

**FIGURAS DE VINCULAÇÃO EM CONTEXTO DE DIVÓRCIO:  
PERCEÇÕES DE BASE SEGURA E PORTO SEGURO  
EM CRIANÇAS E JOVENS**

LUNA REIS DE JESUS DA SILVA

Orientador de Dissertação:  
Professor Doutor António José dos Santos

Professor de Seminário de Dissertação:  
Professor Doutor António José dos Santo

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

**MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

Especialidade em Psicologia Clínica

2025

Dissertação de Mestrado realizado sob a orientação do Professor Doutor António José dos Santos, apresentada no ISPA – Instituto Universitário, para obtenção do grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

## **Agradecimentos**

Ao meu orientador, Professor Doutor António José dos Santos, expresso a minha profunda gratidão pela orientação, incentivo e disponibilidade constante. Obrigada por acreditar em mim e por me desafiar a ir mais longe.

Aos meus pais, Rita, Sérgio, Maria e Francisco, obrigada pelo apoio incondicional, pela paciência e por estarem sempre lá. Obrigada por acreditarem em mim mesmo nos dias em que eu duvidei e por nunca me deixarem desistir.

Aos meus irmãos mais novos, Leonor e Manel, obrigada por me darem sempre motivos para querer ser melhor. Obrigada pela companhia, pelo carinho e por tornarem a vida mais leve e divertida. Ter-vos como irmãos é uma sorte enorme. Gosto um “mini bocadinho” de vocês.

Às minhas avós pela paciência e por todo o amor que se sempre me deram. Aos meus avôs, que sei que continuam a olhar por mim. E às minhas tias e tios de coração, por todo o carinho e apoio.

À minha prima Sofia, com quem cresci. Estarei sempre aqui a torcer por ti. Crescer ao teu lado tem sido um privilégio.

Às minhas amigas da licenciatura, Yolanda e Márcia, obrigada por terem sido casa numa fase tão importante e por continuarem a sê-lo, mesmo à distância. Évora será sempre nossa.

Às minhas amigas do ISPA, Margarida, Bruna e Inês, obrigada pelas conversas intermináveis, pelos dias partilhados entre entusiasmo e exaustão, pelos ataques de riso e pelos abraços que nunca faltam. Ter-vos ao meu lado tornou este caminho mais leve e muito mais bonito.

À Marta, a melhor amiga que alguma vez poderia ter imaginado. Palavras não chegam para agradecer tudo o que és e tudo o que representas. Que venham mais cem vidas.

Aos meus amigos de quatro patas e de duas, no caso do Beethoven. Ao Maui, Coco e Titi (por serem a minha companhia preferida), por encherem os meus dias de ternura e caos. Em especial ao meu Buggy, pelos 14 anos de amor incondicional e

lealdade. Obrigada por cada momento e por teres sido o melhor amigo que podia ter pedido. Levo-te comigo, sempre.

À Patrícia por acreditar em mim e me incentivar a acreditar em mim. Um obrigada não chega.

## Resumo

O presente estudo teve como objetivo analisar as percepções da vinculação de crianças e adolescentes em função do estado civil dos pais, considerando as dimensões de base segura e porto seguro nas figuras materna e paterna. Pretendeu-se, adicionalmente, explorar o papel do sexo e da idade como variáveis moderadoras, de modo a compreender de que forma estas influenciam as representações de segurança e disponibilidade parental após o divórcio. A amostra foi composta por 107 participantes, entre os 10 e os 14 anos, avaliados através da *Kerns Security Scale* (KSS), aplicada separadamente às figuras materna e paterna.

Os resultados revelaram diferenças estatisticamente significativas nas dimensões paternas, indicando percepções menos seguras nos filhos de pais divorciados em comparação com os filhos de pais casados. As dimensões maternas, por sua vez, mantiveram-se estáveis, refletindo possivelmente a continuidade da disponibilidade e do suporte afetivo. Não se observaram diferenças significativas em função da idade ou do sexo, embora as raparigas tenham apresentado uma ligeira tendência para percecionar a relação materna como mais segura.

De forma geral, os resultados sugerem que o impacto do divórcio na vinculação depende menos do estado civil dos pais e mais da qualidade das relações parentais. A manutenção de pelo menos uma figura de vinculação sensível e previsível pode ter constituído um fator protetor essencial, permitindo reorganizar os modelos internos e preservar o sentimento de segurança. Estas descobertas reforçam a relevância da teoria da vinculação como quadro interpretativo para compreender os processos de adaptação emocional em contextos de mudança familiar.

Palavras-chave: vinculação; divórcio; base segura; porto seguro; parentalidade.

## **Abstract**

The present study aimed to analyze children's and adolescents' attachment perceptions according to their parents' marital status, considering the dimensions of secure base and safe haven in both maternal and paternal figures. Additionally, it aimed to explore the role of gender and age as moderating variables, in order to understand how these factors influence representations of security and parental availability after divorce. The sample comprised 107 participants, aged between 10 and 14 years, assessed using the Kerns Security Scale (KSS), administered separately for each parental figure.

Results revealed statistically significant differences in the paternal dimensions, with children of divorced parents reporting lower levels of security compared to those whose parents remained married. Maternal dimensions, however, remained stable, possibly reflecting the consistent availability and emotional support. No significant differences were found regarding gender or age, although girls tended to perceive their relationship with their mother as slightly more secure.

Overall, the findings suggest that the impact of divorce on attachment depends less on marital status itself and more on the quality of parental relationships. The presence of at least one sensitive and predictable attachment figure may have emerged as a key protective factor, allowing the reorganization of internal models and the preservation of emotional security. These results reinforce the relevance of attachment theory as a framework for understanding emotional adjustment processes in the context of family change.

**Keywords:** attachment; divorce; secure base; safe haven; parenting.

## Índice

|  |      |
|--|------|
| <i>Agradecimentos</i> .....  | III  |
| <i>Resumo</i> .....  | V    |
| <i>Abstract</i> .....  | VI   |
| <i>Lista de Tabelas e Figuras</i> .....                                      | VIII |
| <i>Introdução</i> .....  | 1    |
| <i>Revisão da Literatura</i> .....   | 3    |
| Teoria da Vinculação.....  | 3    |
| Funções Materna e Paterna na Vinculação .....                                | 7    |
| Efeitos do Divórcio/Separação nas Relações de Vinculação .....               | 10   |
| Perceção das Funções de Base Segura e do Porto Seguro após o Divórcio .....  | 16   |
| Fatores de Proteção e de Risco na Vinculação após o Divórcio .....           | 20   |
| Fatores Moderadores: Sexo e Idade .....                                      | 26   |
| Síntese da Revisão de Literatura .....                                       | 27   |
| <i>Método</i> .....  | 30   |
| Participantes .....  | 30   |
| Instrumentos .....   | 30   |
| Procedimento .....   | 30   |
| <i>Resultados</i> .....  | 32   |
| Correlações entre as Dimensões de Vinculação .....                           | 32   |
| Estatísticas Descritivas .....   | 33   |
| Análise Multivariada da Variância .....                                      | 34   |
| <i>Discussão</i> .....   | 37   |
| Vinculação e Adaptação Emocional no Pós-Divórcio.....                        | 37   |
| O Papel de cada Figura Parental na Segurança Emocional .....                 | 38   |
| Diferenças de Género e Estabilidade dos Modelos Internos de Vinculação ..... | 40   |
| Dimensão Adaptativa da Vinculação e Resiliência Emocional .....              | 42   |
| Implicações Clínicas, Psicossociais e Educativas .....                       | 44   |
| Vinculação e Divórcio .....  | 45   |
| <i>Conclusão</i> .....   | 47   |
| Síntese dos Principais Resultados .....                                      | 47   |
| Implicações Teóricas e Clínicas .....  | 48   |

|   |    |
|---|----|
| Limitações, Contributos e Estudos Futuros ..... | 48 |
| Considerações Finais .....                      | 50 |
| <i>Referências Bibliográficas:</i> .....        | 51 |

### **Lista de Tabelas e Figuras**

|  |    |
|--|----|
| Tabela 1: Correlações entre as variáveis em estudo .....             | 32 |
| Tabela 2: Estatísticas Descritivas .....                             | 33 |
| Tabela 3: Teste dos Efeitos entre Sujeitos.....                      | 35 |
| Tabela 4: Médias Marginais Estimadas.....                            | 36 |
| Figura 1: Base Segura Paterna em função do Estado Civil e Sexo ..... | 45 |

## **Introdução**

A família representa o primeiro sistema de referência emocional e relacional da criança, desempenhando um papel central na construção da segurança e da confiança nas relações (Bowlby, 1988; Bretherton, 1992). É neste espaço que se formam as primeiras experiências de vinculação, as quais moldam a percepção do self e dos outros ao longo da vida (Ainsworth et al., 1978; Cassidy, 1988).

A dissolução do casamento representa, por isso, um acontecimento potencialmente desorganizador, capaz de desafiar a continuidade das relações afetivas e exigir uma reorganização profunda das dinâmicas familiares (Hetherington & Kelly, 2002; Amato, 2010). Contudo, o impacto do divórcio não decorre apenas da separação em si, mas da forma como as figuras parentais conseguem, ou não, preservar a capacidade de oferecer uma base segura e um porto seguro (Kelly & Emery, 2003; Lamela et al., 2016).

A Teoria da Vinculação, formulada por John Bowlby e desenvolvida empiricamente por Mary Ainsworth, fornece um enquadramento fundamental para compreender a forma como as relações precoces com os cuidadores influenciam o ajustamento emocional e social (Bowlby, 1988; Ainsworth et al., 1978). Segundo esta perspetiva, a segurança emocional depende da previsibilidade, sensibilidade e consistência das figuras de vinculação, que funcionam simultaneamente como base de exploração e fonte de conforto (Grossmann, Grossmann & Waters, 2005; Sroufe et al., 2005). Em contextos de divórcio, estas funções podem ser perturbadas, exigindo dos filhos a reorganização das suas representações internas e a redefinição das figuras de referência (Bretherton, 1992; Allen & Tan, 2016).

O aumento expressivo das taxas de divórcio em Portugal nas últimas décadas reflete mudanças significativas na estrutura e nas dinâmicas familiares (Pordata, 2025; Amato, 2010). Apesar de constituir uma experiência comum, a separação conjugal continua a implicar desafios emocionais e relacionais relevantes, sobretudo para os filhos (Hetherington & Kelly, 2002; Raposo et al., 2011). As consequências observadas não se relacionam apenas com o divórcio, mas com a forma como os pais reorganizam os seus papéis, através da cooperação e da comunicação (McHale & Lindahl, 2011; Lamela et

al., 2016). Estudos demonstram que a presença de pelo menos uma figura parental sensível e consistente constitui um fator de proteção determinante, que favorece a adaptação emocional e reduz os riscos associados à instabilidade familiar (Kelly & Emery, 2003; Sroufe et al., 2005).

Neste enquadramento, torna-se essencial compreender de que forma as crianças e os adolescentes percebem a disponibilidade e o suporte das suas figuras parentais após a separação (Bowlby, 1988; Kelly & Emery, 2003). O presente estudo procura analisar as percepções da vinculação em função do estado civil dos pais, tendo em conta as dimensões de base segura e porto seguro (Ainsworth et al., 1978; Kerns et al., 2015), e explorar o papel do sexo e da idade como variáveis moderadoras (Allen & Tan, 2016; Hetherington & Kelly, 2002). Pretende-se, assim, contribuir para o aprofundamento do conhecimento sobre os mecanismos de reorganização da vinculação em contextos de divórcio, destacando a relevância das funções dos pais na preservação da segurança emocional (Grossmann, Grossmann & Waters, 2005; Sroufe et al., 2005). Ao enfatizar a qualidade das relações e não a estrutura familiar, este trabalho procura reforçar a compreensão da vinculação como um processo dinâmico, relacional e adaptativo, essencial à estabilidade emocional e ao desenvolvimento saudável de crianças e jovens (Bretherton, 1992; Amato, 2010).

## Revisão da Literatura

### Teoria da Vinculação

A vinculação constitui um dos conceitos centrais da psicologia, e remete para a tendência inata do ser humano em estabelecer e manter proximidade com figuras específicas com as quais estabelece laços afetivos significativos. A Teoria da Vinculação, formulada por John Bowlby, emergiu no contexto do pós-Segunda Guerra Mundial, quando se começou a reconhecer o impacto emocional das separações entre crianças e os seus cuidadores (Bowlby, 1988; Bretherton, 1992).

Inspirado pela etologia, com especial destaque para os trabalhos de Lorenz e Harlow, Bowlby propôs que a vinculação não é apenas uma necessidade emocional, mas um comportamento instintivo com uma função biológica essencial, a de assegurar a sobrevivência e a proteção do indivíduo através da manutenção da proximidade com figuras de referência. Assim, a vinculação constitui uma relação emocional profunda e duradoura estabelecida entre duas figuras específicas, num determinado espaço e tempo (Bowlby, 1982).

De acordo com esta teoria, as interações e experiências precoces entre a criança e os cuidadores originam modelos internos de funcionamento, isto é, estruturas cognitivas e afetivas que moldam a forma como a criança interpreta e responde às relações interpessoais (Groh et al., 2014a). Estes modelos geram expectativas, emoções e comportamentos que são continuamente atualizados ao longo das experiências sociais, influenciando as relações futuras (Cassidy et al., 1996). É através desta perspetiva que a relação com a figura de vinculação assume um papel determinante no desenvolvimento emocional e relacional (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988).

Bowlby (1988) sublinhou que a qualidade e a consistência do vínculo com a figura de vinculação são fatores determinantes para o desenvolvimento da confiança e segurança emocional. Enquanto Bowlby desenvolveu a base teórica, Mary Ainsworth foi responsável pela sua operacionalização empírica, nomeadamente através da conceção e aplicação da experiência da *Situação Estranha*. Através deste método de observação, composto por episódios de separação e reunião entre criança e cuidador, foi possível identificar padrões de comportamento e classificar os estilos de vinculação em três categorias: segura, insegura-evitante e insegura-ambivalente (Bretherton, 1992).

Posteriormente, Main e Solomon (1990) identificaram uma quarta categoria, a vinculação desorganizada.

A distinção entre estes estilos está diretamente relacionada com dois conceitos centrais desta teoria, que são: o de base segura e o de porto seguro. A base segura refere-se à função da figura de vinculação como fonte de apoio emocional, que encoraja a criança a explorar o mundo com autonomia e confiança, garantindo a possibilidade de regressar ao cuidador sempre que necessário, sobretudo em situações de ameaça. Já o porto seguro corresponde à capacidade do cuidador em proporcionar conforto, proteção e tranquilidade em momentos de stress ou medo (Bowlby, 1988; Ainsworth et al., 1978). Estes dois mecanismos funcionam de forma complementar. Enquanto a base segura promove a autonomia e a exploração, o porto seguro garante proteção emocional. A presença consistente destas funções desde os primeiros anos de vida contribui para o desenvolvimento progressivo da independência e da autorregulação emocional (Bretherton, 1992).

Com o avanço da investigação, foram identificados diferentes padrões de vinculação, refletindo a qualidade da relação estabelecida entre a criança e os cuidadores. Os modelos de vinculação funcionam como estruturas internas que permitem ao indivíduo organizar a experiência relacional e lidar com a angústia. A vinculação segura é considerada um fator protetor, através da qual as crianças com este padrão confiam na disponibilidade do cuidador ao procurarem conforto em situações de stress, ao mesmo tempo que se sentem confiantes para explorar o meio quando têm uma perceção de segurança (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988). Esta segurança está associada a maior capacidade de adaptação emocional, autoestima positiva e relações interpessoais mais saudáveis (Cassidy, 1988; Sroufe et al., 2005). Posteriormente, Main e Solomon (1990) apresentaram o padrão desorganizado, caracterizado por comportamentos contraditórios e desorientados face à figura de vinculação, geralmente associados a contextos de medo, negligência ou inconsistência parental.

