida, a criança começa a desenvolver uma

relação privilegiada com uma figura específica que frequentemente e de forma continuada lhe presta os cuidados básicos, para a satisfação das suas necessidades. A criança dirige, o seu comportamento para o adulto em função do cuidado e apoio que este lhe presta, surgindo o conceito e figura de vinculação (Soares, 2007).

O conceito vinculação diz assim respeito à ligação afetiva que persiste no tempo e no espaço, e que se dá entre a criança e a figura de vinculação, na qual esta última é percebida como um ser único e insubstituível (Ainsworth, 1989). Martins (2007) considera que a teoria da vinculação, sintetiza um quadro teórico que permite compreender os padrões de resposta e de funcionamento, passíveis de serem identificados na infância, permitindo tirar ilações sobre o desenvolvimento adaptativo e desadaptativo.

Para Bowlby (1984) a vinculação encontra-se presente ao longo de todo o ciclo vital, constituindo a base para o desenvolvimento futuro do sujeito, tornando-se num elemento vital de toda a existência Humana.

1.2. Comportamentos Perturbados da Vinculação

Investigadores e clínicos têm vindo a sugerir que a exposição precoce a experiências disruptivas nos cuidados primários parentais pode comprometer o desenvolvimento adaptado da criança em áreas diversas, nomeadamente ao nível do crescimento físico, do desenvolvimento cognitivo e socioemocional (Van Ijzendoorn & Juffer, 2006).

Atualmente, o vínculo que a criança estabelece com os seus cuidadores vai para além das satisfações das suas necessidades básicas. A vinculação é tida para muitos autores, (Bowlby, 1951; Collins e Read, 1990; Soares, 2007) como um laço afetivo que proporciona à criança conforto e segurança na relação com o adulto. Não pretendendo uma revisão extensa sobre estes trabalhos, procuramos enfatizar os estudos que consideramos mais pertinentes na compreensão da Vinculação e Relação Amorosa.

De acordo com Bowlby (1951), e no âmbito de um estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS), a privação precoce de cuidados parentais adequados pode contribuir em parte para que não esteja salvaguardada a oportunidade da criança para estabelecer um vínculo estável com um prestador de cuidados. De acordo com o autor, a criança, quando privada precocemente dos cuidados maternos, poderá deixar de sorrir ou de reagir perante as iniciativas do adulto (Bowlby, 1981). Adicionalmente, quando a separação é prolongada no tempo, a criança poderá tender a ser emocionalmente retraída e

isolada, não conseguindo assim estabelecer relações afetivas saudáveis tanto com crianças como com adultos (Bowlby, 1981).

Na sequência destes estudos, Tizard e seus colaboradores, durante os anos 70, levaram a cabo vários estudos, com vista a analisar a relação entre a qualidade dos cuidados e o desenvolvimento da criança. Tizard e Tizard (1974) compararam crianças institucionalizadas e não institucionalizadas que viviam em famílias nucleares, tendo revelado que as primeiras apresentavam dificuldades mais acentuadas na construção de uma relação seletiva com um prestador de cuidados, quer em idade pré-escolar quer escolar. Estas investigações, apesar das limitações metodológicas, alertaram a comunidade científica para os efeitos negativos da institucionalização no desenvolvimento da criança. Na verdade, estes autores foram, desta forma, os primeiros a descreverem um conjunto de comportamentos atípicos observados em crianças que se encontravam privadas de cuidados, designadamente a ausência de comportamentos discriminados e de reciprocidade nas relações sociais, contribuindo para a determinação dos efeitos negativos dos cuidados no desenvolvimento da criança.

Nos últimos 20 anos surgiu um interesse renovado sobre o estudo dos efeitos da privação de cuidados no desenvolvimento da criança, com particular enfoque nas dificuldades de construção de uma relação seletiva com um prestador de cuidados. Vários autores (Ainsworth, 1989; Soares, 2000; Zeanah, Smyke, Koga & Carlson, 2005) referem que a separação precoce da mãe pode conduzir a danos psicológicos duradouros. Bowlby, em consonância com as perspetivas já descritas, considera que qualquer perturbação da vinculação inicial (mãe - bebé) fará com que no futuro esta criança seja um adulto mais inseguro. A separação é considerada psicologicamente perigosa, uma vez que, a continuidade da relação da criança com a figura de vinculação é um elemento fundamental para a saúde mental (Bowlby, 1973, cit in Gleitman, Fridlund & Reisberg, 2007).

Por outro lado, a privação de cuidados durante a infância tem vindo a ser associada a perturbações graves de vinculação, nomeadamente na capacidade de organização de uma relação seletiva com um cuidador (Zeanah, Smyke, Koga, & Carlson, 2005). Neste âmbito, Zeanah et al, (2005) constataram a presença de uma vinculação desorganizada em 66% de crianças que se viram privadas dos cuidados básicos fisiológicos.

Adicionalmente, outros estudos empíricos têm vindo a evidenciar que estas crianças revelam índices significativamente mais elevados de comportamentos perturbados

de vinculação, em particular de tipo indiscriminado, quando comparadas com crianças que sempre tiveram os cuidados adequados junto das suas famílias (O'Connor & Zeanah, 2003). A este nível, importa mencionar o Bucharest Early Intervention Project (BEIP; Zeanah et al., 2003), um estudo longitudinal levado a cabo com base numa amostra randomizada de crianças Romenas privados de cuidados parentais que posteriormente foram integradas em famílias de acolhimento. De acordo com o BEIP, as crianças que permanecerem sem cuidados parentais revelavam mais comportamentos perturbados de vinculação do que as crianças integradas em famílias (Zeanah et al., 2005). Um estudo levado a cabo em Portugal com crianças institucionalizadas, com idades compreendidas entre os 12 e os 30 meses, demonstrou que 46,4% das crianças apresentam comportamentos do tipo indiscriminado (dificuldade na socialização) 26,8% apresentam do tipo inibido e 26,8% manifestam comportamentos de distorção de base segura (Silva, 2011).

A vinculação tem sido objeto de inúmeros estudos, não se limitando somente aos primeiros anos de vida do ser Humano (Soares, 2002). Contudo, como constatamos através da pesquisa bibliográfica e dos estudos longitudinais mencionados, as alterações de vida podem efetivamente conduzir a alterações na organização da vinculação. Nesta linha de pensamento, os estudos demonstram que os problemas relacionados com a vinculação, não ocorrem apenas na infância como é o caso dos problemas que podem advir com os cuidadores ou com figuras de referência mais próximas devido à mudança nas relações sociais. Existem estudos que mostram que o desenvolvimento a nível cognitivo e emocional também pode provocar alterações na qualidade da vinculação (Cicchetti, 1990). Resultados de estudos longitudinais de Sroufe (1983) e Elicker, Englund e Sroufe (1992) mostraram que crianças com vinculação segura às suas mães têm relações mais satisfatórias com os seus irmãos, amigos e, mais tarde, com os companheiros românticos (Berlin, Zeanah, & Lieberman, 2008). Por outro lado, como constatamos, a “desorganização” da vinculação na infância poderá ser considerada um preditor de psicopatologia (Lyons-Ruth & Jacobvitz, 2008).

Os sistemas de nosologia amplamente utilizados no âmbito das perturbações psiquiátricas (DSM-IV-TR, American Psychiatric Association, 2002; e ICD-10, WHO, 2007) descrevem os comportamentos perturbados de vinculação como uma perturbação associada a cuidados patogénicos, incluindo a negligência ao nível das necessidades emocionais e físicas da criança e as mudanças frequentes de cuidadores. Em particular, de

acordo com o Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM- IV-TR; APA, 2002), a perturbação de vinculação (i.e., Perturbação Reativa de Vinculação da Primeira Infância e Início da Segunda Infância) é um distúrbio que se caracteriza por relações sociais inadequadas tendo em consideração o nível de desenvolvimento da criança, iniciando-se antes dos 5 anos de idade, e podendo ser de um ou de dois subtipos – indiscriminado ou inibido.

O tipo indiscriminado desta perturbação define-se sobretudo pela incapacidade no estabelecimento de vínculos seletivos adequados. Observam-se vinculações difusas e sociabilidade indiscriminada que se caracteriza pela falta de seletividade na escolha das figuras de vinculação (APA, 2002; Soares, 2007). O tipo inibido, por sua vez, caracteriza-se pela incapacidade da criança em estabelecer e manter relações sociais adequadas, manifestando-se em respostas inibidas, contraditórias ou hipervigilantes. Estas crianças apresentam dificuldades em recorrer às figuras cuidadoras em busca de conforto em momentos mais exigentes, bem como, dificuldades a nível da regulação emocional (APA, 2002).

O tipo indiscriminado parece ser mais frequente do que o tipo inibido em contexto institucional, o que pode ser indicador de diferentes etiologias e fenótipos (O'Connor & Zeanah, 2003). Na verdade, de acordo com Johnson et al. (2006), apenas um estudo, num total de 12 estudos analisados pelos autores, não relatava a presença de indicadores de comportamentos perturbados de vinculação de tipo indiscriminado em crianças em acolhimento institucional, e que em 9 desses estudos existiam diferenças significativas ao nível dos comportamentos indiscriminados entre crianças com história de institucionalização e crianças da comunidade, apresentando estas últimas resultados mais favoráveis. Neste sentido, autores (Gleason & Zeanah, 2011) argumentaram que estes dois subtipos parecem ser antes perturbações distintas do que diferentes manifestações da mesma perturbação.

Nesta linha, a Associação Americana de Psiquiatria (DSM-5; 2013) vem sugerir a separação do tipo indiscriminado e inibido em perturbações distintas. Assim sendo, a anterior Perturbação Reativa de Vinculação de tipo indiscriminado é agora denominada por Disinhibited Social Engagement Disorder, enquanto os comportamentos perturbados de vinculação de tipo inibido enquadram-se, no DSM-5, na Perturbação Reativa de Vinculação. Esta última caracteriza-se por dificuldades persistentes para iniciar e responder

à maior parte das interações sociais de modo adequado, tendo em consideração o nível de desenvolvimento da criança.

Como averiguamos, a teoria e investigação levada a cabo no âmbito da vinculação, engloba todo o desenvolvimento Humano. Assim e com o objetivo de enquadrar, do ponto de vista teórico e empírico, o nosso trabalho, centramo-nos, nos pontos que se seguem, na vinculação na idade adulta.

1.3. Vinculação nos adultos

A capacidade que o ser Humano possui, para conseguir preservar as suas capacidades de adaptação ao mundo que o rodeia e utilizar os recursos internos para fazer frente aos obstáculos e contrariedades com que se depara, ao longo do seu desenvolvimento, depende fundamentalmente da relação de segurança e de apego que este estabeleceu com as figuras de referência, no decorrer da sua infância e na fase da adolescência. Segundo Soares (2002) existem várias razões para que a vinculação sofra alterações ao longo do ciclo vital, entre as quais podemos mencionar: o perigo que surge na primeira infância, enquanto a criança desenvolve as suas competências, para se proteger e a insegurança que pode advir, numa idade mais tardia, na relação com os outros, nomeadamente com o par amoroso. Nesta linha de pensamento, o autor supracitado, considera que, no início da adolescência a relação que o sujeito estabelece com o grupo de pares, é encarado de forma distinta, visto que é no grupo de pares que o sujeito encontra o conforto e apoio psicológico, em situações adversas que lhe provocam ansiedade. West e Keller (1994) corroboram a ideia anteriormente apresentada, e mencionam que para entendermos a vinculação na idade adulta temos de ter consciência da semelhança entre a vinculação na infância e a vinculação ao longo do ciclo vital. No que concerne à semelhança Bowlby (1982) menciona que a vinculação que se estabelece na idade adulta é idêntica à vinculação na infância, não existindo assim grandes diferenças nas relações que se estabelecem entre a criança e a figura que lhe presta cuidados e as relações do adulto com o grupo de pares e com o par amoroso.

No que diz respeito às diferenças entre a vinculação na infância e na idade adulta, Weiss (1982, cit in Soares, 2002) menciona que a vinculação no adulto se caracteriza essencialmente pela relação que o sujeito estabelece com o grupo de pares, ou seja, o sujeito continua a procurar apoio na figura de vinculação, mas ao mesmo tempo quer a sua liberdade, deixando as figuras de vinculação como recurso para as situações de

adversidade, ou seja, a maioria dos indivíduos mantém o vínculo estabelecido com os pais no decorrer na idade adulta. Contudo, na idade adulta é necessário que o sujeito seja exposto a acontecimentos indutores de grande *stress*, para que ative o sistema de vinculação, visto que nesta fase o sujeito já detém autonomia e capacidade para solucionar os problemas com que se depara. Só na velhice, é que este vínculo é direcionado para as gerações mais novas, pela impossibilidade de direcionar o seu comportamento para as gerações mais velhas.

