



VIVÊNCIAS DA BISSEXUALIDADE E DO ESTIGMA NAS
RELAÇÕES INTERPESSOAIS

PEDRO MIGUEL CORREIA CARNEIRO CHANTRE

Orientadora de Dissertação:

Professora Doutora Francis Teplitzki

Professora de Seminário de Dissertação:

Professora Doutora Sofia Von Humboldt

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

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em PSICOLOGIA CLÍNICA

2024/2025

Dissertação de Mestrado
realizada sob a
orientação de, Professora
Doutora Francis Teplitzki
apresentada no Ispa –
Instituto Universitário
para obtenção de grau de
Mestre na
especialidade de
Psicologia Clínica

Agradecimentos

Gostaria de começar por agradecer à minha orientadora, Prof. Doutora Francis Teplitzky pela orientação ao longo desta dissertação, mas acima de tudo pelo apoio, paciência e pelo incrível lado humano que demonstrou ao longo de todo este processo, estou-lhe extremamente grato.

A todas as pessoas que impactaram o meu percurso no ISPA, desde os Fénix ao futsal que se tornou numa casa fizeram desta longa jornada um percurso bonito. Aos meus amigos à Nana, Diogo, Valéria, Miranda, Tiago, Marta, Carolina, Cata obrigado por todas as memórias que vou levar comigo deste período, ao Gui por ter lugar cativo comigo todas as semanas, ao Vasco por se ter tornado num companheiro de todas as horas e momentos à Nesinha por todas as histórias que tenta contar, mas acaba por deixar meio. Um agradecimento ao Miguel por se ter tornado num irmão que a vida me deu e que vou levar comigo para a vida e para a Catarina que tornou no meu braço direito e sempre confiou mais em mim do que eu mesmo, um obrigado nunca vai chegar.

À minha família, o Sidney, o meu avô e a minha avó pelo amor e apoio incondicional nada disto seria possível sem vocês, mas em especial à minha mãe que tem o difícil trabalho de me aturar todos os dias e que fez e continua a fazer inúmeros sacrifícios por mim. Espero continuar a deixar-te orgulhosa daqui para a frente.

E por fim à Nhenha à minha segunda mãe, nunca te irei perder pois um pedacinho de ti vai sempre viver dentro de mim, e grande parte do que sou hoje é graças a ti. Do teu Biju obrigado!

RESUMO

Os membros da comunidade bissexual enfrentam um desafio único: serem estigmatizados não só pela comunidade heterossexual, mas também por outros membros da comunidade LGBT. Existem poucos estudos focadas exclusivamente nas experiências e relações interpessoais dos indivíduos bissexuais. Desta forma a presente dissertação tem como objetivo principal explorar de que forma é experienciado o estigma nas várias dimensões das relações interpessoais, nomeadamente, nas relações amorosas, nas relações familiares, nas relações de amizade e nas relações com a comunidade LGBTQ+. Apesar das várias teorias existentes para conceptualizar o estigma utilizou-se a teoria de stress nas minorias de Meyer (2003). Método: Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas com oito participantes com a orientação sexual bissexual, acima de 18 anos de idade, tendo no mínimo duas relações românticas. Resultados: revelaram que qualquer relação interpessoal das participantes podia ser prejudicada devido ao estigma existente. Também se verificou que a comunidade LGBT é um tema polarizante entre as participantes e a importância do desenvolvimento romântico nas relações dos indivíduos bissexuais. As principais limitações deste trabalho, focaram-se na metodologia, visto que foi utilizada uma abordagem subjetiva e na amostra, devido à sua homogeneidade, quer a nível de gênero, como de idade e de escolaridade.

Palavras-chaves: Estigma; Bissexualidade; Análise temática reflexiva

ABSTRACT

Members of the bisexual community face a unique challenge: being stigmatised not only by the heterosexual community, but also by other members of the LGBT community. There are few studies focused exclusively on the experiences and interpersonal relationships of bisexual individuals. Thus, the main objective of this dissertation is to explore how stigma is experienced in the various dimensions of interpersonal relationships, namely, romantic relationships, family relationships, friendships, and relationships with the LGBTQ+ community. Despite the various existing theories for conceptualising stigma, Meyer's (2003) minority stress theory was used. Method: Semi-structured interviews were conducted with eight participants with bisexual sexual orientation, over 18 years of age, who had at least two romantic relationships. Results: revealed that any interpersonal relationship of the participants could be harmed due to existing stigma. It was also found that the LGBT community is a polarising topic among participants and the importance of romantic development in the relationships of bisexual individuals. The main limitations of this study focused on the methodology, as a subjective approach was used, and on the sample, due to its homogeneity in terms of gender, age, and education.

Keywords: Stigma; Bisexuality; Thematic reflexive analysis

ÍNDICE

Introdução	9
Enquadramento Teórico	11
Método	23
Participantes	23
Instrumento	23
Procedimento	23
Análise de dados	25
Resultados	27
Discussão	35
Referências	41
Anexos	48

Introdução

Paveltchuk e colaboradores (2020) relata que gays, lésbicas e Bissexuais sofrem de estigma associado à sua orientação sexual, no entanto, bissexuais sofrem ainda mais devido à invisibilidade e descredibilização que a sua orientação sexual sofre e sofrendo adicionalmente estigma também por membros pertencentes à comunidade LGBT o que os deixa ainda mais suscetíveis às consequências do mesmo, como por exemplo maior fragilidade social e piores níveis de saúde mental.

Aliado a isto, a bissexualidade é uma das orientações sexuais menos estudada, nomeadamente, no contexto português. Grande parte das crenças existentes sobre esta orientação sexual acabam por ser erradas. Entre elas temos a ideia de uma maior promiscuidade destes indivíduos o que leva a uma ideia de uma maior infidelidade por parte dos mesmo originando um maior nível de ciúmes nas relações destes sujeitos. Para além disto, esta orientação sexual ainda é muitas vezes vista como sendo apenas uma fase o que descredibiliza os sujeitos fazendo com que os mesmos pareçam apenas “confusos” ou “a explorar”. Estas ideias levam à marginalização dos sujeitos criando também um sentimento de invisibilidade (Pereira, 2021)

O estigma encontra-se relacionado com a vivência dos indivíduos bissexuais, uma vez que este apresenta um efeito negativo, quer nas relações interpessoais, bem como na saúde mental, destes indivíduos. O estigma apresenta diversas dimensões, tai como a discriminação social, bifobia entre outros, que acontecem em diferentes comunidades, uma delas a comunidade LGBT, onde contra o que seria de esperar também temos presente estigma perante indivíduos bissexuais.