Em contrapartida, os estilos inseguros, evitante e ansioso-ambivalente, tendem a desenvolver-se em contextos de respostas parentais inconsistentes, negligentes ou intrusivas. Crianças com estes padrões revelam maior vulnerabilidade, dificuldades de regulação emocional e menor resiliência face ao stress, o que pode gerar respostas desajustadas. Especificamente, na vinculação evitante observa-se uma tendência para a

minimização da expressão emocional e para a manutenção da autonomia, enquanto na ansioso-ambivalente predominam estratégias de hiperativação, com manifestações intensas das necessidades afetivas e elevada sensibilidade à rejeição (Mikulincer & Florian, 1998; Cassidy & Shaver, 2016). Apesar de constituírem estratégias adaptativas na infância, estes padrões podem comprometer o desenvolvimento emocional e a qualidade das relações ao longo da vida (Shaver & Mikulincer, 2002; Sroufe et al., 2005).

A vinculação desorganizada, identificada mais tarde, caracteriza-se por comportamentos contraditórios, confusos ou desorientados, frequentemente associados a experiências de trauma, abuso ou ausência prolongada de cuidadores, sendo este estilo considerado um preditor significativo de dificuldades emocionais e relacionais a longo prazo (Main & Solomon, 1990). As diferenças observadas entre os padrões de vinculação remetem diretamente para o papel do cuidador e para a forma como este responde às necessidades da criança, o que reforça um aspeto amplamente evidenciado na investigação de Ainsworth et al. (1978) e aprofundado em estudos posteriores sobre a sensibilidade parental e a função de base segura (Kerns et al., 2015).

A qualidade da vinculação está diretamente relacionada com a sensibilidade e a capacidade de resposta do cuidador, isto é, com a capacidade destes em perceber, interpretar e responder de forma adequada às necessidades da criança, ajustando-se ao seu estado emocional e ao contexto (Ainsworth et al., 1978; Bretherton, 1992). A evidência científica indica que cuidadores sensíveis favorecem o desenvolvimento de vinculações seguras, promovendo regulação emocional, autonomia e bem-estar psicológico. Pelo contrário, interações imprevisíveis ou pouco sensíveis aumentam o risco de padrões inseguros, dificultando a gestão das emoções e a construção de relações saudáveis (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988; Groh et al., 2014b).

A sensibilidade parental constitui, assim, uma base para o desenvolvimento de modelos internos positivos, sustentados pela perceção de si como digno de amor e pela experiência dos outros como figuras disponíveis e confiáveis (Ainsworth et al., 1978; Cassidy, 1988). Estes modelos moldam as futuras relações, influenciando diretamente autoestima, confiança interpessoal e capacidade de lidar com o stress (Bowlby, 1988; Shaver & Mikulincer, 2002). Interações consistentes e responsivas contribuem para que a criança desenvolva um sentimento de previsibilidade e segurança nas relações, enquanto experiências de negligência ou imprevisibilidade favorecem representações internas de

instabilidade e desconfiança, com impacto duradouro na forma como a criança aprende a interpretar o comportamento dos outros (Bowlby, 1988; Bretherton, 1992).

Apesar da sua relevância e consistência teórica, a Teoria da Vinculação tem sido alvo de críticas e reformulações que procuraram aprofundar a sua compreensão. Numa fase inicial, foi dada ênfase excessiva à mãe como figura principal, o que desvaloriza o papel de outros cuidadores significativos no desenvolvimento infantil (Rutter, 1995). Estudos posteriores demonstraram que a criança pode estabelecer vínculos com diferentes figuras significativas, atribuindo funções de base segura e porto seguro não apenas à mãe, mas também ao pai, avós ou outros cuidadores próximos. Esta perspetiva permitiu compreender a vinculação como um processo dinâmico e diversificado, em que diferentes figuras podem desempenhar papéis complementares na vida da criança (Lamb, 2012).

Outra limitação frequentemente referida prende-se com a metodologia da Situação Estranha. Embora tenha sido fundamental para a operacionalização da teoria e para a identificação dos estilos de vinculação, este método apresenta limitações quanto à generalização dos resultados, uma vez que se baseia em situações laboratoriais e não reflete necessariamente a complexidade das relações familiares e contextuais. Esta limitação é particularmente relevante quando se analisam dinâmicas ligadas à vinculação em contextos de mudança ou de instabilidade, como é o caso do divórcio, nos quais a disponibilidade e a responsividade das figuras parentais podem assumir formas distintas, não captadas por procedimentos experimentais (van IJzendoorn & Sagi-Schwartz, 2008).

Tem-se vindo a reconhecer que os padrões de vinculação não são determinantes, mas configuram antes modelos relativamente estáveis, suscetíveis a reorganizações ao longo da vida, em resposta a novas experiências relacionais. Embora as interações precoces sejam fundamentais, fatores protetores posteriores, como relações de qualidade na adolescência ou na idade adulta, podem favorecer a reorganização de padrões menos seguros. Este desenvolvimento reforça a pertinência da teoria na análise de contextos de instabilidade familiar, como a separação ou o divórcio, nos quais é possível observar a reorganização dos modelos internos de funcionamento (Waters et al., 2000; Grossmann, Grossmann & Waters, 2005).

A compreensão da Teoria da Vinculação e dos estilos que dela derivam permite reconhecer a importância das primeiras interações na formação do mundo emocional da

criança (Bowlby, 1988). Neste quadro, torna-se essencial analisar o papel desempenhado pelas figuras de referência, nomeadamente mãe e pai, no desenvolvimento e manutenção dos vínculos afetivos. A Teoria da Vinculação oferece, assim, uma base sólida para compreender os impactos emocionais que contextos de separação ou divórcio podem ter, dado que alterações na presença, disponibilidade ou responsividade das figuras parentais podem comprometer o desenvolvimento de vínculos seguros e afetar o ajustamento emocional de crianças e jovens (Bowlby, 1988; Amato, 2010).

### **Funções Materna e Paterna na Vinculação**

A primeira relação afetiva da criança costuma centrar-se na figura materna, e a presença contínua desta figura revela-se fundamental para um desenvolvimento emocional equilibrado. Nesse sentido, Bowlby (1982) alertava para o facto de que separações prolongadas ou a ausência da mãe poderiam estar associadas a dificuldades relacionais, perturbações afetivas e, em casos mais graves, a quadros psicopatológicos. No entanto, não é apenas a mãe biológica que pode assumir esse papel. Desde que exista uma interação consistente, sensível e responsiva, outra pessoa significativa pode vir a constituir-se como figura de vinculação (Rutter, 1995), confirmando o papel das respostas típicas de um cuidador (Ainsworth, 1978; Bowlby, 1988).

Neste seguimento, Bowlby (1988) teorizou que a natureza e a qualidade da relação entre pais e filhos são determinadas sobretudo pela disponibilidade emocional e pela capacidade do cuidador em responder às necessidades da criança, garantindo uma base segura. Além disso, defendia que experiências relacionais positivas podem promover mudanças no padrão de vinculação, desde que a relação estabelecida seja segura (Bowlby, 1988).

Estudos mais recentes reforçam esta perspetiva, como destacam Scott et al. (2011), ao evidenciar que a construção de vínculos seguros assenta principalmente no compromisso e na regularidade dos cuidados prestados. De igual modo, outras investigações demonstram que as crianças podem desenvolver laços de segurança com diferentes figuras significativas, como avós, irmãos mais velhos ou cuidadores institucionais, desde que a relação seja pautada por consistência e sensibilidade (Grossmann et al., 2002; Lamb, 2012). Esta perspetiva amplia a compreensão clássica da vinculação, reconhecendo a diversidade dos contextos familiares e salientando que a

segurança emocional da criança não depende exclusivamente dos pais biológicos (Lamb, 2012).

A perspetiva apresentada abre caminho para a análise das diferenças percebidas entre mãe e pai enquanto figuras de vinculação, revelando papéis complementares no desenvolvimento da criança. Assim sendo, tanto mães como pais podem desempenhar as funções de porto seguro e de base segura no desenvolvimento infantil. A forma como respondem às necessidades da criança, de modo sensível, rápido e encorajador, influencia a percepção de segurança e a confiança desta para explorar o meio envolvente (Kerns et al., 2015). A evidência empírica sugere, contudo, que as crianças tendem a associar mais frequentemente a função de porto seguro à mãe e a função de base segura ao pai, revelando papéis distintos mas complementares no apoio ao desenvolvimento (Kerns et al., 2015).

No entanto, diversas investigações evidenciam o carácter flexível desses papéis. As funções atribuídas a cada progenitor não devem ser entendidas como rígidas ou fixas, podendo ser partilhadas, alternadas ou ajustadas em função das dinâmicas familiares, do contexto cultural e até das características individuais de cada criança. Desta forma, a complementaridade entre cuidadores não assenta em papéis pré-definidos, mas na capacidade de ambos se adaptarem às necessidades emocionais e exploratórias da criança (Bretherton, 2010; Lamb, 2012).

Para além desta diferenciação de papéis, a investigação tem procurado aprofundar a relevância específica de cada cuidador no processo de vinculação. A evidência empírica demonstra que ambos desempenham papéis cruciais, influenciando dimensões como a autoestima, o autoconceito e a qualidade das relações interpessoais (Kerns et al., 2015).

O conceito de sensibilidade materna, introduzido por Ainsworth, refere-se à capacidade (da mãe) para reconhecer e interpretar os sinais da criança, e posteriormente responder de forma ajustada ao contexto e à necessidade apresentada. Mães com elevada sensibilidade tendem a ser mais acessíveis, empáticas e consistentes nas interações, enquanto níveis reduzidos de sensibilidade associam-se a respostas inadequadas e a uma menor capacidade de empatia (Ainsworth et al., 1978; Cassidy, 1988; Bretherton, 1992). Embora este conceito tenha sido amplamente associado à figura materna, a investigação

tem vindo a demonstrar que a sensibilidade e a responsividade são qualidades essenciais em qualquer figura de vinculação.

Assim, importa reconhecer que a função das figuras parentais não é estática, acompanhando o desenvolvimento da criança e podendo sofrer mudanças ao longo do ciclo de vida. As figuras de vinculação podem manter-se ao longo do crescimento, mas também modificar-se em função do contexto e das experiências de vida. A estabilidade das funções parentais de base segura e porto seguro constitui um fator essencial para a manutenção de vínculos seguros (Grossmann et al., 2002; Kerns et al., 2015). Todavia, o desenvolvimento de novas relações significativas pode reforçar a rede de suporte emocional, sobretudo quando os cuidadores iniciais se revelam inconsistentes ou indisponíveis (Lamb, 2012).

Para compreender a continuidade destas funções ao longo do desenvolvimento, importa considerar o modo como a vinculação se manifesta em fases posteriores da vida, nomeadamente na pré-adolescência e na adolescência. Durante estas etapas, as funções parentais de base segura e de porto seguro mantêm-se essenciais, embora se expressem de forma mais simbólica e autónoma. Nesta fase, os jovens procuram maior independência e começam a estabelecer vínculos de proximidade fora do contexto familiar, nomeadamente com pares e outras figuras de referência significativas. No entanto, a perceção de disponibilidade e apoio por parte dos cuidadores parentais continua a ser determinante para a regulação emocional, a autoestima e o ajustamento social. Assim, as relações de vinculação na adolescência refletem um processo de reorganização gradual, em que o equilíbrio entre autonomia e dependência afetiva assume particular relevância (Allen & Tan, 2016).

Paralelamente, o papel da coparentalidade tem vindo a ganhar destaque, definindo-se como a forma através da qual a mãe e o pai (ou outros cuidadores) colaboram na educação e no apoio à criança. Uma coparentalidade positiva, marcada pela coordenação, pelo apoio mútuo e por uma comunicação eficaz, reforça a perceção de segurança, enquanto a conflitualidade parental se associa a um maior risco de insegurança, ansiedade e problemas de comportamento (McHale & Lindahl, 2011; Teubert & Pinquart, 2010; Carone, 2022). Deste modo, o desenvolvimento saudável da criança depende menos da atribuição de papéis fixos e mais da qualidade e consistência dos cuidados prestados, bem como da cooperação entre os diferentes cuidadores,

envolvidos no processo de vinculação (Grossmann et al., 2002; Lamb, 2012). Neste sentido, a qualidade da coparentalidade assume particular relevância em contextos de separação ou divórcio. A perda do acesso contínuo a uma das figuras parentais ou a presença de conflito persistente entre os cuidadores pode comprometer a estabilidade das relações, enfraquecendo a qualidade da vinculação e, em consequência, o ajustamento emocional da criança e do jovem (Bretherton, 2010; Lamb, 2012).

Em síntese, o conjunto destes contributos permite compreender a vinculação como um processo dinâmico, que atravessa as diferentes etapas do desenvolvimento e envolve diversas figuras significativas. Contudo, este equilíbrio revela-se particularmente sensível a contextos de instabilidade familiar, como a separação ou o divórcio, nos quais a continuidade das funções parentais de base segura e porto seguro pode ser comprometida (Bretherton, 1992; Lamb, 2012). Deste modo, torna-se pertinente analisar de que forma o divórcio e a separação influenciam as dinâmicas de vinculação em crianças e adolescentes.

### **Efeitos do Divórcio/Separação nas Relações de Vinculação**

O divórcio constitui uma das formas de dissolução do casamento civil, este pode ocorrer a pedido de um ou de ambos os cônjuges e ser decretado por decisão judicial ou pelo conservador do registo civil (Diário da República, 2025). Até 1910, o divórcio não era permitido em Portugal, admitindo-se apenas a separação de pessoas e bens. Com a proclamação da República, foi aprovada a Lei do Divórcio de 1910, que introduziu o divórcio litigioso, com base em causas subjetivas (como o adultério) ou objetivas (como a separação de facto), bem como o divórcio por mútuo consentimento. Contudo, em 1940, a assinatura da Concordata entre Portugal e a Santa Sé representou um retrocesso, ao proibir o divórcio de casamentos católicos celebrados após a sua entrada em vigor. Esta medida abrangeu a maioria da população, dado o peso da religião católica no país, e aboliu igualmente a modalidade de divórcio por mútuo consentimento (Diário da República, 2025).

A situação modificou-se após a Revolução do 25 de Abril de 1974, quando um protocolo adicional à Concordata permitiu o divórcio também nos casamentos católicos (Diário da República, 2025). Desde então, verificou-se um crescimento acentuado do número de divórcios em Portugal: em 1974 registaram-se 777 divórcios, valor que duplicou em 1975 (1.552). Nas décadas seguintes, a tendência de aumento manteve-se,

atingindo em 2002 o maior número registado até à data (27.708 divórcios, com uma taxa bruta de 2,7). O segundo pico registou-se em 2010 (27.556 divórcios). A partir deste ano, assistiu-se a uma diminuição gradual (Pordata, 2025).

Em 2024, quase 15 mil casamentos terminaram em divórcio em Portugal, o que, apesar de representar uma ligeira redução face aos anos anteriores, mantém o país entre os que apresentam taxas de divórcio mais elevadas na União Europeia: em 2023, ocupava o 10.º lugar entre 21 países analisados (Pordata, 2025). Este dado ilustra que, apesar de Portugal ser tradicionalmente caracterizado como um país de forte matriz familiar, a dissolução conjugal consolidou-se como uma realidade social significativa. Estas estatísticas não incluem, contudo, as separações de casais em união de facto, uma realidade cada vez mais presente e com consequências familiares semelhantes. Dados da OCDE indicam que, em mais de metade dos divórcios, existem filhos dependentes (OECD, 2020).