Por outro lado, a maior diferença entre a vinculação na infância e na idade adulta, reside na procura pela prestação de cuidados (Crowell & Treboux, 2001). Por outras palavras, o processo de vinculação no adulto emerge das suas relações com o grupo de pares, enquanto o processo de vinculação na infância caracteriza-se pela prestação de cuidados por parte do adulto (Soares, 2002). Contudo, importa ainda referir que apesar de se estabelecerem novas relações de vinculação na idade adulta, tal não significa que desapareçam as relações de vinculação precoces, no entanto, como constatamos, estas sofrem alterações no que concerne à sua evolução na prestação de cuidados. Tal como sucede na infância, estas relações sofrem mudanças essencialmente pelo estabelecimento de novas relações (Furman, 2002). Neste âmbito, Hazan e Shaver, em 1987, consideraram que o amor pode ser visto como uma forma de vinculação, dado que as experiências emocionais vivenciadas na fase do enamoramento, bem como, a manutenção do vínculo, ao companheiro, em situações de perda coincidem com os princípios básicos enunciados na teoria da vinculação.

Barón, Zapain e Apodaca (2002) mencionam que no adulto, a vinculação é uma componente das relações íntimas, visto que pela sua complexidade envolvem outros sistemas comportamentais, entre os quais podemos destacar: o envolvimento amoroso, e o envolvimento sexual, que se estabelece nesta fase na vida, com o intuito de proporcionar ao sujeito a obtenção de proximidade. Segundo os autores, na infância a proximidade à figura de vinculação tinha como principal objetivo a aquisição de segurança. Na idade adulta, a procura de segurança passa pela relação que se estabelece com o parceiro, o que significa, uma alternância entre quem procura e quem proporciona segurança. Nesta linha de pensamento, Canavarro, Dias e Lima (2006) mencionam que na idade adulta, o sujeito presta e recebe os cuidados de forma intercalada, de acordo com a necessidade das partes envolvidas e tendo em conta o contexto em que se insere. Ainsworth (1982) refere que na vinculação na idade adulta, temos de ter em consideração as diferenças individuais e a

interação que se dá entre a figura de vinculação e o sujeito. Neste sentido, quanto às diferenças individuais, também Hazan e Shaver (1990) mencionam a existência de diferenças significativas entre as relações amorosas e as relações estabelecidas na infância. Assim, enquanto na infância os comportamentos de procura de proximidade têm como objetivo principal restabelecer a segurança, na idade adulta essa proximidade encontra-se relacionada com o desejo sexual e caracteriza-se apenas como uma componente das relações íntimas.

Shaver e Mikulincer (2002) propõem um modelo sobre a vinculação na idade adulta e mencionam que nesta fase a vinculação pode ser determinada de três formas, a vinculação estado que emerge nas situações de *stress* e que se caracteriza fundamentalmente pelo contato estabelecido com a figura de vinculação. A vinculação encarada como um traço ou uma tendência para formar as relações constantes ao longo do desenvolvimento e, por fim, a vinculação vista como um processo de interação com o contexto.

Os estudos sobre a vinculação na idade adulta têm demonstrado que a qualidade do processo de vinculação interfere de forma significativa com o comportamento e bem-estar dos sujeitos durante o seu desenvolvimento (Pacheco, Costa & Figueiredo, 2003). Para Canavarro e Greenberg (1999) o desenvolvimento de uma vinculação segura, nos primeiros anos de vida irá proporcionar sentimentos de autonomia e segurança, e na idade adulta surge associado a um funcionamento autónomo, independente, seguro e a uma maior capacidade de socialização. Por outro lado, uma vinculação do tipo “insegura” surge associada à fraca capacidade de socialização, relações interpessoais pobres e fraco autocontrolo.

1.4. Vinculação ao par romântico

Segundo Matos e Costa (2006) as relações que se estabelecem com as figuras que nos são significativas permitem criar expectativas nas relações com os outros e, desta forma, permitem desenvolver um equilíbrio emocional nas relações de intimidade. Para os autores, está implícito o vínculo relacional que existe entre os pais e o companheiro amoroso.

Hazan e Shaver (1987), num estudo sobre relações amorosas fazem referência a três tipos de vinculação amorosa nos adultos, semelhantes ao padrão de vinculação estabelecido durante a infância, sendo elas: a vinculação segura, evitante e ambivalente. Segundo os autores, o padrão de vinculação segura permite que os jovens adultos ou

adultos tenham facilidade em estabelecer e manter relações amorosas e de intimidade, exibindo poucas preocupações com o término da mesma. Os sujeitos revelam maior capacidade de aceitação em relação ao seu par amoroso e, por norma, descrevem as suas relações como amistosas, saudáveis e duradouras.

Já os adultos que ostentam um padrão de vinculação evitante experienciam desconforto nas suas relações amorosas, demonstrando inúmeras dificuldades do estabelecimento ao nível da confiança. Assim, de forma geral, as suas relações caracterizam-se por serem distantes e com baixa intensidade de cariz emocional. Por fim, no padrão de vinculação do tipo ambivalente, os adultos procuram de forma continuada e persistente o carinho e afeto do seu companheiro, como forma de compensarem a insuficiência do *self*. Contudo, demonstram elevados níveis de preocupação, no que concerne, à empatia e à reciprocidade amorosa. Estas relações são então descritas, como sendo pautadas por comportamentos obsessivos e por alguma instabilidade emocional.

Com base nos estudos científicos, e com especial ênfase para os resultados provenientes do seu estudo, Hazan e Shaver (1987) mencionam que nas relações cuja duração se estende por um período mínimo de dois anos, o par amoroso é tido como a figura de vinculação principal, seguindo-se a figura materna e paterna. Contudo, importa salientar que a importância de vinculação ao par amoroso, segundo os autores, pode modificar conforme o grau de satisfação das necessidades obtidas através do núcleo familiar.

Os estudos de Trinke e Bartholomew (1997) corroboram os resultados obtidos por Hazan e Shaver. À semelhança do estudo anterior, os indivíduos indicam o par amoroso, como sendo a figura de vinculação principal, seguindo-se os pais, irmãos e amigos. Importa então salientar, que na adolescência na maioria das relações que se estabelecem caracterizam-se essencialmente pelo seu caráter exploratório derivado à influência exercida pelas figuras de vinculação (pais ou grupo de pares).

Matos e Costa (2006), como teremos oportunidade de constatar no capítulo seguinte, aludem à influência que a vinculação com os pais pode exercer sobre as relações de intimidade. Contudo, para estes autores, o inverso também parece verificar-se, ou seja, uma relação de vinculação segura com o par amoroso, permite que se estabeleça, uma relação adequada com a figura parental, ou seja, parece existir uma reciprocidade entre a vinculação e o par na relação amorosa.

Capítulo 2 – Estilos de Amor

2.1. Tipos de Amor

O afeto que nutrimos pelo próximo é essencial ao ser Humano e acompanha-o desde o seu nascimento. Se consideramos que os afetos são a manifestação de uma relação que se estabelece entre duas pessoas, que procuram a segurança emocional e a proximidade física, inevitavelmente acabamos por falar do amor. Assim, se os afetos constituem o pilar da nossa vida, o amor será a expressão máxima da nossa existência.

Quando nos debruçamos sobre o amor e sobre as escolhas amorosas, compreendemos que ao longo de todo o nosso desenvolvimento fomos progressivamente desenvolvendo relacionamentos diferenciados, com várias pessoas com as quais nos fomos cruzando, e se pensarmos sobre a essência desse amor, compreendemos que a escolha é feita com base num elemento chave: a vinculação. É através do processo de vinculação que o ser Humano investe na relação amorosa, através da manifestação de emoções e sentimentos perante o par amoroso. Este investimento vai certamente condicionar a profundidade e duração da relação amorosa.

2.2. Teorias sobre o amor

2.2.1. Teoria Triangular do Amor

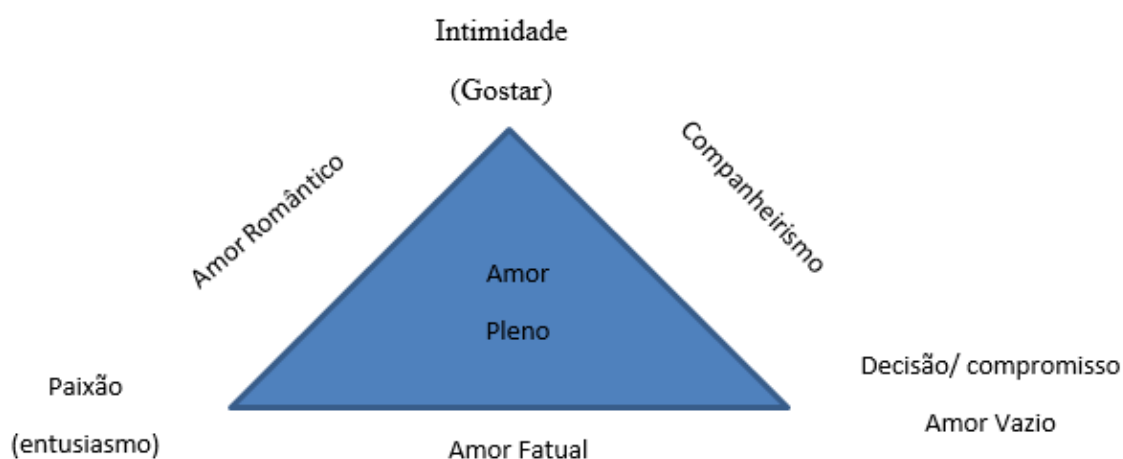
Sternberg (1987 cit in, Neto, 2000) propôs o modelo triangular do amor, com base em três elementos, que corresponderiam aos vértices de um triângulo. Assim, nos vértices do triângulo encontraríamos a intimidade (que se denota através do sentimento de proximidade), paixão (os impulsos que originam o romance) e, por fim, a decisão ou compromisso (que requer tomada de consciência e a existência de elementos cognitivos).

Para Sternberg (1987 cit in Neto, 2000) nas relações de menor duração, o elemento paixão é considerado a componente mais importante. Contudo, nas relações de longa duração o elemento decisão tem um papel preponderante, enquanto a paixão é um elemento que pode ir diminuindo nas relações ao longo do tempo. Com base, na triangulação do amor proposta, o autor procedeu à identificação de oito tipos de amor, que seriam passíveis de ser identificados de acordo com a presença ou ausência dos três elementos contidos no vértice do triângulo que seriam: o não gostar (onde existia a ausência dos três elementos triangulares); gostar (onde estaria presente o elemento intimidade); louco (presente o elemento paixão); amor vazio (presença do elemento

decisão); amor romântico (está presente o elemento paixão e intimidade); amor companheiro (elementos presentes paixão e intimidade), amor insensato (presença do elementos decisão e paixão), e por fim o oitavo e último o amor-perfeito (em que estão presentes os três elementos contidos no triângulo).

(ver figura 1).

Figura. 1- Triângulo do Amor de Sternberg (1986)



Constatamos que dos oito tipos de amor mencionados, pelo menos duas componentes correspondem às formas mais intensas de amor. Por exemplo, o amor romântico, é congruente com as grandes histórias de amor que conhecemos na nossa infância e da ficção, como o caso da história de amor entre Romeu e Julieta, ou Pedro e Inês, entre os quais existe uma ligação de amor forte, mas que não podem estabelecer qualquer tipo de compromisso, (por causa das suas famílias e divergências).

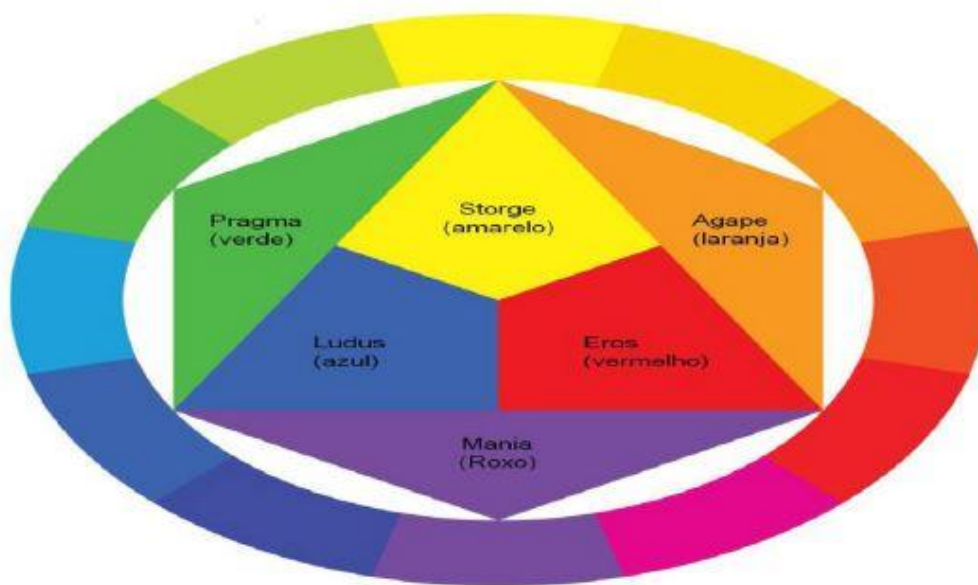
Já o amor companheiro, por norma, faz parte dos relacionamentos em que os pares permanecem mais tempo unidos e felizes, mesmo que entre eles não exista qualquer tipo de atração física. Por último, o amor insensato é associado ao amor à primeira vista. Nesta etapa o casal ainda não dispôs do tempo suficiente para se conhecer e de estabelecer vínculos afetivos. Para Cassepp-Borges e Teodoro (2007) a teoria de Sternberg revelou-se de extrema importância, no que concerne, aos estudos do amor, bem como, das suas componentes (paixão, intimidade, e decisão ou compromisso) e como a combinação destes origina os diferentes tipos de amor.