A presente dissertação tem como objetivo principal explorar de que forma é experienciado o estigma nas várias dimensões das relações interpessoais, nomeadamente, nas relações amorosas, nas relações familiares, nas relações de amizade e nas relações com a comunidade LGBTQ+. Através dos resultados conseguimos compreender que qualquer relação interpessoal das participantes podia ser prejudicada devido ao estigma existente. Também se verificou que a comunidade LGBT é um tema polarizante entre as participantes e a importância do desenvolvimento romântico nas relações dos indivíduos bissexuais. As principais limitações deste trabalho, focaram-se na metodologia, visto que foi utilizada uma abordagem subjetiva e na amostra, devido à sua homogeneidade, quer a nível de gênero, como de idade e de escolaridade.

Enquadramento Teórico

Ao longo do tempo a Bissexualidade foi definida de diferentes formas por diversos autores e ainda nos dias de hoje existem dificuldades e incertezas na definição da mesma (Galupo et al., 2017). Alguns autores definiram Bissexualidade pelo comportamento, ou seja, os indivíduos para serem considerados bissexuais tinham de ter relações sexuais ou românticas com mais de um género (Rosenthal et al., 2011). No entanto, esta forma de definir a mesma é vista como incorreta e rudimentar. Esta pode ser definida tendo por base a atração dos indivíduos, nesta ideia, a atração é vista como um contínuo sendo que estes indivíduos se encontram no meio de acordo com a escala de Kinsey (Kinsey, 1948). Esta abordagem é criticada pois acaba por apenas definir a Bissexualidade através do que a difere das sexualidades monosexistas, ou seja, as sexualidades que apenas se sentem atraídas por um género (Galupo et al., 2014).

Associado à bissexualidade está o estigma, sendo definido como uma construção social que origina um conjunto de crenças erradas e não congruentes com a realidade. Existem diversos tipos de estigma, relacionados à mesma, como sexual (*eg.* hipersexualização dos sujeitos existindo uma ideia de promiscuidade relativa aos mesmos) social (*eg.* onde existe uma invisibilidade e uma descredibilização/invalidação da orientação sexual), internalizado (*eg.* muitos sujeitos bissexuais sentem essa pressão e acabam por eles mesmos sentir a necessidade de “escolher um lado”) (Paveltchuk, et al., 2020).

O estudo realizado por Woulfe e colaboradores (2021), retrata o estigma sexual, numa amostra de mulheres bissexuais e lésbicas. Este menciona que o estigma pode impactar o indivíduo de duas formas, pelo receio de ser discriminado e pela experiência real da discriminação. Outro estudo elaborado por McInnis e colaboradores (2022), onde se foca principalmente no estigma internalizado que menciona, por exemplo, a crença de que a bissexualidade é uma fase transitória. Além disso, Pollitt e Roberts (2022) afirmam que o estigma internalizado também se encontra presente na comunidade LGBTQIA+, que consequentemente leva a uma visão mais negativa do próprio indivíduo. Estes três estudos (Woulfe et al. 2021, McInnis et al. 2022, Pollitt & Roberts 2021), relatam as consequências do estigma, tais como, ansiedade, baixa-autoestima, depressão, stress, problemas de saúde física, entre outros. Desta forma, o estigma pode assumir a forma de micro agressões, rejeição social ou até violência explícita, contribuindo para níveis acrescidos de stress psicológico e isolamento. Estes desafios não só prejudicam o desenvolvimento pessoal, como também reforçam um ciclo de marginalização social. Assim, compreender o impacto do estigma e desenvolver estratégias eficazes para a sua mitigação torna-se essencial para promover a equidade e o bem-estar desta população (Woulfe et al. 2021, McInnis et al. 2022, Pollitt & Roberts 2021).

Desta forma temos diversas teorias para analisar o estigma entre elas temos a de a Teoria da Identidade Social, desenvolvida por Henri Tajfel e John Turner (1979). Esta teoria afirma que os sujeitos adquirem parte da sua identidade tendo em conta os grupos sociais a que pertence como por exemplo, orientação sexual, etnia, gênero, etc. Quando um grupo social, já previamente ostracizado, está associado a um estigma, é possível a existência de influências negativas na saúde mental dos sujeitos. O modo como um indivíduo compreende a sua identidade social quando equiparado a outros grupos é um ponto relevante ao confrontar o estigma. Outra teoria que também analisa o estigma é a teoria do estigma de Goffman de

1963. Nesta o autor refere que o estigma é um processo social onde pessoas com atributos estigmatizados como a orientação sexual tendem a ser rebaixadas pela sociedade. O autor define estigma como um “traço” que destrói a identidade de um sujeito, pondo o mesmo numa posição de inferioridade, uma vez que estes indivíduos reagem ao estigma de diferentes maneiras, como através da ocultação da sua identidade ou ajustamento do comportamento. Existem ainda outras duas teorias associadas ao estigma. A primeira é a teoria da Condição de Minoria de Crocker e Major (1989) que evidencia que a pertença a um grupo minoritário, cria stress crônico, à custa da estigmatização constante que estes indivíduos sofrem. Estes autores sugerem que o estigma e as circunstâncias que estes indivíduos enfrentam prejudicam o seu bem-estar, aumentando a probabilidade de ansiedade, depressões ou baixa autoestima, afetando assim, de forma negativa as suas relações e saúde mental.

