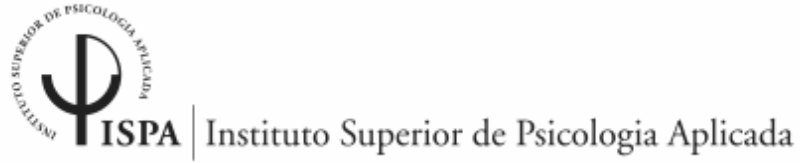


Instituto Superior de Psicologia Aplicada



VINCULAÇÃO, EXPERIÊNCIAS DEPRESSIVAS E PERSONALIDADE

Rui Carlos Bailão Miranda

Nº 17915

Tese submetida como requisito parcial para obtenção do grau de

Mestre em Psicologia

Especialidade em Psicologia Clínica

2009

INSTITUTO SUPERIOR DE PSICOLOGIA APLICADA

VINCULAÇÃO, EXPERIÊNCIAS DEPRESSIVAS E PERSONALIDADE

Rui Carlos Bailão Miranda

Dissertação orientada por Prof. Doutor António José dos Santos

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de

Mestre em Psicologia

Especialidade em Psicologia Clínica

2009

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Prof. Doutor António José dos Santos, apresentada no Instituto Superior de Psicologia Aplicada para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica conforme despacho da DGES, nº 19673 / 2006 publicado em Diário da República 2ª série de 26 de Setembro, 2006.

Um agradecimento ao ISPA por nos ter permitido percorrer um percurso académico rico em aprendizagens relevantes na nossa área do conhecimento, percurso que culmina com a realização deste trabalho.

Um agradecimento especial ao Professor Doutor António José dos Santos, pelo respeito pelas nossas ideias, pelo interesse incessante tanto na sua exploração, como no ensinar-nos a saber ver o que temos perante nós e como se constrói uma investigação. Por se dar ao trabalho, por percorrer o percurso connosco, por nos abrir os olhos quando necessário e, acima de tudo, por nos ter, verdadeiramente, orientado.

Um agradecimento à minha família por sempre ter confiado e acreditado, em especial aos meus pais, por mais uma vez me terem apoiado e ajudado a realizar um desejo.

Um agradecimento especial ao meu irmão João, pela amizade, companheirismo, paciência e disponibilidade para ajudar na secção informática.

Um agradecimento aos meus amigos, por acreditarem em mim, principalmente quando eu acreditei menos, em especial ao João Lopes por demonstrar que os amigos estão presentes nos momentos cruciais e por manter o meu computador operacional em todas as circunstâncias, e ao Carlos Corneta por todo o apoio e pela ajuda indispensável na recolha dos dados.

Um agradecimento especial à Filipa pela compreensão, paciência, pela confiança e acima de tudo por acreditar.

Por fim, queremos também agradecer aos estudantes do Instituto Superior Técnico e da Escola Superior de Educação pela sua participação neste trabalho.

Resumo

Neste trabalho, partimos das concepções de John Bowlby acerca da teoria da vinculação, e dos principais estilos de vinculação definidos por Mary Ainsworth (seguros, evitantes, preocupados) e tentamos depois relacionar estes conceitos com os trabalhos de Sidney Blatt, começando neste caso por explorar a sua investigação acerca da dialéctica do desenvolvimento da personalidade, seguindo depois para as suas implicações naquilo que o autor denomina por experiências depressivas. Estas experiências depressivas podem ser introjectivas ou anaclíticas. Com base numa amostra de estudantes universitários (N=88), e utilizando a Escala de Vinculação do Adulto (EVA), o Questionário de experiências depressivas (QED), o Inventário de problemas interpessoais (IIP-64) e o teste dos cinco factores da personalidade (NeoFFI), procuramos perceber se existem diferenças ao nível das experiências depressivas, dos aspectos da personalidade e da relação com os outros nos diferentes estilos de vinculação. Em dois momentos de análise distintos, os resultados apresentaram algumas diferenças que, embora não sendo conclusivas, reflectem o interesse e pertinência destes temas, demonstrando-se como um pequeno contributo para a progressiva exploração destes conceitos e das relações entre os mesmos.

Palavras-chave: Teoria vinculação, estilos de vinculação, experiências depressivas.

Abstract

In this paper, we take John Bowlby's concepts about attachment theory, as well as the attachment styles as described by Mary Ainsworth (secure, anxious-avoidant, anxious ambivalent), as a starting point, and then tried to relate this concepts with the work of Sidney Blatt, regarding not only the dialectic of personality development, but also it's implications in what is referred by the author as both introjective and anaclitcal depression experiences. With a college student sample (N=88), we used the Adult Attachment Scale, the Depressive Experiences Questionnaire, the Inventory of interpersonal problems and the the personality big five factor test, and look for the differences between depressive experiences, personality and relationship among the three different attachment styles. There were two specific moments of data analysis, wich showed some differences wich, in spite on not being conclusive, come to demonstrate the interest of the cientifical investigation porsuit of this theme, and of the continuous exploration of this concepts and the relations between them.

Keywords: Attachment theory, attachment styles, depressive experiences.

Índice

	Pág(s).
Introdução	1
Vinculação	1
John Bowlby e os Modelos Dinâmicos Internos	2
Modelos Dinâmicos Internos - Figura de Vinculação e o <i>Self</i>	4
Mary Ainsworth e os Estilos de Vinculação	5
Inge Bretherthon – Comunicação e Modelos Dinâmicos Internos	9
Alan Sroufe – A Importância da Vinculação na Regulação Emocional	10
Sidney Blatt – A Dialética do Desenvolvimento da Personalidade	15
Depressão anaclítica e depressão introjectiva	19
Método	22
Participantes e Delineamento	22
Instrumentos	22
Neo-FFI	23
Questionários de experiências depressivas	23
Escala de Vinculação Adulto	24
Inventário de Problemas Interpessoais	25
Procedimentos	26
Resultados	28
Discussão	34
Referências bibliográficas	39

Lista de Tabelas

TABELA 1 – Média e desvio padrão das dimensões da EVA (1)	29
TABELA 2 – Média e desvio padrão das dimensões do QED por estilo de vinculação (1)	29
TABELA 3 – Média e desvio padrão das dimensões do IIP-64 por estilo de vinculação (1)	30
TABELA 4 – Média e desvio padrão das dimensões do NEOFFI por estilo de vinculação (1)	31
TABELA 5 – Média e desvio padrão das dimensões da EVA (2)	31
TABELA 6 – Média e desvio padrão das dimensões do QED por estilo de vinculação (2)	33

TABELA 7 – Média e desvio padrão das dimensões doIIP-64 por estilo de Vinculação (2)	33
TABELA 8 – Média e desvio padrão das dimensões doNEOFFI por estilo de vinculação (2)	34

Lista de Figuras

FIGURA 1- Percentagens dos estilos de vinculação (1).	28
FIGURA 2 - Percentagens dos estilos de vinculação (2).	32

INTRODUÇÃO

Vinculação

“Attachment theory regards the propensity to make intimate emotional bonds to particular individuals as a basic component of human nature, already present in a germinal form in the neonate and continuing through adult life into old age”. Bowlby (2007, p.136)

Bowlby (1958, 1981), afirma que desde sempre os psicanalistas consideraram a primeira relação humana como a pedra fundadora da personalidade. No entanto, este autor pôs de parte o modelo psicanalítico mais utilizado até à altura, o do impulso secundário, que postulava que a primeira necessidade da criança seria a satisfação de necessidades fisiológicas, e que depois de satisfeitas estas necessidades, o bebé teria a tendência a relacionar-se com quem as tivesse satisfeito. Apenas algumas horas após o parto, a mãe já distingue a cria de todas as outras que não sejam suas, adoptando desta forma um comportamento específico em relação à sua cria. Por outro lado, o próprio bebé, adquire também num curto espaço de tempo a capacidade de distinguir a sua progenitora, adoptando também um comportamento específico face a esta. Desta forma, mãe e cria, criam uma ligação e um comportamento face ao outro muito diferentes daqueles que têm com membros da mesma espécie. Assim podemos dizer que a regra base da relação mãe-filho é o reconhecimento individual e o comportamento altamente diferenciado (Bowlby, 1981).

Bowlby (1981, p. 13), diz-nos que: *“the young child's hunger for his mother's love and presence is as great as his hunger for food”*. De facto, John Bowlby (1981), diz-nos que desde há muito que os psicanalistas consideram que a primeira relação do bebé é a pedra fundadora da sua personalidade. O autor diz que a ligação do bebé à mãe é produto de uma série de sistemas comportamentais que entram em actividade de forma a que o bebé mantenha a proximidade com a mãe. No segundo ano de vida, quando a criança já tem mais capacidades motoras, é manifestamente observável o comportamento típico de vinculação. A criança mostra-se assustada quer pela partida da mãe, quer por estímulos estranhos, sendo que o que mais acalma estas crianças é ouvir, ver e tocar a mãe. Estes sistemas comportamentais

desenvolvem-se como consequência das trocas entre a criança e o mundo exterior, e, principalmente, entre as trocas entre o bebé e a mãe, sendo que a alimentação aqui desempenha um papel de menor importância no desenvolvimento destes sistemas comportamentais (Bowlby, 1981).

Este psicanalista britânico defendia que a ligação do bebé à mãe surgiria devido à activação de alguns sistemas comportamentais que teriam como objectivo, atingir e manter a proximidade face à figura de vinculação. Bowlby, concebe o comportamento de vinculação como um comportamento social, tal como o comportamento de acasalamento ou como o comportamento parental (Bowlby, 1981). Guedeney e Guedeney (2004), falam nos conceitos de comportamento de vinculação e relação de vinculação, sendo que o primeiro está relacionado com os comportamentos levados a cabo pelo bebé de forma a procurar e manter proximidade com a mãe, como por exemplo o choro, e depois também o sorriso, o gatinhar, entre outros. O segundo, tem a ver com a forma como a criança vai construindo progressivamente uma relação com figuras discriminadas em busca de protecção, conforto, sustento e apoio. Segundo os autores, existem dois indicadores bem observáveis desta relação, que são a angústia ao estranho e o protesto aquando da separação.

John Bowlby e os Modelos Dinâmicos Internos

Bowlby (1981), afirma que tanto os animais como os seres humanos criam mapas mentais que se constituem como representações do mundo que nos rodeia, mapas esses que podem ser mais ou menos sofisticados consoante as diferentes espécies e culturas. Para poder fazer estas representações do mundo, de modo a conhecê-lo e levar a cabo planos nesse mesmo mundo, o indivíduo tem de construir também um conhecimento acerca de si mesmo e das suas capacidades.

Um mapa é então construído através de informação seleccionada e depois codificada de forma a podermos ter informação disponível acerca daquilo que necessitamos para atingir determinados objectivos. Contudo, a noção de mapa costuma estar associada a informação estática, e as representações que construímos não o são, daí que consideremos que a melhor opção para designar estas representações seja a de modelos dinâmicos internos, em vez da de modelos operantes internos proposta por Bowlby. Segundo afirma o autor (1981), não só o

nosso cérebro cria estes modelos dinâmicos internos que necessitamos no nosso dia-a-dia, mas também que, para perceber o funcionamento do comportamento humano, tem de se conhecer o modo de funcionamento destes modelos.

Existem então três características que devem estar presentes para o bom funcionamento e utilidade dos modelos dinâmicos internos. Primeiro, estes modelos devem-se formar de acordo com a informação que está ou pode vir a estar disponível. Depois, se o modelo tiver de ser utilizado em situações novas, deve ser estendido de forma abstracta de modo a poder cobrir tanto as situações reais já vividas, como situações potenciais de virem a acontecer. Por fim, qualquer modelo, quer seja aplicado ao mundo real, quer a uma realidade potencial, tem de ter consistência interna. Isto tudo para que, nas palavras de Bowlby (1981, p.112), “*The more adequate the model the more accurate its predictions; and the more comprehensive the model the greater the number of situations in which its predictions apply*”.