O amor vazio emana da determinação de um indivíduo em estar comprometido com outro, havendo contudo ausência no que concerne às componentes intimidade e paixão. Já o amor-perfeito (completo) é o resultado da combinação plena das três componentes mencionadas. O amor ilusório (insensato ou irreal) resulta da combinação entre as componentes paixão e compromisso. O amor louco (ou fugaz) caracteriza-se essencialmente, por ter presente as componentes de compromisso e paixão, sendo as mesmas instáveis ao longo do tempo. Por fim, a paixão e amizade caracterizam-se essencialmente pelo sentimento de bem-estar, vivenciados de forma bastante intensa (Neto, 2000).

2.2.2. Estilos de amor - John Lee

Com base nos diferentes tipos de amor Lee (1973, cit in Andrade & Garcia, 2009) propôs uma taxonomia para o amor romântico com base na análise da literatura sobre o amor, (ver figura 2).

Figura. 2 - Estilos de Amor de John Lee (1973)



Para o autor, os estilos de amor, permitem revelar uma ideologia sobre o relacionamento amoroso. Na sua teoria, Lee assemelha as cores à capacidade de amar do ser Humano (Neto, 2000). Tendo em consideração, a comparação efetuada Lee utiliza uma caixa de lápis de cores e menciona que tal como existem cores primárias e secundárias também existem diferentes estilos de amor, que vão desde o amor primário ao amor

secundário, sendo que este último emerge do primeiro, ou seja, resulta do amor primário. Nesta linha de pensamento, o autor menciona que ao amor primário corresponde, o amor Eros, um estilo de amor erótico, que tem que ver essencialmente com o amor apaixonado. Este tipo de amor caracteriza-se fundamentalmente por prestar demasiada relevância e importância ao aspeto físico e sexual, deixando de parte a emoção contida num relacionamento amoroso. O tipo de amor Ludus, é definido como sendo o tipo de amor que varia de cultura para cultura, sendo um amor de caráter mais manipulativo, em que o sujeito é tido como um “objeto” e em que a relação é livre de compromissos. Para além dos tipos de amor mencionados, Lee faz ainda referência ao tipo de amor denominado por Storge, um estilo de amor baseado essencialmente na amizade, em que os sujeitos escolhem os seus parceiros amorosos com base no laço de amizade que os une (Neto, 2000; Andrade & Garcia 2009). Neto (2000) considera que a conjugação dos tipos de amor primário permite que cada um de nós tenha características que nos distinguem dos nossos semelhantes.

Quanto aos estilos de amor secundários Lee, definiu três tipos de amor que efetivamente se relacionam com os amores primários. Assim, como amores secundários, o autor, faz referência aos seguintes tipos de amor: Pragma, Mania e Ágape. O estilo de amor Pragma, emerge da junção entre o amor primário Storge e o Ludus e é caracterizado pelo autor como sendo um amor mais prático e racional. Por sua vez, o estilo de amor Mania, provém da junção Eros e Ludus, e tem que ver com o amor mais forte que é mais dependente, é o tipo de amor em que a relação é vivida intensamente, passível de ser imatura e irreal. Por último, o estilo de amor secundário, Ágape, é definido como o amor altruísta e resulta da combinação entre o amor primário Eros e Storge. Este amor caracteriza-se essencialmente pela dedicação excessiva ao par amoroso e raramente se manifesta de forma individual, (ver quadro de Neto (2000)).

Para além dos tipos de amor mencionados, Lee procedeu ao estudo e descrição de outros tipos de amor e da sua junção. Contudo, estes são os mais conhecidos e, de forma a simplificar a nossa investigação, debruçamo-nos apenas sobre estes. Assim, importa mencionar que cada ser Humano, apresenta ao longo do seu ciclo vital, um estilo de amor que é passível de ser modificado. Contudo, segundo o autor é com base na característica da personalidade que se define o estilo de amor. Assim, o sujeito está propício a apresentar durante o ciclo vital diferentes tipos de amor, ou seja, na realidade nenhum indivíduo tem exclusivamente um estilo de amor, apresentando preferencialmente um ou dois estilos, os

quais são suscetíveis de serem modificados de acordo com o momento, a idade, o estado de desenvolvimento, o estado da relação, entre outros fatores (Hendrick & Hendrick, 1992; Lee, 1998). No entanto, de acordo com a sua personalidade, será mais propício a apresentar determinados estilos de amor (Lee, 1998).

Quadro 1: Quadro adaptado Neto, (2000)

Nome	Estilo de Amor	Caraterísticas
Eros	Amor Apaixonado	Neste tipo de amor o sujeito busca o amor ideal, nomeadamente na aparência física
Ludus	Amor Lúdico	Sujeito que detém muitas conquistas amorosas, mas que se envolve pouco nos seus relacionamentos
Storge	Amor Amizade	Carateriza-se essencialmente por uma afeição que se vai desenvolvendo de forma progressiva.
Pragma	Amor Pragmático	Relacionamento mais racional, em que o grau de satisfação é mútuo
Mania	Amor Possessivo	Carateriza-se por um envolvimento, como o próprio nome indica, mais possessivo, em que um acredita ter poderes o parceiro
Ágape	Amor Altruísta	Sujeito que dá o melhor de si (afeto, carinho) ao outro, sem esperar nada em troca

Para Neto (2000) tal como sucede com a teoria da triangulação do amor de Sterberng, também a teoria referente aos diferentes estilos de amor é apelativa, e demonstra-se útil principalmente no que concerne à classificação e distinção dos diferentes tipos de amor existentes, sejam eles primários ou secundários.

Os estudos científicos, levados a cabo neste âmbito, foram preconizados por Hendrick e Hendrick (1992) onde se procede à análise dos estilos de amor de forma individual, através de uma escala de Likert, com 42 itens que em português é denominada por escala de atitudes em relação ao amor (LAS), em que os diferentes estilos de amor se encontram diretamente relacionados com a interação socio- comportamental, que exerce influência na formação do vínculo (Andrade & Garcia., 2009).

Os resultados obtidos neste estudo indicaram que o género masculino tem índices mais elevados nos estilos de amor Ludus e Eros. Por seu turno, o género feminino apresenta valores mais elevados, no que concerne ao tipo de amor Storge, Mania e Pragma. Contudo, perante os resultados alcançados, os autores mencionaram que existem diferenças, entre os géneros, no que concerne, às atitudes comportamentais face ao Amor.

Em Portugal, Neto em 1994, também realizou um estudo com a escala LAS sobre os diferentes tipos de amor e verificou que os resultados obtidos são congruentes com os resultados provenientes do estudo de Hendrick e Hendrick (1992). Assim, os resultados demonstram que o tipo de amor Ludus estava relacionado, de forma positiva, com o tipo amor Pragma e que o tipo de amor Ágape se relacionava também positivamente com o tipo de amor Eros, sendo que Pragma e Mania também se encontram relacionados positivamente. Por sua vez, o tipo Ágape estava negativamente correlacionado com o Ludus. No que concerne às diferenças de género, através do estudo foi possível concluir que o género masculino se encontra mais representado no tipo de amor Ludus e Ágape, ao passo que no género feminino não foram encontradas diferenças em relação aos diferentes tipos de amor (Eros, Pragma e Mania).

A duração e intensidade do relacionamento, com os resultados alcançados no estudo, foi possível analisar que os sujeitos que se encontram apaixonados apresentam índices mais elevados nos estilos de amor Eros e Ágape e índices menores no estilo Ludus (Neto, 1994).

As diferentes teorias sobre o amor têm dado origem a muitas pesquisas, e estudos científicos, que apontam no sentido da existência de universalidade, no que respeita à estrutura dos estilos de amor (Andrade & Garcia, 2009). Podendo concluir que os díspares estilos de amor se encontram associados a diversos fenómenos, entre os quais podemos destacar, a duração do relacionamento.

2.3. Relações românticas e a relação com a vinculação

Como constatamos, os pais, bem como, os outros significativos não são seguramente as únicas figuras de vinculação ao longo do ciclo vital. A teoria da vinculação enfatiza fundamentalmente as relações precoces com a figura de vinculação como podendo afetar o seu desenvolvimento da idade adulta. Crowell e Treboux (2001) mencionam que o sistema de vinculação proporciona ao indivíduo a aquisição de uma estrutura que lhe

permite ao longo do seu desenvolvimento, estabelecer relações de intimidade e enfrentar os desafios e adversidades com que se deparam.

Os autores Bowlby e Ainsworth desde os inícios do estudo da vinculação, que se debruçaram sobre a importância da vinculação nas crianças, mas desde então e com base nos seus estudos, já previam a sua importância na idade adulta, no que concerne às relações de amizade na adolescência e, posteriormente, nas relações amorosas.

O estudo da vinculação na idade adulta emerge da investigação sobre a vinculação parental e da vinculação no grupo de pares. No decorrer do ano de 1987, com base nos estudos mencionados, os autores, com especial destaque para Hazan e Shaver, começam de forma gradual a desenvolver teorias sobre o amor romântico como sendo um processo de vinculação, iniciando-se, deste modo, o estudo da vinculação nas relações íntimas e nas relações conjugais (Crespo, 2007).

Segundo Narciso (2001) os padrões de vinculação encontram-se inteiramente relacionados com vários aspetos da conjugalidade, entre os quais podemos destacar: a confiança, o amor, a satisfação e o compromisso pessoal do casal.

Ainsworth (1982) faz referência aos sistemas afetivos ou emocionais, substituindo o termo de vinculação. Para a autora supracitada, existem cinco sistemas afetivos, (a) a relação que a criança estabelece com a sua mãe, (b) a relação que a mãe estabelece com a criança, (c) a relação que mais tarde a criança estabelece com o grupo de pares, (d) a relação heterossexual do adulto e, por fim, (e) as relações estabelecidas entre o homem e as crianças.

Ao nível da relação heterossexual ou do relacionamento íntimo, o estado da arte sugere que as relações mais profundas podem estabelecer-se ao longo do desenvolvimento (infância, prolonga-se na adolescência e idade adulta) e que resultam de um laço recíproco e protetor. A este propósito Ainsworth (1982) refere que existem três componentes que se encontram inteiramente relacionadas com a duração e manutenção de uma relação heterossexual, sendo eles: o sistema reprodutivo, o sistema de prestação de cuidados, e, por fim, o sistema de vinculação. Considerando, então, o critério de Bowlby sobre a identificação da figura de vinculação, parece-nos que ambos os parceiros, simultaneamente desempenham papéis distintos de segurança e proteção.

Contudo, à medida que a figura de vinculação, se torna menos central na vida do sujeito e as relações heterossexuais ganham outra dimensão, o indivíduo de forma progressiva vai procurando no companheiro e na relação amorosa alguma da segurança que

enquanto criança obteve junto da figura de vinculação. Nesta linha de pensamento, Hazan e Shaver (1987) alargam o estudo da vinculação na infância para as relações íntimas e para o amor romântico. Para suportar o seu estudo, os autores baseiam-se no princípio da teoria de Bowlby, e propuseram a existência de vários padrões de vinculação que influenciam a forma como o sujeito adulto vive o seu relacionamento amoroso. Os contributos teóricos e os estudos levados a cabo por estes autores constituem, um marco importante no processo de vinculação na idade adulta com especial ênfase para as relações amorosas. Influenciados pela vinculação na infância e com base nos seus estudos, Hazan e Shaver (1987) demonstram que as relações amorosas estão relacionadas com a vinculação infantil e que apesar de todo o processo ser diferente, o objetivo converge na proximidade com a figura de vinculação. Para Soares e Dias (2007) as relações amorosas têm na sua base as relações precoces que se estabelecem na infância, com a figura de vinculação. Deste modo, Bragança e Campos (2010) corroboram com a ideia apresentada e consideram que a vinculação primária determina a qualidade das relações futuras, nomeadamente as relações amorosas.