Por fim, aquela que será utilizada como referência ao longo desta dissertação, a Teoria do Stress das Minorias, desenvolvida por Ilan Meyer (2003). Esta teoria explica as disparidades na saúde mental entre indivíduos de minorias sexuais, nomeadamente lésbicas, gays e bissexuais (LGB), em comparação com a população heterossexual (Meyer , 2003). A teoria tem como base a premissa de que o stress vivenciado por estas minorias não é apenas somado aos desafios comuns enfrentados por qualquer indivíduo, mas também surge de fatores sociais específicos, como o estigma, a discriminação e o preconceito. Estes elementos criam um ambiente hostil e cronicamente stressante, contribuindo para um maior risco de problemas de saúde mental (Meyer , 2003). De acordo com Meyer (2003) existe uma distinção entre fatores de stress distais e os fatores de stress proximais. Enquanto que os fatores distais são relativos a condições objetivas e externas, isto é, a discriminação direta, a violência e por ultimo o preconceito institucionalizado, tendo como exemplos a rejeição familiar, marginalização no meio escolar e a exclusão social, os fatores proximais são caracterizados por processos internos, subjetivos e psicológicos, derivados do modo como o

sujeito reage ao ambiente adverso, ou seja, a expectativa de rejeição que conseqüentemente leva ao medo sucessivo de discriminação, a necessidade de omitir a sua identidade que pode levar a conflitos internos, bem como ao isolamento emocional e por último à homofobia internalizada, onde o sujeito integra pensamentos negativos sobre a sua orientação sexual, criando sentimentos de culpa e vergonha e baixa autoestima.

Posto isto, conclui-se que os processos mencionados anteriormente relacionam-se entre si e aumentam os níveis de vulnerabilidade destes sujeitos Lésbicas Gays Bissexuais (LGB) a desenvolverem perturbações como a ansiedade, depressão e abuso de substâncias. Além disso, estudos analisados por Meyer (2003), verificam que as perturbações referidas acima apresentam uma maior prevalência em indivíduos LGB do que em sujeitos heterossexuais. É importante também mencionar que os indivíduos LGB apresentam um risco mais elevado de ideação suicida, especificamente em contextos onde existem maiores níveis de discriminação e níveis mais baixos de suporte social. Ainda assim, embora exista um impacto negativo do stress experienciado por estes indivíduos como nos diz a Teoria do stress das minorias, Meyer (2003) salienta a relevância dos fatores de resiliência e dos mecanismos de *coping* que, por sua vez podem reduzir o seu efeito, visto que o apoio social, particularmente de amigos, familiares e da comunidade LGB realizam um papel fulcral no desenvolvimento de bem-estar mental (McConnell et al. 2015, Kertzner et al. 2009). De acordo com Meyer (2003), também é relevante a construção de uma identidade positiva, onde a orientação sexual é incorporada de um modo saudável.

O estigma relacionado com a Bissexualidade tem um impacto profundo nas relações interpessoais destes sujeitos, prejudicando assim relações românticas, relações familiares, relações de amizade e criando dificuldades até mesmo nas relações estabelecidas com outros membros da comunidade LGBTQIA+ (Pereira & Leal, 2011).A ostracização destas pessoas

torna-se mais forte, pela existência de prejulgamentos e discriminação, que põem em causa a validade, da sua orientação sexual, criando assim obstáculos à formação de relações positivas para os indivíduos onde se sintam devidamente apoiados e aceites (Pereira & Leal, 2011). Um exemplo específico de estigma sofrido por estes indivíduos é o conceito de Bifobia ou duplo estigma traz à luz a percepção de que indivíduos Bissexuais são, de forma recorrente alvos de comportamentos preconceituosos tanto pela comunidade Heterossexual como pela comunidade LGBTQIA+, uma vez que indivíduos Heterossexuais tendem a perpetuar a ideia que a Bissexualidade é apenas um período na vida destes indivíduos, ou algo promíscuo, e sujeitos Homossexuais tendem a crer que pessoas Bissexuais estão confusas ou não se encontram suficientemente comprometidos com a causa da comunidade, levando assim a uma possível ostracização destes indivíduos por parte de outros membros da comunidade, esta esta rejeição revela-se extremamente prejudicial para o bem estar emocional destas pessoas, originando sentimentos de invisibilidade e de solidão (Pereira, 2021; Welzer-Lang, 2008).

Nas relações românticas definidas por Lewis (1986) como um laço emocional, particular entre dois indivíduos, centrado no ideal recíproco de lealdade, amor e companheirismo, onde existe exclusividade sexual e afetiva o estigma pode evidenciar-se de diferentes formas, isto é, sujeitos bissexuais em relações heterossexuais podem experienciar uma necessidade de ocultar a sua identidade, com o objetivo de não serem vistos como indecisos ou infiéis. Por outro lado, quando se encontram em relações homossexuais podem ser vistos como “não comprometidos de forma total” com a comunidade LGBTQIA+ (Mark et al., 2020). Este evento desperta um elevado nível de stress relacional, visto que existe uma necessidade de validação que pode prejudicar a intimidade do relacionamento, bem como, a sua autenticidade. Os parceiros românticos destes indivíduos podem demonstrar uma maior insegurança na relação devido ao estigma presente na sociedade, que os leva a crer que estes indivíduos possam ser mais promíscuos ou infiéis, criando assim relações com uma maior

presença de sentimentos de desconfiança, o que cria fragilidade nas mesmas (American Psychological Association, 2012). Adicionalmente, pela existência deste estigma, alguns sujeitos Bissexuais podem sentir que precisam de ocultar a sua orientação sexual, para se protegerem de rejeição e desentendimentos, o que pode originar uma desconexão emocional que irá prejudicar a relação (Pereira & Leal, 2011).