Quando se traça um plano para atingir um objectivo, é preciso um modelo acerca do meio em que se vai actuar, e outro acerca das próprias competências para desempenhar a tarefa. Assim, são sempre necessários dois tipos de modelos, um acerca do meio e outro acerca do *self* (Bowlby, 1981). Segundo o autor (1981), para que possamos retirar utilidade dos modelos dinâmicos internos, estes têm que ser continuamente actualizados, estando por isso sujeitos a uma contínua modificação da informação de que dispõem. Quando acontece algo na nossa vida, como por exemplo ter um bebé, ser promovido, ou mesmo perder alguém de quem gostamos, as alterações produzidas são mais radicais. Contudo, acontece também que as alterações necessárias aos modelos surjam de forma demasiado lenta, de forma imperfeita ou até que não aconteçam de todo.

A psicopatologia pode surgir então quando os modelos dinâmicos não são os mais indicados, quando não são suficientemente exactos, ou mesmo completamente inadequados, sendo que um modelo pode ser inadequado por estar ou completamente desactualizado, ou apenas parcialmente actualizado, ou ainda porque as várias informações que o compõem são inconsistentes entre si, gerando confusões (Bowlby, 1981).

As crianças têm capacidades cognitivas para poderem antever determinados tipos de situações, incluindo as que podem suscitar medo. Qualquer pessoa, quando se vê perante uma

situação que suscite medo, sente que não existe nada mais assustador do que a indisponibilidade ou ausência da figura de vinculação (Bowlby, 1978). Mais do que a presença da figura de vinculação, o que conta é a sua acessibilidade, a figura de vinculação tem de ser percebida como acessível. Todavia, a acessibilidade por si só não é suficiente, a figura de vinculação tem de ser acessível mas também responsiva no sentido de ser capaz de reconfortar sempre que necessário (Bowlby, 1978).

Segundo Bowlby (1978), há que ter em conta três premissas quando se fala de relação de vinculação. A primeira, é que qualquer pessoa que tenha confiança acerca de disponibilidade da figura de vinculação numa situação constrangedora, está menos sujeita a situações desencadeadoras de medo, e tem mais facilidade em lidar com esse mesmo medo. Na literatura psicanalítica, este facto tem a ver com a capacidade de introjectar ou não um bom objecto.

A segunda premissa, afirma que a confiança, ou falta dela, é formada durante a infância e a adolescência, e que os modelos (expectativas) construídos nessa altura tendem a acompanhar o sujeito no resto da sua vida. Bowlby (1978), defende que o maior período de plasticidade para a construção e para o determinar destes modelos é entre os seis meses e os cinco anos. Porém, até aos quinze anos existe alguma sensibilidade a este respeito, mesmo tendo em conta que esta plasticidade tem uma tendência sempre descendente.

Por fim, a terceira premissa indica que os modelos acerca da disponibilidade e da acessibilidade da figura de vinculação construídos até à adolescência reflectem as experiências reais dos sujeitos. Esta premissa assenta no valor da experiência, e é importante quer na prevenção, quer no desenvolver de técnicas terapêuticas (Bowlby, 1978).

Modelos Dinâmicos Internos – A Figura de Vinculação e o *Self*

Todos os seres humanos constroem modelos dinâmicos internos do mundo que os rodeia, dos outros e de si mesmos. Quando se constroem modelos dinâmicos internos acerca do mundo, é muito importante a representação que se cria da figura de vinculação, da sua disponibilidade e responsividade. Por outro lado, quando construímos modelos dinâmicos internos do nosso *self*, construímos representações acerca do nosso valor perante essa mesma figura de vinculação (Bowlby, 1978).

O ser humano começa a construir, desde o seu primeiro mês de vida, representações

acerca da disponibilidade da figura de vinculação, com base na sua presença ou na sua ausência. A par desta construção, mesmo que a figura de vinculação seja uma figura presente, o ser humano elabora as suas representações no sentido de perceber se, sendo a figura de vinculação presente, seria também responsiva às necessidades do *self* (Bowlby, 1978).

Outra dimensão presente nos modelos dinâmicos internos, tem a ver com as próprias qualidades responsivas da figura de vinculação. Primeiro, há que ter em conta se a figura de vinculação é uma pessoa de quem se possa esperar uma resposta no sentido de protecção e suporte. Depois, se o *self* é alguém em relação a quem qualquer pessoa, especialmente a figura de vinculação, responderá de forma adequada (Bowlby, 1978).

Os modelos dinâmicos internos relativos às figuras de vinculação e ao *self* desenvolvem-se de forma complementar e par a par. Todos nós desenvolvemos vários modelos dinâmicos internos, quer para a figura de vinculação, quer para o *self*, modelos esses que podem diferir em vários aspectos como a dominância, a origem, o nível de consciência que deles se tem. Desta forma, podemos perceber que pessoas com modelos mais primitivos podem ter problemas emocionais também eles mais primitivos, ou pessoas com modelos mais sofisticados possam ter competências mais desenvolvidas (Bowlby, 1978).

Nas pessoas em que encontramos perturbações vemos casos de funcionamento de modelos dos quais as pessoas não têm consciência, ou então modelos que estão conscientemente à disposição do sujeito mas que não são adequados (Bowlby, 1978).

Segundo Collins e Read (1994), depois de formados, os modelos dinâmicos internos tornam-se algo resistentes a mudanças radicais. Assim, estes modelos constituem-se como características nucleares da personalidade, estando sempre presentes em futuras relações. Para estes autores, à medida que a pessoa vai crescendo e estabelecendo mais relações fora família, a estrutura dos modelos mantém-se, porém, vai-se tornando mais complexa uma vez que a pessoa começa a ter outro tipo de experiências, interacções e relações.

Mary Ainsworth e os Estilos de Vinculação

“Infant mother attachment is conceived as an affectional tie that a baby forms to his mother figure, binding them together in space and enduring over time”. Ainsworth (1979, p.2)

Após os seus estudos sobre os comportamentos e interacções entre a díade mãe-bebé, e

também devido ao seu interesse em relação às consequências que podem surgir devido a uma vinculação mais segura ou mais insegura, Ainsworth (2000) definiu três grandes tipos (estilos) de vinculação, através da famosa técnica conhecida por situação estranha.

Assim, podemos observar crianças com um estilo de vinculação seguro, que na situação de pré-separação face à mãe durante a experiência da situação estranha, têm a tendência de “utilizar” a mãe como uma base segura que lhes dá a confiança necessária para explorarem o meio sem ansiedade. Aquando da separação, estas crianças intensificam os seus comportamentos de procura de proximidade com a mãe (comportamento de vinculação), acompanhados de alguma ansiedade. No entanto, assim que a mãe volta a estar ao seu alcance, a criança volta imediatamente a procurar proximidade, contacto e interacção com a mãe (Ainsworth, 2000).

Outro estilo, é o de crianças preocupadas, neste caso, os bebés mostram sinais de ansiedade mesmo antes de a mãe se afastar (não são capazes de a utilizar como base segura e assim explorar o ambiente), ficando depois extremamente ansiosas quando a mãe se afasta e mostram-se depois ambivalentes aquando da reunião, isto é, encetam um comportamento de vinculação procurando proximidade e contacto, mas acabam depois por resistir a esse mesmo contacto e à interacção (Ainsworth, 2000).

Por fim, as crianças com um estilo de vinculação evitante, não se mostram perturbadas com a situação de separação, aquando do reencontro têm comportamentos de evitamento face à mãe, chegando mesmo até a ignorá-la (Ainsworth, 2000).

Ainsworth (2000), comparando os diferentes estilos entre si, refere que as crianças seguras são sempre mais seguras e confiantes, e têm comportamentos bem diferentes das outras associadas aos outros dois estilos em todo o tipo de situações e de interacções. Os comportamentos de cooperação são característicos do estilo seguro, pelo contrário, os estilos preocupados e evitantes, especialmente o evitante, no qual as crianças mostram uma grande inclinação para comportamentos de birra e zanga. A autora afirma que as mães dos bebés seguros foram sempre mais adequadamente responsivas aos sinais dos filhos do que as mães dos bebés evitantes e preocupados, considerando que uma adequada responsividade por parte da mãe ajuda o bebé a criar e organizar determinadas expectativas face ao seu comportamento,

desta forma ajudando o bebé a moderar e controlar melhor o seu próprio comportamento. Assim, a criança vai construindo uma representação da mãe (*internal working models*) como acessível e responsiva, o que por sua vez se constitui como base da sua segurança.

Por contraste, aqueles bebés cujas mães não foram capazes de ler correctamente os seus sinais, ou que responderam de forma menos adequada às suas necessidades, não têm a base necessária para construir um modelo da mãe como acessível e responsiva, facto este que gera muita ansiedade por não saberem o que devem esperar (Ainsworth, 2000).

Ainsworth (2000) refere que, no que diz respeito à proximidade física e contacto corporal, as mães de crianças evitantes mostram (ao contrário do que acontece nos outros estilos) uma certa aversão em relação a essa mesma proximidade física, são menos expressivas nas manifestações de afecto, mas muito rejeitantes, zangando-se também muito mais com os seus bebés. Em muitos destes casos o comportamento de evitamento da criança, mesmo em situações em que o comportamento de vinculação do bebé seria esperável como intensivamente activado, pode acontecer como comportamento defensivo face ao comportamento da mãe sentido como rejeitante. Este comportamento defensivo visa baixar os níveis de ansiedade ou “raiva” que o bebé sente face ao comportamento da mãe.

Por outro lado, a autora defende que nos bebés preocupados este facto pode estar ligado a alguma circunstância das condições de vida actuais da sua mãe, que por sua vez possam perturbar a sua capacidade de ler os sinais e responder de forma adequada, em vez de desorganizada e desadequada (Ainsworth, 2000).

Ainsworth (2000) refere ainda que os comportamentos de vinculação e exploração funcionam em dialética, isto é, quanto mais responsiva e acessível for a figura de vinculação, melhor será a relação de vinculação e mais segura a criança se sentirá. Consequentemente, terá também muito mais disponibilidade e auto-confiança para a exploração do ambiente, ou seja, quanto mais segura a criança na relação da díade, mais saudavelmente auto-confiante.

Estudos longitudinais até aos seis anos de idade demonstram que as crianças seguras têm tendência a manter um temperamento cooperativo, sendo também capazes de uma maior regulação afectiva e tendo menos comportamentos agressivos ou evitantes, tornam-se portanto crianças mais agradáveis e simpáticas na interacção com os pares, mais confiantes na

exploração e na aprendizagem e, essencialmente, mais resilientes (Ainsworth, 2000).

Por sua vez, as crianças evitantes continuam menos cooperativas, mais agressivas e evitantes, e as preocupadas mais facilmente frustráveis, menos persistentes e menos competentes (Ainsworth, 2000).

Ainsworth (2000), refere ainda que a forma como o bebé representa a mãe e se comporta perante esta vai influenciar a forma como o fará mais tarde em relação a terceiros. Esta organização inicial vai criar uma linha de continuidade no seu desenvolvimento, mesmo apesar da influência que terão também outros aspectos desenvolvimentais, quer a nível cognitivo quer a nível emocional.

Por outro lado, também Bowlby (2007) considera que os estilos de vinculação têm tendência a persistir no tempo, sendo que, à medida que a criança cresce, vão-se tornando parte de si e será a própria criança a adoptar este estilo de relação em relações futuras.

Quando falamos em relação de vinculação, nos diferentes estilos e no comportamento da criança face à figura de vinculação, no dia-a-dia e na Situação Estranha, temos também de ter em conta as características e tipo de comportamento da figura de vinculação, de forma a compreendermos melhor a dinâmica relacional e os seus efeitos no sujeito.

Assim, os estilos seguros estão associados a comportamentos adequadamente responsivos às necessidades da criança, a figura de vinculação lê os sinais, compreende-os e responde da forma mais adequada e oportuna. Desta forma, a criança pode internalizar um modelo estável de si, do outro, da relação, e até do meio em que vive, desenvolvendo também um melhor conceito de *self* (Bowlby, 2007).