Tendo em consideração o contexto cultural e social, os autores mencionados, entendem o amor romântico como um processo biológico, onde se pretende essencialmente simplificar a vinculação entre dois adultos. Segundo Hazan e Shaver (1987) tal como sucede na vinculação na infância, o envolvimento e, posteriormente, relação amorosa, advém da perceção que a proximidade física e o envolvimento numa relação íntima, podem satisfazer as necessidades pessoais, nomeadamente a necessidade de segurança e proximidade. Estes autores supracitados consideram que as relações amorosas que se prolongam no tempo, caracterizam-se essencialmente pelo desenvolvimento da confiança no companheiro e justificam a permanência nas relações insatisfatórias pela ativação de comportamentos de vinculação. Para os autores o término da relação amorosa seria a consequência da relação não corresponder às necessidades de segurança, e apoio emocional. Assim, espera-se que a satisfação aumente à medida que os parceiros se vão tornando fontes disponíveis e seguros no que respeita à proximidade e intimidade no relacionamento.

Segundo os autores Hetherington e Cox (1982) quando a relação amorosa termina, a vinculação com o parceiro perdura para além da separação, enfatizando a ideia que as emoções fortes perduram na vinculação. Por outro lado, nem todas as relações amorosas podem ser consideradas como relações de vinculação, visto que existem casos que

envolvem somente atração física e não implicam um laço emocional e uma relação de vinculação. Nesta perspectiva, podemos mencionar que as três componentes propostas por Ainsworth proporcionam a criação da intimidade, fator que é tido como essencial na idade adulta, no relacionamento amoroso.

Assim, tal como sucede na infância, nos relacionamentos amorosos, o processo de vinculação ocorre de modo sequencial (Mikulincer & Shaver, 2007). Neste sentido, Mikulincer e Shaver (2007) consideram que no decurso de uma relação amorosa, os comportamentos de vinculação tendem inicialmente a ser dirigidos à procura de conforto e de apoio, enquanto no decorrer de uma relação amorosa os comportamentos de vinculação tendem a ganhar importância, ainda que o desejo sexual seja diminuído.

A investigação científica, no âmbito da vinculação e da adolescência tem privilegiado os estudos sobre as relações estabelecidas com o grupo de pares e com a família. No entanto, menor atenção tem sido atribuída à relação entre a vinculação e a qualidade das relações amorosas nesta mesma faixa etária. Como menciona Hazan e Zeifman (1994) as experiências amorosas, na adolescência não têm a duração suficiente para se constituírem como vinculação. Mais frequentemente as fontes de segurança do adolescente estão inteiramente relacionadas com as ligações afetivas com o contexto familiar. Mais tarde, e embora o sujeito dirija a sua vinculação ao par amoroso a família tende a assumir o primeiro lugar na hierarquia das figuras de vinculação.

Os estudos que se têm debruçado sobre a vinculação e a relação amorosa têm recorrido, essencialmente, a amostras de jovens adultos e adultos, utilizando diferentes metodologias. Na generalidade, estudos que recorrem a medidas de avaliação de auto relato e que procuram avaliar retrospectivamente as recordações das figuras parentais apresentam consistência nos seus resultados, apontando para o fato de existir uma relação entre a vinculação estabelecida na infância e a qualidade das relações amorosas.

Para Rothbard e Shaver (1994) sujeitos seguros no que concerne aos seus relacionamentos amorosos tendem a recordar-se dos seus pais como tendo sido carinhosos, respeitadores, benevolentes, menos punitivos, referindo também relações mais carinhosas entre os pais. Por sua vez, os sujeitos evitantes tendem a descrever a mãe como fria, e a figura paterna como inflexível, impaciente e instável do ponto de vista emocional, gerando alienação com a figura paterna. Para os autores, os sujeitos ambivalentes tendem a identificar experiências de injustiça e de controlo. Através dos resultados obtidos foi

possível compreender que os participantes inseguros percebem a família como menos próxima emocionalmente, menos satisfatória e menos capaz de se adaptar às mudanças.

Kunce e Shaver (1994) levaram a cabo um estudo, com recurso a entrevistas semiestruturadas, com o intuito de verificar a relação existente entre o tipo de vinculação (segura, insegura, ou evitante) com o relacionamento amoroso. Com base nos resultados obtidos, os autores verificaram que os sujeitos com vinculação segura apresentaram maior bem-estar com intimidade e maior autonomia, estando assim mais predispostos a manter a proximidade, deixando de parte os impulsos controladores. Contudo, estes sujeitos embora ofereçam cuidados afetuosos, estes caracterizavam-se, essencialmente, por serem algo intrusivos e nada teriam a ver com as necessidades do seu parceiro. Nesta linha de pensamento, os sujeitos estariam mais preparados para manter a proximidade física com o seu parceiro, mas sem qualquer sensibilidade. Com este estudo, foi possível concluir que tanto o conforto como a proximidade, proporcionariam mais intimidade no relacionamento, enquanto sujeitos com comportamentos desorganizados demonstrariam mais desagrado com o relacionamento amoroso. Como podemos constatar os resultados obtidos neste estudo convergem com a teoria da vinculação onde as componentes proximidade e sensibilidade são essenciais para que se prestem os cuidados e se satisfaçam as necessidades básicas.

Estudos posteriores (Feeney & Collins, 2001; Feeney, 1996; Feeney & Hohaus, 2001; Kunce & Shaver, 1994), referem e concluem que os sujeitos com o tipo de vinculação segura apresentaram padrões de cuidados mais favoráveis no seu relacionamento íntimo, ou seja, denota-se maior tendência ao apoio e sensibilidade para com as necessidades do parceiro, e menor tendência aos cuidados controladores e compulsivos; enquanto sujeitos com vinculação insegura ambivalente apresentaram maior propensão aos cuidados compulsivos, provavelmente devido a angústia pessoal e excessivo envolvimento nos problemas do parceiro; e sujeitos com vinculação insegura apresentaram estilo negligente, com cuidados inadequados ao parceiro, baixa proximidade e sensibilidade, refletindo a tendência em manter a distância em momentos de crise, e em adotar uma postura controladora (Mikulincer & Shaver, 2007). Nesta perspetiva e com base nos resultados obtidos Mikulincer e Shaver (2007) mencionam que os indivíduos com vinculação do tipo segura conseguem mais facilmente compreender as necessidades do seu companheiro. Já os indivíduos com vinculação do tipo insegura devido à sua fragilidade emocional tendem a ter mais dificuldades na prestação de cuidados, embora possam fazê-

lo de forma adequada. Já os indivíduos que apresentam uma vinculação “evitante” tendem a não prestar os cuidados necessários ao seu parceiro, pois consideram que a prestação de cuidados constitui uma fraqueza. Quanto aos comportamentos controladores e impulsivos, estes autores consideram que estes podem emergir da falta de confiança sentida pelo próprio indivíduo.

Bowlby, na teoria da vinculação, já mencionada, aludia que os comportamentos de vinculação, bem como, a prestação de cuidados, seriam no futuro transposto para as relações amorosas. Partindo deste postulado e dos estudos mencionados Matos e Costa (2006) levaram a cabo um estudo empírico, com o intuito de analisar as associações entre a vinculação aos pais e ao par romântico, bem como, a relação existente entre as diferenças de género do adolescente e da figura parental nas representações da vinculação. O estudo foi realizado com uma amostra de 82 adolescentes e com a administração de dois instrumentos (entrevistas semiestruturadas). Os resultados obtidos neste estudo, de um modo geral, demonstram que os adolescentes com vinculação segura à figura parental relacionam-se de um modo mais seguro do ponto de vista romântico, apresentando representações mais favoráveis acerca de si próprio. Os autores referem ainda que na generalidade não foram encontradas diferenças das questões do género em relação aos padrões de vinculação, tendo sido a relação com a mãe mais preocupada e a relação com o pai mais desinvestida em relação aos rapazes.

Contudo e face ao exposto até ao momento, de referir que atualmente os estudos científicos, no que concerne às relações amorosas e à vinculação, dirigem o seu campo de atuação, para a componente da atração sexual.

Capítulo 3- Teoria da Aceitação/Rejeição

3.1. Teoria da Aceitação Rejeição Interpessoal

A teoria da aceitação/rejeição é uma teoria que parte de uma perspectiva ecológica para estudar a aceitação/rejeição nos relacionamentos interpessoais (Rohner, 2004). Esta teoria derivou das teorias da socialização cujo principal objetivo é prever, avaliar e explicar as causas e consequências da percepção da aceitação- rejeição parental ao longo do desenvolvimento, com especial ênfase na vida adulta (Rohner, 2007). Inicialmente a teoria da aceitação/rejeição enfatizava somente aceitação/rejeição das relações parentais. Segundo Rohner (2004) a construção do ser humano tem por base a família. Em primeira instância são fundamentais as influências genéticas e o contexto em que o indivíduo se insere. Contudo, depois de terem sido identificados os mesmos efeitos da rejeição parental nos relacionamentos íntimos, mesmo em indivíduos que tinham sido aceites pelos seus pais, a teoria começa a expandir-se para Aceitação/Rejeição Interpessoal. Neste sentido, a teoria da aceitação/rejeição tem como intuito estudar os relacionamentos interpessoais tendo em consideração o comportamento dos indivíduos e a sua interação entre *o self*, e o contexto que o rodeia.

No ano de 1999 surge um novo paradigma, em que a teoria se focaliza na aceitação-rejeição interpessoal. Segundo Rohner, Khaleque e Cournoyer (2007) a rejeição parental durante o período de desenvolvimento leva a que a criança esteja mais predisposta a desenvolver sentimentos de raiva transferindo-os para os seus relacionamentos interpessoais. É importante mencionar que a rejeição pode ocorrer em qualquer altura do desenvolvimento, basta que esta rejeição seja percecionada (Rohner, Khaleque & Cournoyer, 2012).

Assim, podemos constatar que tanto a aceitação como o amor interpessoal são fatores essenciais para um bom desenvolvimento social e emocional (Rohner 2000). Muitas das pesquisas sobre a *PARTheory*¹ são realizadas em torno do fenómeno da aceitação/rejeição parental e da importância que o mesmo tem para o desenvolvimento emocional e social da criança. Neste âmbito, a teoria faz referência a quatro dimensões em que os pais expressam a aceitação ou rejeição. A primeira dimensão refere-se ao carinho que pode ser percecionado através de comportamentos afetuosos. A segunda dimensão

¹ Centra-se na experiência de afetos e calor que todos os indivíduos, uns mais que outros, detêm através das pessoas importantes para elas, no decorrer do seu desenvolvimento.

corresponde à agressividade/ hostilidade e diz respeito à percepção dos sentimentos negativos (raiva ou mau trato físico aos filhos, bem como, o mau trato psicológico e verbal). Por fim, a teoria faz referência à negligência e à rejeição indiferenciada. A negligência contém ausência de preocupação enquanto a rejeição indiferenciada tem que ver com sinais que levam a criança a perceber que não é amada pelos seus progenitores (Rohner, 2004).

Importa salientar que estes estudos têm demonstrado que a percepção da rejeição parental se apresenta como relativamente universal, manifestando-se consequências semelhantes em crianças independentemente da cultura, idade, género ou etnia (Rohner, Khaleque & Cournoyer, 2012). Na teoria da aceitação/rejeição são mencionadas três subcategorias, de *coping* enfatizando os aspetos que permitem à criança ultrapassar e lidar como a rejeição interpessoal.

Na literatura são referidas várias consequências da rejeição interpessoal. A rejeição para além dos efeitos que exerce no desenvolvimento normativo do indivíduo pode também ser prejudicial ao bom funcionamento da personalidade. A teoria da aceitação/rejeição interpessoal veio demonstrar que a percepção de rejeição nos relacionamentos interpessoais que envolvem figuras significativas está associada a distúrbios na personalidade (Rohner, 2009). Assim, a subteoria da personalidade menciona que quando as necessidades da criança não são suprimidas no que toca à aceitação parental, esta pode manifestar desajustamento psicológico (Rohner, 1986). Tal como sucede quando a criança percebe a rejeição, o indivíduo adulto que tenha experienciado a rejeição pode apresentar no futuro condutas desviantes, delinquência ou ainda problemas interpessoais e entre o grupo de pares (Rohner, 2000). Em última instância a percepção da rejeição interpessoal pode causar ainda problemas comportamentais e um quadro depressivo (Rohner, Khaleque & Cournoyer, 2012).

Importa ainda mencionar que os conceitos de aceitação e rejeição constituem uma dimensão com extremos, ou seja, existe a dimensão do carinho que é contínua e engloba sentimentos como os afetos, amor e conforto (Rohner, 2000). No outro extremo localiza-se a rejeição, marcada pela ausência dos sentimentos e comportamentos referidos na aceitação, e pela presença de comportamentos que provocam dor física. A rejeição pode manifestar-se segundo três formas: hostilidade, agressão e negligência (Rohner, 2000).

Todos os seres humanos necessitam de receber respostas positivas dos pais e de todos aqueles que lhe são significativos. Se o indivíduo não obtiver respostas positivas

pode originar efeitos negativos na personalidade e também no comportamento interpessoal (Khaleque & Cournoyer, 2012).