Relativamente à teoria do Stress das Minorias esta, salienta também que sujeitos que sentem um maior nível de homofobia internalizada e expectativa de rejeição apresentam maiores possibilidades de desenvolverem dificuldades emocionais e relacionais (Meyer, 2003). No que diz respeito, aos indivíduos bissexuais, estes aspetos podem levá-los a evitar relações românticas por receio da rejeição ou de não serem compreendidos por parte dos seus parceiros. Estes indivíduos, podem apresentar adversidades em definir a identidade dentro das relações sendo pressionados em alguns casos a “negociar” a sua orientação sexual, sentindo-se pressionados a “escolher um lado” e a ter de legitimar constantemente a sua Bissexualidade como orientação sexual (Cruz & Lopes, 2022). Estudos demonstram que o estigma e a discriminação estão relacionados com a diminuição dos níveis baixos de satisfação e qualidade nos relacionamentos de sujeitos bissexuais (Dyar et al., 2019). O stress das minorias causam insegurança, sendo que pode resultar em adversidades de comunicação, diminuição da expressão emocional e um aumento na vulnerabilidade a relacionamentos disfuncionais. No entanto, o suporte social e a validação da identidade bissexual, podem diminuir efeitos negativos, auxiliando os sujeitos a fortalecer relações mais saudáveis e constantes. (Meyer, 2003)

A forma com que cada indivíduo bissexual processa a vivência o estigma vai impactar de forma significativa as suas relações e desenvolvimento romântico. Jamison e Sanner (2021) discutiram o conceito de desenvolvimento romântico, este evidencia, que a vivência

de diversas experiências românticas como por exemplo relacionamentos casuais, relações estáveis de compromisso ou sexo casual levam à exploração da identidade romântica e sexual de cada um, que por sua vez deverá contribuir para a construção de competências necessárias para relacionamentos saudáveis. Contudo, a vivência do estigma pode complicar e trazer problemas a este processo, originando obstáculos na formação de relações saudáveis.

É muito comum sujeitos Bissexuais depararem-se com um efeito chamado “bifobia”, este pode ser definido como o preconceito contra pessoas Bissexuais devido à sua orientação sexual, esta Bifobia de acordo com a literatura pode estar presente na comunidade heterossexual, mas também na comunidade homossexual (Feinstein et al., 2019; Mohr & Rochlen, 1999). Este fenômeno leva muitas vezes à criação de rótulos negativos onde se vê estes indivíduos como estando “confusos” ou “indecisos”. Isto acontece devido à cultura monossexista da nossa sociedade, onde existe a crença que todos os indivíduos se sentem atraídos única e exclusivamente a apenas um gênero (Roberts, 2015 ;Morgenroth 2021).De acordo com os autores, Davila et al (2019) e Ferster (2024), estes afirmam que indivíduos Bissexuais são descritos como sendo menos fiéis, promíscuos e novamente como confusos, tudo isto origina e leva a maiores níveis de discriminação e violência quando comparados às outras minorias sexuais. Desta forma, o monossexismo como que elimina o espaço para a Bissexualidade e para a identidade destas pessoas(Roberts, 2015 ;Morgenroth 2021).Este estigma vai afetar negativamente o desenvolvimento romântico destes indivíduos como podemos ver no artigo de Jamison e Sanner (2021) onde os autores realçam a importância do desenvolvimento da identidade romântica sendo que a mesma necessita de um percurso de descoberta e exploração, o que pode ser debilitado por esta pressão de ter de “escolher um lado” ou pela necessidade que alguns indivíduos sentem em ter de camuflar a sua orientação sexual para conseguirem ter uma aceitação plena por parte dos seus parceiros. De acordo com a literatura, a exploração romântica exerce uma função essencial no desenvolvimento da

identidade, auxiliando os sujeitos na compreensão dos seus limites, gostos e padrões de relacionamentos (Jamison & Sanner, 2021). Contudo, o estigma vivenciado por indivíduos Bissexuais pode se envolver de forma negativa neste processo, criando sentimentos de solidão e inadequação, desta forma, é essencial a existência de um suporte social positivo e de locais, onde estes indivíduos se sintam aceitos para poderem explorar as suas identidades.

A nível do contexto familiar, estes indivíduos para além dos obstáculos que outras minorias sexuais como Lésbicas e Gays enfrentam, têm o desafio adicional de terem de lidar com a invisibilidade da sua orientação sexual, tendo a constante ideia que a sua orientação é apenas uma fase ou que se encontram “confusos” tendo assim de enfrentar a pressão de ter de escolher uma coisa ou outra, sendo-lhes novamente negada a sua identidade Bissexual, prejudicando a aceitação dentro do espaço familiar (Pereira, 2021). A falta de suporte familiar, expõe a saúde mental destes indivíduos, aumentando a probabilidade de ansiedade e depressão (American Psychological Association, 2012 ; Kivalanka 2009). O estigma que os sujeitos bissexuais experienciam nas suas relações familiares apresentam um efeito considerável na saúde mental e no bem-estar emocional dos mesmos. Assim, estudos mencionam que a bissexualidade é constantemente invalidada no meio familiar, resultando em sentimentos de isolamento, níveis mais baixos de autoestima e adversidades no desenvolvimento da identidade (Scherrer et al., 2015). O estudo realizado por Todd, Oravec e Vejar (2016), menciona que a bifobia no contexto familiar se demonstra através de diferentes formas, como por exemplo, através da criação de conflitos com o indivíduo, invalidação da orientação sexual e crença que a mesma é um sinal de instabilidade, o que vai perpetuar os sentimentos de invisibilidade. É relatado por inúmeros indivíduos bissexuais que os seus familiares rebaixam ou rejeitam a sua identidade, afirmando que a bissexualidade é uma fase ou uma forma de obter atenção. Além disto, também existem indivíduos bissexuais

que ocultam a sua identidade de forma a permanecer em relações heterossexuais de modo a não existirem conflitos familiares.