Para além da sua evolução legal e social, o divórcio tem implicações profundas nas dinâmicas familiares e na qualidade dos vínculos afetivos. O que reforça a relevância de analisar as repercussões da dissolução conjugal no desenvolvimento infantil e juvenil, nomeadamente no que respeita às relações de vinculação. Partindo deste enquadramento, torna-se relevante compreender as mudanças familiares que acompanham a rutura e o modo como estas se refletem nos filhos.

O divórcio ou separação representa não apenas a dissolução de uma relação conjugal, mas também a rutura de um dos laços afetivos mais significativos da vida adulta (Feeney & Monin, 2008). Quando ocorre, não são apenas os cônjuges que enfrentam a reorganização da vida quotidiana, mas também os seus filhos, que experienciam alterações estruturais e emocionais profundas no seio familiar (Hetherington & Kelly, 2002; Raposo et al., 2011). Diversos autores sublinham a importância de os pais considerarem os efeitos que a separação pode ter nas crianças e adolescentes, e preparar com cuidado a transição (Brazelton & Sparrow, 2006), assegurando uma comunicação honesta e promovendo a expressão emocional, ajustada à idade, uma vez que os filhos nem sempre possuem maturidade suficiente para compreender as razões do divórcio. É igualmente importante evitar falsas promessas, de modo a minimizar sentimentos de confusão e insegurança (Kelly & Emery, 2003; Raposo et al., 2011).

Esta rutura origina ainda uma reestruturação da organização familiar, que pode assumir diferentes configurações, cada uma apresenta características únicas que influenciam a vivência dos filhos e a relação com os progenitores (Hetherington & Kelly, 2002). Nas famílias monoparentais, em Portugal, maioritariamente a cargo da mãe de acordo com o Instituto Nacional de Estatística Português (INE, 2022), verifica-se uma maior proximidade entre a criança e o progenitor com quem reside, mas também uma maior vulnerabilidade socioeconómica, que pode limitar os recursos disponíveis para o cuidado (INE, 2022). As famílias reconstituídas exigem da criança a integração de novas figuras relacionais (e.g. novos parceiros e novos irmãos), o que pode gerar ambivalência e resistência inicial, mas também novas oportunidades de apoio afetivo (Hetherington & Kelly, 2002). Por sua vez, a guarda alternada, cada vez mais comum em Portugal, implica exigências logísticas (como a divisão do tempo entre residências) e emocionais que algumas crianças percecionam como instáveis. Quando bem estruturada, tende, contudo, a favorecer a manutenção do vínculo com ambos os progenitores, desde que exista cooperação parental (Lamela, et al., 2016).

Estas transformações familiares repercutem-se nas dinâmicas emocionais e relacionais dos filhos, influenciando diretamente a qualidade da vinculação. Em contextos de estabilidade, previsibilidade e cooperação entre progenitores, a criança tende a manter uma perceção positiva de ambos e a preservar a sensação de segurança. Em contrapartida, em contextos de elevada instabilidade, conflito ou afastamento prolongado de um dos progenitores, observa-se maior risco de enfraquecimento dos laços de vinculação e de reorganização das figuras de referência (McHale & Lindahl, 2011; Teubert & Pinquart, 2010; Lamb, 2012; Carone, 2022). Na fase da adolescência, estas mudanças podem ser particularmente desafiantes, uma vez que se sobrepõem às tarefas desenvolvimentais próprias desta fase, como a dinâmica associada à construção da identidade e a crescente necessidade de autonomia, potenciando sentimentos de insegurança e ambivalência nas relações com os pais (Hetherington & Kelly, 2002; Raposo et al., 2011). A partir desta premissa, é possível identificar com maior detalhe os impactos emocionais e relacionais associados ao divórcio.

A separação ou divórcio é considerado um dos principais fatores de stress familiar, com impacto tanto nos adultos como nos filhos (Amato, 2000; Hetherington & Kelly, 2002). Nas crianças, as reações emocionais podem incluir tristeza, ansiedade, medo de abandono, raiva e sentimentos de culpa, especialmente nos primeiros meses após

a separação, período em que se observam também regressões comportamentais, como enurese, alterações no sono ou maior dependência (Brazelton & Sparrow, 2006). Nos adolescentes, é comum observar-se comportamentos de oposição, isolamento social, dificuldades acadêmicas, rejeição das regras estabelecidas ou envolvimento em comportamentos de risco (Amato, 2010). Além disso, a qualidade da relação entre os progenitores após o divórcio desempenha um papel decisivo no ajustamento da criança. Relações altamente conflituosas tendem a amplificar o sofrimento emocional dos filhos, criando um clima de instabilidade que interfere com o funcionamento familiar, enquanto uma comunicação baseada no respeito e na cooperação favorece maior previsibilidade e segurança (Feeney & Monin, 2008).

Com o passar do tempo, os efeitos do divórcio assumem contornos diferentes, os quais variam em função da fase do desenvolvimento do filho. A médio prazo, a instabilidade associada à reorganização familiar pode prolongar-se, sobretudo em situações de conflito elevado entre os progenitores ou mudanças frequentes de residência. Nestes contextos, as crianças revelam maior vulnerabilidade ao desenvolver sintomas de ansiedade, baixa autoestima e dificuldades de regulação emocional. Na adolescência, a exposição prolongada ao conflito pode intensificar sentimentos de raiva, desconfiança e distanciamento afetivo, o que fragiliza a relação com os pais e aumenta a propensão para procurar suporte em pares, nem sempre de forma adaptativa (Amato, 2010; Amato, 2010; Hetherington & Kelly, 2002).

A longo prazo, estudos longitudinais mostram que a experiência de divórcio pode ter repercussões no percurso académico das crianças e na capacidade de estabelecer e manter relações de confiança com pares e figuras significativas (Hetherington & Kelly, 2002). No caso dos adolescentes, os efeitos podem incluir dificuldades na construção de relações íntimas e insegurança em compromissos futuros, sugerindo que a instabilidade precoce interfere nos modelos internos de vinculação. Estas trajetórias não são lineares, verificando-se melhores indicadores de ajustamento quando pelo menos um dos progenitores consegue assegurar consistência e disponibilidade (Hetherington & Kelly, 2002; Amato, 2010).

Apesar destas vulnerabilidades, importa salientar que o divórcio não implica necessariamente desfechos negativos. Quando pelo menos um dos progenitores mantém uma presença estável, consistente e emocionalmente disponível, os filhos tendem a

revelar maior resiliência emocional. Nestes casos, conseguem reorganizar progressivamente os seus modelos internos e restabelecem sentimentos de previsibilidade e segurança (Kelly & Emery, 2003). Este ajustamento positivo demonstra que os impactos do divórcio não são uniformes, dependendo em grande medida da qualidade das interações parentais, da capacidade de cooperação após a separação e da rede de suporte alargada disponível para a criança e para o adolescente (Amato, 2010; Kelly & Emery, 2003; Teubert & Pinquart, 2010). Estudos recentes indicam que uma coparentalidade positiva e flexível, ajustada às novas configurações familiares, esta favorece o restabelecimento da segurança e do bem-estar emocional, promovendo a reorganização das figuras de vinculação (McHale & Lindahl, 2011; Carone, 2022).

A separação ou divórcio constitui um evento crítico que pode levar a uma reorganização das figuras de vinculação da criança. Nestas circunstâncias, a perceção da disponibilidade e da consistência de cada progenitor torna-se central para determinar quem é visto como fonte de segurança (Bowlby, 1980; Ainsworth, 1991). Durante este processo, pode ocorrer um reforço da relação com um dos progenitores, geralmente aquele que assegura uma maior presença, capacidade de resposta e sensibilidade face às necessidades emocionais. A previsibilidade dessa relação tende a consolidar a perceção desse progenitor como a principal base de segurança (Grossmann, Grossmann & Waters, 2005). Em contrapartida, pode surgir um afastamento do outro progenitor, sobretudo quando este é percebido como inconsistente, rejeitante ou emocionalmente ausente. Este afastamento constitui uma adaptação à ausência de apoio, implicando a redefinição das expectativas de proteção e confiança (Main, Kaplan & Cassidy, 1985).

Este processo evidencia a plasticidade da vinculação e a capacidade adaptativa da criança para ajustar os seus modelos internos em função das experiências concretas. Embora não constitua necessariamente um sinal patológico, pode ser entendido como uma estratégia adaptativa para preservar a segurança junto da figura mais disponível, ainda que com potenciais implicações duradouras na forma como a criança estabelece relações futuras (Thompson, 2008). Nos adolescentes, esta reorganização pode assumir contornos distintos, na medida em que a procura de maior autonomia e a crescente valorização dos pares como fontes de suporte emocional coexistem com a necessidade de estabilidade parental. Assim, quando um dos progenitores se mostra inconsistente ou distante, o adolescente tende a procurar alternativas de apoio fora do núcleo familiar, o que pode reforçar a sua capacidade de resiliência, mas também aumentar o risco de

envolvimento em relações pouco seguras (Allen & Tan, 2016). Estas dinâmicas confirmam que a redefinição dos papéis parentais após o divórcio é fortemente influenciada pelo nível de conflito entre os pais e pela capacidade dos progenitores em manter relações de cooperação, fatores estes decisivos para o ajustamento psicológico dos filhos (Harold & Sellers, 2018). Tais alterações no modo como a criança e o adolescente se relacionam com cada progenitor traduzem-se, por sua vez, em mudanças significativas na percepção das figuras parentais.

A separação desencadeia mudanças significativas na percepção das figuras parentais. Para além da reorganização dos vínculos, os filhos tendem a reavaliar o papel e a fiabilidade de cada progenitor. Frequentemente, reconhecem diferenças no envolvimento, na disponibilidade e no apoio emocional, distinguindo aquele que se mostra mais consistente e acessível do outro que aparenta estar menos presente ou mais distante (Hetherington & Kelly, 2002). Em contextos de elevado conflito entre os pais, muitos filhos relatam sentimentos de lealdade dividida, fenómeno descrito na literatura como *feeling caught*, isto é, “a sensação de estar no meio de algo”, a qual se associa a maior stress psicológico e dificuldades de ajustamento. Este processo pode ainda gerar ambivalência, hostilidade ou mesmo a idealização de uma das figuras parentais, o que fragiliza a percepção de ambos os progenitores como referências seguras (Harold & Sellers, 2018; Afifi, 2003).

Em outros casos, estas dinâmicas resultam numa rejeição persistente e aparentemente injustificada de um dos pais, conceptualizada como alienação parental. Apesar da controvérsia que o envolve, o conceito permite compreender a influência que os conflitos de lealdade exercem sobre a percepção dos filhos (Bernet, Wamboldt & Narrow, 2016). A evidência sugere que o envolvimento dos filhos em disputas parentais pode comprometer a confiança em ambos os progenitores enquanto figuras protetoras e consistentes, fragilizando a segurança emocional e relacional (Harold & Sellers, 2018). Estas mudanças na percepção das figuras parentais constituem um ponto de partida fundamental para compreender como cada progenitor pode (ou não) continuar a ser percebido como base segura e porto seguro após o divórcio.

A Teoria da Vinculação destaca o papel dos progenitores enquanto base segura, a partir da qual a criança explora o *seu* mundo, e porto seguro, a quem a criança recorre em momentos de ameaça ou necessidade. O divórcio pode interferir com estas funções,

podendo preservar e/ou reforçar, em alguns casos, e fragilizar em outros. Nas famílias em que ambos os progenitores mantêm cooperação, estabilidade e consistência, nas respostas dadas aos filhos é possível que ambos continuem a desempenhar este papel, permitindo que estes beneficiem de múltiplas fontes de segurança (Kelly & Emery, 2003; Lamela et al., 2016). Em contrapartida, em contextos de conflito elevado ou de ausência de um dos pais, o filho pode “perder” progressivamente uma das figuras de vinculação, reorganizando os seus modelos internos e reforçando a ligação com o progenitor mais disponível (Main, Kaplan & Cassidy, 1985).

Estudos longitudinais, como o *Minnesota Longitudinal Study*, evidenciam que a manutenção de pelo menos uma figura parental como base segura constitui um fator de proteção crucial, associado a maior resiliência, melhor desempenho académico e relações sociais mais positivas (Sroufe et al., 2005). Pelo contrário, quando nenhum dos progenitores consegue garantir consistência e previsibilidade, observa-se uma maior vulnerabilidade, com risco acrescido de dificuldades emocionais persistentes e de problemas de vinculação ao longo da vida (Amato, 2010).

Em suma, o divórcio e a separação têm impactos significativos nas relações de vinculação de crianças e adolescentes. Estes incluem alterações emocionais e comportamentais, reorganização das figuras de vinculação e mudanças na perceção das figuras parentais enquanto base segura e porto seguro. Quando pelo menos um dos progenitores mantém uma presença estável, sensível e previsível, o filho tende a adaptar-se de forma positiva à nova realidade familiar, preservando um sentido de segurança e continuidade emocional (Main, Kaplan & Cassidy, 1985; Kelly & Emery, 2003). Contudo, o impacto do divórcio não depende apenas da separação em si, mas também de um conjunto de fatores mediadores, como o tipo de guarda, a qualidade da relação pré-divórcio e, sobretudo, o nível de conflito entre os pais. A forma como estes elementos se articulam é decisiva para compreender os diferentes padrões de ajustamento observados em crianças e adolescentes após a rutura (Hetherington & Kelly, 2002; Amato, 2010). Estes fatores contribuem, assim, para compreender a diversidade de experiências emocionais associadas ao divórcio, tema aprofundado na secção seguinte.

### **Perceção das Funções de Base Segura e do Porto Seguro após o Divórcio**

Diversos estudos têm explorado a forma como crianças e jovens percecionam os seus pais após o divórcio. Os resultados evidenciam diferentes dimensões dessas relações,

diretamente ligadas à preservação ou fragilização das funções de base segura e porto seguro. De um ponto de vista geral, as perspectivas das crianças sobre o divórcio mostram que as mães divorciadas tendem a ser percebidas como mais presentes, afetuosas e disponíveis, do que os pais, enquanto a percepção destes varia consoante o nível de envolvimento e de contacto mantido com os filhos. Posto isto, a ausência do pai é frequentemente sentida como uma das consequências mais dolorosas (Hetherington & Kelly, 2002; Kelly & Emery, 2003). Estes resultados são particularmente relevantes no caso dos adolescentes, uma vez que o equilíbrio entre a procura de maior autonomia e a necessidade de suporte parental torna a qualidade da relação com os progenitores um fator central de proteção (Allen & Tan, 2016; Kerns et al., 2015). No caso das famílias reconstituídas, as percepções revelam-se mais ambivalentes, tendem a oscilar entre a valorização de novas oportunidades de apoio e sentimentos de resistência perante as novas figuras relacionais (Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Amato, 2010).

No que diz respeito às percepções sobre as mães, destaca-se a continuidade do envolvimento materno após o divórcio, expresso através de cuidados consistentes, maior preocupação e disponibilidade emocional. As mães surgem como figuras acessíveis de conforto, apoio e orientação, e asseguram não só a satisfação das necessidades básicas, mas também a escuta dos problemas do quotidiano. Estas características reforçam a percepção das mães como figuras de porto seguro, a quem a criança recorre em momentos de necessidade (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988; Kerns et al., 2015). Na adolescência, este papel tende a manter-se, mas é reinterpretado: os jovens valorizam não apenas a prestação de cuidados, mas também a possibilidade de diálogo e de apoio na construção da identidade, o que amplia a função materna como base segura e porto seguro (Allen & Tan, 2016).

Por sua vez, as percepções sobre os pais refletem uma representação distinta, marcada sobretudo pelo exercício da autoridade e da disciplina, sendo menos esperada e frequente a sua participação no mundo emocional dos filhos ou nas tarefas do quotidiano. As relações são descritas como mais hierárquicas e distantes, com menor disponibilidade e sensibilidade. Assim, os pais surgem menos associados às funções de base segura e porto seguro, o que influencia a qualidade da interação pós-divórcio e o seu envolvimento continuado na vida dos filhos (Grossmann et al., 2002; Lamb, 2012). Durante a adolescência, a consistência e a disponibilidade por parte do pai assumem especial relevância no apoio e incentivo à exploração e à autonomia, funcionando como um

suporte essencial num período de maior complexidade relacional (Dykas & Smiler, 2022).