Nos casos do estilo preocupado, estão presentes comportamentos inconsistentes por parte da figura de vinculação, ora receptiva e responsiva, ora ausente e menos responsiva, ou ainda responsiva, contudo, de forma desadequada, encetando comportamentos inconsistentes que não permitem uma internalização sólida, estável e congruente, o que pode gerar uma hiperactivação dos sistemas de vinculação, onde se inclui uma hipervigilância por parte do sujeito face ao objecto (Bowlby, 2007).

Por fim, quando se trata do estilo evitante, estão presentes comportamentos muito pouco responsivos, às vezes mesmo de rejeição, por parte da figura de vinculação, o que por sua vez

conduz a uma retirada da relação por parte da criança. Este facto pode conduzir a um mau conceito de *self*, sendo que a retirada da relação é defensiva, para que a rejeição não seja intolerável (Bowlby, 2007).

Mikunlincer e Shaver (2003), referem que estes estilos de vinculação se apresentam de forma muito semelhante nos adultos. Os autores salientam também algumas características específicas no que diz respeito aos adultos. Assim, os sujeitos seguros sentem conforto com a proximidade e interdependência, confiam na sua relação de vinculação e nos seus processos nos momentos necessários. Os indivíduos preocupados sentem problemas ao nível da segurança da vinculação, sentem também uma necessidade de proximidade face aos objectos, preocupam-se muito com as relações, hiperactivando quer a monitorização dos objectos, quer as estratégias de manutenção da proximidade. Por fim, os sujeitos evitantes sentem também uma preocupação em relação ao nível de segurança da vinculação, mantém uma distância emocional face aos outros, são sujeitos que utilizam estratégias de desactivação (afastando-se), congruente com o descrito por Bowlby (2007), e optam também por uma posição de auto-confiança compulsiva, “*compulsive self-reliance*”.

Por fim, também Perlman e Bartholomew (1994) consideram que os adultos demonstram estilos de vinculação em tudo semelhantes aos identificados por Ainsworth.

Inge Bretherton- Comunicação e Modelos Dinâmicos Internos

Bretherton (1987), defende que se a figura de vinculação responder adequadamente, quer aos comportamentos de vinculação, quer de autonomia, por parte da criança, esta desenvolve melhor as suas competências, assim como desenvolve um comportamento equilibrado em termos do comportamento de vinculação e de exploração.

A autora sustenta que as crianças são dotadas de uma expectativa de que o prestador de cuidados entende o seu comportamento de vinculação. Desta forma, se os modelos dinâmicos internos do prestador de cuidados, em relação à relação adulto - criança não for compatível com as expectativas e modelos da criança, vai fazer com que não responda adequadamente à criança, dando origem depois a um desequilíbrio na sua procura de autonomia, na sua forma de comunicar e mesmo nos seus comportamentos de vinculação (Bretherton, 1987).

As incompatibilidades dos modelos da diáde vão distorcer os modelos de ambos os

lados, e por isso vão também distorcer os mecanismos da relação e da vinculação. Se a comunicação da criança passar despercebida ou for mal interpretada, vai haver uma discrepância cada vez maior nos modelos dos membros da díade, fazendo com que esses modelos se tornem desadequados e não sejam corrigidos devido à exclusão defensiva da informação. Para que a comunicação seja saudável e satisfatória, é preciso que se partilhe os modelos dinâmicos internos, a visão e a compreensão que se tem dessa relação específica (Bretherton, 1987).

Numa relação em que a comunicação seja eficaz e compreendida, os modelos dinâmicos internos serão mais adequados, estarão em maior sintonia e serão mais facilmente actualizados e afinados no decorrer da relação. É através de sinais do bebé que a figura de vinculação vai melhorando os seus modelos em relação ao seu próprio *self*, à relação da díade, e às suas competências e comportamentos enquanto prestador de cuidados. A figura de vinculação tem de ser sensível ao bebé, para poder afinar os modelos e entrar em sintonia com a criança, percebendo a perspectiva da criança, ou seja, percebendo os modelos da criança, e assim agir de forma empática e poder ser efectivamente uma base segura. Se a figura de vinculação não for sensível, isto é, não conseguir perceber e responder correctamente aos sinais da criança, a própria criança vai criar uma representação distorcida da sua forma de comunicação como errada (Bretherton, 1987).

Segundo Bretherton (1987), o papel funcional dos modelos dinâmicos internos é o de regular o comportamento de adaptação, por isso, quanto mais exacto e adequado for o modelo em relação ao mundo real, melhores serão as capacidades de planeamento e de resposta. Na primeira infância, todos os processos de representação são ainda muito primitivos. Por isso, as crianças necessitam que outra pessoa (adulto) com capacidades mais desenvolvidas as ajude a desenvolver os seus modelos e a desenvolver o seu comportamento de vinculação. Idealmente, os pais terão modelos da criança como necessitando de cuidados, protecção e atenção, e de que eles enquanto prestadores de cuidados, desempenham um papel importante no desenvolver do comportamento e dos modelos dinâmicos internos da criança (Bretherton, 1987).

Alan Sroufe – A Importância da Vinculação na Regulação Emocional

Sroufe (1988), defende que os modelos que se constroem das relações, estão sempre em

processo de construção ao longo do tempo e estão sempre sujeitos a mudanças. A alteração dos modelos é um processo activo que tem como base os modelos já construídos. Depois, os modelos que se criam do *self*, das relações e dos outros, vão-se estruturando à medida que sejam suportados pela experiência do sujeito. Estes modelos vão-se tornando também mais firmes, porque à medida que vai crescendo, o ser humano vai desenvolvendo mais capacidades para criar o seu próprio meio (em vez de apenas se adaptar ao mundo que o rodeia), e vai determinando as suas relações, as suas tarefas e actividades, e as novas experiências vão também sendo vividas à luz dos modelos já existentes, estruturando-os e dando-lhes mais consistência.

As experiências subsequentes têm também o seu significado e efeito, mas não acontecem no vazio. Estas experiências não são independentes dos modelos já existentes, antes tornam-se parte desses modelos, sendo que, todas as experiências são vividas de acordo com a singularidade de cada um, isto é, o que para uns pode ser desilusão ou rejeição, para outros pode não ter grande significado, e por isso não produzir as mesmas consequências (Sroufe, 1988).

Nos primeiros anos de vida, quanto mais mudanças houver na família da criança (por exemplo, a nível das diferentes relações da mãe), mais alterações existirão também nos modelos dessa criança. Quando os modelos da criança emergem, esta torna-se num agente muito mais activo nas relações que tem com os prestadores de cuidados. Se os pais tiverem um comportamento pouco consistente, que mais tarde se torna consistente, a criança responde positivamente à mudança de comportamento da figura de vinculação. Todavia, se a criança desenvolver um modelo pouco eficaz do *self*, e a figura de vinculação não for capaz de ter um papel mais consistente, é natural que surjam problemas no comportamento. Mesmo que as relações se alterem, ou que ocorram mudanças na criança, os modelos não se apagam, antes transformam-se (Sroufe, 1988).

Sroufe (1988), sustenta que os modelos são construídos ao longo do tempo, continuamente estruturados e mesmo alterados em aspectos fundamentais. Na infância constroem-se modelos que influenciam experiências ao longo da vida e a forma como estas experiências são vividas. O autor afirma também que existe uma continuidade nas

características nucleares, ou seja, o *self*, os outros e as relações, isto porque, embora vão ocorrendo mudanças nos modelos, as características mais precoces mantêm sempre uma certa influência.

O autor recusa os padrões de vinculação como fixos ou absolutamente determinantes. A vinculação segura é um bom princípio para o desenvolvimento saudável mas não é uma garantia, enquanto por outro lado, também não é certo que uma vinculação ansiosa conduza a um caminho patogénico irreversível (Sroufe, 1988).

Quanto aos prestadores de cuidados, a sua responsividade e capacidade para aconchegar e acolher são essenciais para que a criança consiga estabelecer modelos de eficácia, auto-confiança e empatia nas relações interpessoais. Depois, é necessário que os pais tenham comportamentos promotores de autonomia. A forma com o casal parental lida com as necessidades de expressão, bem como com os impulsos da criança são muito importantes na formação de personalidade, os pais são diferentes, têm formas diferentes de estabelecer limites, e isto liga-se com a capacidade para estabelecer uma vinculação segura com ambos. Sendo que a primeira relação é importante, todas as relações posteriores, quer dentro da família, quer fora da mesma, serão essenciais para definir os modelos relacionais da criança e, conseqüentemente, determinar um desenvolvimento saudável ou patológico (Sroufe, 1988).

Sroufe (1988), indica quatro questões a ter em conta na abordagem da psicopatologia através da teoria da vinculação:

A vinculação ansiosa pode ser considerada como um factor de risco que possa conduzir a problemas no futuro. Não é causa absoluta para a patologia, mas pode colocar o sujeito numa situação de risco;

Pessoas com um historial de vinculação segura, desenvolvem modelos do *self* como tendo mais valor, e como tendo mais probabilidade de obter cuidados de terceiros, vendo-os como disponíveis, lidando assim melhor com situações de *stress*;

Indivíduos com maior auto-confiança e segurança interior, têm melhores expectativas em relação à sua recuperação e bem - estar face a situações adversas. O autor relaciona vinculação segura com “ego resiliente” - capaz de ter um comportamento face ao ambiente que permita transformá-lo a seu favor;

Os estilos de vinculação podem não prever a psicopatologia, mas podem ajudar a perceber determinados sintomas. Por exemplo, crianças com sintomatologia depressiva, que sempre tiveram relações de rejeição ou indisponibilidade por parte da figura de vinculação.

As perturbações relacionais podem estar na origem da psicopatologia individual visto que têm um papel fundamental na regulação emocional. São as relações que permitem a regulação emocional, a ausência desta leva a distúrbios emocionais, vistos como um sinónimo para psicopatologia (Sroufe, Duggal, Weinfeld & Carlson, 2000).

O objectivo principal das relações primárias precoces é o de se desenvolver a capacidade de regulação emocional, sendo estas mesmas relações fundamentais desde muito cedo. Os bebés humanos não têm capacidade de auto-regulação, necessitando que esta surja por parte dos prestadores de cuidados. Têm sim, algumas competências ao nível da comunicação, para transmitirem sinais aos adultos, de forma a que estes possam perceber as suas necessidades e participar nos estados afectivos - comportamentais da criança (Sroufe et al., 2000).

Assim, tudo o que mais tarde venha a ser auto-regulação, ou por outro lado, completa incapacidade para tal, nasce daquilo que antes foi a regulação na relação entre a criança e o prestador de cuidados. Os adultos têm o papel de conseguirem aprender a ler os sinais do recém-nascido para conseguirem responder em consonância com as suas necessidades emocionais, e assim ajudar/ permitir à criança que se desenvolva emocionalmente (Sroufe et al., 2000).

Esta comunicação e forma de relação vão fazer com que, com o passar dos tempos se estabeleçam padrões que vão depois também permitir que a comunicação entre a díade se desenvolva, desenvolvendo também a relação. Desta forma, a regulação por parte do prestador de cuidados vai-se tornando numa regulação conjunta da díade, à medida que a criança vai desenvolvendo as suas capacidades, e vai tendo um papel cada vez mais activo na relação, com comportamentos direccionados a determinados objectivos e adaptando os seus comportamentos consoante seja necessário para uma boa compreensão por parte do prestador de cuidados (Sroufe et al., 2000).