De acordo com Wandrey, Mosack e Moore (2015) afirmam que o processo de “coming out” no meio familiar pode ser especialmente difícil para sujeitos bissexuais, visto que a sua identidade não é levada de forma séria, sendo a mesma entendida como uma fase ou até mesmo uma experiência. Assim o estigma sofrido por estes indivíduos acaba por impactar e inibir o processo de coming out destes indivíduos (Knous, 2005; McLean, 2007). Este processo ainda se torna mais complexo pela visão monosexista prevalente na nossa sociedade o que acaba por invalidar a identidade destes sujeitos que em resposta podem acabar por não revelar a sua identidade, consequentemente levando a um stress psicológico elevado e a adversidades emocionais a longo prazo. (Scherrer et al., 2015) Deste modo, a teoria do stress das minorias de Meyer (2003) auxilia a entender os efeitos do estigma no contexto familiar na saúde mental dos sujeitos bissexuais. Ou seja, o stress distal derivado da discriminação, pode resultar em stress proximal, isto é, a internalização da bifobia e o medo de rejeição, o que leva ao aumento dos níveis de depressão e ansiedade. Adicionalmente, a ausência de aceitação familiar pode diminuir o acesso ao apoio emocional, que por sua vez leva ao aumento na suscetibilidade dos sujeitos bissexuais e também a perturbações relacionadas com a saúde mental. A relação com a família pode também apresentar um impacto do modo como os sujeitos bissexuais iniciam e se mantêm dentro dos seus relacionamentos amorosos e sociais. Como já foi mencionado, estes indivíduos sentem-se pressionados a ocultar a sua identidade para que não exista qualquer tipo de conflito, sendo que o apoio ou ausência de apoio da família apresenta efeitos na sua autoestima e segurança nas relações que estes indivíduos constroem (Ryan et. al., 2009).

As amizades têm um papel preponderante no suporte social de todos os indivíduos, no entanto o estigma pode também afetar estas relações. Estudos como o de Galupo (2007) indicam-nos que pessoas Bissexuais enfrentam uma maior probabilidade de estabelecer amizades com indivíduos Bissexuais. Porém estas amizades podem ser mais desafiantes, se não existir um entendimento sobre a Bissexualidade, dando assim origem a sentimentos de invisibilidade, impedindo estes indivíduos de se expressarem totalmente (Pereira, 2021). A bissexualidade poucas vezes bem compreendida tanto por Heterossexuais como pela comunidade LGBTQIA+ põe os indivíduos num ponto sensível entre a rejeição e a não aceitação da sua identidade (Galupo, 2007). Ao contrário de Lésbicas e Gays, que regularmente descobrem e recebem apoio dentro da comunidade, indivíduos Bissexuais, descrevem mais adversidades na criação de laços afetivos significativos, o que pode levar a sentimentos de solidão (Herek, 2002; Meyer, 2003).

A bifobia nesta conjuntura, pode se revelar de inúmeras formas. Com amigos Heterossexuais é habitual, a desvalorização desta parte da identidade da pessoa, havendo a crença que esta não passa de uma fase ou de uma experiência (Herek, 2002). A percepção existente que estas pessoas são também mais promíscuas pode propiciar um afastamento que vai dificultar a criação de vínculos significativos (Rust, 1995; Galupo et al., 2004). Muitos sujeitos Bissexuais afirmam esconder a sua orientação sexual em ambientes predominantemente heterossexuais para impossibilitar juízos e pareceres sobre a sua orientação sexual, que contribuem de forma negativa para o seu bem-estar (Meyer, 2003). Todavia na comunidade LGBTQIA+ também existem diversas barreiras para as pessoas Bissexuais. Estudos como os de Herek (2002) e Rust (1995) dizem-nos que lésbicas e Gays podem achar estes indivíduos indecisos ou não totalmente comprometidos com a causa. A desaprovação da sua identidade dentro da comunidade que também é sua, pode ser ainda mais complexa e dolorosa, pois, muitos sujeitos Bissexuais procuram apoio dentro da mesma,

com a expectativa de serem melhor compreendidos nesta (Galupo, 2007). Esta rejeição pode dificultar ou restringir a aproximação destes indivíduos a grupos de suporte, o que leva a sentimentos de isolamento e *stress* psicológico (Meyer, 2003).

A teoria do stress das minorias de Meyer (2003), ajuda-nos a compreender o impacto psicológico do estigma experienciado por estas pessoas nas suas amizades. De acordo com esta teoria, pessoas pertencentes a minorias sexuais estão expostas a fatores de stress diferentes, estes podem ser externos, servindo de exemplo a ostracização e a rejeição, ou internos, onde temos como exemplos, o receio de serem rejeitados ou a internalização da discriminação (Meyer 2003). Sendo assim no contexto em questão este stress pode se apresentar na mais limitada capacidade de confiar em outras pessoas, no receio de demonstrar a sua orientação sexual, sendo que, estes fatores agravam o risco de ansiedade, sentimento de solidão, depressão o que vai afetar a capacidade destas pessoas de construir amizades significativas (Meyer, 2003; Galupo, 2007).

A falta de um grupo de suporte consistente pode levar a danos significativos na saúde mental destes indivíduos, a literatura sugere-nos que, a existência de amizades, onde a identidade destas pessoas é aceite e respeitada é um fator protetor, em oposição às consequências negativas do stress minoritário (Meyer, 2003; Galupo et al., 2004). A não aceitação e falta de representação contribuem para a internalização do estigma que por sua vez pode criar conflitos internos e falta de clareza sobre a sua identidade (Herek, 2002). Posto isto a maioria dos estudos foca-se em dados quantitativos, como o de Hsu e Mernitz (2025) que estuda o impacto da qualidade relacional na saúde mental de indivíduos chegando à conclusão de forma congruente com a literatura até aqui reunida que indivíduos bissexuais reportam menos qualidade nas suas relações pois estes possuem mais fatores de stress que indivíduos gays e lésbicas e principalmente indivíduos heterossexuais. Deixando assim um

vácuo a nível de literatura com dados qualitativos que permitem compreendermos melhor as narrativas dos indivíduos, existindo também uma carência de literatura que aborde as relações interpessoais exclusivamente em indivíduos bissexuais sendo que o mesmo se aplica ao contexto português onde também existe essa escassez de literatura. Os estudos internacionais que se têm debruçado sobre este tema têm evidenciado que o estigma está presente na vivência de indivíduos bissexuais, bem como nas suas diferentes relações interpessoais, apresentando diversas consequências, bem como, ansiedade, depressão, stress, baixa-autoestima e isolamento social. (Woulfe et al. 2021, McInnis et al. 2022, Pollitt & Roberts 2021). O estudo realizado por Marques e colaboradores (2025), demonstra que sujeitos bissexuais sofrem de inquisições frequentes e uma descredibilização relativamente à sua orientação sexual, tendo de enfrentar um conjunto de crenças que lesam a sua imagem, como a ideia de que são mais promíscuos e menos fiéis, o que pode levar a sentimentos de isolamento e invisibilidade, sendo esta última agravada pela falta de exemplos/modelos a seguir de indivíduos também eles bissexuais. Desta forma o presente estudo tem como objetivo principal explorar de que forma é experienciado o estigma nas várias dimensões das relações interpessoais, nomeadamente, nas relações amorosas, nas relações familiares, nas relações de amizade e nas relações com a comunidade LGBTQ+.