Desde a infância até à adolescência e ao início da idade adulta, a capacidade de recorrer a uma figura parental em momentos de stress ou necessidade, para obter apoio ou proteção, molda o bem-estar e a saúde dos indivíduos, refletindo-se em antecedentes e consequências para um vasto leque de resultados psicossociais (Kerns et al., 2015; Allen & Tan, 2016). Embora o acesso e o recurso às figuras parentais desempenhem um papel central na organização do comportamento e da regulação emocional, a capacidade de o fazer varia entre indivíduos e contextos (Brenning, et al., 2020). Na adolescência, esta oscilação adquire contornos específicos, uma vez que os jovens alternam entre a procura de autonomia e a necessidade de recorrer a figuras de suporte em situações de vulnerabilidade (Allen & Tan, 2016).

Independentemente das diferenças percebidas entre mãe e pai, a continuidade da disponibilidade das figuras parentais revela-se crucial para o desenvolvimento emocional. A disponibilidade destas figuras constitui um dos fatores centrais para garantir esta capacidade, sobretudo em momentos de stress ou necessidade, nos quais o recurso à figura parental protege o indivíduo do aumento da ansiedade e permite o restabelecimento de um sentido de controlo sobre o ambiente que o rodeia (Bowlby, 1988; Feeney & Monin, 2008; Kerns et al., 2015). No âmbito da vinculação, estar disponível significa ser um porto e uma base segura credível para a procura de proximidade. Tal como na infância, na adolescência a previsibilidade e a consistência da disponibilidade dos pais tornam-se especialmente relevantes, uma vez que permitem ao jovem explorar com maior autonomia, sem perder a confiança na possibilidade de recorrer a uma figura de suporte quando necessário (Brenning et al., 2020; Allen & Tan, 2016; Kerns et al., 2015). Deste modo, a perceção de disponibilidade constitui o elo central entre as experiências de vinculação precoce e a regulação emocional na adolescência.

Para além do contexto parental, o temperamento, entendido como o conjunto de diferenças individuais de personalidade e de reatividade emocional, constitui um fator do desenvolvimento que influencia esta capacidade. Estas diferenças refletem-se na qualidade, intensidade e variedade da reação e expressividade emocional. A disposição para sentir medo ou inibição, designada “inibição comportamental”, representa uma característica precoce particularmente relevante para o comportamento de vinculação.

Quando confrontada com estímulos novos ou ameaçadores, a criança tende a manifestar medo, o que desencadeia uma resposta comportamental inata semelhante a uma reação de procura de proximidade, particularmente evidente nos primeiros anos de vida. Durante a infância, a intensidade e a frequência destas respostas contribuem para definir o limiar mínimo que precede a ativação do sistema de vinculação, regulando o grau de acessibilidade à figura parental (Cassidy, 1988; Allen & Tan, 2016). Na adolescência, embora o efeito do temperamento seja menos imediato, continua a influenciar a forma como os jovens regulam emoções e procuram suporte, podendo potenciar ou inibir a aproximação às figuras parentais em momentos de stress (Allen & Tan, 2016).

Em síntese, a disponibilidade parental e o temperamento da criança constituem fatores determinantes na capacidade de recorrer às figuras parentais em momentos de stress ou necessidade, refletindo a interação entre características individuais e contextuais. Estes fatores modulam a preservação das funções de base segura e de porto seguro, destacando o papel central do suporte emocional e da consistência na manutenção das relações parentais durante este processo (Bowlby, 1988; Ainsworth et al., 1978; Cassidy & Shaver, 2016).

O suporte emocional e a consistência nas relações constituem dimensões fundamentais para a manutenção das funções de base segura e de porto seguro, centrais na Teoria da Vinculação. As atitudes de suporte emocional, expressas através da disponibilidade, empatia e responsividade, favorecem o bem-estar psicológico ao longo de todo o ciclo de vida, desde a infância até à idade adulta. Estas atitudes incentivam a exploração, fortalecem a confiança e permitem uma regulação mais adaptativa do stress, ao mesmo tempo que contribuem para o desenvolvimento da autoestima, da resiliência e de competências relacionais (Bowlby, 1988; Feeney & Monin, 2008; Kerns et al., 2015; Dykas & Smiler, 2022).

A consistência nos cuidados é igualmente determinante, na medida em que assegura previsibilidade e fiabilidade no comportamento das figuras parentais. A sua ausência compromete a estabilidade relacional, enquanto a sua presença promove a construção de um ambiente seguro e apoia o desenvolvimento emocional e social (Kerns et al., 2015; Lamb, 2012). Ao longo da adolescência, as funções de base segura e de porto seguro adquirem uma importância renovada, uma vez que o desenvolvimento da identidade exige equilibrar a necessidade de autonomia com a manutenção de vínculos

significativos com adultos de referência (Allen & Tan, 2016; Laible, 2007). A previsibilidade e a disponibilidade dos pais permanecem essenciais, pois permitem que o adolescente explore o seu ambiente com independência, mantendo a confiança no suporte e na proteção oferecidos pelas figuras de vinculação (Dykas & Smiler, 2022).

Quando uma figura de vinculação consistente se mantém disponível, o seu papel pode evoluir para incorporar outras funções, entendidas como uma extensão da base segura e porto seguro original. O suporte emocional assume, assim, um papel dinâmico ao longo do desenvolvimento. Na infância, os laços de vinculação assentam sobretudo na provisão de conforto e apoio emocional. Durante a adolescência, quando se procura maior independência, as funções de assistência expandem-se e os comportamentos associados tornam-se mais variados. Na vida adulta, a função de suporte tende a assumir um carácter predominantemente protetor (Rutter, 1995).

De forma geral, tanto o suporte emocional como a consistência constituem dimensões essenciais para o desenvolvimento e a preservação da base segura e do porto seguro. A articulação entre ambas as dimensões permitem compreender de que forma as funções parentais de suporte se transformam ao longo das diferentes fases da vida, assumindo particular importância na adolescência, quando o equilíbrio entre autonomia e dependência torna indispensável a presença de figuras de vinculação disponíveis, consistentes e emocionalmente responsivas (Allen & Tan, 2016; Laible, 2007).

### **Fatores de Proteção e de Risco na Vinculação após o Divórcio**

A psicologia do desenvolvimento oferece um enquadramento essencial para compreender os processos de adaptação das crianças e adolescentes ao divórcio, nomeadamente através da Teoria da Vinculação (Bowlby, 1988; Feeney & Monin, 2008), que sublinha o carácter dinâmico das relações de vinculação, que se encontram em constante construção e reorganização ao longo do desenvolvimento (Bretherton, 1992). Por este motivo, torna-se essencial analisar de que forma os processos de formação e consolidação destas relações influenciam as respostas específicas ao divórcio em diferentes etapas do desenvolvimento (Bowlby, 1988).

Embora o divórcio afete de forma significativa os laços estabelecidos com as figuras parentais, as reações específicas dos filhos dependem da forma como a separação compromete as condições fundamentais da vinculação segura, nomeadamente a

disponibilidade, a sensibilidade e capacidade de resposta do cuidador, a consistência dos cuidados e a presença de um clima de baixo conflito. Estas condições variam consoante a idade e a etapa do desenvolvimento, uma vez que os objetivos e funções das relações de vinculação sofrem alterações progressivas desde a infância até à idade adulta. Assim, a capacidade da criança ou do adolescente para lidar com o divórcio depende essencialmente da medida em que a relação parental, mesmo após a rutura conjugal, continua a satisfazer os requisitos necessários à manutenção de uma base segura (Amato, 2000; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Bowlby, 1988; Allen & Tan, 2016).

Os efeitos da separação variam em função das condições e do contexto familiar em que esta ocorre, refletindo as dinâmicas relacionais, a qualidade das interações parentais e os recursos disponíveis para apoiar a adaptação da criança. Deste modo, o divórcio constitui um fator de risco para o desenvolvimento de uma vinculação insegura, cujo impacto pode ser agravado por condições adversas ou atenuado pela presença de fatores protetores (Feeney & Monin, 2008).

As crianças e adolescentes revelam maior vulnerabilidade aos efeitos negativos do divórcio, sobretudo quando este é acompanhado de outras adversidades. A separação pode implicar a perda de laços significativos, não apenas com um dos progenitores, mas também com familiares alargados, como os avós, e com amigos, sobretudo quando ocorrem mudanças de residência ou de escola. A sucessão destas perdas, aliada a outros fatores de stress, como dificuldades económicas ou um novo casamento dos pais, pode comprometer o ajustamento psicológico e aumentar o risco de psicopatologia (Feeney & Monin, 2008; Amato, 2010).

Entre os fatores de risco mais relevantes encontra-se o afastamento na relação, entendido como a rutura ou enfraquecimento do laço afetivo entre pais e filhos, que pode assumir diferentes formas, desde a ausência física prolongada até ao distanciamento emocional. Este afastamento compromete a segurança da vinculação e fragiliza a perceção dos pais enquanto figuras de base e porto seguro (Kelly & Emery, 2003). Em contextos pós-divórcio com elevado conflito, este afastamento pode manifestar-se de forma mais específica na alienação parental, processo em que um dos progenitores desvaloriza ou interfere na relação do filho com o outro progenitor, prejudicando o vínculo e gerando sentimentos de lealdade dividida e insegurança (Bernet, Wamboldt & Narrow, 2016; Harold & Sellers, 2018).

Outro fator de risco está associado à negligência emocional, que pode surgir quando a sobrecarga vivida pelos pais dificulta a capacidade de resposta e sensibilidade necessárias à manutenção de uma vinculação segura (Rutter, 1995). Quando as necessidades afetivas da criança e do adolescente permanecem insatisfeitas de forma contínua, estes tendem a desenvolver sentimentos de desvalorização, insegurança e baixa autoestima, o que compromete não só o desenvolvimento emocional e cognitivo, mas também a capacidade de estabelecer relações interpessoais estáveis ao longo da vida (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988; Cassidy, 1988; Scott et al., 2011; Allen & Tan, 2016).

As mudanças frequentes de residência constituem outro fator de risco, na medida em que perturbam a estabilidade das relações familiares e sociais, dificultando a construção de uma base segura e porto seguro. Estas transições sucessivas exigem reajustamentos constantes, fragilizam a continuidade do suporte parental e podem comprometer a adaptação escolar e social (Amato, 2000; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Kelly & Emery, 2003).

O divórcio é amplamente reconhecido como um fator de stress significativo para todo o sistema familiar (Hetherington & Kelly, 2002; Cummings & Davies, 2010). De forma geral, os progenitores enfrentam desafios associados à reorganização das suas responsabilidades parentais, à redefinição da relação entre si, enquanto ex-cônjuges, e à adaptação a um novo quotidiano (Feeney & Monin, 2008). Estas dificuldades tendem a intensificar-se quando a separação envolve reconfigurações familiares complexas ou quando existe falta de apoio social (Hetherington & Kelly, 2002; Amato, 2010). Quando tais desafios não são superados de forma adaptativa, repercutem-se negativamente no ambiente familiar e, conseqüentemente, nas relações parentais (Amato, 2000; Kelly & Emery, 2003).

Neste sentido, diversos estudos evidenciam que a separação dos pais se associa a padrões de vinculação mais ansiosos, sublinhando, contudo, que o fator determinante não é o estado civil dos pais, mas sim a qualidade da relação entre eles. De facto, as crianças tendem a apresentar melhores resultados quando os progenitores envolvidos em casamentos de elevado conflito (caracterizados por serem intensos, persistentes e hostis), se divorciam em vez de permanecerem juntos. Assim, a qualidade das relações conjugais

e familiares revela-se um preditor mais fiável do bem-estar e da saúde do que o estado civil em si, incluindo no que respeita a sintomas físicos (Feeney & Monin, 2008).

As consequências do divórcio manifestam-se em múltiplas dimensões da vida da criança e do adolescente, podendo incluir dificuldades emocionais, comportamentais e escolares (Amato, 2010; Harold & Sellers, 2018). Filhos de pais separados, além de experienciar sentimentos de perda e falta de controlo sobre a situação, tendem a apresentar uma maior prevalência de sintomas de depressão, ansiedade, sentimentos de culpa, dificuldades de atenção, isolamento social, maior agressividade, baixa autoestima e estratégias desadaptativas de resolução de problemas (Harold & Sellers, 2018; Liang, McElwain & Booth-LaForce, 2021; Amato, 2010). Em adolescentes, estas dificuldades tendem a manifestar-se através de maior instabilidade emocional, comportamentos de oposição e risco e menor envolvimento escolar, refletindo o impacto do divórcio nas exigências próprias desta fase do desenvolvimento (Amato, 2010; Harold & Sellers, 2018). De acordo com a literatura, o impacto negativo no bem-estar emocional e afetivo da criança está diretamente relacionado com relações conflituosas e destrutivas, independentemente de os pais viverem juntos ou separados (Kelly & Emery, 2003; Harold & Sellers, 2018).

Este processo implica uma reorganização da estrutura familiar e uma redefinição dos papéis parentais, como a coordenação e manutenção de responsabilidades conjuntas (Feeney & Monin, 2008). Além das mudanças internas, ocorrem também transformações sociais associadas à reestruturação das redes de apoio e à adaptação a novos estilos de vida. Estas mudanças afetam não apenas os cônjuges divorciados, mas também os filhos, a família alargada e as futuras relações que venham a formar-se (Hetherington & Kelly, 2002; Amato, 2010). A família constitui o primeiro sistema de socialização do ser humano. Quando ocorre uma rutura neste sistema, como no caso do divórcio, verificam-se impactos significativos ao nível do ajustamento familiar, social e emocional (Kelly & Emery, 2003). Embora esta adversidade possa colocar em risco a qualidade da vinculação, a presença de fatores protetores pode contribuir para preservar ou promover relações seguras, reforçando a resiliência de crianças e adolescentes nestas situações (Hetherington & Kelly, 2002; Rutter, 1995; Brenning et al., 2020).

Apesar dos riscos associados ao divórcio, diversos fatores podem atuar como elementos protetores na manutenção de vínculos seguros. A coparentalidade positiva é

um dos mais relevantes, esta é caracterizada pela cooperação, pelo respeito mútuo, pela consistência nas práticas parentais e por uma comunicação funcional e centrada no bem-estar dos filhos. Este tipo de dinâmica pode atenuar significativamente os efeitos negativos do divórcio, promovendo um ambiente familiar mais previsível e equilibrado (McHale & Lindahl, 2011). Quando os progenitores adotam e mantêm padrões de coparentalidade baseados na cooperação e no apoio mútuo, os filhos tendem a apresentar menos problemas de externalização, maior flexibilidade cognitiva e melhores níveis de atenção. Pelo contrário, contextos de coparentalidade marcados pelo conflito podem comprometer o desenvolvimento socioemocional e fragilizar a construção de vínculos seguros (Carone, 2022; Lamela et al., 2016).

O apoio social constitui um fator protetor fundamental, uma vez que a presença de figuras significativas, como avós, tios, professores e profissionais que acompanham o desenvolvimento da criança e jovem, assegura a estabilidade emocional e a continuidade dos vínculos afetivos, funcionando como base segura num momento de disrupção familiar (Hetherington & Kelly, 2002). A cooperação e o envolvimento da família alargada revelam-se igualmente essenciais, visto que esta rede tende a fornecer o suporte emocional e prático necessário à criança ou ao jovem, validando, simultaneamente, a decisão tomada pelos progenitores (Brazelton & Sparrow, 2006). Para além do contexto familiar, as escolas e outras estruturas comunitárias desempenham também um papel relevante, ao fomentarem relações protetoras e oportunidades de desenvolvimento de competências interpessoais e de resolução de problemas (Rutter, 1995).