Deste modo, os padrões reflexivos ou instintivos, vão-se tornando intencionais, sendo

que a relação se mantém, apenas com a *nuance* de o bebé agora ter um papel mais activo, que vai estar na base, mais tarde, da auto-regulação. As experiências precoces são portanto cruciais como base de auto-regulação, e vão mais tarde ser generalizadas. Assim, experiências que transmitam segurança, responsividade adequada às necessidades, e que sejam eficazes na regulação emocional, vão permitir que a criança crie uma boa imagem do *self*, desenvolva auto-confiança, que por sua vez advém de crenças de que as expectativas serão atingidas (Sroufe et al., 2000).

Um sistema relacional em que esta regulação seja apropriada, permite o desenvolvimento da flexibilidade das respostas emocionais, mesmo em situações de *stress* ou ansiedade. Os prestadores de cuidados devem estar atentos aos diferentes tipos de situações, intervindo menos quando está ao alcance da criança o domínio das suas emoções, e suportando, quando percebem que a criança está numa situação que a pode desregular, e ajudá-la a restabelecer a equilíbrio. Desta forma se vai criando a auto-regulação, que teve as suas bases fundamentais na sua infância (Sroufe et al., 2000).

Sroufe e colegas (2000), defende que a relação de vinculação é a relação de regulação emocional da díade, e será portanto uma relação segura quando os prestadores de cuidados estão atentos, sabem ler os sinais da criança e respondem adequadamente, fazendo com que a criança tenha confiança nos cuidados que lhe são prestados, e que saiba que nas situações constrangedoras ou geradoras de ansiedade, será fácil encontrar o equilíbrio e segurança necessários através dos prestadores de cuidados. Esta segurança vai permitir que exista confiança para explorar o meio e para encontrar calma quando em situação de *stress*.

Por contraste, quando as figuras de vinculação são rejeitantes ou negligentes, quando a prestação de cuidados é caótica, e por isso desorganizadora, desenvolve-se uma relação de vinculação insegura. Assim, as crianças podem desenvolver uma vinculação preocupada, exagerando nos comportamentos e sinais de aproximação, ao mesmo tempo que levam a cabo comportamentos bruscos de rejeição da figura de vinculação, ou por outro lado, criar uma relação de vinculação evitante em que as crianças têm comportamentos de afastamento ou retirada da relação, através da extinção de comportamentos de aproximação. Por fim, se a figura de vinculação for uma figura ameaçadora, que em vez de dar segurança em situações de

medo, é ela própria que cria situações de medo quando a criança recorre a si, então gera-se uma relação de vinculação desorganizada (Sroufe et al., 2000).

Sroufe (2000), considera que uma relação de cuidados considerada como responsiva tem boas consequências ao nível da auto-eficácia e auto-confiança, sendo que crianças e adolescentes com uma vinculação segura mostram mais sensibilidade para as interações interpessoais. Uma relação de vinculação preocupada leva a maiores problemas de interação com os pares, já nos casos de vinculação evitante, estas crianças e adolescentes são mais propensos a mostrar antipatia pelos pares, e mesmo a afastarem-se dos mesmos, tendo tendências muitas vezes agressivas. O autor aponta também para uma relação entre as vinculações preocupada e evitante e depressão.

Sidney Blatt – A Dialética do Desenvolvimento da Personalidade

Blass e Blatt (1992), consideram que o desenvolvimento da personalidade do ser humano acontece entre aquilo que estes autores denominam de vinculação (*attachment*) e separação (*separateness*). Desta forma, a vinculação refere-se à qualidade das relações de um indivíduo, a capacidade de estabelecer e manter relações estáveis, bem como a capacidade de as internalizar no sentido de *self* em relação com o outro.

Por outro lado, a vertente da separação aborda o desenvolvimento pessoal enquanto agente independente. Assim, a individuação, diferenciação e autonomia são aspectos desenvolvimentais que se tornam objectivos para sujeitos com este tipo de personalidade. Como tal, segundo Blatt (1990; *in* Blass & Blatt, 1992, p.115) “*an ongoing dialectic between the self as separate and the self as experienced in its attachments to objects*”.

Blass e Blatt (1992), descrevem três aspectos essenciais no que diz respeito ao papel das relações no desenvolvimento humano:

Objectivo e experiência (Aim and experience)- Ao longo do seu desenvolvimento, o ser humano atravessa um conjunto de experiências. Por um lado, experiências de interacção e relação com objectos significativos, por outro lado, experiências/vivências de auto-definição e separação. Desta forma, a conceptualização do desenvolvimento humano baseia-se nesta mesma dialéctica que gira em torno dos objectivos da pessoa serem ou de vinculação, ou de separação. A experiência pessoal de cada um varia, portanto, de acordo com a tónica colocada

em cada uma destas linhas desenvolvimentais (Blass & Blatt, 1992).

Vinculação e relação (*Attachment and relation*) – A própria relação entre o *self* e o objecto pode favorecer a vinculação ou uma maior separação, consoante o objecto seja contemplado enquanto parte integrante da experiência relacional, ou apenas enquanto objecto capaz de satisfazer necessidades do *self*. Nesta segunda abordagem, o outro só é reconhecido enquanto agente gratificante de um *self* separado (Blass & Blatt, 1992).

A verdadeira relação de vinculação acontece quando o outro existe para além da satisfação e gratificação do próprio *self*, a qualidade da relação é notória quando o outro é visto enquanto uma das partes dessa mesma relação. A relação de vinculação atravessa o ciclo de vida se o outro for responsivo para o sujeito, e este responsivo para o outro, só esta dialéctica, de uma relação de reciprocidade pode ser considerada como uma autêntica relação de vinculação (Blass & Blatt, 1992).

Separação e diferenciação (*Separateness and differentiation*) – Embora exista uma distinção entre vinculação e separação, há que distinguir também separação e diferenciação, isto é, qualquer relação está sujeita a uma separação. No entanto, é a verdadeira relação de vinculação que pode permitir ao *self* a confiança necessária para se separar do objecto (ao contrário de uma vivência de simbiose permanente), que por sua vez permite ao *self* não se confundir com o objecto e diferenciar-se do mesmo, assim sendo, a diferenciação do *self* será sólida e vai-se manifestar nas fronteiras entre *self* e objecto nas relações futuras, nas palavras de Lichenstein (1972; in Blass & Blatt, 1992, p.192) será “*the early mother-child unit and not its breaking up (that contributes) the primary condition for identity in man*”.

Sidney Blatt, nos seus estudos sobre personalidade e psicopatologia, define que estas características do desenvolvimento humano podem ser divididas, no essencial, em dois tipos. O autor considera que existe pessoas que estão mais inclinadas para poder estabelecer várias relações interpessoais e, por vezes, depender dessas mesmas relações, e por outro lado, pessoas que se preocupam mais com a sua definição enquanto indivíduos, dando uma especial atenção a formas de se poderem distinguir e diferenciar (Blatt, 1995).

O desenvolvimento da personalidade humana acontece através de duas linhas fundamentais, por um lado, o desenvolver de competências relacionais que permitam a

construção de relações satisfatórias e duradouras. Por outro lado, o desenvolver de um sentido e definição sólidos do *self* numa procura pela diferenciação e pela identidade. Assim, estas duas linhas desenvolvem-se numa dialéctica contínua, podendo-se afirmar que o ser humano mentalmente saudável é aquele que encontra um equilíbrio entre as duas, isto é, se um bom sentido de *self* como sólido e diferenciado é essencial para se poder estabelecer e manter relações afectivas significativas e saudáveis, é também necessário que o nosso meio relacional seja consistente e satisfatório, de forma a termos espaço e condições para um bom desenvolvimento do *self*, tratando-se, claro, de um processo interminável durante o curso das nossas vidas (Blatt, 1995).

Segundo Blatt (1995), apesar da normalidade se encontrar precisamente no equilíbrio entre estes dois planos, existem indivíduos que vão salientar a dimensão inter-relacional, enquanto outros salientarão a dimensão de definição do *self*. Desta forma, estamos perante duas linhas básicas de configuração da personalidade.

Os indivíduos mais inclinados sobre a vertente inter-relacional, têm mais tendência a ligarem-se aos afectos, enquanto que os indivíduos que buscam predominantemente uma definição do *self* dão mais importância à lógica, sendo mais literais, procurando assim uma diferenciação individual em vez de afectividade ou intimidade (Blatt, 1995).

Na discussão deste tema, Sidney Blatt (1995) usa o termo “anaclítico” para se referir aos indivíduos inclinados sobre a vertente inter-relacional, e o termo “introjectivo” para descrever os sujeitos inclinados sobre a vertente de auto-definição.

Referindo-se a estes dois tipos de personalidade, Blatt (1995) afirma que as personalidades anaclíticas recorrem, essencialmente, a defesas evitantes (negação, repressão) e, por seu lado, as personalidades introjectivas utilizam defesas de contra-reacção (intelectualização, formação reactiva). O autor defende também que a organização defensiva do sujeito é parte integrante da sua personalidade, assim sendo, o uso excessivo e desadaptado de uma destas organizações defensivas conduz a psicopatologias associadas a estas mesmas personalidades.

No essencial, Blatt (1995) caracteriza as psicopatologias anaclíticas como aquelas em que o sujeito, de forma exagerada e desadaptada, procura satisfação pessoal ao nível das

relações interpessoais, por sua vez, as psicopatologias introjectivas caracterizam-se por formas também desajustadas de atingir uma sólida auto-definição e um consistente conceito de *self*.

Para Blatt (1998), as psicopatologias da vertente anaclítica envolvem uma preocupação à volta de temas como a confiança, o cuidar e a intimidade. Este tipo de patologias podem variar entre problemas de diferenciação entre o *self* e o objecto, ou problemas de dependência ao nível da vinculação, e encontramos aqui vários tipos de patologias como as personalidades *borderline* ou as depressões anaclíticas.

Por outro lado, as patologias consideradas pelo autor como introjectivas definem-se pela preocupação dos sujeitos em atingirem um conceito de *self*, desde um sentido básico de separação face ao objecto, passando por preocupações ao nível da autonomia e controlo do *self*, até mesmo à internalização de questões ligadas ao valor do *self* (ex. internalização de culpa que por sua vez perturba a auto-estima). Este tipo de sujeitos não se preocupa em relacionar e manter bons relacionamentos com diferentes objectos, preocupa-se sim em atingir, manter e proteger a todo o custo o sentido de *self*. Problemas de agressividade dirigida ao próprio são frequentes em patologias desta linha desenvolvimental, como sendo a paranóia ou a depressão introjectiva (Blatt, 1998).

Para além de questões ligadas à auto-definição e ao direccionamento da agressividade, estes indivíduos utilizam defesas que visam transformar os temas do conflito, tais como a racionalização, intelectualização ou formação reactiva. Pelo contrário, os sujeitos ditos anaclíticos fazem uso de defesas evitantes como a negação (Blatt, 1998).

Sidney Blatt (1998), considera que a distinção entre sujeitos anaclíticos, dependentes e orientados essencialmente para o campo relacional interpessoal, e sujeitos auto-críticos e perfeccionistas que designa por introjectivos, pode também levar à distinção entre duas grandes formas de depressão. O autor afirma que mesmo depois de Freud, vários investigadores psicanalíticos fizeram a distinção entre um tipo de depressão essencialmente focada em questões como a dependência, o estado de desamparo/debilidade extrema (*helplessness*) e sentimentos de perda e abandono, e um outro tipo de depressão que deriva de um superego punitivo, uma depressão caracterizada por problemas de auto-estima e sentimentos de culpa.

Depressão anaclítica e depressão introjectiva

Blatt (1974), faz também uma distinção entre aquilo que considera ser uma depressão anaclítica, e uma depressão introjectiva. A depressão anaclítica estaria intimamente ligada com o nível de preocupação que o bebé tem na relação com a mãe, onde, acima de tudo, estão presentes os medos de ser abandonado e de não ser amado. De facto, os sentimentos predominantes na depressão anaclítica são a fraqueza, o desamparo, a depleção e o desamor. Existe também uma grande labilidade na manifestação de sinais de amor e de raiva, uma especial dificuldade em tolerar a frustração e uma necessidade quase desesperante de encontrar paz e satisfação. O medo de serem abandonados é permanente (daí a necessidade de manterem o objecto por perto) e o sentimento de desamparo é agravado pela dificuldade de atingir satisfação ou conforto (Blatt, 1974).