Método

Participantes

Fizeram parte deste estudo oito participantes do género feminino e de nacionalidade portuguesa, com idades compreendidas entre os 20 e os 26 anos, apresentando uma média de idade de 21,75 anos. Os critérios de inclusão definidos para integrar a investigação foram: identificar-se como bissexual, ter mais de 18 anos, ser de nacionalidade portuguesa e ter experienciado pelo menos duas relações românticas. O processo de seleção da amostra foi realizado através de amostragem por conveniência, recorrendo à partilha do formulário em redes sociais e instituições da área, complementada por um processo de amostragem em bola de neve, de forma a alcançar um maior número de potenciais participantes enquadrados nos critérios definidos.

Instrumento

O guião da entrevista (Anexo A) foi composto por sete questões principais, que permitiram explorar a experiência dos participantes de forma aberta e em profundidade. Desta forma, as entrevistas possibilitaram recolher narrativas pessoais significativas sobre a vivência do estigma em contextos relacionais.

Procedimento

Para a recolha da amostra, foi elaborado um formulário online (Google Forms), que incluía informação sobre o estudo, bem como o consentimento informado (Anexo B), garantindo o respeito pelas normas éticas de investigação. Este formulário foi partilhado através de redes sociais e em colaboração com instituições da área, de forma a alcançar potenciais participantes que reunissem os critérios de inclusão definidos. Após a manifestação de interesse e consentimento, foram realizadas entrevistas individuais com os

participantes. As entrevistas tiveram uma duração média que variou entre 30 e 50 minutos e decorreram em regime presencial. Com a autorização prévia dos participantes, todas as entrevistas foram gravadas em áudio, assegurando a salvaguarda da confidencialidade e o uso exclusivo para fins académicos e de análise qualitativa.

O presente estudo foi assim analisado à luz do método qualitativo da Análise Temática, desenvolvido por Braun e Clarke (2006, 2013), cuja principal finalidade é identificar, analisar e interpretar padrões de significado (temas) presentes nos dados obtidos. Esta metodologia tem como base o pressuposto de que a experiência humana pode ser compreendida a partir da forma como os indivíduos narram e atribuem sentido às suas vivências, permitindo compreender tanto aspetos partilhados como singulares no discurso dos participantes. Uma das principais vantagens da Análise Temática consiste na sua flexibilidade, tornando possível a adaptação do processo de análise a diferentes quadros teóricos e objetivos de investigação. Para além de sistematizar e organizar os dados de forma rigorosa, este método possibilita uma leitura aprofundada do material recolhido, sem perder a riqueza e a complexidade das narrativas (Braun & Clarke, 2006). O processo de análise seguiu as seis fases propostas pelas autoras: (1) familiarização com os dados, através da transcrição e leitura repetida dos conteúdos; (2) geração de códigos iniciais; (3) procura de temas; (4) revisão dos temas identificados; (5) definição e nomeação dos temas; e (6) elaboração do relatório final. Este percurso metodológico garantiu uma abordagem estruturada e sistemática, favorecendo a emergência de significados consistentes e ancorados nas narrativas dos participantes (Braun & Clarke, 2006). A pertinência da Análise Temática para o presente estudo reside no facto de este método se centrar na compreensão das experiências subjetivas, sem assumir a necessidade de generalizações, mas antes procurando capturar e refletir as múltiplas dimensões do fenómeno investigado. Assim, esta opção metodológica revelou-se particularmente adequada, uma vez que permitiu explorar de forma sensível e contextualizada

as experiências individuais dos participantes relativas ao estigma nas relações interpessoais. Por fim, tal como em todas as etapas do estudo, foram assegurados os princípios éticos fundamentais, nomeadamente o respeito pela confidencialidade e anonimato dos participantes, assim como a utilização dos dados exclusivamente para fins científicos, os mesmos foram guardados numa pasta encriptada num computador.

Análise de dados

A análise das entrevistas recolhidas, conforme anteriormente descrito, foi realizada segundo a metodologia qualitativa de Análise Temática, proposta por Braun e Clarke (2006, 2013), que privilegia um trabalho rigoroso e sistemático de interpretação dos dados. O processo iniciou-se com a transcrição integral das entrevistas gravadas, assegurando a fidelidade ao discurso original dos participantes. De seguida, realizou-se uma fase de familiarização com os dados, a partir da leitura e releitura minuciosa das transcrições, de modo a aprofundar a compreensão do material recolhido. Numa segunda etapa, com a utilização do *software* MAXQDA 24 deu-se início aos códigos iniciais, provenientes de elementos significativos captados a partir das falas. Estes códigos serviram como unidades de análise, contribuindo para a posterior identificação de padrões de sentido. Posteriormente, procedeu-se à organização dos códigos em temas, agrupando elementos comuns e recorrentes presentes nas narrativas. Esta fase foi seguida de uma revisão e refinamento dos temas, com o objetivo de verificar a sua coerência interna e a clara distinção entre eles. Após esta validação, os temas foram definidos e nomeados, atribuindo-se descrições claras que refletissem o conteúdo e a essência de cada um. Por fim, elaborou-se os temas permitindo uma compreensão ampla e estruturada das experiências dos participantes. Importa reforçar que este método qualitativo possui um carácter interpretativo e flexível, exigindo um processo demorado. Ao longo de todas as etapas, foi fundamental reler os dados, rever as

codificações e atribuir significados de forma consistente, garantindo que a interpretação se mantivesse enraizada na experiência relatada pelos participantes e não em pressupostos prévios.