As relações entre pares assumem um papel central na adolescência, funcionando como fator protetor determinante. Adolescentes que desenvolvem e mantêm relações positivas com os pares demonstram maior capacidade de resiliência e adaptação em contextos de stress, beneficiando do apoio emocional, da redução da solidão e, conseqüentemente, de uma integração social mais sólida. Estas relações estão associadas a uma diminuição das cognições negativas sobre si próprios, frequentemente relacionadas com situações de rejeição ou vitimização, atuando como um mecanismo de proteção que reduz os riscos de perturbações emocionais e sociais (Brenning et al., 2020). A qualidade das amizades, em termos de apoio, intimidade e companheirismo, contribui significativamente para a adaptação psicossocial e influencia o modo como os adolescentes estabelecem relações futuras (Laible, 2007; Allen & Tan, 2016).

A influência destes fatores protetores reflete-se na forma como os adolescentes lidam com o stress e preservam a capacidade de adaptação em contextos de adversidade. Esta fase do desenvolvimento constitui, em simultâneo, um período de maior vulnerabilidade e uma oportunidade de crescimento e autonomia. Os jovens tendem a desenvolver uma maior flexibilidade e capacidade de resposta ao ambiente, o que potencia a adaptação e promove o desenvolvimento de padrões emocionais e relacionais mais estáveis e ajustados, desde que estejam presentes fatores de proteção adequados (Allen & Tan, 2016).

Entre estes fatores, destaca-se a resiliência, entendida como a capacidade de enfrentar e ultrapassar adversidades. Esta emerge da mobilização de recursos biológicos, psicológicos, familiares e sociais que sustentam o desenvolvimento saudável, potenciam estratégias de *coping* adaptativo e a capacidade de prosperar perante a adversidade (Rutter, 1995; Kelly & Emery, 2003; Brenning et al., 2020). A resiliência reflete a capacidade de manter uma atitude positiva face ao futuro, expressa através da persistência, da definição realista de objetivos e do desenvolvimento de competências eficazes de resolução de problemas e relacionamento interpessoal. Jovens resilientes reconhecem os seus recursos e limitações, encaram os desafios como oportunidades de crescimento e constroem relações de confiança que reforçam o sentimento de pertença e segurança emocional. A presença estável de pelo menos um adulto significativo, geralmente um progenitor ou familiar, constitui um fator essencial para sustentar o sentimento de segurança e ligação emocional. Quando este suporte se articula com outras fontes de proteção, como amizades, redes sociais de apoio e valores culturais, os adolescentes revelam maior capacidade de adaptação e mantêm um desenvolvimento equilibrado, mesmo perante experiências adversas (Rutter, 1995; Allen & Tan, 2016).

Em conjunto, fatores protetores como a coparentalidade positiva, o apoio social, as relações entre pares e a resiliência, quando articulados, contribuem para a preservação de vínculos seguros e para o desenvolvimento emocional equilibrado. Estes fatores não eliminam os riscos associados ao divórcio, mas atuam como mecanismos de compensação e reforço, ajudando os adolescentes a preservar a base segura necessária ao seu desenvolvimento emocional e relacional (McHale & Lindahl, 2011; Lamela et al., 2016; Hetherington & Kelly, 2002; Brenning et al., 2020).

## **Fatores Moderadores: Sexo e Idade**

A literatura tem evidenciado que as diferenças individuais na percepção da vinculação não se explicam apenas pela qualidade das interações familiares, mas também por variáveis pessoais, como o sexo e a idade. Estas dimensões moderadoras influenciam o modo como crianças e adolescentes interpretam a disponibilidade, a sensibilidade e o apoio emocional das figuras parentais, especialmente em contextos de transição, como o divórcio (Bowlby, 1988; Allen & Tan, 2016).

A Teoria da Vinculação propõe que as funções de base segura e de porto seguro mantêm-se relevantes ao longo do desenvolvimento, ainda que a sua expressão se altere com as diferentes etapas (Ainsworth et al., 1978; Bretherton, 1992; Thompson, 2008). Durante a infância, a segurança emocional depende sobretudo da presença física e da resposta imediata do cuidador. À medida que a criança cresce, o suporte parental adquire um carácter mais simbólico, associado à percepção de disponibilidade e à internalização das figuras de vinculação (Allen & Tan, 2016). Estudos longitudinais demonstram que, embora exista continuidade nos padrões de vinculação, a estabilidade destes depende de experiências relacionais consistentes e sensíveis ao longo do tempo (Sroufe et al., 2005; Waters et al., 2000; Grossmann, Grossmann & Waters, 2005). Assim, a idade não representa apenas um fator cronológico, mas um indicador de maturidade emocional e de reorganização dos modelos internos de relação (Laible, 2007).

No que respeita ao sexo, diversas investigações apontam diferenças nas estratégias de vinculação e na percepção das figuras parentais. As raparigas tendem a relatar maior abertura emocional, maior procura de proximidade e uma percepção mais positiva do suporte materno, enquanto os rapazes valorizam mais a autonomia e revelam níveis inferiores de expressão afetiva (Kerns et al., 2015; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Allen & Tan, 2016). Após o divórcio, essas diferenças tornam-se mais evidentes: as raparigas tendem a preservar uma relação mais estável com a mãe, enquanto os rapazes demonstram maior vulnerabilidade face à ausência ou à distância emocional do pai (Kelly & Emery, 2003; Amato, 2010; Hetherington & Kelly, 2002). Tais variações refletem tanto fatores socioculturais associados ao género como modelos distintos de relação e expressão emocional (Lamb, 2012).

A interação entre sexo, idade e contexto familiar constitui um elemento essencial para compreender os processos de adaptação após o divórcio. No início da adolescência, a reorganização da vinculação coincide com a procura de autonomia e com a redefinição dos papéis parentais, o que pode acentuar a vulnerabilidade emocional (Hetherington & Kelly,

2002; Amato, 2010). No entanto, quando um dos progenitores mantém uma presença consistente e emocionalmente disponível, o impacto destas diferenças tende a atenuar, e o desenvolvimento de competências de autorregulação torna-se um fator de proteção mais relevante (Kelly & Emery, 2003; Rutter, 1995).

Em síntese, o sexo e a idade assumem um papel moderador relevante nas perceções de segurança e disponibilidade parental, condicionando a forma como as crianças e os adolescentes experienciam o divórcio e a reorganização familiar. A análise destas variáveis permite compreender com maior precisão as diferenças individuais observadas e reforçar a importância de intervenções adaptadas ao estágio de desenvolvimento e às necessidades específicas de cada criança e jovem. Estas considerações, associadas ao sexo e à idade, sublinham a relevância de encarar a vinculação como um processo dinâmico e multifatorial (Allen & Tan, 2016; Thompson, 2008).

### **Síntese da Revisão de Literatura**

A análise da literatura evidencia um corpo teórico e empírico vasto sobre o impacto do divórcio na vinculação e no ajustamento emocional de crianças e jovens. Em termos gerais, os estudos convergem quanto à relevância das primeiras relações afetivas na construção da segurança emocional e da capacidade de regulação interna (Bowlby, 1988; Ainsworth et al., 1978). Contudo, observam-se divergências quanto à estabilidade da vinculação ao longo do desenvolvimento e ao modo como variáveis contextuais, como a qualidade da coparentalidade ou o conflito entre os pais, influenciam o ajustamento após a rutura conjugal (Cummings & Davies, 2010; Hetherington & Kelly, 2002; Lamela et al., 2016).

De forma consistente, a investigação demonstra que a qualidade da vinculação atua como um fator protetor fundamental face às adversidades familiares. Crianças que mantêm relações de confiança e comunicação aberta com ambos os progenitores tendem a apresentar maior resiliência, mesmo em contextos de separação (Kelly & Emery, 2003; Lamela et al., 2016; Rutter, 1995). A coparentalidade positiva, caracterizada por cooperação, estabilidade e apoio mútuo, surge associada a melhores indicadores de ajustamento psicológico e relacional (McHale & Lindahl, 2011; Teubert & Pinquart, 2010; Lamela et al., 2016). Pelo contrário, níveis elevados de conflito entre os pais e ausência de comunicação funcional associam-se a maior vulnerabilidade emocional,

comportamentos de evitamento e sentimentos de insegurança (Cummings & Davies, 2010; Harold & Sellers, 2018).

Os estudos também salientam a importância de considerar fatores moderadores, como o sexo e a idade, na interpretação dos resultados. A idade revela-se determinante na forma como os filhos compreendem e integram a experiência do divórcio, influenciando o significado atribuído às mudanças familiares e o modo como estas são emocionalmente processadas (Allen & Tan, 2016; Sroufe et al., 2005). O sexo, por sua vez, associa-se a diferenças na expressão emocional e nas estratégias de vinculação, refletindo padrões de socialização distintos e expectativas culturais associadas ao gênero (Lamb, 2012; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999). Estas variáveis reforçam a necessidade de compreender a vinculação como um processo dinâmico e multifatorial, influenciado simultaneamente por fatores individuais e contextuais (Amato, 2010; Allen & Tan, 2016).

Apesar dos avanços teóricos e empíricos, persistem lacunas significativas na investigação. Observa-se uma escassez de estudos longitudinais capazes de acompanhar a evolução das relações de vinculação desde a infância até à idade adulta (Grossmann, Grossmann & Waters, 2005; Waters et al., 2000). Grande parte dos trabalhos baseia-se em amostras reduzidas ou em metodologias transversais, o que restringe a interpretação dos resultados e dificulta a identificação de relações causais. Além disso, a produção científica permanece fortemente concentrada em contextos anglo-saxónicos, o que compromete a generalização dos resultados a realidades culturais específicas, como a portuguesa (Rutter, 1995). Outra limitação prende-se com a escassa inclusão da perspectiva das próprias crianças e jovens sobre as suas relações parentais, o que mantém uma abordagem predominantemente centrada nos adultos (Cassidy & Shaver, 2016).

As limitações observadas têm implicações diretas para a prática clínica e para os sistemas de proteção infantil. A literatura sugere que as intervenções devem privilegiar a qualidade das relações e a estabilidade emocional das crianças e jovens, em detrimento da estrutura familiar em si, promovendo modelos de coparentalidade colaborativa e comunicação afetiva entre progenitores (McHale & Lindahl, 2011; Kelly & Emery, 2003; Lamela et al., 2016). Abordagens centradas na escuta ativa das crianças e na compreensão das suas necessidades de vinculação contribuem para reduzir o impacto emocional do divórcio e favorecer um desenvolvimento mais adaptativo (Rutter, 1995).

Em conclusão, a literatura demonstra de forma consistente que a qualidade das relações de vinculação exerce um papel determinante no ajustamento emocional de crianças e jovens após o divórcio (Amato, 2010; Allen & Tan, 2016). Apesar dos avanços teóricos e empíricos, persistem limitações metodológicas e uma escassez de estudos em contextos culturais específicos, como o português, o que reforça a necessidade de aprofundar a compreensão destes processos. Assim, torna-se essencial integrar perspectivas do desenvolvimento, da cultura e das relações na investigação sobre a vinculação em contextos de divórcio, de modo a sustentar práticas clínicas e políticas de proteção mais ajustadas às necessidades emocionais e relacionais das crianças e dos jovens.

## Método

### Participantes

A amostra é constituída por 107 crianças e jovens, com idades compreendidas entre os 10 e os 14 anos ( $M = 11,01$ ,  $DP=.91$ ). Do total, 56 participantes eram do sexo masculino e 51 do sexo feminino, a frequentar o 5º e 6º anos de escolaridade na Grande Lisboa, tendo sido incluídos mediante assentimento dos próprios e consentimento informado dos seus encarregados de educação. Relativamente ao estado civil dos pais, 77 encontravam-se casados e 30 divorciados. A participação foi voluntária e anónima, não tendo existindo qualquer compensação pela colaboração no estudo.

### Instrumentos

Foi utilizada a *Kerns Security Scale* (KSS, Kerns et al., 2015), adaptada para a população portuguesa (Fernandes et al. 2021), entre os 10 e 15 anos (podendo ser aplicado até aos 17 anos), que avalia a perceção de segurança no contexto da vinculação da criança ou jovem relativamente às suas figuras parentais. O instrumento é de autorresposta, e é composto por diferentes dimensões, nomeadamente Base Segura e Porto Seguro, aplicadas separadamente às figuras materna e paterna.

Cada versão (materna e paterna) é composta por 21 itens, 15 itens sobre o Porto Seguro e 6 itens sobre a Base Segura. Cada item é respondido numa escala de tipo *Likert*, variando entre 1 (“Nada verdadeiro para mim”) e 4 (“Muito verdadeiro para mim”), com pontuações mais elevadas a indicarem maior perceção de segurança e disponibilidade emocional nas relações com as figuras parentais. Para as mães, os alfas de Cronbach foram .79 para a Base Segura e .89 para o Porto Seguro. Para os pais, os alfas de Cronbach foram .83 para a Base Segura e .91 para o Porto Seguro. Estes resultados foram semelhantes aos obtidos por Kerns et al (2015) no estudo original: alfas SBS .76 e .74 para mãe e pai, respetivamente, e alfas SHS .88 e .90 para mãe e pai, respetivamente.

Para além da escala principal, foi aplicado um questionário sociodemográfico com o objetivo de recolher informações relativas ao sexo.

### Procedimento

Os participantes fazem parte de um projeto longitudinal mais vasto, que decorreu na WJCR – William James Center for Reserch (Grupo da Psicologia do Desenvolvimento), do ISPA – Instituto Universitário. Contactou-se a direção de uma escola pública de ensino preparatório, após uma reunião inicial, obteve-se autorização para contactar os encarregados de educação das crianças.

No passo seguinte, foi enviada aos encarregados de educação uma carta de apresentação do projeto, acompanhada do termo de consentimento informado, esclarecendo que a participação das crianças consistiria em responder a questionários sobre aspetos do desenvolvimento social.

A recolha de dados decorreu entre abril e junho; cada criança levou três semanas a completar os questionários, em sessões semanais de 45 minutos. Na primeira semana, as crianças relataram as relações de vinculação com ambos os progenitores (KSS)

## Resultados

### Correlações entre as Dimensões de Vinculação

Com o objetivo de analisar as associações entre as diferentes dimensões de vinculação, foram obtidas correlações de Pearson entre as variáveis em estudo (ver Tabela X):

**Tabela 1: Correlações entre as variáveis em estudo**

|          | BaseSegM | PortSegM | BaseSegP | PortSegP | EstCiv | Idade |
|----------|----------|----------|----------|----------|--------|-------|
| BaseSegM | --       |          |          |          |        |       |
| PortSegM | .65**    | --       |          |          |        |       |
| BaseSegP | .49**    | .41**    | --       |          |        |       |
| PortSegP | .37**    | .51**    | .53**    | --       |        |       |
| EstCiv   | -.14     | -.18     | -.19     | -.34**   | --     |       |
| Idade    | -.08     | -.06     | -.06     | -.10     | .20*   | --    |
| Sexo     | .19*     | .15      | .15      | .06      | -.01   | .14   |

\* $p < .05$

\*\* $p < .01$

No que diz respeito às correlações entre as dimensões da KSS - Base Segura Materna (BaseSegM), Porto Seguro Materno (PortSeg), Base Segura Paterna (BaseSegP) e Porto Seguro Paterno (PortSegP) - os resultados revelaram correlações moderadas a fortes positivas e significativas ( $p < .01$ ), entre todas as dimensões, variando entre  $r = .37$  e  $r = .65$ . Isto significa que, de um modo geral, as crianças e os jovens que se sentem seguros com uma das figuras parentais também se sentem seguros com a outra. Observaram-se correlações mais fortes entre as dimensões maternas ( $r = .65$ ) e entre as dimensões paternas ( $r = .53$ ), o que sugere uma percepção consistente da segurança e do apoio em cada figura parental. As correlações de menor magnitude, indicam que as dimensões de vinculação se relacionam entre si de forma coerente, mas sem sobreposição completa, o que é esperado dado o contexto diádico distinto (mãe e pai) da vinculação.