3.2. Aceitação/Rejeição do par amoroso

No decorrer da evolução Humana, o ser Humano desenvolveu uma necessidade emocional de caráter biológico a partir do qual procura obter respostas positivas por parte dos indivíduos que lhe são significativos (Rohner et al; 2009). No entanto, na idade adulta esta necessidade emocional torna-se mais complexa e diferenciada e inclui o desejo (consciente ou não) de estabelecer laços afetivos positivos com os indivíduos que lhe são próximos. Na infância as pessoas que melhor conseguem suprimir esta necessidade biológica são tipicamente os pais. Contudo, já na adolescência e idade adulta o indivíduo inclui outras pessoas que lhe são significativas de forma a satisfazer as suas necessidades emocionais e bem-estar psicológico. As pessoas significativas são aquelas com quem o indivíduo (criança ou adulto) estabelece um laço afetivo importante para o seu bem-estar (Rohner, et al. 2009). Segundo este ponto de vista e de acordo com a teoria da aceitação/rejeição o sentimento de segurança emocional indivíduo adulto depende da qualidade percebida dos relacionamentos com os outros significativos.

Os pares românticos começam assim a ganhar enquanto promotores de companheirismo (Furman & Buhrmester, 1992). Neste sentido, a aceitação/rejeição do parceiro amoroso tem grande impacto no ajustamento psicológico e na personalidade do indivíduo adulto (Rohner, et al, 2009).

Os estudos levados a cabo por Rohner e Britner (2002) concluíram que a Aceitação/ Rejeição parental pode estar associada a comportamentos de internalização (depressão e humor deprimido). Além de se associar a aceitação/rejeição a comportamentos como ansiedade e depressão, parecem existir estudos empíricos que comprovam que a aceitação/rejeição pode ser preditor de comportamentos externalizantes.

Por outro lado, Roelofs et al. (2006) num estudo levado a cabo com 237 crianças e adolescentes concluíram que a rejeição estava associada a altos níveis de agressividade e ansiedade.

Os adolescentes que experienciam sentimentos de rejeição por parte dos pais ou das figuras significativas estão mais propensos a interagirem com pares.

Contrariamente, estudos evidenciam que o relacionamento entre pais e adolescentes que sejam baseados na aceitação incondicional potencia no jovem uma maior autoestima, adaptabilidade e maturidade (Peixoto, 2003).

A aceitação/rejeição não ocorre apenas ao nível parental, nem apenas durante a infância. A rejeição pode acontecer em qualquer momento da vida, e em qualquer tipo de relação. Contudo, quando o indivíduo percebe a rejeição os efeitos são semelhantes aos ocorridos na infância, ou seja, raiva, frustração, entre outros (Rohner, 2000).

Como constatamos, os estudos realizados neste âmbito concluíram que a disposição da personalidade varia consoante as experiências de rejeição por parte das figuras de vinculação ou por parte do par amoroso (Parmar & Rohner, 2008). Neste sentido, os indivíduos que foram expostos a um ambiente de rejeição podem construir representações mentais das relações amorosas visualizando-as como inseguras e prejudiciais (Parmar & Rohner, 2008).

Capítulo 4 - Estudo Empírico

4.1. Metodologia

Neste ponto é descrita a metodologia utilizada ao longo desta investigação. Inicialmente é referido o desenho da investigação, bem como, os objetivos, o problema e hipóteses. De seguida é apresentada a amostra do nosso estudo e a sua caracterização sociodemográfica. Por último, são descritos os instrumentos utilizados neste estudo e os procedimentos de recolha e análise dos dados.

4.2. Desenho da Investigação

Esta investigação é de natureza descritiva e analítica. Os estudos descritivos fornecem informação sobre a população em estudo (Pais-Ribeiro, 2010). Para além do mencionado, o estudo pode ser classificado como um estudo descritivo, visto que o principal objetivo passa essencialmente por descrever determinados fenómenos que ocorrem naturalmente num determinado contexto, numa determinada população e num único momento, através de metodologias específicas que possibilitem esta análise, e não propriamente intervir ou verificar alterações a partir das nossas intervenções.

O nosso estudo é assim um estudo analítico na medida em que procura explicar os resultados tendo em consideração as relações estatísticas entre as diversas variáveis em estudo (Pais-Ribeiro, 2010). Com este estudo, pretende-se essencialmente relacionar variáveis, nomeadamente de carácter sociodemográfico, o tipo de vinculação e o estilo de amor.

Deste modo, as variáveis estudadas na presente dissertação podem agrupar-se em *variáveis psicossociais* (tipos de amor); *variáveis clínicas* (Vinculação) e *variáveis sociodemográficas* (dados de identificação, como a idade e o género).

4.3. Objetivos

Em qualquer investigação é sempre importante definir os objetivos operacionais que se pretendem atingir e estes, dependem em grande medida da natureza dos fenómenos, das variáveis consideradas e do maior ou menor controlo em que a investigação se processa (Almeida & Freire, 2000).

O presente estudo tem como objetivo geral contribuir para a reflexão e compreensão acerca da relação dos tipos de Vinculação e os Estilos de Amor em Adultos,

mais especificamente perceber que associações se podem encontrar entre estas variáveis.

Em termos de objetivos específicos pretendeu-se ainda:

Analisar as relações entre os tipos de vinculação segura, ambivalente e evitante e os estilos de amor em adultos;

Compreender a associação existente entre a qualidade de Vinculação e os estilos de amor.

4.3.1. Hipóteses de Investigação

Quando se definem as hipóteses, identifica-se as possíveis relações entre as variáveis e define-se o seu papel na investigação. As hipóteses traduzem assim, uma possível relação, explicação ou solução para um problema (Almeida & Freire, 2000).

Foram tecidas algumas hipóteses operacionais, tendo em conta o conjunto de estudos realizados no âmbito desta temática. Pretende-se, então verificar as seguintes hipóteses:

Hipótese 1 – É esperado que o tipo de vinculação Evitante esteja positivamente correlacionado com o estilo de amor Ludus;

Hipótese 2 - É esperado que o tipo de vinculação Evitante esteja negativamente correlacionado com o estilo de amor Eros e Ágape;

Hipótese 3 – É esperado que o tipo de vinculação Preocupado esteja positivamente correlacionado com o estilo de amor Mania.

Hipótese 4 - É esperado que o tipo de vinculação Seguro e esteja positivamente correlacionado com o estilo de amor Ágape e Storge.

4.4. Participantes

Colaboraram no estudo 107 participantes, das quais 71,0% ($n = 76$) pertenciam ao género feminino e 29,0% ($n = 31$) ao género masculino, conforme se pode constatar pela observação da tabela 1. A maioria tinha nacionalidade portuguesa ($n = 89$, 83,2%), seguiam-se depois os com nacionalidade brasileira ($n = 7$, 6,5%), cabo-verdianos ($n = 3$, 3,7% e angolanos ($n = 5$, 4,7%). Assim, 86,9% ($n = 93$) eram de etnia branca/caucasiana, 12,1% ($n = 13$) negroide e 0,9% ($n = 1$) asiática. A média de idades era de 27,6 anos ($DP = 7,6$ anos), com uma variação entre os 19 e os 42 anos. A maioria encontrava-se no escalão etário 19-25 anos ($n = 55$, 51,4%). A escolaridade média era de 13,4 anos ($DP=2,6$ anos), variando entre um mínimo de 9 anos e um máximo de 25 anos. No que se referia à filiação

religiosa, 56,0% ($n = 60$) eram católicos e 34,0% ($n = 36$) não tinham crenças religiosas. Relativamente ao nível socioeconómico, predominavam os sujeitos da classe média ($n = 57$, 53,3%) e média baixa ($n = 38$, 35,5%). A análise da distribuição por tipo de relacionamento indicava uma maioria de sujeitos numa relação comprometida ($n = 44$, 41,0%). Os sujeitos sem relacionamento representavam 27,0% ($n = 29$) e os casados 11,0% ($n = 12$). O tempo de relação variava entre um mínimo de 1 mês e um máximo de 219 meses. Em média os sujeitos encontravam-se numa relação há 58 meses. A maioria dos agregados incluía os pais e outros familiares ($n = 25$, 28,0%), cônjuges ($n = 23$, 21,5%) e filhos ($n = 21$, 19,6%).

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica da amostra

	n	%
Género		
Masculino	31	29,0
Feminino	76	71,0
Nacionalidade		
Portuguesa	89	83,2
Brasileira	7	6,5
Cabo Verdiana	4	3,7
Angolana	5	4,7
Romena	1	,9
Ucraniana	1	,9
Tipo de relacionamento		
Casado	12	11,2
Separado	4	3,7
Divorciado	4	3,7
União de facto	7	6,5
Numa relação comprometida	44	41,1
Em várias relações sem compromisso	7	6,5
Presentemente sem ninguém	29	27,1
Área onde vive		
Rural	3	2,8
Urbano	89	83,2
Suburbano	14	13,1
	M	DP
Idade	27,6	7,50

4.5. Caracterização da relação amorosa na amostra em estudo

Constatou-se que a maioria dos inquiridos afirmaram que já estiveram numa relação amorosa (99,1%) e 70 (65,4%) afirmam que neste momento mantêm uma relação amorosa.

Tabela 2 - Caracterização da história da relação amorosa na amostra em estudo

	Não		Sim	
	n	%	n	%
Já teve alguma relação amorosa	1	,9	106	99,1
Atualmente mantém uma relação amorosa	37	34,6	70	65,4

Por fim, o grau de satisfação pretende avaliar o nível de segurança de um indivíduo, a forma como este se sente no relacionamento, tendo em conta também relacionamentos anteriores. A maioria mantém uma relação amorosa em média há 59 meses (DP=58.13), variando entre um mês e vinte anos.

Tabela 3 – Grau de satisfação e duração da relação

	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Grau de satisfação	70	20	100	79,71	17,77
Meses de relação	68	1	240	59,04	58,13

4.6. Instrumentos

4.6.1. Vinculação – Escala da Vinculação do Adulto (EVA)

A avaliação da Vinculação nos adultos foi realizada com recurso à administração da Escala de Vinculação do Adulto (EVA). A escala na sua versão original foi elaborada Collins e Read (e revista pelos mesmos autores em 1990) sendo adaptada e aferida para a população portuguesa por Canavarro no ano de 1997.

Com base no instrumento de avaliação da Vinculação no adulto de Hazan e Shaver (1987), Collins e Read (1990) desenvolveram um conjunto de itens com o principal intuito de identificar as dimensões que se encontram associadas aos três estilos de Vinculação no adulto, propostos por Hazan e Shaver (1987), sendo as mesmas baseadas nos padrões de Vinculação identificados por Ainsworth (1989) para a infância – seguro, evitante e ansioso.

A versão Portuguesa da EVA é constituída por 18 itens e utiliza uma escala de tipo “*likert*” de 5 pontos em que o 1 corresponde “a nada característico em mim” e o 5 corresponde a “extremamente característico em mim” (Canavarro, Dias & Lima, 2006). A escala é composta por três dimensões ou subescalas: F1 – Ansiedade (6 itens; 3, 4, 9, 10, 11 e 15); F2 - Conforto com a Proximidade dos Outros (6 itens; 12, 1, 14, 6, 8, 13) e F3 - Confiança nos Outros (6 itens; 18, 2, 16, 17, 7, 5) (Canavarro, Dias & Lima, 2006).

O fator 1 refere-se ao grau de ansiedade sentida pelo indivíduo, das quais podemos destacar: as questões interpessoais de receio, abandono, ser ou não ser bem querido pelos demais; o fator 2 tem que ver com a proximidade dos outros, diz respeito ao grau de conforto em relação à proximidade com o outro e com a intimidade; Por último, o fator 3 refere-se ao grau de confiança que os indivíduos têm nos outros, assim como na disponibilidade que dispõem para os mesmos quando necessário (Canavarro, Dias & Lima, 2006).

A pontuação da escala reflete a prevalência das dimensões mencionadas no sujeito, ou seja, quanto mais alta a pontuação mais prevalente será a dimensão. Relativamente às qualidades psicométricas desta escala a sua consistência interna, é avaliada através do Alpha de Cronbach, variando entre 0.60 a 0.85 (Canavarro, Dias & Lima, 2006).

4.6.2. Amor- Escala de atitudes em relação ao amor - Love Attitudes Scale (LAS – SF)

Neste estudo foi utilizada a Escala de Atitudes em relação ao Amor (“ Love Attitudes Scale”) – LAS, (Hendrick & Hendrick, 1986)) composta por 42 itens, 7 dos quais para avaliar cada um dos seis estilos de amor. A LAS foi desenvolvida tendo como base a teoria de John Lee (1973 cit. In Neto, 2000) permitindo medir cada um dos seis tipos de amor e ainda os sistemas de crenças e atitudes individuais.