Resultados

O presente estudo tem como objetivo principal explorar de que forma é experienciado o estigma nas várias dimensões das relações interpessoais, nomeadamente, nas relações amorosas, nas relações familiares, nas relações de amizade e nas relações com a comunidade LGBTQ+. Os temas foram (1) “O meu parceiro atual percebe que não é uma fase”; (2) “A minha mãe sabe (que eu sou bissexual) e ela sim não aceita”; (3) relações de amizade na bissexualidade; (4) “da comunidade em geral sinto que pode ser um bocado para um lado ou para outro”; (5) “as pessoas acham que foi só uma fase e eu tenho que explicar que não é”

Tema 1: “O meu parceiro atual percebe que não é uma fase”

O primeiro tema remete para as relações romântica, onde se destacaram a experiência a nível de relacionamentos amorosos, as dificuldades sentidas em relações com alguém do mesmo género, a necessidade de ocultar ou pôr de lado a sua orientação sexual e o desenvolvimento romântico. experiência a nível de relacionamentos amorosos, foram relatadas diversas situações onde é demonstrado o impacto da orientação sexual nos relacionamentos sendo este muitas vezes uma dificuldade para os mesmos “foi difícil com os pais delas porque eu sempre fui lá, como amiga mas a mãe percebeu a uma certa altura e disse que não me queria lá mais, e isso foi um ponto difícil na nossa relação eu queria que ela fizesse algo em relação a isso e ela só dizia que não valia a pena isso foi uma parte chata” (Ana, entrevistada 1).

No que concerne às dificuldades sentidas em relações com alguém do mesmo género uma entrevistada refere que “no outro dia estava a ter uma conversa com uma amiga minha

que estava a dizer que não era assim tão diferente estar com uma pessoa do mesmo sexo, mas é porque vais ter de perceber que a tua vida vai ser diferente, não é mais fácil casar, ter filhos, ir morar juntos, viajar, e eu estando numa relação heterossexual não penso nisto, estando com uma mulher são coisas que tens de ter na cabeça, que é do género, eu estou disposta a ter estas dificuldades todas na minha vida porque quero estar com esta pessoa.” (Joana, entrevistada 6). Algo mencionado por alguns entrevistados foi a necessidade de ocultar ou pôr de lado a sua orientação sexual, ou seja, a sua bissexualidade para manter o bem-estar na sua relação, como refere uma participante: “o meu primeiro namorado ameaçou acabar comigo, logo eu esqueci esse assunto, como que o apaguei” (Sara, entrevistada 5). Esta não aceitação da orientação sexual acaba por causar um dano à própria relação amorosa. Da mesma forma a aceitação da mesma é fundamental para todos os entrevistados que a referem em quando dizem “Eu acho que sim, na relação que tenho agora acho que tem um impacto positivo, ele percebe e aceita e gosta de mim por aquilo que eu sou nunca demonstrou nenhuma atitude preconceituosa” (Raquel, entrevistada 4) ou “na minha relação atual, foi uma pessoa que sempre foi super respeitoso, sempre afirmou essa minha identidade nunca tentou esquecer” (Renata, entrevistada 3). Algo também visível ao falar com os entrevistados foi o desenvolvimento romântico de cada um deles. A maioria descreve uma melhoria nos relacionamentos de relação para relação “Com esta relação sinto que houve uma clara melhoria e convergência na postura e forma de comunicar” (Joana, entrevistada 6), sendo a comunicação um aspeto importante para a melhoria das mesmas, “...falamos imenso tempo sobre imensas coisas desde a minha ansiedade ela tinha mesmo interesse em saber as coisas...” (Paula, entrevistada 2).

Tema 2: “A minha mãe sabe (que eu sou bissexual) e ela sim não aceita”

O segundo tema remete para as relações familiares, onde existe maior divisão nas respostas das entrevistadas. Diversas entrevistadas relataram que se sentem aceites pela própria família tendo alguns partilhado momentos específicos onde sentiram essa mesma aceitação “o meu pai é super tranquilo uma vez fui a marcha e estava a fazer um cartaz e ele até me ajudou foi fixe... esse momento marcou-me” (Ana, entrevistada 1). Por outro lado, existiram também momentos durante a entrevista, em que as entrevistadas partilharam uma experiência totalmente díspar, onde abordaram o estigma que sentem dentro do seio familiar “tive uma discussão com a minha mãe sobre a minha sexualidade por ela também ser homofóbica nesse aspeto e deixa-me bastante magoada porque é difícil estar a morar com uma pessoa que não me aceita por aquilo que sou e custa” (Beatriz, entrevistada 7); “eu contei à minha avó que tinha uma namorada ela foi sempre a pessoas mais próxima da minha família de mim sempre lhe contei tudo e ela não me falou durante um ano disse-me que não era normal que preferia morrer do que saber isso” (Ana, entrevistada 1). As entrevistadas também mencionaram a ocultação da sua orientação sexual por parte da família a outras pessoas, este tema foi algo mencionado como um fator que provoca tristeza nos participantes, pois demonstra que a família não os aceita totalmente “E se se menciona alguma coisa relacionada e se toca nesta coisa de eu gostar de raparigas têm de ser obrigatoriamente entre eu a minha mãe se estiver mais alguma pessoas por perto isto não é assunto não se diz” (Joana, entrevistada 6). Contudo, alguns indivíduos que mencionaram sentir algum tipo de estigma por parte de familiares (*eg.* pais, avós) também relataram algum tipo de melhorias ao longo do tempo, ou seja, uma tentativa de de compreender e aceitar de forma gradual a orientação sexual do entrevistado “mesmo nos comentários que ela fazia e que sei que é uma geração diferente da nossa, mas comentários do género de aí os homossexuais têm de estar a demonstrar isto em público porque que não o fazem em privado,

mas eu consigo ver esta evolução no género de é amor são pessoas que gostam uma da outra, tal como os hétero não há nada de errado” (Raquel, entrevistada 4).