Foram ainda observadas correlações negativas entre o estado civil dos pais e algumas dimensões de vinculação, nomeadamente com o Porto Seguro Paterno ( $r = -.34$ ,  $p < .01$ ), indicando que os participantes cujos pais estão divorciados tendem a sentir menor segurança e disponibilidade emocional da parte do pai. Por fim, identificaram-se correlações fracas, mas significativas, entre o sexo e a Base Segura Materna ( $r = .19$ ,  $p < .05$ ), sugerindo que as raparigas tendem a sentir-se ligeiramente mais seguras na relação com a mãe do que os rapazes.

## Estatísticas Descritivas

Com o objetivo de analisar as diferenças nas percepções de vinculação em função do estado civil dos pais (1 = *casados*; 2 = *divorciados*) e do sexo dos participantes (1 = *masculino*; 2 = *feminino*), obtivemos as médias e os desvios padrão das quatro dimensões de vinculação em estudo (ver Tabela 2).

**Tabela 2: Estatísticas Descritivas**

|                | Estado Civil | Sexo | Média | D.P. | N   |    |
|----------------|--------------|------|-------|------|-----|----|
| Base Segura M  | 1            | 1    | 3.36  | .51  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.60  | .39  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.29  | .49  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.35  | .68  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.48 | .47 | 77 |
|                |              |      |       | 3.32 | .58 | 30 |
| Porto Seguro M | 1            | 1    | 3.42  | .41  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.63  | .34  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.39  | .59  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.29  | .62  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.52 | .39 | 77 |
|                |              |      |       | 3.34 | .60 | 30 |
| Base Segura P  | 1            | 1    | 3.35  | .47  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.61  | .36  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.31  | .62  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.21  | .54  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.47 | .44 | 77 |
|                |              |      |       | 3.27 | .58 | 30 |
| Porto Seguro P | 1            | 1    | 3.37  | .39  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.43  | .41  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.09  | .51  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.05  | .29  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.40 | .40 | 77 |
|                |              |      |       | 3.07 | .42 | 30 |
| Base Segura P  | 1            | 1    | 3.35  | .47  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.61  | .36  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.31  | .62  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.21  | .54  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.47 | .44 | 77 |
|                |              |      |       | 3.27 | .58 | 30 |
| Porto Seguro P | 1            | 1    | 3.37  | .39  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.43  | .41  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.09  | .51  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.05  | .29  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.40 | .40 | 77 |
|                |              |      |       | 3.07 | .42 | 30 |
| Base Segura M  | 1            | 1    | 3.36  | .51  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.60  | .39  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.29  | .49  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.35  | .68  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.48 | .47 | 77 |
|                |              |      |       | 3.32 | .58 | 30 |
| Porto Seguro M | 1            | 1    | 3.42  | .41  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.63  | .34  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.39  | .59  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.29  | .62  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.52 | .39 | 77 |
|                |              |      |       | 3.34 | .60 | 30 |
| Base Segura P  | 1            | 1    | 3.35  | .47  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.61  | .36  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.31  | .62  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.21  | .54  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.47 | .44 | 77 |
|                |              |      |       | 3.27 | .58 | 30 |
| Porto Seguro P | 1            | 1    | 3.37  | .39  | 40  |    |
|                |              | 2    | 3.43  | .41  | 37  |    |
|                | 2            | 1    | 3.09  | .51  | 16  |    |
|                |              | 2    | 3.05  | .29  | 14  |    |
|                | Total        |      |       | 3.40 | .40 | 77 |
|                |              |      |       | 3.07 | .42 | 30 |

De forma geral, verificou-se que as médias foram mais elevadas nos participantes cujos pais permaneciam casados, tanto nas dimensões maternas como paternas. As diferenças mais acentuadas surgiram nas dimensões paternas, indicando que os filhos de pais casados percebem o pai como mais disponível, acessível e emocionalmente presente, comparativamente aos filhos de pais divorciados.

Relativamente ao sexo, observou-se que as participantes do sexo feminino apresentaram médias ligeiramente superiores às dos participantes do sexo masculino nas dimensões maternas, sugerindo que as raparigas tendem a perceber a relação com a mãe como um pouco mais segura e estável. Nas dimensões paternas, as médias entre rapazes e raparigas foram muito semelhantes, sem diferenças relevantes.

Estes resultados sugeriam que o divórcio se associa a percepções menos seguras da relação com o pai, mantendo-se, contudo, níveis relativamente estáveis de segurança na relação materna, especialmente entre as participantes do sexo feminino

### **Análise Multivariada da Variância**

De forma a compreender se existiam diferenças significativas nas percepções de vinculação em função do estado civil dos pais e do sexo dos participantes, incluindo a idade como covariável, foi realizada uma Análise Multivariada de Variância (MANCOVA), considerando como variáveis dependentes as quatro dimensões de vinculação:

Os resultados revelaram um efeito multivariado significativo do estado civil dos pais ( $\Lambda$  de Wilks=.89,  $F(4, 99)=3.22$ ,  $\eta^2p=.12$ ,  $p < .05$ ), o que indica que o estado civil dos pais influencia globalmente as percepções de Base Segura e Porto Seguro. A análise não revelou diferenças estatisticamente significativas em função do sexo dos participantes ( $\Lambda$  de Wilks=.98,  $F(4, 99)=.57$ ,  $\eta^2p=.02$ ,  $p > .05$ ), sugerindo que não existem diferenças relevantes entre rapazes e raparigas nas percepções gerais da vinculação. Também não se observou um efeito significativo da interação entre o estado civil dos pais e o sexo dos participantes ( $\Lambda$  de Wilks=.95,  $F(4, 99)=1.32$ ,  $\eta^2p=.05$ ,  $p > .05$ ), o que sugere que o estado civil tem um impacto semelhante em ambos os sexos. Finalmente, também não se observou um efeito significativo da covariável idade ( $\Lambda$  de Wilks=.99,  $F(4, 99)=.34$ ,  $\eta^2p=.01$ ,  $p > .05$ ).

Para identificar em que dimensões específicas se verificavam as diferenças associadas ao estado civil, foram verificadas as análises univariadas (ANOVAs) para cada dimensão da vinculação (ver Tabela 3).

**Tabela 3: Teste dos Efeitos entre Sujeitos**

|                   | V.D.     | df       | F     | <i>p</i> | $\eta^2p$ |
|-------------------|----------|----------|-------|----------|-----------|
| Idade             | BaseSegM | (1, 102) | 1.12  | .29      | .01       |
|                   | PortSegM | (1, 102) | .39   | .53      | .00       |
|                   | BaseSegP | (1, 102) | .01   | .90      | .00       |
|                   | PortSegP | (1, 102) | .20   | .66      | .00       |
| Estado Civil      | BaseSegM | (1, 102) | 1.71  | .20      | .02       |
|                   | PortSegM | (1, 102) | 3.28  | .07      | +         |
|                   | BaseSegP | (1, 102) | 4.15  | .04      | *         |
|                   | PortSegP | (1, 102) | 13.23 | .00      | ***       |
| Sexo              | BaseSegM | (1, 102) | 2.03  | .16      | .02       |
|                   | PortSegM | (1, 102) | .38   | .54      | .00       |
|                   | BaseSegP | (1, 102) | .66   | .42      | .01       |
|                   | PortSegP | (1, 102) | .03   | .87      | .00       |
| Est. Civil * Sexo | BaseSegM | (1, 102) | .79   | .38      | .01       |
|                   | PortSegM | (1, 102) | 2.67  | .11      | .03       |
|                   | BaseSegP | (1, 102) | 3.05  | .08      | +         |
|                   | PortSegP | (1, 102) | .30   | .59      | .00       |

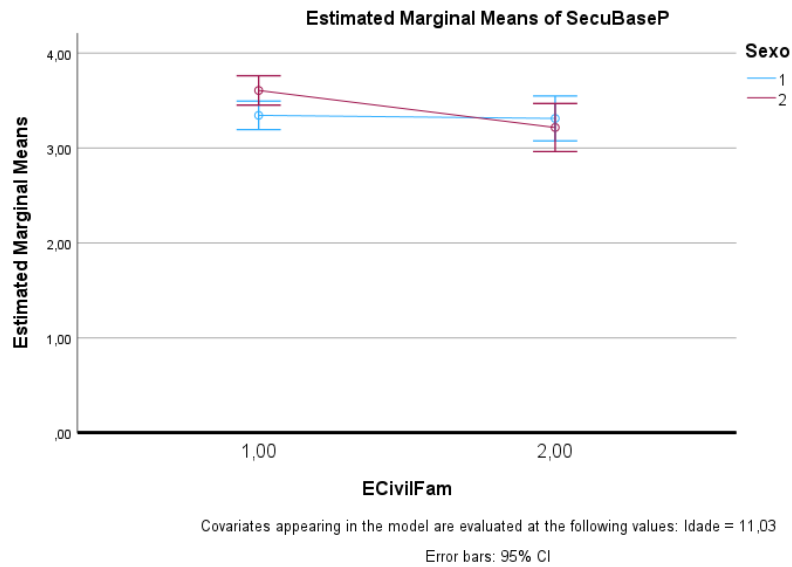
+ $p < .10$ , \* $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$

Verificaram-se efeitos significativos na Base Segura Paterna ( $p < .05$ ) e no Porto Seguro Paterno ( $p < .001$ ), assim como um efeito marginal no Porto Seguro Materno ( $p < .10$ ), em função do Estado Civil. Observou-se um efeito marginal de interação na Base Segura Paterna ( $p < .10$ ), indicando uma influência conjunta do estado civil parental e do sexo dos participantes nesta dimensão, os participantes femininos cujos pais permaneciam casados percebem o pai como uma figura mais disponível, acessível e emocionalmente presente (ver Figura 1).

De forma geral, as médias marginais estimadas apresentaram valores moderadamente elevados em todas as dimensões de vinculação, variando entre 3.23 e 3.43. As diferenças mais expressivas surgiram nas dimensões paternas, o que reforça a ideia de que a percepção de segurança na relação com o pai tende a ser mais sensível ao contexto familiar, nomeadamente à separação ou divórcio dos pais. As dimensões

maternas apresentaram diferenças menos evidentes, o que sugere uma maior estabilidade da percepção da relação com a mãe, independentemente do estado civil parental.

**Figura 1:** Base Segura Paterna em função do Estado Civil e Sexo



**Tabela 4:** Médias Marginais Estimadas

| V.D.           | Média Global |      | IC 95% |      |
|----------------|--------------|------|--------|------|
|                | Média        | E.P. | LI     | LS   |
| Base Segura M  | 3.40a        | .05  | 3.30   | 3.51 |
| Porto Seguro M | 3.43a        | .05  | 3.34   | 3.53 |
| Base Segura P  | 3.37a        | .05  | 3.27   | 3.47 |
| Porto Seguro P | 3.24a        | .04  | 3.15   | 3.33 |

a. A covariável no modelo foi avaliada no valor: Idade = 11.03.

## Discussão

### Vinculação e Adaptação Emocional no Pós-Divórcio

Os resultados do presente estudo sugerem que o divórcio está associado a uma diminuição da percepção de segurança na vinculação com ambas as figuras parentais. No entanto, esta tendência surge de forma mais acentuada na relação com o pai, enquanto a relação com a mãe se apresenta mais estável. Ainda que esta diferença não seja inesperada, confirma a sensibilidade particular da relação paterna às mudanças estruturais e emocionais associadas ao divórcio, tal como descrito por Kelly e Emery (2003) e Hetherington e Kelly (2002).

À luz da Teoria da Vinculação, a segurança depende da percepção de disponibilidade, sensibilidade e previsibilidade das figuras cuidadoras (Bowlby, 1988; Ainsworth et al., 1978). Quando o divórcio introduz alterações no contacto diário, nas rotinas e, por vezes, na coerência emocional entre cuidadores, a criança ou adolescente pode experienciar maior incerteza relacional. Neste estudo, essa reorganização parece refletir-se sobretudo na percepção de segurança face à figura paterna, possivelmente devido à redução da presença no quotidiano e da consistência das interações. Esta leitura está em consonância com a literatura que descreve o vínculo paterno como particularmente sensível às mudanças estruturais e emocionais que ocorrem após a separação, ponto que será aprofundado mais adiante (Amato, 2010; Lamela et al., 2016).

A maior sensibilidade observada na relação com o pai não se traduz numa menor relevância desta figura, mas sim na especificidade do seu papel no apoio à autonomia e à exploração (Grossmann et al., 2002; Lamb, 2012). Quando a rotina e a proximidade mudam, como acontece frequentemente após o divórcio, esta dimensão pode ficar temporariamente fragilizada. Este resultado parece refletir um processo de adaptação relacional, no qual o jovem procura reorganizar a confiança e a previsibilidade numa nova configuração familiar, e não uma rutura definitiva do vínculo. Ainda assim, esta fragilidade parece mais relacionada com o processo de transição e adaptação do sistema familiar do que com uma perda estrutural do vínculo, podendo ser compreendida como uma fase de reorganização emocional em direção a uma nova forma de estabilidade.

Em Portugal, estudos realizados na última década descrevem uma tendência para a continuidade da presença materna enquanto figura de referência no quotidiano após o divórcio, embora com uma evolução gradual no sentido de uma maior simetria entre

ambos os pais (Lamela et al., 2016). Ainda que o presente estudo não tenha recolhido informação sobre o tipo de guarda e de residência, os resultados observados parecem refletir esta realidade em transformação, sugerindo que a disponibilidade consistente de pelo menos uma figura parental, muitas vezes a mãe, pode contribuir para a preservação de um sentimento de continuidade e segurança na transição pós-divórcio.

Apesar da sensibilidade da vinculação às mudanças familiares, a teoria sublinha o carácter dinâmico e adaptativo destes modelos internos (Bretherton, 1992; Rutter, 1995). Neste sentido, os resultados não apontam para uma perda definitiva de segurança, mas para um processo de reorganização. A existência de uma figura consistentemente disponível neste caso, mais frequentemente a mãe, parece facilitar a preservação do sentimento de proteção emocional e apoiar um processo de adaptação emocional mais seguro, tal como proposto por Sroufe et al. (2005) e Brenning et al. (2020).

Em síntese, os dados reforçam a ideia de que o impacto do divórcio na vinculação não decorre do estado civil em si, mas da forma como as funções e relações parentais são reorganizadas e mantidas ao longo do tempo. A previsibilidade, a colaboração coparental e a continuidade afetiva emergem como elementos essenciais para a preservação da segurança emocional. Assim, mesmo perante a rutura conjugal, a proximidade afetiva e a consistência relacional assumem-se como fatores decisivos na continuidade do sentimento de segurança e na proteção do desenvolvimento emocional dos jovens.

### **O Papel de cada Figura Parental na Segurança Emocional**

Como referido anteriormente, os resultados evidenciam diferenças subtis na forma como mães e pais são percebidos enquanto figuras de vinculação após o divórcio. Embora ambos os cuidadores possam desempenhar funções de base e de porto seguro, a literatura tem identificado uma tendência, ainda que não universal, para que a mãe seja mais associada à responsividade, previsibilidade e co-regulação emocional, enquanto o pai surge, com maior frequência, ligado ao incentivo à autonomia, à exploração e à confiança na ação (Ainsworth et al., 1978; Grossmann & Grossmann, 2005; Lamb, 2012). Estas funções são complementares, não hierárquicas, refletindo não apenas aspetos do desenvolvimento, mas também práticas familiares e construções socioculturais (Kerns et al., 2015).