Os itens, da LAS, são avaliados em cinco categorias numa escala de tipo “*Likert*”, com cinco opções de resposta: 1- concordo totalmente, 2- concordo moderadamente, 3- neutro, 4- concordo moderadamente, 5- discordo totalmente, mostrando excelente consistência interna, boa estabilidade teste- reteste (Hendrick, S. Hendrick & A. Dicke, 1998). Esta escala foi Traduzida por “Santos, Baptista, Gaspar, Lopes, Pedro & Lory, 2003”, sendo constituída por 24 itens que são respondidos através de uma escala de tipo “*Likert*” em que 1 corresponde a “Fortemente de acordo com a

frase” e 5 corresponde a “Fortemente em desacordo com a frase”.

4.7. Procedimento

Selecionados os participantes da amostra em estudo foram entregue a todos os participantes um consentimento informado, que contempla os objetivos do estudo e a sua finalidade, referindo a participação voluntária e confidencial. Foi solicitada autorização para a utilização dos instrumentos de avaliação, contatando os autores das escalas. A recolha dos dados decorreu numa Universidade na cidade de Lisboa (Universidade Lusófona), por conveniência da Investigadora e por conhecimento pessoal do Orientador, que articulou a possibilidade da investigação.

Após autorização o processo de recolha e a administração do protocolo de avaliação decorreu num período de 2 meses. O tempo médio de aplicação foi de 40 a 60 minutos. Momentos antes da aplicação aos alunos, foi explicado o objetivo do estudo, bem como, a garantia do anonimato e da confidencialidade. Salientou-se que não colocassem o nome em lugar algum dos questionários, assegurando que ninguém da entidade onde se encontravam teria acesso às suas respostas. Foram informados de que não existiam respostas certas ou erradas, assim como, que a qualquer momento do preenchimento dos questionários poderiam desistir, sem que isso tivesse qualquer tipo de penalização. Neste seguimento, foram proferidas instruções sobre o preenchimento dos questionários e a investigadora colocou-se disponível para qualquer esclarecimento adicional. A administração do protocolo de avaliação ocorreu de forma coletiva nas salas de aula.

Inicialmente foram analisados os erros da matriz para confirmar que todos os dados estariam corretos. Para além disso, foi analisada a fidelidade de cada um dos testes utilizados no estudo, de forma a comprovar que de fato o teste é consistente a medir aquilo que se propõe medir.

Para a análise da distribuição dos dados, foram efetuados testes de análise de normalidade e homogeneidade, nomeadamente através da utilização do teste de Kolmogorov-Smirnov e do teste de Levene, e feito o estudo da assimetria e Curtose. Assim, foram utilizados procedimentos de análise estatística de dados paramétricos.

O valor de significância adotado foi de $<.05$, tendo-se anunciado um valor de $p < .05$ para tendência de significância (Pestana & Gageiro, 2003).

Capítulo 5 – Resultados

5. Resultados

Qualidades Psicométricas da escala EVA

Na avaliação da consistência interna da escala, tal como efetuado pelos autores da escala original, foi calculado o *alpha de Cronbach*. Neste estudo efetuou-se a análise fatorial. A escala total apresenta um *alpha de Cronbach* de .89, o que evidencia uma boa consistência interna da mesma.

Os valores obtidos na escala nas dimensões da escala EVA podem ser apreciados na tabela 4. Os valores médios obtidos foram de: Ansiedade (M = 2,38; DP =,79), Conforto com a Proximidade (M = 2,87; DP =,37) e Confiança nos outros (M =3,13;DP =,57). São mais elevados em confiança nos outros (média = 3,13) e mais baixos em ansiedade (média= 2,38).

Tabela 4 – Estatísticas descritivas: EVA

	N	Média	Desvio padrão
Ansiedade	107	2,38	,79
Conforto com a proximidade	107	2,87	,37
Confiança nos outros	107	3,13	,57

Realizou-se em seguida uma análise de *Clusters*, recorrendo ao método não hierárquico *K-means*. Seguimos os procedimentos recomendados por Canavarro e obteve-se uma solução com três Clusters que correspondem ao perfil Seguro ($n=53$; 49,5%), Evitante ($n=48$; 44,9%) e Preocupado ($n=6$; 5,6%).

Tabela 5 – Estilos de Vinculação

	Frequência	Percentagem
Preocupado	6	5,6
Evitante	48	44,9
Seguro	53	49,5
Total	107	100,0

Escala LAS

A análise da consistência interna dos resultados com recurso ao coeficiente de consistência interna Alfa de Cronbach. Os valores encontrados para a LAS variam entre um mínimo de ,66 (fraco mas aceitável) no amor possessivo e um máximo de ,89 (bom) no estilo de amor Pragma.

Os valores obtidos nos estilos de amor podem ser apreciados na tabela 6. Os sujeitos obtêm valores mais elevados no estilo de amor Eros (média = 3,55) e mais baixos no estilo de amor Pragma (média= 2,25).

Tabela 6 – Média e Desvio Padrão dos Estilos de Amor

	N	Média	Desvio padrão
Eros (Amor erótico)	107	3,55	,98
Ludus (Amor lúdico)	107	2,54	,86
Storge (Amor amizade)	107	3,11	1,16
Pragma (Amor pragmático)	107	2,25	1,26
Mania (Amor possessivo)	107	2,82	,94
Ágape (Amor altruísta)	107	2,73	1,11

Por forma a avaliar qual o grau de associação entre tipos de vinculação e estilos de amor, efetuou-se uma análise de correlação de Person, ver tabela 7

Encontrámos correlações significativas entre a ansiedade e o Eros ($r = ,19$; $p \leq .05$), Storge ($r = ,235$; $p \leq .05$), sendo que os coeficientes são positivos e muito fracos ou fracos.

Não foram encontradas correlações entre as restantes dimensões para um $p \leq .05$.

Tabela 7 – Matriz de Correlação entre Tipos de Vinculação e Estilos de Amor

	Ansiedade	Conforto	Confiança
Eros (Amor erótico)	,190*	,023	,046
Ludus (Amor lúdico)	,072	,066	-,078
Storge (Amor amizade)	,235*	-,190	-,165
Pragma (Amor pragmático)	-,186	-,075	,101
Mania (Amor possessivo)	,020	,010	-,065
Ágape (Amor altruísta)	,089	-,063	-,099

* $p \leq 0,05$

A correlação mais elevada entre as dimensões da EVA e da LAS ocorre entre o estilo de amor amizade e a dimensão ansiedade, significativo, positivo e fraco ($r = ,235$).

Gêneros e Estilos de Amor

Perante os resultados alcançados no que concerne ao gênero e estilos de amor, constatamos que as mulheres obtêm valores mais elevados nos estilos de amor erótico, lúdico e amizade e os homens em amor pragmático, possessivo e altruísta, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas.

Tabela 8 – Diferenças de Médias entre Gêneros nos Estilos de Amor

	Masculino		Feminino		t
	M	DP	M	DP	
Eros (Amor erótico)	3,49	0,92	3,59	1,01	0,446
Ludus (Amor lúdico)	2,48	0,67	2,58	0,94	0,569
Storge (Amor amizade)	3,04	1,04	3,15	1,22	0,445
Pragma (Amor pragmático)	2,27	1,39	2,25	1,22	-0,048
Mania (Amor possessivo)	2,84	0,89	2,82	0,98	0,936
Ágape (Amor altruísta)	2,88	1,04	2,67	1,15	-0,874

Tipo de Relação e Estilos de Amor

Os casados obtêm valores mais elevados nos estilos de amor lúdico e amizade, os numa relação comprometida obtêm valores mais elevados nos estilos de erótico, pragmático e altruísta e os sujeitos presentemente sem ninguém obtêm valores mais elevados no estilo possessivo, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas, para um $p \leq .05$.

Tabela 9 – Análise de variância Anova por tipo de relacionamento nos Estilos de Amor

	Casado		Comprometido		Sem ninguém		F
	M	DP	M	DP	M	DP	
Eros (Amor erótico)	3,65	1,24	3,70	1,00	3,34	0,87	1,242
Ludus (Amor lúdico)	2,48	0,81	2,47	0,77	2,44	0,96	,016
Storge (Amor amizade)	3,33	1,10	3,18	1,23	2,92	1,17	,646
Pragma (Amor pragmático)	1,92	1,49	2,26	1,20	2,03	1,20	0,524
Mania (Amor possessivo)	2,48	0,97	2,70	0,87	3,02	0,94	1,830
Ágape (Amor altruísta)	2,25	0,92	2,84	0,97	2,68	1,24	1,435

Satisfação com a Relação e Estilos de Amor

Encontrámos uma correlação significativa entre o amor altruística e a satisfação com a relação, positiva e fraca ($r = ,330$; $p < .05$). Quanto mais elevado é o amor altruísta mais elevado é o grau de satisfação com a relação.

Tabela 10 – Satisfação vs Estilos de Amor

	Grau de satisfação
Eros (Amor erótico)	,175
Ludus (Amor lúdico)	-,025
Storge (Amor amizade)	,002
Pragma (Amor pragmático)	,147
Mania (Amor possessivo)	,039
Ágape (Amor altruísta)	,330*

* $p \leq 0,05$

Neste tópico serão apresentados os resultados mais importantes deste estudo, de modo a dar resposta aos objetivos e questões de investigação propostos, sendo feito um resumo da informação e posteriormente a apresentação da tabela com os resultados.

Estilos de Amor e Vinculação

Encontrámos as seguintes diferenças estatisticamente significativas:

Tabela 11 – Significância das diferenças: Vinculação e Estilos de Amor

	Preocupado		Evitante		Seguro		
	M	DP	M	DP	M	DP	F
Eros	4,00	,87	3,58	,85	3,49	1,10	,741
Ludus	2,75	1,04	2,63	,82	2,46	,89	,639
Storge	4,50	,42	3,14	1,11	2,94	1,18	5,197**
Pragma	2,13	,79	2,03	1,03	2,48	1,46	1,122
Mania	3,25	,94	2,78	,79	2,82	1,08	,648
Ágape	3,79	,91	2,58	,93	2,75	1,24	3,273*

* $p \leq 0,05$ ** $p \leq 0,01$

Storge, $F(2, 104) = 5,197$, $p = ,007$, os testes de comparação múltipla a posteriori indicam-nos que as diferenças significativas se encontram entre os sujeitos com estilo de

vinculação preocupado e os com estilos de vinculação seguro ou evitante, sendo que os preocupados obtêm valores mais elevados no tipo amoroso *Storage* (4,50 vs 2,94 e 3,14).

Ágape, $F(2, 104) = 3,273, p = ,042$, os testes de comparação múltipla a posteriori indicam-nos que as diferenças significativas se encontram entre os sujeitos com estilo de vinculação preocupado e os com estilos de vinculação seguro ou evitante, sendo que os preocupados obtêm valores mais elevados no estilo amoroso *Storage* (3,79 vs 2,74 e 2,58).

Quanto aos resultados mais importantes deste estudo, de modo a dar resposta aos objetivos e questões de investigação propostos, verificamos que os sujeitos com o tipo de vinculação preocupado obtêm valores mais elevados no estilo de amor *Ludus*, embora a diferença não seja estatisticamente significativa, $F(2, 104) = 0,639, p = ,530$. Não se confirma assim a hipótese 1 (é esperado que o tipo de vinculação Evitante esteja mais relacionado com o estilo de amor *Ludus*). No que concerne à hipótese 2 (É esperado que o tipo de vinculação Evitante esteja menos relacionado com o estilo de amor *Eros* e *Ágape*) verificamos que os sujeitos com o tipo de vinculação Seguro obtêm valores mais baixos no estilo de amor *Eros*, embora a diferença não seja estatisticamente significativa, $F(2, 104) = 0,741, p = ,479$. Não se confirma assim a hipótese enunciada. Contudo, os sujeitos com o tipo de vinculação “evitante” obtêm valores mais baixos no estilo de amor Ágape, sendo a diferença estatisticamente significativa, embora apenas relativamente ao tipo de vinculação Preocupado $F(2, 104) = 3,273, p = ,042$. As diferenças entre os tipos de vinculação Evitante e Seguro não são significativas. Confirmando-se assim, parcialmente a hipótese enunciada. Quanto à hipótese 3 (É esperado que o tipo de vinculação Preocupado esteja mais relacionado com o estilo de amor *Mania*) os resultados obtidos no estudo demonstram que os sujeitos com o tipo de vinculação Evitante obtêm valores mais elevados no estilo de amor *Mania*, embora a diferença não seja estatisticamente significativa, $F(2, 104) = 0,648, p = ,532$. Não se confirma assim a hipótese enunciada.

Por fim, no que respeita à hipótese 4 (É esperado que o tipo de vinculação Seguro esteja mais relacionado com o estilo de amor Ágape e *Storage*) verificamos que os sujeitos com o tipo de vinculação Preocupado obtêm valores mais elevados no estilo de amor Ágape, sendo a diferença estatisticamente significativa, relativamente ao tipo de vinculação Seguro e Evitante $F(2, 104) = 3,273, p = ,042$. As diferenças entre os tipos de vinculação Evitante e Seguro não são significativas. Não se confirma assim, a hipótese

enunciada. No entanto, os sujeitos com o tipo de vinculação Preocupado obtêm valores mais elevados no estilo de amor Storge, sendo a diferença estatisticamente significativa, relativamente ao tipo de vinculação Seguro e Evitante $F(2, 104) = 5,197, p = ,007$. As diferenças entre os tipos de vinculação Evitante e Seguro não são significativas. Não se confirma assim, a hipótese 4.