Neste caso, as relações com os objectos são basicamente indiferenciadas, e baseadas na necessidade de obter gratificação. Por isso mesmo, o objecto é gratificado pela gratificação que proporciona, sendo que a única forma de manter o bem-estar é ser continuamente suportado pelo objecto. Quando o objecto falha em satisfazer as necessidades de suporte e amor, o sentimento de desamparo agrava-se (Blatt, 1974).

No que diz respeito a este tipo de experiências depressivas, temos de ter também em conta que, as personalidades anaclíticas reflectem menos acerca das suas próprias experiências e dos seus sentimentos, mesmo quando deprimidos, são muitas vezes incapazes de verbalizar os seus sentimentos, acabando por agi-los. Não menos importante, é também o facto de que as mulheres estão mais sujeitas a este tipo de experiências porque, regra geral, são mais vulneráveis aos aspectos relacionais da sua vida (Blatt, 2004).

Nas formas de depressão anaclítica está também muito presente o medo de abandono, o sujeito tem medo de perder o objecto que permite o seu bem-estar, pelo que procura sempre grande proximidade face ao objecto bem como contacto físico. Contudo, este medo de abandono e a necessidade de proximidade física fazem com que seja muito difícil para estes sujeitos expressar a sua agressividade. O objectivo essencial é o de manter a relação e proteger a relação (Blatt, 2004).

Por outro lado, na depressão introjectiva, Blatt (1974) afirma que são típicos os

sentimentos de culpa, problemas de auto-estima, ou percepção de falta de qualidades para ser amado. Normalmente, trata-se de sujeitos com um superego muito severo, que se sujeitam a uma constante auto-avaliação que nunca corresponde às expectativas, quer as suas, quer as do objecto a quem pretendem agradar, existindo assim um medo constante de falhar e ser criticado por isso.

Existe também uma grande necessidade de corresponder a um modelo de perfeição, e uma tendência para assumir culpa. Ser desaprovado ou castigado são também medos muitos presentes neste tipo de depressão (Blatt, 1974). Blatt (1974), considera ainda que neste tipo de sujeitos, os sentimentos negativos e ambivalentes face ao objecto não são demonstrados devido a um grande medo de poder perder o amor do objecto, e são compensados por tentativas de alcançar o sucesso de forma a obter reconhecimento e aprovação. Este tipo de experiências é mais intensa nos homens, preocupando-se mais com o sucesso, com a concretização de objectivos, são também mais vulneráveis a sentimentos de culpa e inferioridade quando não correspondem às suas expectativas ou às de terceiros, acabando por se isolar e por ter dificuldades nas relações (Blatt, 2004).

No essencial, Blatt (1998, p.734) afirma que a depressão anaclítica se define por sentimentos de isolamento, desamparo e fraqueza, “*loneliness, helplessness, and weakness*” e por outro lado, a depressão introjectiva se caracteriza por sentimentos de indignidade, inferioridade, fracasso e culpa, “*unworthiness, inferiority, failure and guilt*” (Blatt, 1998, p. 735). A primeira seria portanto uma depressão de dependência, e a segunda, uma depressão de auto-crítica. Blatt (2004), refere ainda que, a prevalência de depressão afecta duas a três vezes mais as mulheres do que os homens, isto porque, para além de serem tão vulneráveis como os homens quanto a questões de auto-crítica, mas estão mais expostas a sentimentos de abandono, solidão e rejeição.

Blatt (2004) aponta ainda que o neuroticismo está presente tanto na vertente anaclítica como na vertente introjectiva, sendo que ao contrário da vertente de auto-criticismo, a vertente de dependência tem marcas de extroversão, amabilidade e de abertura às relações, todavia, por contraste, pouca abertura à mudança e a novas experiências, estando pouco relacionada com hostilidade, por medo face à possibilidade de perda de atenção, cuidados ou amor por parte de

terceiros. Por seu lado, a vertente introjectiva apresenta mais sinais de hostilidade, introversão e também de egocentrismo.

Blatt (1998) refere Bowlby, afirmando que já este autor tinha chamado a atenção para sujeitos com um estilo de vinculação preocupado, e outros compulsivamente auto-confiantes, afirmando que os primeiros são excessivamente dependentes do contacto com terceiros, e outros que evitam, também de forma excessiva, a proximidade e a intimidade, e que tanto um excesso como o outro causariam vulnerabilidade à depressão.

Por outro lado, Blatt (2004) apresenta ainda uma terceira via caracterizada pelo equilíbrio a que chama de eficácia, que corresponde a sujeitos com sentido de responsabilidade bem como de satisfação dos seus objectivos. São sujeitos que procuram a relação ao mesmo tempo que procuram a conquista dos seus objectivos, sem no entanto de deixarem desequilibrar por estes factores, acima de tudo são sujeitos que confiam em si mesmos.

Também Coimbra de Matos (2002), faz a distinção entre depressão introjectiva e depressão anaclítica. Segundo este autor, a primeira seria a “verdadeira depressão”, enquanto que a segunda seria uma depressão de desamparo. O autor considera mesmo que uma completa compreensão da psicopatologia bem como o conduzir do processo terapêutico implica uma distinção entre estas duas formas de depressão.

Com a apresentação destes trabalhos quer acerca da vinculação, quer acerca da depressão, não temos o intuito de apontar uma causa patogénica única ou determinante. Contudo, se os principais autores com trabalhos na área da vinculação reconhecem que algumas perturbações nesta primeira relação podem ser condicionantes de um desenvolvimento saudável na sua plenitude (Bowlby, 1981; Ainsworth, 2000; Sroufe, 2000), também os autores que estudam a depressão reconhecem a importância das relações fundadoras da personalidade de um ponto de vista etiopatogénico (Blatt, 1995, 1998, 2004).

Assim, não querendo apresentar aqui um modelo linear de relação causal (até porque as relações humanas não são lineares), podemos pensar que um determinado desenvolvimento no estilo de vinculação do ser humano, pode ser facilitador do desenvolvimento de uma determinada estrutura da personalidade. Neste caso, considerando a vertente anaclítica e a vertente introjectiva, transparece a ideia de que estes dois tipos de personalidade e, mais

concretamente, de depressão, podem estar relacionados com estilos de vinculação.

Parece-nos então pertinente, procurar perceber se existem ou não diferenças ao nível das experiências depressivas, características de personalidade e problemáticas interpessoais tendo como referência o estilo de vinculação dos sujeitos. Assim, espera-se que os sujeitos com estilos de vinculação seguros, apresentem menos tendência para experiências depressivas, esperando-se também que os indivíduos que apresentam maiores níveis de depressão anaclítica e introjectiva, tenham estilos de vinculação inseguros. Por fim, espera-se também diferenças a nível das características da personalidade e do tipo de problemas interpessoais vividos por cada um entre sujeitos inseguros e os sujeitos seguros.

MÉTODO

Participantes e Delineamento

Este trabalho foi feito com base numa amostra de 88 estudantes universitários ($N= 88$) entre os 17 e os 32 anos de idade sendo que a média de idades é de vinte anos e meio ($X=20.57$). Foram solicitados participantes de ambos os sexos, sendo que 51 (58%) são do sexo masculino e 37 (42%) do sexo feminino, também entre géneros a média de idades é de vinte anos e meio ($X_m= 20.55$, $X_f= 20.59$).

Não tendo sido feita qualquer distinção entre a área de estudo de cada um (estando presentes estudantes de variadas áreas do saber, e.g. engenharia, comunicação social, arquitectura ou educação), importa referir que a maior parte dos participantes são estudantes no Instituto Superior Técnico (IST) de Lisboa ($n=73$), enquanto que a outra parte da amostra foi recolhida na Escola Superior de Educação (ESE) de Setúbal ($n=15$).

Neste trabalho procuramos estudar as relações entre os estilos de vinculação, características de personalidade, problemáticas interpessoais e experiências depressivas. Para que tal fosse possível, foi delineado um estudo exploratório quantitativo, não experimental, com o intuito de aceder às referidas características dos sujeitos, através da utilização de questionários de auto-preenchimento aplicados para o efeito.

Instrumentos

Para encontrar respostas ao nosso problema foram seleccionados os seguintes

instrumentos:

Neo- FFI: É uma versão reduzida portuguesa do Neo-PI-R, tratando-se de um instrumento que se propõe avaliar cinco dimensões da personalidade, dividindo-se estas em neuroticismo, extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade. Na adaptação deste instrumento, e apesar de cada escala ser constituída por apenas quatro itens, foram encontrados valores de *alpha* de Cronbach entre 0.70 e 0.76 (Bertoquini & Pais Ribeiro, 2006). Este questionário é constituído por vinte itens aos quais os participantes respondem através de uma escala tipo likert de cinco opções que variam entre “Discordo fortemente” e “Concordo fortemente”. Ex: “Sou uma pessoa muito activa.” Os itens deste questionário dividem-se em cinco escalas, sendo estas, neuroticismo, extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade.

Segundo Bertoquini e Pais Ribeiro (2006), os instrumentos multidimensionais de estudo da personalidade têm sido desenvolvidos no sentido de serem cada vez mais curtos, isto porque, sendo úteis numa multiplicidade de contextos (prática clínica, investigação), permitem aceder aos sujeitos de forma breve, não correndo o risco de cair em redundância, e evitando assim a desmotivação dos sujeitos, o que por sua vez melhora a qualidade das respostas.

Questionário de experiências depressivas: É um instrumento de dezassete itens, respondido também através de uma escala tipo *likert*, neste caso, de sete opções desde “Discordo totalmente” até “Concordo totalmente”. Ex: “Muitas vezes sinto-me desamparado(a).” Este instrumento foi desenvolvido por Blatt, D'afflitti e Quinlan (1976; in Blatt, 2004), devido à necessidade sentida pelos autores de aceder às experiências depressivas dos sujeitos, por contraste a uma descrição feita unicamente através dos sintomas. Assim, os sujeitos permitem-se avaliar a si mesmos através da forma como experienciam as suas vivências depressivas, que todavia não são consideradas como sintomas de depressão propriamente dita (Blatt, 2004).

Neste questionário, os itens correspondem a três escalas diferentes, dependência, auto-criticismo e eficácia. A vertente de dependência (anaclítica) é avaliada por itens direccionados para o exterior, para as relações interpessoais, abordando temas de abandono, solidão, *helplessness*, e o desejo de estar perto e em relação ou dependência face a terceiros. Desta

forma, uma pontuação elevada nesta dimensão reflecte o medo de rejeição, receio em ser ofensivo/agressivo em relação aos outros, e problemas na expressão da agressividade também face a terceiros, por medo de perder os meios de gratificação que proporcionam (Blatt, 2004)

Por outro lado, a dimensão de auto-criticismo (introjectiva), é composta por itens que se relacionam com o interior do sujeito, isto é, não se dirigem ao exterior, mas a si mesmo, e reflectem sentimentos de culpa, *hopelessness*, vazio interno e insegurança. Uma pontuação alta nesta dimensão indica medo de falhar, no sentido de não corresponder às expectativas que os outros têm de si, tendência para assumir culpa e sentimentos de crítica auto-dirigida bem como medo face à mudança (Blatt, 2004).

Por fim, o factor eficácia, indica o nível de confiança que cada um tem nos seus recursos e nas suas capacidades. Assim, os itens relacionados com esta dimensão abordam questões como padrões elevados, sentido de responsabilidade, sentimento de independência e um sentimento também de orgulho e satisfação face aos objectivos cumpridos. Este tipo de sujeitos, são caracterizados por serem orientados pela conquista de objectivos, sem no entanto se deixarem influenciar por um sentido de competição extrema (Blatt, 2004).