No presente estudo, a (maior) estabilidade percebida na relação com a mãe pode traduzir a continuidade quotidiana da disponibilidade afetiva e prática após a rutura conjugal, assegurando ao jovem uma referência emocional consistente num momento de reorganização familiar. Esta constância relacional parece favorecer a previsibilidade e oferecer contenção emocional, elementos centrais para a manutenção do sentimento de segurança, para sustentar o equilíbrio emocional nos períodos de transição.

Por outro lado, a menor estabilidade observada nas dimensões paternas poderá refletir os ajustamentos inerentes ao período pós-divórcio, nomeadamente mudanças nas rotinas e na disponibilidade quotidiana. Sendo a função exploratória particularmente dependente da consistência relacional, estas transições podem temporariamente desafiar a perceção de previsibilidade associada ao pai. Mais do que traduzir uma diminuição do valor afetivo desta figura, estes resultados parecem evidenciar a sensibilidade desta dimensão da vinculação às condições práticas e emocionais que moldam a presença parental, especialmente no caso da figura paterna neste período.

Paralelamente, importa reconhecer a evolução gradual dos papéis parentais no contexto português, caracterizada por uma presença mais ativa e consistente dos pais no cuidado emocional e nas rotinas diárias dos filhos. Embora este aumento de envolvimento paterno conviva ainda com modelos familiares mais tradicionais, reflete uma realidade em mudança, na qual a diferenciação funcional entre mães e pais tende a ser menos rígida, permitindo maior flexibilidade e partilha de funções afetivas e educativas (Dykas & Smiler, 2022).

Em síntese, os dados sugerem que o impacto do divórcio sobre as perceções de segurança na vinculação depende menos do género do cuidador e mais da forma como cada figura consegue manter disponibilidade, sensibilidade e consistência ao longo da reorganização familiar. A segurança emocional parece sustentar-se na continuidade das relações e na capacidade de os progenitores assegurarem uma presença previsível, responsiva e cooperante, independentemente da configuração familiar. Assim, mais do que quem desempenha determinada função, é a qualidade e a estabilidade com que essa função é exercida que protege o desenvolvimento emocional dos jovens.

## **Diferenças de Género e Estabilidade dos Modelos Internos de Vinculação**

Os resultados apontam para diferenças subtis associadas ao género na perceção de vinculação, ainda que dentro de um padrão global de segurança. De forma consistente com a literatura, as raparigas apresentaram valores ligeiramente mais elevados nas dimensões maternas, sobretudo no contexto de divórcio, o que sugere maior sensibilidade às alterações familiares no que diz respeito à figura materna (Kerns et al., 2015; Allen & Tan, 2016). Este padrão parece refletir processos de socialização emocional que incentivam, nas raparigas, a expressarem-se mais ao nível afetivo e à procura ativa de suporte, sem implicar diferenças nas necessidades emocionais de base entre rapazes e raparigas, mas refletindo estilos distintos de expressão e procura de apoio afetivo.

De acordo com a literatura, as raparigas são frequentemente encorajadas a expressar emoções e a procurar proximidade com os outros, enquanto os rapazes tendem a ser encorajados a valorizar a autonomia, a competência e o controlo emocional (Lamb, 2012). Estas orientações culturais não refletem necessidades afetivas diferentes, mas sim modos distintos de regular e comunicar emoções. Nos rapazes, as normas e expectativas sociais podem promover a inibição da expressão emocional e a tendência para ocultar vulnerabilidade, o que pode levar a uma menor verbalização das necessidades e a pedidos de ajuda menos explícitos, mesmo quando existe necessidade interna de suporte (Chaplin, 2015). Deste modo, a menor variação observada nas perceções de segurança reportadas pelos rapazes entre contextos familiares distintos poderá refletir não uma ausência de impacto emocional, mas uma forma mais contida de lidar com as emoções, que favorece a internalização da experiência afetiva.

Por outro lado, as raparigas tendem a ser encorajadas a valorizar a expressão emocional, a procurar proximidade com as figuras significativas (Chaplin, 2015). Esta orientação cultural tende a reforçar a perceção da mãe como figura de suporte afetivo e previsível especialmente ao nível emocional, alguém a quem recorrer em momentos de insegurança ou mudança. Neste sentido, a perceção de maior segurança materna nas raparigas poderá refletir a função de regulação emocional desempenhada pela mãe na manutenção da previsibilidade e estabilidade emocional em contextos de mudança familiar. Assim, esta tendência não traduz maior vulnerabilidade, mas um modo de procurar segurança através da partilha emocional e da ligação afetiva, consistente com o

que a literatura descreve sobre processos de socialização (Grossmann & Grossmann, 2005; Dykas & Smiler, 2022).

Estes aspetos ajudam a enquadrar as tendências gerais encontradas, mas a análise da amostra revela um fenómeno que ultrapassa as diferenças esperadas pela socialização emocional. Em concreto, observou-se um padrão distinto entre raparigas em contexto de divórcio: estas evidenciaram uma diminuição mais acentuada na perceção de segurança face ao pai. Enquanto no grupo de famílias onde os pais estão juntos, apresentavam valores superiores aos dos rapazes, esta vantagem desaparece no contexto de divórcio, com as raparigas a reportarem níveis ligeiramente inferiores. Este resultado sugere uma maior sensibilidade às mudanças na presença e disponibilidade paterna, possivelmente refletindo o desejo de uma ligação emocional estável e previsível com o pai.

Assim, a reorganização dos contactos e das interações após a rutura poderá ser experienciada pelas raparigas como uma quebra mais significativa na previsibilidade e no suporte emocional, conduzindo a uma redução mais marcada na perceção de segurança, previsibilidade e apoio por parte do pai. Este padrão é coerente com estudos que sugerem que as participantes do sexo feminino tendem a apresentar maior sensibilidade a alterações nas relações significativas, sobretudo quando estas envolvem figuras percebidas como fontes centrais de suporte e validação emocional (Kerns et al., 2015; Allen & Tan, 2016). No contexto de separação dos pais, esta maior responsividade poderá traduzir-se numa reação mais intensa à diminuição da presença e continuidade emocional paterna, refletindo a importância atribuída à estabilidade e à confiança na relação na manutenção do sentimento de segurança.

Em síntese, os resultados sugerem que o género modula a forma como a segurança é experienciada e expressa, sem determinar a sua presença. As diferenças identificadas parecem refletir normas de socialização e estilos emocionais culturalmente construídos, mais do que discrepâncias na necessidade de apoio ou proximidade. Assim, mesmo em contextos de divórcio, a segurança na vinculação pode manter-se quando os jovens continuam a encontrar relações previsíveis, responsivas e coerentes no seu quotidiano.

Para compreender de forma mais completa o desenvolvimento da vinculação, importa ainda explorar a influência de outros fatores individuais, nomeadamente a idade, que poderá contribuir para a forma como os jovens constroem e preservam as suas

representações internas de segurança. A ausência de efeitos significativos em função da idade sugere que, entre a infância tardia e a adolescência, os modelos internos de vinculação tendem a manter uma estabilidade relativa. Tal como proposto pela teoria da vinculação, esta estabilidade deve ser entendida como dinâmica: os modelos internos permanecem consistentes, mas sensíveis à qualidade das relações significativas (Bretherton, 1992; Waters et al., 2000; Sroufe et al., 2005). Assim, a estabilidade observada parece ser sustentada por experiências continuadas de cuidado sensível e previsível.

### **Dimensão Adaptativa da Vinculação e Resiliência Emocional**

A capacidade de reorganizar o vínculo perante a perda constitui uma das expressões mais profundas da resiliência humana. No contexto de transição familiar decorrente do divórcio, esta flexibilidade torna-se particularmente visível: o filho é confrontado com a tarefa de reorganizar a percepção de segurança, de reconstruir internamente a continuidade emocional num cenário que mudou externamente.

A teoria da vinculação descreve os modelos internos como sistemas de percepções e expectativas que, embora formados nas interações precoces com as figuras cuidadoras, permanecem disponíveis à transformação (Bretherton, 1992; Grossmann & Grossmann, 2005). Esta visão é consistente com a perspectiva do desenvolvimento de Sroufe et al. (2005) e Waters et al. (2000), que descrevem a segurança como um sistema dinâmico e sensível à qualidade das relações mais do que à sua estrutura. A flexibilidade inerente a este sistema de vinculação permite que a segurança não dependa de uma configuração familiar estável, mas da capacidade do indivíduo reorganizar o modo como percebe o cuidado e a presença dos pais face a novas realidades. Assim, a perda de uma estrutura familiar não implica necessariamente a perda de uma base segura e de um porto seguro, implica, antes, o desafio de a reconstruir sob novas formas.

Os resultados obtidos neste estudo parecem ilustrar precisamente este processo de reorganização. A estabilidade observada nas dimensões maternas, em contraste com a maior variabilidade nas paternas, sugere que as crianças e adolescentes são capazes de preservar a segurança afetiva através da continuidade de pelo menos uma relação sensível e disponível. Este padrão confirma a ideia de que a adaptação emocional decorre menos da estrutura familiar e mais da qualidade relacional que se mantém após a rutura. Esta capacidade de manter a confiança nas figuras de referência, mesmo em contextos de

mudança, aproxima-se do que a literatura descreve como resiliência nas relações, a capacidade de integrar a perda e restaurar o equilíbrio interno.

É neste ponto que a capacidade de resiliência nas relações se manifesta, não como resistência à mudança, mas como a habilidade de a integrar. Segundo Rutter (1995), a resiliência emerge quando as condições adversas são acompanhadas por fatores protetores como a previsibilidade, a sensibilidade e o apoio consistente, os quais permitem restaurar o equilíbrio emocional. No caso do divórcio, a presença de pelo menos uma figura parental consistente e emocionalmente disponível constitui um elemento estabilizador que minimiza o impacto da separação e contribui para a preservação do sentimento de segurança emocional. Resultados semelhantes foram descritos por Amato (2010) e Lamela et al. (2016), que destacam a importância da continuidade parental para o ajustamento emocional após o divórcio.

A literatura sublinha que não é a rutura conjugal em si, mas a qualidade das relações que se seguem a ela, que determina o ajustamento psicológico (Kelly & Emery, 2003). Quando a comunicação entre os pais é cooperante e coerente nas suas atitudes e mensagens, o jovem experiencia um ambiente de continuidade relacional que sustenta a perceção de disponibilidade e apoio por parte das figuras parentais. Por contraste, o conflito, a imprevisibilidade e a ambiguidade tendem a fragmentar as representações internas, comprometendo o sentimento de segurança.

Neste contexto, os resultados obtidos no presente estudo sugerem que, apesar das diferenças entre as figuras parentais, a segurança global tende a manter-se quando pelo menos uma relação previsível e sensível se conserva. Este padrão reforça a ideia de que a continuidade afetiva, mais do que a estrutura familiar, funciona como o principal fator de estabilidade emocional em contextos de mudança.

A resiliência ou capacidade de adaptação nas relações de vinculação envolve um equilíbrio delicado entre perda e continuidade. Traduz-se na possibilidade de aceitar a mudança sem perder o sentimento de ligação emocional. Quando a criança ou o adolescente reconhece que a relação com os pais pode transformar-se sem deixar de ser uma fonte de segurança, a rutura torna-se uma oportunidade de reorganização e de desenvolvimento. Esta perspetiva evidencia o potencial reorganizador da vinculação, que

permite restaurar a coerência interna mesmo após experiências de mudança e reconfiguração familiar (Cassidy & Shaver, 2016).

A flexibilidade e a capacidade de adaptação presentes nas relações de vinculação evidenciam a natureza dinâmica e adaptativa do ser humano. Mesmo perante a mudança e a instabilidade, o vínculo tende a reorganizar-se e a encontrar novas formas de continuidade. A segurança não é um estado fixo, mas um processo em constante reconstrução, sustentado pela possibilidade de reconhecer presença e cuidado, mesmo em contextos transformados, ainda que sob novas formas.

### **Implicações Clínicas, Psicossociais e Educativas**

A intervenção eficaz em contextos de divórcio não se inicia na estrutura da família, mas nas relações que a sustentam. O impacto da dissolução conjugal depende menos da configuração familiar e mais da qualidade das interações que persistem após a separação. É nas microinterações diárias, nas respostas empáticas, nas rotinas previsíveis e na consistência entre expressão e ação que se repara a confiança e se restaura o sentimento de segurança.

Do ponto de vista clínico, a prioridade deve ser preservar e reconstruir as funções de vinculação. Intervenções centradas na coparentalidade têm demonstrado eficácia ao promover cooperação, respeito mútuo e comunicação consistente entre os progenitores (McHale & Lindahl, 2011; Lamela et al., 2016). A terapia familiar e a mediação familiar podem apoiar os pais na reparação das falhas relacionais e na clarificação das fronteiras entre o papel conjugal e o parental, favorecendo uma parentalidade sensível e emocionalmente disponível mesmo após a separação (Kelly & Emery, 2003).

A capacidade de compreender o mundo interno dos filhos, em compreender os estados emocionais e necessidades e responder-lhe de forma ajustada, constitui um dos pilares das funções dos pais (Bowlby, 1988; Cassidy & Shaver, 2016). Quando os pais conseguem reconhecer as emoções do filho e atribuir-lhes significado, restauram a previsibilidade e favorecem a autorregulação (Rutter, 1995). Neste sentido, a intervenção terapêutica pode oferecer uma relação segura e previsível que, sem substituir os vínculos primários, cria as condições para que estes possam ser restaurados. Através desta relação, a criança ou o adolescente encontra um espaço onde possa reorganizar as suas

representações internas e reconstruir a coerência entre as suas experiências emocionais e os modelos internos de vinculação (Cassidy & Shaver, 2016).

Para além do contexto clínico, importa reconhecer o papel da escola e da comunidade como extensões da rede de suporte emocional da criança. Professores, psicólogos e outros profissionais podem atuar como figuras de referência secundária, reforçando a previsibilidade e o sentimento de pertença. Do mesmo modo, políticas públicas centradas na parentalidade positiva e na escuta da voz das crianças e jovens constituem investimentos estruturais no bem-estar psicológico e social, promovendo ambientes mais seguros e coesos (Rutter, 1995; Cummings & Davies, 2010; Lamela et al., 2016). Em resumo, a reconstrução da segurança emocional em contexto de divórcio não depende da reposição da estrutura familiar, mas da manutenção de relações coerentes e sensíveis, capazes de assegurar continuidade e previsibilidade no cuidado.

### **Vinculação e Divórcio**

Em última análise, os resultados deste estudo mostram que a vinculação funciona como um núcleo de estabilidade relacional, mesmo em contextos de mudança familiar significativa. O divórcio, embora constitua um evento potencialmente desestabilizador, não implica necessariamente a perda de segurança afetiva. Quando pelo menos uma figura parental se mantém disponível, sensível e previsível, a criança ou o jovem demonstra capacidade para reorganizar as suas representações internas de modo adaptativo, preservando a confiança nas relações e em si próprio.

A separação conduz a uma reconfiguração do vínculo, que tende a adaptar-se às transformações nas dinâmicas familiares e emocionais. A reorganização emocional que se segue à dissolução conjugal pode, quando acompanhada de sensibilidade e cooperação parental, tornar-se numa oportunidade de crescimento e redefinição saudável das relações familiares. Assim, mais do que um fim, o divórcio representa uma transição relacional, em que a segurança emocional se mantém como referência interna de continuidade e estabilidade.

A vinculação revela-se, deste modo, um processo dinâmico e adaptativo, capaz de responder à complexidade das experiências humanas. Os resultados obtidos reforçam a importância da presença afetiva, da empatia e da consistência emocional das figuras

parentais, sublinhando que a base segura e o porto seguro que sustentam o desenvolvimento não dependem de estruturas familiares, mas da qualidade das relações.