Capítulo 6 – Discussão dos Resultados

6. Discussão dos Resultados

No sentido de dar resposta aos objetivos que orientaram esta investigação, segue-se uma discussão dos resultados anteriormente descritos, tendo subjacente os elementos de natureza teórica e empírica apresentados na primeira parte do trabalho.

Da caracterização da relação amorosa, constatamos que a maioria dos participantes referem ter tido uma relação amorosa ou que mantêm atualmente uma relação. No que concerne aos estilos de vinculação verificamos que o estudo apresenta resultados mais elevados de vinculação do tipo segura quando em comparação com o tipo evitante e preocupado. Taís resultados convergem com a revisão da literatura, nomeadamente com a Teoria da Vinculação, permitindo concluir que resultados elevados no tipo de vinculação segura indicam uma relação positiva e segura, comportamentos adaptativos e pró sociais. Neste sentido, Kunce e Shaver (1994) verificam que os indivíduos com vinculação segura, por norma, apresentam conforto com a intimidade e também com a autonomia. Desta forma, segundo os autores os indivíduos estarão mais propensos à manutenção da proximidade e do contacto físico com o parceiro amoroso. Já os sujeitos com vinculação insegura tendem a desenvolver comportamentos de exibicionismo nas suas relações amorosas, evitando maior envolvimento na relação.

De forma a compreendermos e analisarmos os resultados anteriores, é importante frisarmos que, na literatura, vários autores encontram relações consistentes entre a qualidade e a segurança da relação, os modelos internos dinâmicos e o desenvolvimento social (e.g., Bretherton, 1990; Cassidy, 1998; Thompson, 1998; 1999). Assim, a existência de representações positivas, resultantes de uma vinculação segura com as figuras cuidadoras, proporcionam um contexto ótimo para o desenvolvimento de algumas competências sociais, entre as quais a empatia, a responsividade, a capacidade de negociação, a resolução de conflitos (Page & Bretherton, 2001), a autonomia (Rose-Krasnor et al., 1996), a orientação para a tarefa e a expressão de emoções positivas (Danaham, Renwick & Holt, 1991). A vinculação segura e as representações positivas das figuras parentais também se relacionam com os processos sociocognitivos, nomeadamente no que diz respeito ao processamento de informação social (Locraft & Teglassi, 1997). Para Pinhel et al. (2009) os sujeitos com vinculação segura demonstram maiores competências sociais em especial na autoestima.

Contudo, partindo do princípio que a manifestação dos tipos de vinculação nos adultos teria maiores probabilidades de ser encontrada nas relações amorosas desenvolveram-se vários estudos com o intuito de prever a relação entre estas duas variáveis. Nesta linha de pensamento, Bartholomew (1994) propõe que estas duas dimensões estariam relacionadas com as próprias representações internas do sujeito.

Relativamente aos resultados da testagem das hipóteses, salientamos que não foi corroborada nenhuma das hipóteses em estudo. Assim, na nossa investigação, ao contrário do que sustenta a literatura, não encontramos associação entre os padrões de vinculação e os diferentes estilos de amor. Deste modo, para o autor supracitado, quando os sujeitos apresentavam um resultado elevado, no que concerne ao estilo de vinculação “preocupado” seria o resultado de uma representação bastante negativa de si mesmo. Enquanto um resultado elevado do estilo de vinculação “evitante” seria o resultado de uma avaliação negativa do outro.

Levy e Davis (1988) foram os primeiros investigadores a se preocuparem com a relação entre os padrões de vinculação e os estilos de amor, mencionando a sobreposição entre os estilos de vinculação e os diferentes estilos de amor. Contudo, e corroborando os resultados obtidos no nosso estudo, os autores supracitados mencionam que cada uma das variáveis não depende da outra, ou seja, uma variável complementa a outra.

Os resultados do estudo de Simpson, Rholes e Nelligan (1992), indicam que os estilos de vinculação servem efetivamente para regular, interpretar e lidar com as experiências com que nos deparamos. Como constatamos, diversos estudos recorrem à medida de Hazan e Shaver, para avaliar empiricamente as associações entre os tipos de vinculação e as dimensões da relação amorosa. Collins e Read (1990) levam a cabo um estudo, cujo objetivo passa por avaliar as relações entre os estilos de vinculação e as relações amorosas, procurando alargar os trabalhos levados a cabo por Hazan e Shaver e também explorar o papel que a vinculação exerce na relação amorosa, enfatizando a qualidade da mesma. A partir do seu estudo, Collins e Read (1990) corroboram que sujeitos com estilo de vinculação segura apresentam valores mais elevados de confiança face aos outros e ao seu parceiro amoroso, e maior proximidade emocional, com uma representação mais positiva de si mesmos, com baixos níveis de ansiedade e com visões de amor mais românticas. Os resultados obtidos no estudo, ainda que significativamente, confirmam a teoria proposta por Hazan e Shaver, que diferentes tipos de vinculação podem estar associados a diferentes padrões de si e diferentes relações amorosas. O mesmo estudo

demonstrou ainda que no que concerne à associação entre a vinculação e às relações amorosas, que os estilos de vinculação, têm uma capacidade preditiva sobre o funcionamento de uma relação.

Simpson (1990) leva a cabo um estudo, com o intuito de avaliar em que medida os estilos de vinculação interferem com o relacionamento amoroso. Os estudos obtidos, demonstram que indivíduos com o tipo de vinculação “segura” percebem maior compromisso na sua relação amorosa, sendo mais elevado o grau de satisfação com a mesma. Contudo, os sujeitos com um tipo de vinculação “evitante” são os que mencionam menor envolvimento emocional na relação.

Canavarro (1999) no seu estudo procura avaliar os efeitos dos tipos de vinculação, ao longo do ciclo vital, com uma determinante para a saúde mental. De acordo com a autora, a satisfação com a relação amorosa é determinada pela segurança na vinculação. De acordo com os dados recolhidos, para este estudo, e perante o exposto até ao momento, as principais conclusões que podemos extrair remetem para a vinculação “segura” estar associada a níveis mais elevados de satisfação na relação amorosa, ao passo que os sujeitos com vinculação do tipo evitante ou ambivalente são mais submissos ao seu companheiro (a). Por outro lado, no que concerne, ao conjunto das conclusões, em primeiro lugar e apesar dos estudos alguns mencionaram que existem fracas relações entre os estilos de vinculação e o relacionamento amoroso, no nosso estudo encontramos diferenças estatisticamente significativas entre a confiança nos outros (média = 3,13) e mais baixos em ansiedade (média= 2,38).

No que concerne à satisfação com a relação e estilos de amor, os resultados do nosso estudo evidenciam que quanto mais elevado é o amor altruísta mais elevado é o grau de satisfação com a relação. Nesta linha de pensamento, Costa (2005) refere que a intimidade começa na infância sendo um processo que se desenvolve ao longo do ciclo vital. Num estudo longitudinal Sprecher (1999) recorreu a uma amostra de casais de namorados, verificou que nas relações estáveis os elementos do par experienciam um aumento do amor, do compromisso e da satisfação ao longo do tempo. Andrade e colaboradores (2009) realizaram um estudo tendo em consideração as componentes da literatura (intimidade, paixão, e compromisso), concluindo que as componentes mencionadas são as que contribuem de forma significativa para o tipo de amor “romântico”. Neto (2005) no seu estudo analisa as correlações existentes entre a satisfação com a vida amorosa e os estilos de amor. Com o estudo, conclui que existe uma relação

positiva entre a satisfação com a vida amorosa e os estilos de amor Eros (amor romântico, apaixonado) e Ágape (amor altruísta), o que levou o autor a concluir que estes estilos variam de forma. O autor esperava, no seu estudo, encontrar uma correlação negativa entre satisfação com a vida amorosa e o estilo de amor Ludus (amor visto como um jogo). Contudo, os resultados obtidos não foram considerados significativos, associando os mesmos à dimensão da amostra.

Quanto aos estilos de amor e vinculação, sendo este o principal objetivo deste estudo, como mencionamos, os resultados confirmam parcialmente as hipóteses enunciadas, uma vez que se verificam diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes estilos de amor e vinculação, bem como, diferenças significativas entre géneros nas variáveis estudadas. No nosso estudo verificamos que as mulheres obtêm valores mais elevados nos estilos de amor erótico, lúdico e amizade e os homens em amor pragmático, possessivo e altruísta, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas.

Os estudos científicos, realizados neste âmbito têm demonstrado que os homens tendem a valorizar mais o tipo de amor Eros e Ludos ao passo que as mulheres tendem a apresentar valores mais elevados nos tipos de amor Storge, Mania e Pragma (Hendrick & Hendrick, 1994). Segundo Ubillos e colaboradores (1997) estas diferenças provavelmente encontram-se relacionadas com as funções que a amor representa para cada um. Neto (2000) realizou um estudo no qual aplicou a LAS (Hendrick & Hendrick, 1986) no nosso país dando-lhe o nome de Escala de Atitudes em Relação ao Amor. No seu estudo, o autor verificou que a maioria das correlações entre os fatores da escala foi semelhante às obtidas por Hendrick e Hendrick: Eros estava positivamente correlacionado com Ágape e negativamente correlacionado com Ludus; Ludus estava positivamente correlacionado com Pragma e negativamente com Ágape.

Neto (2000) considera que os tipos de amor Eros e Storge são os mais vivenciados, na sua grande maioria por indivíduos que apresentam uma vinculação mais segura. Segundo o autor supracitado, os sujeitos tendem a ter elevados resultados no estilo de amor “Mania”, por norma, evidenciam maior intimidade com o parceiro, conseguindo demonstrar o seu amor e o desejo pelo outro.

Apesar de as nossas hipóteses só terem sido parcialmente confirmadas, os resultados do nosso estudo indicam um sentido que gostaríamos de realçar, uma vez que, mostram a existência de diferenças significativas entre os sujeitos com tipo de vinculação preocupado e com tipo de vinculação seguro ou evitante, com valores mais elevados no

estilo de amor Storge (4,50 vs 2,94 e 3,14) e no estilo de amor Ágape (3,79 vs 2,74 e 2,58).

Consideramos que estes resultados, nomeadamente no que se refere ao estilo de amor Ágape pode ir ao encontro no que a teoria descreve como adultos com um padrão de vinculação do tipo ambivalente (preocupado), procuram de forma continuada e persistente o carinho e afeto do seu companheiro, como forma de compensarem a insuficiência do *self*. Neste sentido o estilo de amor Ágape -Amor Altruísta- o sujeito que dá o melhor de si (afeto, carinho) ao outro, sem esperar nada em troca. Feeney & Collins, 2001; Feeney, 1996; Feeney & Hohaus, 2001; Kuncé & Shaver (1994) referem inclusive, entre outras conclusões, que sujeitos com vinculação insegura ambivalente apresentam maior propensão aos cuidados compulsivos, provavelmente devido a angústia pessoal e excessivo envolvimento nos problemas do parceiro. Neste sentido este resultado poderia ser explicado por evidência de que numa vinculação preocupada, comportamentos altruístas estejam de certo modo ligados à insegurança e a pouca capacidade de zelar pelos interesses pessoais, por forma, a manter a relação.

No que se refere aos resultados mais elevados e significativos nos sujeitos com estilo de vinculação preocupado, quando comparados com outros com tipo de vinculação seguro ou evitante, no estilo de amor Storge -Amor Amizade - que se caracteriza essencialmente por uma afeição que se vai desenvolvendo de forma progressiva, poderão também ser parcialmente explicados pela necessidade dos sujeitos com uma vinculação insegura gerirem a relação amorosa de forma defensiva, ficando aparentemente mais segura se tiver contornos de amizade.

De referir que os resultados do nosso estudo devem ser analisados com alguma cautela, do ponto de vista estatístico, visto que as variáveis em estudo remetem a uma individualidade do ser Humano e encontram-se envoltas em alguma complexidade.

Conclusão

O ser Humano sendo um ser social, a capacidade de interagir eficazmente com os outros indivíduos assume extrema importância em termos de adaptabilidade ao meio. Daí a importância de analisarmos e nos debruçarmos sobre a vinculação e os estilos de amor, tendo em conta que se verifica uma escassez de estudos em Portugal relativamente a esta temática. Tendo em conta a atual conjuntura social com que nos deparamos, educar parece apresentar-se como uma tarefa cada vez mais complicada, na qual os relacionamentos, cada vez mais, principalmente por parte dos jovens adultos são vistos como um meio para atingir os fins, apresentando-se como algo simples e compensatório, nos mais diversos níveis, social, emocional, económico. Daí surge a importância e pertinência de abordarmos a temática em estudo, tendo em conta que se verifica um aumento dos relacionamentos e paralelamente o aumento de relações disfuncionais.