A versão portuguesa do *Depressive Experiences Questionnaire* foi desenvolvida por Campos (2000), e durante a sua adaptação foram encontrados bons níveis de consistência interna com valores de alpha de Cronbach entre os 0.72 e 0.83, que estão muito próximos dos valores do estudo original (Blatt, D'affliti et al., 1979; in Campos, 2000).

Escala de Vinculação Adulto: Esta escala foi construída por Collins e Read e adaptada em Portugal por Canavarro, tendo sido desenvolvida para identificar os estilos de vinculação nos adultos (Canavarro, 1999). A EVA é um questionário de dezoito itens, aos quais se responde através de uma escala tipo *likert* de cinco opções que variam entre “Nada característico em mim” e “Extremamente característico em mim”. Ex: “Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros.” Estes itens, pretendem avaliar o tipo de vinculação que sujeitos adultos estabelecem com outras pessoa. A referida escala é constituída por três dimensões, a saber, ansiedade, conforto com a proximidade e confiança nos outros, dimensões estas que permitem aceder ao estilo de vinculação do indivíduo (Canavarro, 1999).

Esta escala divide-se em três sub-escalas, ansiedade, confianças nos outros e conforto

com a proximidade. Depois, a partir da pontuação obtida nestas sub-escalas pode-se encontrar os estilos de vinculação, de acordo com o método indicado por Canavarro (2006), aqui divididos como seguro, ansioso e evitante. A utilização desta escala permite acesso rápido e eficaz às dimensões acima referidas, sendo por isso, um instrumento da maior relevância para o nosso trabalho.

Inventário de Problemas Interpessoais: É um instrumento de sessenta e quatro itens, ao qual os participantes respondem através de uma escala tipo *likert* de cinco opções que variam entre “Nunca” e “Extremamente”. Ex: “É difícil para mim confiar noutras pessoas.” O IIP divide-se em oito escalas (neste caso mantivemos os nomes do original para não cair no risco de incorrer em imprecisões), sendo estas, dominador/controlador, vingativo/auto-centrado, frio/distante, socialmente inibido, não assertivo, sobre acomodado, auto-sacrifício e intrusivo/necessitado.

Assim e segundo Horowitz, Alden, Wiggins e Pincus (2000), a dimensão dominador/controlador reflecte personalidades manipuladoras e demasiado preocupadas em assumir controlo. Nestes sujeitos a sensação de perda de controlo pode ser intolerável, transmitindo sentimentos de perda de valores pessoais como a dignidade ou respeito por si próprio. O sentido de *self* destas pessoas pode mesmo ser bastante afectado se sentirem que alguém lhes quer dar ordens ou mesmo instruções.

A dimensão vingativo/auto-centrado está associada a pessoas que muito facilmente demonstram sentimentos agressivos de raiva ou irritação, e que são demasiado preocupadas em conseguir vingança, são sujeitos que têm dificuldades em confiar noutras pessoas sentindo muitas vezes que os outros não lhes dão atenção ou não querem saber de si (Horowitz et al., 2003).

A dimensão frio/distante está ligada a personalidades pouco afectivas e que mantêm uma certa distância face a terceiros, não se sentem emocionalmente próximas dos outros e sentem dificuldades em estabelecer relações de longa duração. Neste caso são os próprios que reconhecem o problema, admitindo que lhes falta algo (Horowitz et al., 2003).

No caso da dimensão socialmente inibido temos sujeitos com dificuldades em socializar, dominados por sentimentos de timidez, ansiedade e vergonha quando em presença de terceiros.

São pessoas introvertidas, com dificuldades em expressar emoções a outras pessoas. Toda a sua vida social é inibida pelo medo da crítica, de humilhações e também por medo de rejeição (Horowitz et al., 2003).

A dimensão não assertiva dá-nos a indicação de pessoas com problemas de auto-confiança e auto-estima, evitam situações desafiantes ou em que é necessário exercer influência sobre os outros. Têm dificuldades em expressar a sua vontade bem como em ser firmes e enfrentar oposição (Horowitz et al., 2003).

Temos também a dimensão sobre acomodado, que se refere a sujeitos demasiadamente submissivos tentando sempre conseguir a aprovação de terceiros. São pessoas que se permitem persuadir facilmente, têm dificuldade em expressar sentimentos mais agressivos e evitam ser assertivos por medo de ofender e correr o risco de perder relações (Horowitz et al., 2003).

No que diz respeito à dimensão auto-sacrifício, esta refere-se a sujeitos demasiado generosos, simpáticos e com tendência a perdoar. Facilmente estabelecem relações com outras pessoas, mostrando disponibilidade perante as necessidades dos outros, colocando-as à frente das suas próprias necessidades. Trata-se também de sujeitos que têm dificuldades em estabelecer limites aos outros e que se mostram sempre muito permissivos, sentindo dificuldade em ser hostis protegendo-se contra a sua própria agressividade (Horowitz et al., 2003).

Por fim, temos a dimensão intrusivo/necessitado que por sua vez reflecte personalidades que se classificam a si próprias como amigáveis e sociáveis, no entanto, a sua prontidão em assumir controlo faz com que tenham também tendência a impor a sua presença, sentindo dificuldades em estar sozinhos, dão-se a conhecer muitas vezes de forma desapropriada, e não raramente são também intrusivos face à vida dos outros, são pessoas que, por não terem limites, criam dificuldades relacionais. Não mantém a sua vida privada nem são capazes de respeitar a privacidade dos outros (Horowitz et al., 2003).

Este instrumento permite então perceber de que forma a personalidade de cada um influencia as suas relações com terceiros.

Procedimentos

Para levar a cabo a recolha de dados, dirigimo-nos a salas de estudo (de forma a garantir

um ambiente tranquilo e sossegado) das referidas instituições, onde pedimos aos alunos que colaborassem neste trabalho, tendo sido explicado o âmbito do mesmo e a temática geral nele envolvida. No conjunto das duas instituições foram distribuídos 120 questionários

Nos questionários entregues constava uma pequena apresentação e agradecimento pela disponibilidade, a identificação de sexo e idade bem como um formulário de consentimento informado. Foi explicado que os questionários eram individuais e foi pedido que fossem respondidos de forma honesta e sincera, de modo a levar o trabalho a bom termo.

Os questionários foram apresentados pela seguinte ordem: NeoFFI, QED-P, EVA e IIP-64, o que permitiu que os instrumentos com maior número de itens fosse intercalado com instrumentos com um menor número de itens, de forma a que o seu preenchimento fosse menos cansativo, tornando assim mais fácil manter a concentração.

Estes questionários foram aplicados sem tempo limite, e foram monitorizados de forma a poder esclarecer possíveis dúvidas em relação a alguns itens, o que acabou por acontecer.

Durante a aplicação dos questionários, os participantes foram observados de forma discreta e atenta, assim ficou visível que alguns (a maioria) se mostraram inteiramente disponíveis e colaborantes, preencheram os questionários com muita atenção, não se deixando distrair pelo meio circundante, fizeram perguntas acerca do trabalho, mostraram curiosidade pelo tema demonstrando assim uma participação activa. Outros houve que, logo ao ouvirem a palavra psicologia, se mostraram mais desconfiados, principalmente no IST, alguns (poucos) rejeitaram mesmo participar. Houve ainda participantes que não dedicaram nenhuma atenção aos questionários, preenchendo-os ao mesmo tempo que desempenhavam outras tarefas, ou conversavam incessantemente com os parceiros do lado, houve mesmo casos em que muitos itens ficaram por preencher, ou que os questionários ficaram a meio, sendo que nestes casos em que a colaboração foi manifestamente contrariada e absolutamente desinteressada, ou nos casos em que não foram dadas todas as respostas, todos os respectivos questionários foram excluídos, pelo que no final apurou-se um total de 88 questionários para se poder depois utilizar no estudo.

Por fim, é também de salientar que um grande número de participantes se queixou no final, por considerar que a tarefa era morosa, considerando os questionários aborrecidos e

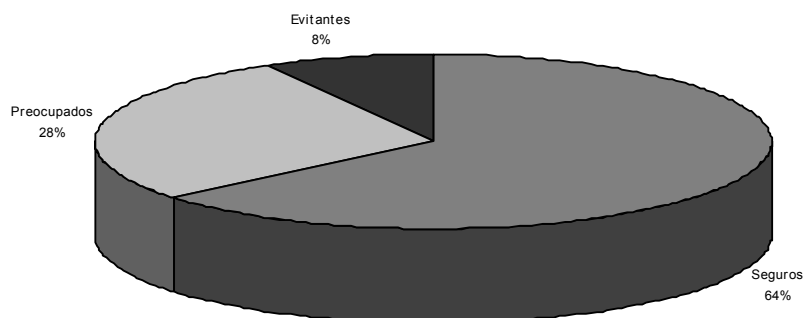
redundantes, eles próprios sugerindo que em situações futuras os instrumentos poderiam ser mais reduzidos de forma a que lhes fosse mais fácil manter a atenção e concentração enquanto respondiam. Não obstante estes reparos, muitos dos participantes que os fizeram mostraram-se efectivamente interessados no estudo e nos possíveis resultados.

RESULTADOS

Numa primeira fase, os sujeitos foram divididos em três grupos, em função do seu estilo de vinculação através da comparação dos valores de cada indivíduo com as médias de cada dimensão EVA obtidas por Canavarro (2006), tendo sido encontrando o seguinte número de sujeitos por cada estilo de vinculação: Seguros, n=56; Preocupados, n=25; Evitantes n=7 (ver percentagens na Figura 1), sendo que a maior parte dos sujeitos foram qualificados como seguros, seguidos pelos preocupados e finalmente pelos evitantes.

Figura 1

Percentagens dos estilos de vinculação (1)



Depois de feita esta divisão, foram utilizados os seguintes testes: Anova (oneway)

quando comparámos os três grupos; Teste de comparação múltipla a posteriori de Tukey para identificar diferenças entre os distintos pares de grupos. Para todos os testes foi utilizado como referência um valor de $p < 0.05$. Verificámos que existiam diferenças significativas nas três dimensões da EVA em função dos três estilos de vinculação (Tabela 1). Na análise do tipo de experiências depressivas em função dos três estilos de vinculação, encontrámos uma diferença significativa apenas na variável Auto-criticismo (Tabela 2) ($F(2,85) = 12.05, p < 0,001$). Depois, o teste de comparação *a posteriori* de Tukey mostrou-nos que são os sujeitos preocupados que apresentam valores mais elevados nesta variável do Questionário de Experiências Depressivas face aos sujeitos seguros.

Tabela 1

Média e desvio padrão das dimensões da EVA (1)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Conforto com a proximidade ***	$M= 3.90$ ($DP=0.50$)	$M= 3.68$ ($DP= 0.43$)	$M= 2.57$ ($DP= 0.16$)
Confiança nos outros***	$M= 3.12$ ($DP= 0.35$)	$M= 3.05$ ($DP= 0.51$)	$M= 2.57$ ($DP= 0.16$)
Ansiedade **	$M= 2.17$ ($DP= 0.41$)	$M= 3.36$ ($DP= 0.41$)	$M= 2.98$ ($DP= 0.50$)

*** $p < 0.001$ ** $p < 0.003$

Tabela 2

Média e desvio padrão das dimensões do QED por estilo de vinculação (1)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Auto-criticismo	$M= -0.62$ ($DP= 0.90$)	$M= 0.13$ ($DP= 0.54$)	$M= -0.07$ ($DP= 0.87$)

De seguida, verificámos se existiam diferenças significativas entre estilos de vinculação no que diz respeito às escalas do IIP (Tabela 3). Sendo que encontrámos diferenças para as variáveis Frio/Distante ($F(2,85) = 4.02, p < 0,05$), Socialmente Inibido ($F(2,85) = 3.65, p < 0,05$) e também para a variável Auto-Sacrifício ($F(2,85) = 5.55, p < 0,01$).