Em síntese, a análise desenvolvida ao longo desta discussão evidencia a complexidade das relações de vinculação em contexto de divórcio. Mais do que um evento de transição, o divórcio surge como um processo de reorganização emocional e relacional, no qual a capacidade de readaptação das relações de vinculação e a qualidade da coparentalidade desempenham papéis determinantes na preservação do sentimento de segurança. A manutenção de pelo menos uma figura de vinculação estável e emocionalmente disponível emerge, assim, como o elemento central para a adaptação saudável da criança e do adolescente.

Do ponto de vista clínico e do desenvolvimento, torna-se evidente reforçar que a segurança na vinculação não depende da estrutura familiar, mas da qualidade das interações e da consistência afetiva. Este princípio orienta tanto a compreensão teórica como a intervenção psicológica em contextos de separação, reforçando a importância de abordagens integradas e sensíveis à singularidade de cada família e indivíduo.

Estas considerações preparam o terreno para as reflexões finais, nas quais serão sintetizados os principais contributos, limitações e implicações do estudo, incluindo as direções futuras da investigação sobre vinculação em contextos de divórcio.

## **Conclusão**

### **Síntese dos Principais Resultados**

O presente estudo teve como objetivo analisar as percepções de vinculação de crianças e adolescentes em função do estado civil dos pais, considerando as dimensões de base segura e porto seguro nas figuras materna e paterna. Pretendeu-se, adicionalmente, explorar o papel do sexo e da idade como variáveis moderadoras, de modo a compreender de que forma estas influenciam as representações de segurança e disponibilidade parental após o divórcio.

Os resultados revelaram diferenças estatisticamente significativas nas dimensões paternas da vinculação (Base Segura e Porto Seguro), indicando percepções menos seguras nos filhos de pais divorciados em comparação com os filhos de pais casados. Em contrapartida, as dimensões maternas apresentaram valores estáveis, sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. Este padrão está em consonância com a literatura que evidencia a maior vulnerabilidade da relação com o pai após a separação, frequentemente associada à redução da presença física e emocional e à diminuição das oportunidades de interação no quotidiano (Kelly & Emery, 2003; Hetherington & Kelly, 2002). A mãe tende, por sua vez, a manter-se como referência emocional primária, refletindo a continuidade dos cuidados e da disponibilidade mesmo após a dissolução do casamento (Ainsworth et al., 1978; Amato, 2010).

Não se observaram diferenças significativas em função da idade ou do sexo, embora as raparigas tenham revelado uma ligeira tendência para percecionarem a relação materna como mais segura. Estes dados sugerem que o sexo e a idade operam como moderadores subtis, mais do que determinantes, da segurança na vinculação, o que reforça a natureza adaptativa e dinâmica do sistema de vinculação (Allen & Tan, 2016; Bretherton, 1992).

De forma geral, estes resultados indicam que o impacto do estado civil na vinculação não é determinado por fatores demográficos, mas pela qualidade das relações com os pais, e pela percepção de segurança emocional. Assim, a manutenção de pelo menos uma figura de vinculação estável e consistente constitui um fator protetor essencial, permitindo reorganizar os modelos internos e preservar o sentimento de previsibilidade e confiança (Bowlby, 1988; Sroufe et al., 2005).

## **Implicações Teóricas e Clínicas**

Do ponto de vista teórico, os resultados reforçam os pressupostos centrais da teoria da vinculação, segundo os quais a segurança emocional é construída e mantida através da qualidade das relações, mais do que da estrutura familiar. A vinculação revela-se um sistema dinâmico, sensível à qualidade das interações e capaz de se reorganizar face à mudança (Bretherton, 1992; Grossmann & Grossmann, 2005). Esta leitura sustenta a ideia de que o desenvolvimento emocional não depende da permanência das formas familiares, mas da continuidade das funções de vinculação.

No plano clínico, estes resultados evidenciam a importância de intervenções centradas na coparentalidade positiva e na reparação relacional. A terapia familiar e a mediação podem facilitar a clarificação de papéis e promover uma parentalidade sensível e previsível, favorecendo a reconstrução das funções de base e porto seguro após a separação (McHale & Lindahl, 2011; Kelly & Emery, 2003). A intervenção psicológica deve, portanto, apoiar os pais na capacidade de compreender “o mundo interno” dos filhos e responder de forma ajustada às suas necessidades emocionais (Cassidy & Shaver, 2016), preservando a confiança e a previsibilidade nas relações significativas.

Além disso, a escola e a comunidade devem ser reconhecidas como extensões da rede de suporte emocional. Professores, psicólogos e profissionais de saúde mental podem desempenhar papéis de suporte secundário, ajudando a restaurar o sentimento de pertença e continuidade nas rotinas quotidianas. Políticas públicas orientadas para a parentalidade positiva e a promoção da voz da criança reforçam, por sua vez, o compromisso coletivo com o bem-estar emocional das famílias em transição (Rutter, 1995; Lamela et al., 2016).

## **Limitações, Contributos e Estudos Futuros**

Como qualquer investigação empírica, este estudo apresenta algumas limitações que importa reconhecer. A dimensão reduzida da amostra e o desenho transversal limitam a generalização dos resultados e impedem inferências causais. O recurso a instrumentos de autorrelato poderá ter introduzido enviesamentos associados à desejabilidade social ou à perceção subjetiva das relações. Além disso, a ausência de medidas observacionais e de variáveis contextuais específicas, como o grau de conflito coparental ou o tempo de

contacto com cada progenitor, restringe a compreensão das dinâmicas relacionais que sustentam a segurança emocional após o divórcio.

Esta estabilidade, no entanto, deve ser interpretada com cautela. A faixa etária da amostra, predominantemente composta por jovens na fase de transição entre a infância tardia e a adolescência, poderá ter limitado a observação de variações do desenvolvimento mais amplas. Investigações futuras deverão incluir faixas etárias mais diversificadas e considerar o tempo decorrido desde a separação, uma vez que as vivências de quem cresceu num contexto de divórcio desde cedo dificilmente se equiparam às de quem experienciou a dissolução do casamento após vários anos a coabitar com ambos os pais. Estas variáveis temporais poderão ser fundamentais para compreender como os modelos internos de vinculação se reorganizam, seja por adaptação gradual a novas figuras de referência, seja pela consolidação de representações de segurança baseadas na previsibilidade e no cuidado contínuo.

Ainda assim, este estudo oferece contributos teóricos e práticos relevantes ao evidenciar que a segurança emocional é um processo relacional e adaptativo, sustentado pela continuidade afetiva e pela cooperação coparental. Esta compreensão reforça a importância de abordagens psicológicas e educativas centradas na qualidade das relações e não na estrutura familiar, contribuindo para o desenvolvimento da teoria da vinculação em contexto português.

No futuro, será essencial investir em estudos longitudinais e mistos, capazes de acompanhar a evolução das representações da vinculação ao longo do tempo e de integrar métodos qualitativos, como entrevistas e narrativas de vida, que permitam captar a experiência subjetiva (de segurança) do jovem perante a separação. De igual modo, será pertinente explorar o papel de novas configurações familiares, como a guarda partilhada, as famílias reconstituídas e a coparentalidade alargada e considerar as especificidades culturais do contexto português, ainda pouco representadas na literatura. Estas abordagens permitirão construir uma compreensão mais contextualizada, dinâmica e inclusiva da vinculação, evidenciando a sua capacidade de adaptação às transformações familiares e sociais contemporâneas.

Em síntese, os resultados deste estudo sugerem que a vinculação não se desfaz com a separação ou o divórcio, mas se reorganiza e adapta, preservando a continuidade

afetiva necessária ao desenvolvimento. Mesmo em contextos de mudança, a segurança emocional pode manter-se quando existem relações consistentes, previsíveis e sensíveis às necessidades do jovem.

### **Considerações Finais**

O presente estudo contribui para o aprofundamento da compreensão da vinculação em contextos de divórcio, evidenciando que a segurança emocional das crianças e adolescentes depende menos da estrutura familiar e mais da qualidade das relações. Ao destacar a importância das relações afetivas estáveis e previsíveis, o estudo reforça a pertinência da teoria da vinculação como quadro interpretativo para as transições familiares contemporâneas.

Mais do que confirmar fragilidades, os resultados apontam para a capacidade de reorganização e adaptação das relações, mesmo em cenários de mudança. A presença de pelo menos uma figura de vinculação sensível e consistente emerge como um fator essencial de proteção, permitindo que o jovem mantenha a confiança nas relações e em si próprio.

Do ponto de vista clínico e social, os resultados reforçam a importância de abordagens centradas na relação, na cooperação entre os pais e na escuta ativa das necessidades dos filhos. A compreensão de que o divórcio não implica necessariamente uma ruptura, mas uma transformação, constitui um passo importante para desmistificar concepções tradicionais sobre a família e para valorizar as diferentes formas de manter a estabilidade emocional e relacional que podem sustentar o desenvolvimento.

Em suma, este estudo reforça a ideia de que a vinculação é um processo dinâmico, capaz de se reconfigurar e preservar a segurança emocional mesmo em contextos de mudança. A confiança e a previsibilidade que sustentam o desenvolvimento não se extinguem com a separação dos pais, mas reorganizam-se nas relações que permanecem estáveis e sensíveis

## Referências Bibliográficas:

- Ainsworth, M. D. S. (1991). *Attachments and other affectional bonds across the life cycle*. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33–51). Routledge.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Allen, J. P., & Tan, J. S. (2016). The multiple facets of attachment in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 399–415). Guilford Press.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 1269–1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Afifi, T. D. (2003). Feeling caught in stepfamilies: Managing boundary turbulence through appropriate communication privacy rules. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(6), 729–755. <https://doi.org/10.1177/0265407503206003>
- Bernet, W., Wamboldt, M. Z., & Narrow, W. E. (2016). Child affected by parental relationship distress. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 55(7), 571–579. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2016.04.018>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969)
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Brazelton, T. B., & Sparrow, J. D. (2006). *Touchpoints: Birth to three: Your child's emotional and behavioral development*. Hachette Books.

- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Brenning, K., Soenens, B., Van Petegem, S., & Vansteenkiste, M. (2020). *Parental emotional availability and resilience among adolescents: The role of emotion regulation*. *Journal of Adolescence*, 80(1), 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.02.003>
- Carone, N. (2022). Coparenting in contemporary families: The effects of parental cooperation and conflict on child adjustment. *Frontiers in Psychology*, 13, 896245. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.896245>
- Cassidy, J., Kirsh, S. J., Scolton, K. L., & Parke, R. D. (1996). Attachment and representations of peer relationships. *Developmental Psychology*, 32(5), 892–904. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.5.892>
- Cassidy, J. (1988). Child–mother attachment and the self in six-year-olds. *Child Development*, 59(1), 121–134. <https://doi.org/10.2307/1130394>
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.). Guilford Publications.
- Chaplin, T. M. (2015). Gender and emotion expression: A developmental contextual perspective. *Emotion Review*, 7(2), 85–90. <https://doi.org/10.1177/1754073914544408>
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. Guilford Publications.
- Diário da República. (2025). *Código Civil Português: Regime do casamento e divórcio*. Imprensa Nacional. <https://dre.pt>
- Dykas, M. J., & Smiler, A. P. (2022). *Fathering and attachment*. In C. A. Brown & M. E. Lamb (Eds.), *The Cambridge handbook of father involvement and child development* (pp. 95–113). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009002096.008>

- Feeney, B. C., & Monin, J. K. (2008). Attachment-theoretical perspective on divorce. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 934-957). New York: The Guilford Press.
- Fernandes, M., Veríssimo, M., Santos, A. J., Ribeiro, O., Vaughn, B. E., Gastelle, M., & Kerns, K. A. (2021). Measurement invariance across mother/child and father/child attachment relationships. *Attachment & human development*, 23(1), 56–74. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1710222>
- Groh, A. M., Fearon, R. M. P., van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Roisman, G. I. (2014a). The significance of attachment security for children's social competence with peers: A meta-analytic study. *Attachment & Human Development*, 16(2), 103–136. <https://doi.org/10.1080/14616734.2014.883636>
- Groh, A. M., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Fraley, R. C., Owen, M. T., Cox, M. J., & Burchinal, M. R. (2014b). Stability of attachment security from infancy to late adolescence: A meta-analysis. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 79(3), 1–25. <https://doi.org/10.1111/mono.12113>
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., & Waters, E. (2005). *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies*. Guilford Publications.
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheuerer-Englisch, H., & Zimmermann, P. (2002). The uniqueness of the child–father attachment relationship: Fathers' sensitive and challenging play as a pivotal variable in a 16-year longitudinal study. *Social Development*, 11(3), 307–331. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00202>
- Harold, G. T., & Sellers, R. (2018). Annual research review: Interparental conflict and youth psychopathology: An evidence review and practice-focused update. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(4), 374–402. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12893>
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. W. W. Norton & Company.

- Hetherington, E. M., & Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(1), 129–140. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00427>
- INE. (2025). *Famílias em Portugal: Estatísticas demográficas*. Instituto Nacional de Estatística. <https://www.ine.pt>
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352–362. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00352.x>
- Kerns, K. A., Mathews, B. L., Koehn, A. J., Williams, C. T., & Siener-Ciesla, S. (2015). Assessing both safe haven and secure base support in parent–child relationships. *Attachment & Human Development*, 17(4), 337–353. <https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1042487>
- Lamb, M. E. (2012). Mothers, fathers, families, and circumstances: Factors affecting children's adjustment. *Applied Developmental Science*, 16(2), 98–111. <https://doi.org/10.1080/10888691.2012.667344>
- Lamela, D., Figueiredo, B., Bastos, A., & Feinberg, M. (2016). *Attachment, coparenting, and family adjustment profiles in newly divorced parents: Differences in psychological adjustment*. *Journal of Child and Family Studies*, 25(4), 1319–1330. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000100003>
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences*, 43(5), 1185–1197. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.010>
- Liang, Y., McElwain, N. L., & Booth-LaForce, C. (2021). *Effects of father and mother attachment on depressive symptoms in middle childhood and adolescence: The mediating role of emotion regulation*. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 1532–1546. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01422-1>
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for*

*Research in Child Development*, 50(1-2), 66–104.  
<https://doi.org/10.2307/3333827>

Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). The University of Chicago Press.

McHale, J. P., & Lindahl, K. M. (Eds.). (2011). *Coparenting: A conceptual and clinical examination of family systems*. American Psychological Association.  
<https://doi.org/10.1037/12328-000>

OECD. (2020). *Divorce rates in OECD countries*. OECD Family Database.  
<https://www.oecd.org/els/family/database.htm>

Pordata. (2025). *Estatísticas da família e do divórcio em Portugal*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt>

Rutter, M. (1995). *Psychosocial adversity: Risk, resilience, and recovery*. *South African Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 7(2), 75–88.  
<https://doi.org/10.1080/16826108.1995.9631564>

Raposo, J. R., Ribeiro, M. T., & Pires, R. (2011). *Divórcio e ajustamento psicológico em crianças e adolescentes: O papel dos recursos familiares e pessoais*. *Psicologia, Educação e Cultura*, 15(2), 323–342.

Scott, S., Briskman, J., Woolgar, M., & Humayun, S. (2011). *Attachment in adolescence: Overlap with parenting and unique prediction of behavioural adjustment*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(10), 1052–1062.  
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02453.x>

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). *Attachment-related psychodynamics*. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133–161.  
<https://doi.org/10.1080/14616730210154171>

- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Guilford Publications.
- Teubert, D., & Pinquart, M. (2010). *The association between coparenting and child adjustment: A meta-analysis*. *Parenting: Science and Practice*, 10(4), 286–307. <https://doi.org/10.1080/15295192.2010.492040>
- Thompson, R. A. (2008). *Early attachment and later development: Familiar questions, new answers*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 348–365). Guilford Press.
- van IJzendoorn, M. H., & Sagi-Schwartz, A. (2008). *Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 880–905). Guilford Press.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). *Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study*. *Child Development*, 71(3), 684–689. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00176>