Assim, esta dissertação reflete um trabalho de investigação empírico relativamente à vinculação e os estilos de amor em adultos no contexto universitário. Os resultados encontrados vão em parte de encontro aos da literatura. Deste modo, consideramos ter cumprido os objetivos deste estudo.

Apesar disso, é fundamental termos um olhar crítico relativamente às limitações desta dissertação, que passaremos a abordar. É importante começar por referir o fato de a amostra em estudo ser universitária o que pode de alguma forma enviesar os resultados, visto que as respostas podem ser dados em função da desejabilidade social. Para além disso, podemos mencionar como limitações do estudo, as questões metodológicas, sendo que embora a dimensão da amostra ter sido razoável e representativa quanto ao género, a amostra foi obtida utilizando uma amostragem por conveniência. A maior parte dos estudos realizados nesta área utilizam este tipo de amostragem, sendo que pode ser limitativa, não permitindo extrair generalizações para toda a população Portuguesa.

Por outro lado, o nosso estudo não nos permite compreender algumas questões que estão relacionadas com o contexto em que os comportamentos e os tipos de amor ocorrem, não conseguimos obter os motivos que lhes são atribuídos, o significado que esse tipo de amor têm para os participantes. Deste modo, o estudo poderia ter beneficiado se existisse uma recolha de informação mais qualitativa.

Uma outra limitação a ser apontada é a extensão dos instrumentos utilizados, sendo que os questionários administrados têm um elevado número de itens, o que, para as faixas etárias onde foi aplicado pode ser problemático, podendo existir problemas como a fadiga dos participantes.

No entanto, consideramos que este estudo contribui para uma melhor compreensão do fenómeno, podendo ser útil na criação de projetos de prevenção. A presença deste fenómeno entre as novas gerações deve merecer uma maior atenção, até porque estamos hoje conscientes de que as relações amorosas são um importante preditor do desenvolvimento psicossocial.

Estudos futuros devem incidir cada vez mais sobre esta temática, uma vez que, assistimos cada vez mais ao aumento do número de divórcios e ao aumento de violência entre os parceiros amorosos, assim, torna-se fulcral compreendermos quais os fatores protetores e preditores, de forma a criarmos intervenções cada vez mais eficazes. Para além disso, sugere-se que em futuros estudos alarguem a investigação para faixas etárias mais jovens, assim como, em diferentes zonas do país, de modo a observar a prevalência e as atitudes dos Portugueses face às relações amorosas.

Referências Bibliográficas

- Ainsworth, M. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716. DOI: 10.1037/ 0003-066X.44.4.709.
- Ainsworth, M. D. S. (1982). *Attachment: Retrospect and prospect*. In C. M. Parkes & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *The place of attachment in human behavior*. New York: Basic Books.
- Almeida, L. S., & Freire, T. (2008). *Metodologia de Investigação em Psicologia e Educação*. Braga: Psiquilibrios
- American Psychiatric Association. (2002). *Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais – DSM-IV-TR*. (4ªEd). Lisboa: Climepsi Editores.
- Andrade, A. L. & Garcia, A. (2009). Atitudes e Crenças sobre o Amor: Versão Brasileira da Escala de Estilos de Amor. *Interpersona.3 (1)*, 89-102. Doi: org/10.1590/S0102-79722012000400002.
- Barón, M., Zapiain, J., & Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo- sexual en la pareja. *Journal Psithema*, 14, (2), 469-475. Doi:10.1037/1089-2680.4.2.111.
- Bartholomew, K. & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York, NY: Guilford
- Berlin, L., Zeanah, C., & Lieberman, A. (2008). Prevention and Intervention Programs for supporting early attachment security. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications*. (P.357) New York: Guilford Press.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal Care and mental health*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Bowlby, J. (1981). *Cuidados maternos e saúde mental*. São Paulo: Martins Fontes Editora.
- Bowlby, J. (1982). Epilogue. In: C. Parkes & Stevenson-Hinde (Eds.); *The place of attachment in human behavior*. London: Tavistock Publications.
- Bowlby, J. (1984). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2ª edição). Harmondsworth: Penguin Books.
- Bragança, A., Campos, R. (2010). Estilos de vinculação amorosa e experiências relacionadas na infância de cariz disfuncional. Um estudo com uma amostra de

- estudantes universitários. *Atas do VII Simpósio nacional de investigação em psicologia*. Universidade do Minho.
- Canavarro, M.C. (1999). *Relações Afetivas e Saúde Mental*. 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*, 20 (1), 155-186.
- Cassepp-Borges, V. e Teodoro, M. (2007). Propriedades Psicométricas da Versão Brasileira da Escala Triangular do Amor de Sternberg. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20 (3), 513- 522. Doi: 10.1590/S0102-79722007000300020.
- Cicchetti, D., Cummings, E., Greenberg M., & Marvin, R. (1990). *An organizational perspective on attachment beyond infancy: Implications for theory, measurement and research*. In M. Greenberg, D. Cicchetti & E. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention*. (p.228) Chicago: The Chicago University Press.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of adult attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.) *Advances in personal relationships, Attachment processes in adulthood* (pp. 53). London: Jessica Kingsley, Inc.
- Crespo, C.A. (2007). *Rituais Familiares e o Casal: Paisagens Inter-Sistémicas*. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Crowell, J., & Treboux, D. (2001). Attachment security in adult partnerships. In C. Clulow (Eds.), *Adult attachment and couple psychotherapy*. London: Brunn-Routledge.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11 (5), 177-180. Doi:0.1111/1467-8721.00195.
- Gleason, M. M, Fox NA, Drury S, Smyke AT, Egger HL, Nelson CA, Gregas MG, Zeanah CH (2011). The validity of evidence-derived criteria for reactive attachment disorder: Indiscriminately social/disinhibited and emotionally withdrawn/inhibited types. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 50, 216–231. Doi: 10.1016/j.jaac.2010.12.012.
- Gleitman, H, Fridlund, A. J., & Reisberg, D. (2007). *Psicologia*. Fundação Calouste Gulbenkian.

- Hazan C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and social Psychology*, 59 (3), 511-524. Doi: org/10.1037/0022-3514.52.3.511.
- Hazan, C. & Zeifman, D. (1994). *Sex and the psychological tether*. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships*, Vol. 5, Attachment Processes in Adulthood. London: Jessica Kingsley.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1990). Love and Work: an attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59 (2), 270-280. Doi: 10.2307/1131141.
- Hendrick, S. S. e Hendrick, C. (1994). *Romantic Love*. Newbury Park: Sage Publications.
- Hetherington, E., & Cox, R. (1982). Effects of divorce on parents and children. In M. Lamb (Org.), *Nontraditional families: Parenting and child development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Johnson, R., Browne, K., & Hamilton-Giachritsis, C. (2006). Young children in institutional care at risk of harm. *Trauma, Violence, & Abuse*, 7 (1) 34-60. Doi: 10.1177/1524838005283696.
- Kobak, R. (1999). The emotional dynamics of disruptions in attachment relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical implications*. New York: The Guildford Press.
- Kunce, L., & Shaver, P. (1994). An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships*. London: Jessica Kingsley.
- Lee, J. A. (1998). Ideologies of Lovestyle and Sexstyle. In Munck, V. C. (Eds.), *Romantic Love and Sexual Behavior: perspectives from the social sciences*. Westport: Praeger Publishers.
- Lyons-Ruth, K., Jacobvitz, D. (2008). Attachment disorganization: genetic factors, parenting contexts, and developmental transformation from infancy to adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: Guilford Press.
- Martins, E. (2007). *Regulação emocional diádica, temperamento e nível de desenvolvimento aos 10 meses como preditores da qualidade da vinculação aos*

- 12/16 meses. Tese de Doutoramento não publicada. Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho, Portugal.
- Matos, P & Costa, M. (2006). Vinculação aos pais e ao par romântico em adolescentes. *Psicologia*, 20 (1), 97-127. Retirado de http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S087420492006000100006&script=sci_arctext
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: The Guilford.
- Narciso, I. (2001). *Conjugalidades satisfeitas mas não perfeitas: à procura do padrão que liga*. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Neto, F. (1994). Love styles among portuguese students. *The Journal of Psychology*, 128 (5), 613-616. Doi: 10.1080/00223980.1994.9914919.
- Neto, F. (2000). *Psicologia Social*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Neto, F. (2005). The satisfaction with love life scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 38, pp. 2-11.
- O'Connor, T., & Zeanah, C. H. (2003). Current perspectives on attachment disorders: Rejoinder and synthesis. *Attachment and Human Development*, 5 (3), 321-326. DOI: 10.1080/14616730310001593901.
- Pacheco, A., Costa, R., & Figueiredo, B. (2003). Estilo de vinculação, qualidade da relação com as figuras significativas e da aliança terapêutica e sintomatologia psicopatológica: Estudo exploratório com mães adolescentes. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3 (1), 35-59.
- Page, T., & Bretherton, I. (2001). Mother-and father-child attachment themes in the story completions of pre-schoolers from post-divorce families: Do they predict relationships with peers and teachers? *Attachment & Human Development*, 3, 1-29.
- Pais- Ribeiro, J. L. (2010). *Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde*. Lisboa: Placebo Editora.
- Pestana, M.; Gageiro, J. (2003). *Análise de dados para ciências sociais – A complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo

- Pinhel, J; Torres, N. e Maia, J, (2009). Crianças institucionalizadas e crianças em meio familiar de vida: Representações de vinculação e problemas de comportamento associado, *Análise Psicológica*, 4 (XXVII).
- Rohner, R. P. & Britner, P. A. (2002). Worldwide mental health correlates of parental acceptance-rejection: review of cross-cultural and intracultural evidence. *Cross-Cultural Research*, 36(1), 16-47. Doi: 10.1177/106939710203600102.
- Rohner, R.P. (2004). The Parental “Acceptance-Rejection Syndrome”: Universal Correlates of Perceived Rejection. *American Psychologist*, 59 (8) 827-840. doi: 10.1037/0003-066X.59.8.830.
- Rohner, R., Khaleque, A., Cournoyer, D., (2012). *Introduction To Parental Accetance-Rejection Theory, Methods, Evidence, And Implications*
- Rohner, R.P., Khaleque, A. & Cournoyer, D.E. (2012). *Parental Acceptance-Rejection Theory, Methods, Evidence, and Implications. Handbook for the Study of Parental Acceptance and Rejection*. Storrs: Rohner Research Publications.
- Rothbard, J., & Shaver, P. (1994). Continuity of attachment across the life span. In M. Sperling & W. Berman (Eds.), *Attachment in adults*. N.Y.: The Guilford Press.
- Shaver, P., & Mikulincer, M. (2002). Dialogue on adult attachment: Diversity and integration. *Attachment and Human Development*, 4 (2), 243-257. Doi 10.1080/14616730210157484.
- Silva, J. (2011). *Attachment Disorganization and Attachment Disordered Behaviors in a Group of Portuguese Institutionalized Children*. Universidade do Minho, Braga.
- Soares, I. (2002). *A vinculação vinculada*. Lição Síntese. Departamento de Psicologia, Departamento de Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho (Manuscrito não publicado).
- Soares, I. (2007). *Desenvolvimento da teoria e da investigação da vinculação*. In I. Soares (Ed.), *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e Avaliação*. Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Soares, I., Dias, P. (2007). Apego Y Psicopatologia en jóvenes y adultos: contribuciones recientes de la investigacion. *International journal of clinical and health psychology*, 7 (1), 177-195.
- Sroufe, A & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1184-1199. Doi: 10.2307/1128475

- Sroufe, L.A. (2005). Attachment and development: A prospective longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment e Human Development*, 7, 349-367. Doi: 10.1080/14616730500365928
- Tizard, J., & Tizard. B. (1974). A instituição como ambiente para o desenvolvimento. In M. Richards (Ed). *A integração da criança no mundo social*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Trinke, S. J., & Bartholomew, K. (1997). Hierarchies of attachment relationships in young adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14 (5), 603- 625. Doi: 10.1177/0265407597145002
- Van IJzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2006). The Emanuel Miller Memorial Lecture 2006: Adoption as intervention. Meta-analytic evidence for massive catch-up and plasticity in physical, socioemotional and cognitive development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(2), 1228-45. Doi: 10.1111/j.1469-7610.2006.01675.
- West, M., & Sheldon-Keller, A.E.R. (1994). *Patterns of relating. An adult attachment perspective*. New York: Guilford Press.
- WHO. (2007). *International classification of diseases- ICD 10* online. Consultado em 25/07/2014, disponível em: <http://apps.who.int/classifications/icd10/>.
- Zeanah, C. H., Smyke, A. T., Koga, S. F., Carlson, E., & the BEIP Core Group (2005). Attachment in institutionalized and community children in Romania. *Child Development*.