A comparação *a posteriori* mostrou que a variável Frio/Distante apresenta valores significativamente mais elevados nos sujeitos evitantes face aos seguros ($p < 0.02$). A dimensão Socialmente Inibido apresenta também uma tendência mais elevada nesta variável nos sujeitos evitantes face aos sujeitos seguros ($p < 0.06$) e a dimensão Auto-Sacrifício apresenta valores significativamente mais reduzidos nos sujeitos evitantes quer face aos seguros ($p < 0.003$), quer face aos preocupados ($p < 0.04$).

Tabela 3

Média e desvio padrão das dimensões do IIP-64 por estilo de vinculação (1)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Frio/Distante	$M= 52.52$ ($DP= 11.71$)	$M= 54.56$ ($DP= 12.66$)	$M= 65.71$ ($DP= 4.79$)
Socialmente Inibido	$M= 55.43$ ($DP= 12.27$)	$M= 60.12$ ($DP= 9.72$)	$M= 66.14$ ($DP= 7.27$)
Auto-Sacrifício	$M= 61.54$ ($DP= 11.36$)	$M= 58.48$ ($DP= 14.42$)	$M= 45.45$ ($DP= 9.13$)

Por fim, verificámos se existiriam diferenças entre os estilos de vinculação e as dimensões da personalidade (NeoFFI) (Tabela 4). Desta forma, verificou-se que existiam diferenças na dimensão Neuroticismo ($F(2,85)= 7.264$, $p < 0,001$) bem como na dimensão Amabilidade ($F(2,85)= 3.460$, $p < 0,001$). A comparação *a posteriori* revelou que os sujeitos preocupados apresentam valores significativamente mais elevados que os seguros na variável Neuroticismo ($p < 0.003$), sendo que na variável Amabilidade os sujeitos evitantes apresentam valores mais reduzidos que os seguros ($p < 0.05$) e preocupados ($p < 0.04$).

Tabela 4

Média e desvio padrão das dimensões do NEOFFI por estilo de vinculação (1)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Neuroticismo	$M= 2.58$ ($DP= 0.65$)	$M= 3.13$ ($DP= 0.61$)	$M= 3.11$ ($DP= 0.61$)
Amabilidade	$M= 3.40$ ($DP= 0.81$)	$M= 3.47$ ($DP= 0.73$)	$M= 2.68$ ($DP= 0.86$)

Numa segunda fase, optámos por dividir os sujeitos em *clusters* de acordo com o comportamento nas sub-dimensões EVA na nossa própria amostra (tabela 5) e perceber como se distribuíam neste caso. Assim, o número de sujeitos encontrado para cada grupo passou a ser: Seguros, $n= 36$; Preocupados, $n= 16$; Evitantes, $n= 36$. Foram seguidamente efectuadas as mesmas análises de variância indicadas para a primeira fase. Desta forma pudemos constatar que a divisão em três grupos por análise de *clusters* com base na amostra também revelou diferenças significativas nas três dimensões da EVA, assim como uma distribuição mais homogénea dos três estilos de vinculação (ver Figura 2).

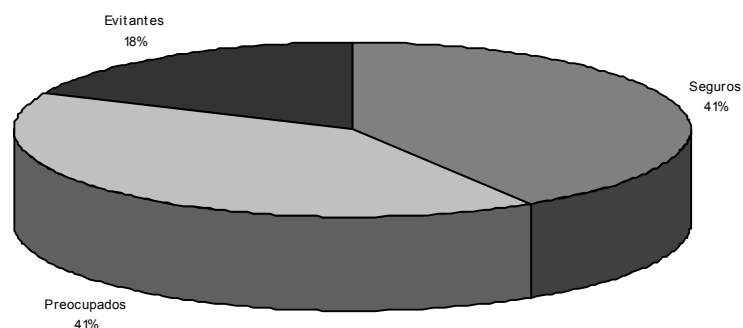
Tabela 5

Média e desvio padrão das dimensões da EVA (2)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Conforto com a proximidade ***	$M= 4.17$ ($DP= 0.36$)	$M= 3.28$ ($DP= 0.38$)	$M= 3.85$ ($DP= 0.39$)
Confiança nos outros ***	$M= 3.18$ ($DP= 0.37$)	$M= 3.01$ ($DP= 0.37$)	$M= 2.86$ ($DP= 0.52$)
Ansiedade *	$M= 2.07$ ($DP= 0.44$)	$M= 2.65$ ($DP= 0.44$)	$M= 3.54$ ($DP= 0.42$)

*** $p < .001$ $p < .03$

Figura 2
Percentagens dos estilos de vinculação (2)



Repetindo os mesmos testes, para perceber as diferenças existentes segundo esta nova classificação, começámos então por verificar se existiriam diferenças entre os diferentes estilos de vinculação, assim divididos, e o tipo de experiências depressivas (QED) (tabela 6). Assim sendo, desta vez encontrámos diferenças não apenas na dimensão Auto-criticismo ($F(2,85)=12.320$, $p<0,001$), mas também na dimensão de Dependência ($F(2,85)=3.154$, $p<0,05$). O teste de Tukey mostrou depois que na dimensão de Auto-criticismo os sujeitos seguros apresentam valores significativamente mais reduzidos face aos preocupados ($p=0.00$) e aos evitantes ($p=0.02$), enquanto na variável de Dependência, os sujeitos preocupados apresentam valores significativamente mais elevados que os sujeitos seguros ($p=0.037$).

Tabela 6

Média e desvio padrão das dimensões do QED por estilo de vinculação (2)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Auto-criticismo	$M= -0.75$ ($DP= 0.58$)	$M= -0.21$ ($DP= 0.57$)	$M= -0.16$ ($DP= 0.94$)
Dependência	$M= -0.76$ ($DP= 0.99$)	$M= -0.59$ ($DP= 0.65$)	$M= -0.12$ ($DP= 0.93$)

De seguida, verificámos igualmente se existiriam diferenças entre os diferentes estilos de vinculação e as dimensões do IIP (tabela 7). Desta vez, foram encontradas diferenças igualmente para as dimensões Frio/Distante ($F(2,85)= 3.99$, , $p<0,05$), Socialmente Inibido ($F(2,85)= 6.97$, , $p<0,05$) e Auto-Sacrifício ($F(2,85)= 7.42$, , $p<0,05$). Foi encontrada também uma tendência para a dimensão Dominador/Controlador ($F(2,85)= 7.784$, $p= 0.067$) . A comparação *a posteriori* mostrou que na dimensão Frio/Distante os sujeitos evitantes apresentam valores significativamente mais elevados que os seguros ($p=0.021$). Na dimensão Socialmente Inibido podemos observar que os sujeitos seguros apresentam valores mais reduzidos face aos evitantes ($p=0.004$) e preocupados ($p=0.012$). Já na dimensão Auto-Sacrifício, o teste Tukey demonstrou valores significativamente mais elevados nos sujeitos seguros quando comparados com os evitantes ($p<0.001$).

Tabela 7

Média e desvio padrão das dimensões do IIP-64 por estilo de vinculação (2)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Frio/Distante	$M= 49.97$ ($DP= 12.43$)	$M= 57.47$ ($DP= 8.82$)	$M= 56.06$ ($DP= 15.07$)
Socialmente Inibido	$M= 52.42$ ($DP= 13.56$)	$M= 60.83$ ($DP= 7.52$)	$M= 62.06$ ($DP=10.71$)
Auto-Sacrifício	$M= 65.17$ ($DP= 10.32$)	$M= 54.56$ ($DP= 11.42$)	$M= 57.25$ ($DP= 15.97$)

Por fim, verificámos novamente se existiam diferenças respeitantes às dimensões do NeoFFI (tabela 8), e neste caso, encontrámos apenas diferenças na variável Neuroticismo ($F(2,85)= 4.281, , p<0,05$). Depois de aplicarmos também o teste Tukey neste caso, pudemos constatar que os sujeitos preocupados apresentam valores significativamente mais elevados que os seguros na variável Neuroticismo ($p<0.04$).

Tabela 8

Média e desvio padrão das dimensões do NEOFFI por estilo de vinculação (2)

	Seguros	Evitantes	Preocupados
Neuroticismo	$M= 2.54$ ($DP= 0.65$)	$M= 2.90$ ($DP= 0.67$)	$M= 3.05$ ($DP= 0.67$)

Assim sendo, podemos concluir que a divisão por análise de *clusters* a partir dos valores médios das sub-dimensões EVA da nossa amostra permitiu uma análise mais rigorosa dos dados, verificando algumas diferenças e nuances não observáveis num primeiro momento.

DISCUSSÃO

O presente trabalho teve como objectivo analisar as diferenças entre estilos de vinculação, experiências depressivas e características da personalidade dos sujeitos. Como se observou na apresentação dos resultados, foram encontradas diferenças significativas em algumas dimensões. Passamos agora a analisar as diferenças encontradas.

A primeira questão a analisar é a diferença entre grupos nos dois momentos de análise, por forma a percebermos melhor as diferenças encontradas. A primeira análise feita através da comparação na nossa amostra, com a média das dimensões dos *clusters* de Canavarro dividiu os sujeitos da seguinte forma: Seguros= 56; Evitantes= 7; Preocupados= 25. A segunda análise, em que os *clusters* foram encontrados a partir das médias das dimensões encontradas na nossa

própria amostra, mostrou a seguinte divisão de grupos: Seguros= 36; Evitantes= 36; Preocupados= 16. Destes dados, importa destacar que dos primeiros sujeitos classificados como seguros, vinte passaram a evitantes. Dos preocupados, dez passaram à classificação de evitante. Por fim, dos evitantes, um passou a preocupado. Sendo de realçar, que dos sujeitos primeiramente classificados como preocupados ou evitantes, nenhum passou a seguro, as mudanças aconteceram apenas no sentido inverso, ou seja, não houve o engano de classificar um estilo ansioso como seguro (o que acaba por ser um indicador positivo), e se o grupo de evitantes era o mais reduzido (n=7), na segunda análise passou a ser o grupo dos preocupados (n= 16).

Começando por falar do DEQ, importa referir que na apresentação dos resultados referimo-nos às dimensões deste instrumento apenas pelos nomes indicados no sistema de cotação, contudo trataremos a partir de agora a dimensão “auto-criticismo” também por “introjectiva”, e a dimensão “dependência” por “anaclítica”, isto porque, embora o DEQ utilize os primeiros termos, a literatura que lhe dá origem bem como o seu autor utilizam os primeiros bem como os segundos (Blatt, 1995).

Começou-se então por colocar a hipótese de que existiriam diferenças entre os estilos de vinculação e o tipo de experiências depressivas. Os dados do primeiro momento de análise indicam que apenas existem diferenças significativas ao nível das experiências introjectivas, que apresentam valores significativamente mais elevados nos sujeitos preocupados, mostrando que estes vivem mais esta experiência do que os seguros. O facto de os indivíduos preocupados apresentarem valores mais altos de experiências depressivas introjectivas é congruente com o facto de que, experimentando inconsistências por parte da figura de vinculação, ora adequadamente responsiva, ora desadequadamente responsiva, não podendo portanto depender apenas do comportamento dessa figura, utilizem estratégias que lhes permitam valer a si próprios, preocupando-se com a sua autonomia. Como o seu modelo de relação não lhes permite criar uma internalização sólida da mesma, nem um conceito estável de *self* devido à inconsistência das respostas (Bowlby, 2007), procuram eles próprios o seu conceito de *self* (Blatt, 1995, 1998).

Se numa primeira análise, não se encontraram diferenças nos sujeitos evitantes, num

segundo momento, encontram-se também valores significativamente mais elevados na dimensão introjectiva por parte destes sujeitos em relação aos seguros. Este aspecto aponta também para o que a literatura descreve, uma vez que comportamentos pouco responsivos ou mesmo de rejeição, podem conduzir a um mau conceito de *self*, o que por sua vez pode gerar uma resposta do sujeito pela procura de experiências de auto-definição, de forma a estruturarem por si próprios o conceito de *self* desejado (Blatt 1995, 1998).

Já em relação à dimensão anaclítica, o segundo momento de análise mostrou que os indivíduos preocupados apresentam valores mais elevados nesta dimensão face aos sujeitos seguros. Assim sendo, podemos perceber que a inconsistência de respostas por parte da figura de vinculação, pode criar uma labilidade entre experiências de auto-definição como vimos acima, mas também, de experiências de dependência face à relação, dependendo mais do objecto, dependência essa que pode ser geradora de sentimentos de medo de perda do próprio objecto (Blatt, 1998).

Estes dados, apontam para o facto de que o estilo de vinculação preocupado estará mais vulnerável ao vivenciar de experiências depressivas, ou seja, a preocupação na relação apresenta-se como possível factor de risco de uma vivência mais intensa das referidas experiências depressivas.

Quando colocada a hipótese de que existiriam diferenças entre as características de personalidade tendo em conta os estilos de vinculação, foram encontradas diferenças significativas para as dimensões de neuroticismo e amabilidade. Depois observou-se que, se no caso do neuroticismo, são os sujeitos preocupados que apresentam valores mais elevados face aos seguros, no caso da amabilidade observou-se que é significativamente mais reduzida nos sujeitos evitantes quer face aos seguros, quer face aos preocupados.

Por um lado, parece razoável pensar que os índices de neuroticismo variem significativamente nos estilos de vinculação preocupados, dado que a literatura aponta para que uma figura de vinculação menos acessível e responsiva (Ainsworth, 2000; Bowlby, 2007) seja geradora da ansiedade característica de algumas personalidades com aspectos neuróticos. Por outro lado, os níveis mais reduzidos de amabilidade nos sujeitos evitantes são consistentes com a literatura (Ainsworth, 2000; Bowlby, 2007), uma vez que, tendo em conta que estes

sujeitos utilizam estratégias de retirada da relação, e que são substancialmente defensivos face à mesma, parece natural que se apresentem menos amáveis, tendo em conta que à partida são menos dados à relação, isto é, são naturalmente menos relacionais.

Numa nova abordagem, o segundo momento de análise exclui diferenças ao nível da amabilidade, e demonstra que no caso do neuroticismo, se confirmam os dados obtidos num primeiro momento. Assim, e tendo em conta grupos por estilo de vinculação um pouco mais homogéneos, percebemos que a amabilidade, enquanto característica da personalidade, pode não estar ligada ao modelo de relação dos sujeitos, não obstante os referidos dados teóricos que apontam nessa direcção.

Comparando também os dados respeitantes aos problemas interpessoais com os estilos de vinculação, foram encontradas diferenças significativas para as dimensões frio/distante, socialmente inibido e auto-sacrifício. Assim, observou-se que os sujeitos evitantes apresentam valores mais elevados que os seguros na dimensão frio/distante, bem como valores mais altos na dimensão socialmente inibido face aos sujeitos seguros, tendo-se apresentado também como o estilo com valores significativamente mais reduzidos na dimensão auto-sacrifício face aos sujeitos seguros e preocupados.

Estes dados são também consistentes com a literatura (Ainsworth, 2000; Bowlby, 2007), uma vez que sujeitos que se retiram da relação, apresentar-se-ão naturalmente mais frios e distantes bem como mais introvertidos e menos participativos nas relações sociais, aliás, tendo em conta que o seu afastamento relacional acontece devido ao medo de rejeição, parece razoável que isto aconteça não só ao nível das relações afectivas mais íntimas, mas também ao nível das relações/interacções sociais.

No caso das dimensões do IIP, o segundo momento de análise confirma os dados para a dimensão frio/distante. Já no caso da dimensão socialmente inibido, para além de confirmarmos as diferenças entre indivíduos seguros e evitantes, passamos a conseguir identificar diferenças também nos sujeitos preocupados, que apresentam valores significativamente mais elevados nesta dimensão que os sujeitos seguros, isto é, a ansiedade vivida nas relações pode também aqui ter repercussões ao nível das relações sociais.

Por sua vez, na dimensão auto-sacrifício acontece o oposto, isto é, se num primeiro

momento identificámos diferenças entre os três estilos, no segundo momento constatámos diferenças apenas entre os sujeitos seguros, que apresentam valores significativamente mais elevados face aos sujeitos evitantes. Desta forma, podemos observar a possibilidade de que aqueles que se sentem mais seguros e confortáveis na relação estarão muito mais disponíveis para se sacrificarem por um terceiro do que aqueles que, por contraste, recorrem a estratégias de retirada da relação e, conseqüentemente, mostram-se menos capazes de se sacrificarem por um terceiro.

Concluído o estudo e analisados os seus resultados, estamos agora em condições de perceber melhor os problemas metodológicos nele implicados bem como as suas limitações. No que diz respeito a questões de ordem prática ligadas à metodologia, ficou a indicação de que questionários demasiado grandes põem em causa no nível de concentração dos sujeitos bem como de motivação para a tarefa, o que por sua vez faz com que algumas das respostas acabem por não ser tão fidedignas quanto o desejável. Por outro lado, tendo em conta o número de variáveis em estudo, e o número de itens no total dos questionários, a dimensão da amostra acaba por ser reduzida tendo em conta a multiplicidade de factos que se pretende apurar. Assim sendo, parece-nos correcto afirmar que, embora constituam um bom indicador acerca da temática em estudo, as conclusões aqui alcançadas não podem ser generalizadas à população em geral.

Tendo em conta estas limitações, sugerimos que em situações futuras será aconselhável o uso de instrumentos mais curtos ou, no caso de existirem, a utilização de versões reduzidas de forma a garantir a concentração e motivação ao longo da tarefa por parte dos participantes. Para este efeito seria também aconselhável aplicar os questionários num ambiente mais controlado, isto é, embora uma sala de estudo seja um local calmo, por lá circulavam estudantes que não participaram no estudo, havendo portanto outros grupos de estudantes que dialogavam e interagiam entre si fora do contexto deste trabalho, o que acabou por ser também um factor de distração. Não tendo tido esse tipo de condições, o ideal seria utilizar uma sala onde estivessem presentes e sentados de forma organizada apenas os participantes, não existindo desta forma possíveis distrações ao desempenho da tarefa.

Uma das melhorias a propor consistiria na utilização da AAI (*Adult Attachment*

Interview, Entrevista de Vinculação do Adulto), dado que este instrumento é interpretado com base na análise de narrativa e permite conhecer os modelos dinâmicos internos dos sujeitos. Por fim, outra melhoria seria conseguir reunir uma amostra de maior dimensão, dessa forma conseguir-se-ia, certamente, um retrato mais fidedigno do comportamento das dimensões em estudo.

Embora consideremos que as conclusões deste trabalho são limitadas, parece-nos no entanto que representam um ponto de interesse na abordagem desta temática, tendo possibilitado mais um passo no caminho para uma melhor compreensão para as relações entre relação de vinculação, personalidade e experiências depressivas. Foi certamente, um ponto de aprendizagem, crescimento e reflexão pessoais, que nos proporcionará, certamente, maior capacidade de trabalho, análise e rigor no nosso futuro profissional bem como pessoal.

Referências bibliográficas

- Ainsworth, M. (1979). “Attachment as related to mother-infant interaction”. In Rosenblatt, J. S., Hinde, R. A., Beer, C. & Busnel, M. C. (Eds.) *Advances in the study of behaviour* (Vol.9). Academic Press: New York.
- Ainsworth, M. (2000). “Infant-mother attachment”. In Craig, W. (Ed.) *Childhood social development: the essential readings*. Blackwell Publishers: Malden.
- Bertoquini, V. & Pais Ribeiro, J. L. (2006). Estudo de formas muito reduzidas do modelo dos cinco factores de personalidade. *Psychologica*, Vol. 43, pp. 193-210.
- Blass, R. B. & Blatt, S. J. (1992). “Attachment and separateness: a theoretical context for the integration of object relations theory with self psychology”. In Solnit, A. J., Neubauer, P. D., Abrams, S. & Dowling, A. S. (Eds.),

Psychoanalytical study of the child (Vol.47) (pp.129-203). Yale University Press: New Haven.

Blatt, S. J. (1974). "Levels of object representation in anaclitic and introjective depression", In *Psychoanalytical study of the child* (Vol. 29) (pp.107-157). Yale University Press: New Haven.

Blatt, S. J. (1995). "Interpersonal relatedness and self-definition: two personality configurations and their implications for psychopathology and psychotherapy". In Singer, J. L. (Ed.) *Repression and dissociation: implications for personality theory, psychopathology and health* (pp. 299-336). University of Chicago Press: Chicago.

Blatt, S. J. (1998). Contributions of psychoanalysis to the understanding and treatment of depression. *Journal of American Psychoanalytical Association*, Vol. 46, N° 3, pp. 723-752.

Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: theoretical, clinical, and research perspectives*. American Psychological Association: Washington D.C.

Bowlby, J. (1958). Nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-analysis*, Vol.39, N° 5, pp. 350-373.

Bowlby, J. (1978). *Attachment and Loss: Separation: Anxiety and Anger* (Vol. 2). Penguin Books: Harmondsworth.

Bowlby, J. (1981). *Attachment and Loss: Attachment* (Vol. 1). Penguin Books: Harmondsworth.

Bowlby, J. (2007). "The role of attachment in personality development". In *A Secure*

Base: clinical applications of attachment theory. Routledge: London.

- Bretherton, I. (1987). "New perspectives on attachment relations: security, communication and internal working models". In Osofsky, J. D. (Ed.) *Handbook of infant development* (2^a Ed.). John Wiley & Sons: New York.
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações afectivas e Saúde Mental: uma abordagem ao longo do ciclo de vida*. Quarteto Editora: Coimbra.
- Canavarro, M. C., Dias, P. & Lima, V. (2006). A avaliação da vinculação do adulto: uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população portuguesa. *Psicologia, Vol. 20* (1), pp.155-186.
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1994). "Cognitive representations of attachment: the structure and function of working models". In Bartholomew, K. & Perlman, D. (Eds.) *Advances in personal relationships- attachment processes in adulthood* (Vol. 5). Jessica Kingsley: London.
- Guedeney, N. & Guedeney, A. (Eds.). (2004). *Vinculação: conceitos e aplicações*. Climepsi Editores: Lisboa.
- Horowitz, L. M., Alden, L. E., Wiggins, J. S. & Pincus, A. L. (2000). *Inventory of Interpersonal Problems Manual*. Harcourt Assessment Inc.: San Antonio.
- Matos, A. C. (2002). "Depressão anaclítica e depressão introjectiva". In *O Desespero*. Climepsi Editores: Lisboa.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2003). "The attachment behavioural system in adulthood: activation, psychodynamics and interpersonal processes". In Zanna,

M.P. (Ed.) *Advances in experimental social psychology* (Vol. 35). Academic Press: Amsterdam.

Pais Ribeiro, J. L. (2007). "Personalidade e saúde mental". In *Avaliação em Psicologia da Saúde: instrumentos publicados em português*. Quarteto Editora: Coimbra.

Perlman, D. & Bartholomew, K. (1994). "Attachment processes in adulthood: an introduction". In Bartholomew, K. & Perlman, D. (Eds.) *Advances in personal relationships- attachment processes in adulthood* (Vol. 5). Jessica Kingley: London.

Silva, F. (2004). Unpublished manuscript.

Sroufe, L. A. (1988). "The role of infant-caregiver attachment in development". In Belsky, J., Nezworski, T. (Eds.) *Implications of attachment*. Lawrence Erlbaum Associates: New Jersey.

Sroufe, L. A. (2000). Early relationships and the development of children. *Infant Mental Health Journal, Vol.21*, Nº 1-2, pp. 67-74.

Sroufe, L. A., Duggal, S., Weinfeld, N. & Carlson, E. (2000). "Relationships development and psychopathology. In Sameroff, A. J., Lewis, M., Miller, S. M. (Eds.) *Handbook of developmental psychopathology* (2ª ed.). Plenum Publishers: New York.