Tema 3: Relações de amizade na Bissexualidade

No tema das relações de amizade na bissexualidade, existem perspetivas diferentes. Entrevistadas relataram dificuldades em fazer novas amizades desde o momento em que assumiram a sua orientação sexual “agora pessoas novas entrarem no meu círculo de amigos lá está, nunca sei como elas vão reagir que tipo de estigmas tem ou o quer que seja” (Paula, entrevistada 2) ou a verem se obrigados a afastar-se de amizades antigas após o *coming out* “porque dos meus amigos do secundário acabei por me afastar porque comecei a sentir que era algo mal visto e tabu e pensei que não sou masoquista a esse ponto” (Filipa, entrevistada 8). Também a presença de algum estigma em relações de amizade é algo algumas vezes referido: “depois tenho outros que não percebem não me desrespeitam, mas existem comentários homofóbicos, etc, mas depois dizem que não é para mim, mas se não para mim, é para quem? para outros na mesma situação que eu?” (Raquel, entrevistada 4). No entanto, maior parte das entrevistadas relatam situações ou experiências onde as suas amizades aceitaram de forma positiva a sua orientação sexual. “..., mas dentro do meu grupo de amigos, sinto sempre apoio e sinto-me compreendida...” (Joana, entrevistada 6). Em alguns casos é até relatado o impacto que algumas amizades tiveram no processo de aceitação pessoal da orientação sexual “Sim 100%, é aquela questão eu já sabia, mas o aceitar mesmo só surgiu quando eu me abri com pessoas que me aceitaram, isso fez com que eu me aceitasse mais facilmente, e percebi que não era um problema...” (Paula, entrevistada 2)

Tema 4: “da comunidade em geral sinto que pode ser um bocado para um lado ou para outro”

Este tema remete para o papel da comunidade na vida de indivíduos bissexuais . Uma ligeira maioria das entrevistadas relatou sentir-se aceite na comunidade, sendo um participante ativo da mesma “fui a duas marchas gays adorei senti mesmo o ambiente de estamos aqui todos a lutar por algo juntos e não há julgamento aqui nunca e parece que as pessoas dão muito mais de si porque não há medo de nada” (Ana, entrevistada 1). No entanto, existiram entrevistadas que relataram na entrevista não se sentir bem na mesma, sendo isto consequência de diversos fatores, como a existência de estigma dentro da comunidade LGBT perante indivíduos Bissexuais “deixa-me algo dececionada esta comunidade que também passou por estes preconceitos estar a elas próprias a passar esse preconceito para pessoas bissexuais”(Raquel, entrevistada 5), ou o descontentamento com o rumo da comunidade e uma ideia de maior politização da mesma “a comunidade LGBT em si não ajuda porque neste momento já não é uma comunidade, quando eu ouvia falar em comunidade LGBT era para pessoas que sentiam que não se enquadravam nos padrões Heteronormativos, e estava lá uma comunidade onde te podias integrar, neste momento eu sinto que para entrar na comunidade tenho de me definir mais do que estando fora”(Paula, entrevistada 2). Contudo, algo abrangente a todos os entrevistados é a relevância da comunidade a nível informal, ou seja, as amizades no dia-a-dia com pessoas também pertencentes à comunidade que ,desta forma, permite aos mesmos ter alguém com quem podem comunicar sobre as suas experiências e que compreende de melhor forma as mesmas “eu sinto que com quem eu mais me identifico e tenho coisas em comum são pessoas que fazem parte da comunidade também, sinto que é mais fácil de falar sobre certos assuntos ou abordar outros com pessoas da comunidade” (Beatriz, entrevistada 8). Foi ainda questionado aos entrevistados se sentiam diferenças entre

terem amizades com pessoas heterossexuais ou pessoas pertencentes à comunidade LGBT. Em resposta a esta questão, a maioria dos participantes, apesar de evidenciar que ambas são importantes, relatou sentir maior à vontade com pessoas da comunidade pela maior facilidade que estes indivíduos têm em compreender as suas vivências “Acho que pessoas não hétero percebem mais porque mais coisa menos coisa passamos por um processo semelhante logo acho que existe mais empatia e sensibilidade, pessoas hétero mesmo que não tenham passado por isso existem sempre pessoas com a capacidade de se meterem no nosso lugar e perceber que não é fácil,”(Sara, entrevistada 5) e “identifico me mais com as pessoas da comunidade a amizade é mais completa” (Beatriz, entrevistada 8).

Tema 5: “as pessoas acham que foi só uma fase e eu tenho que explicar que não é”

Este tema remete para o papel da sociedade na vida de indivíduos bissexuais. Verificou-se que todas as entrevistadas mencionaram a existência de uma ideia de uma maior promiscuidade relacionada à sua orientação sexual, existindo sempre uma crença de terceiros baseada no facto de que, como as pessoas bissexuais sentem interesse por ambos os géneros, isso levará inevitavelmente a um comportamento mais promíscuo por parte dos mesmos “a frase dele que é algo que me deixa confusa era já não bastava ter de ter ciúmes de todo um género e tb tenho de ter do outro” (Renata, entrevistada 3) relatando também uma maior quantidade de ciúmes na relação após revelarem a sua orientação sexual “nas relações, acham que vão ser traídos por raparigas e rapazes logo dobram as hipóteses de serem traídos”(Sara, entrevistada 5) . Ainda neste tema, existe a questão do monossexismo que faz com que muitas pessoas não entendam como é possível que alguém sinta atração por mais do que um género “Quando lhe contei ela ficou muito confusa e questionou como é que conseguia gostar das duas coisas” (Beatriz, entrevistada 7), levando a que seja atribuído, de forma automática,

uma orientação sexual aos indivíduos tendo em conta o género do parceiro “eu estou numa relação com uma rapariga e as pessoas automaticamente dizem que eu sou lésbica” (Paula, entrevistada 2). A Bissexualidade é percebida pelas entrevistadas como ainda não sendo vista de forma séria na sociedade, sendo isto relatado por todas as entrevistadas, tendo todas mencionado já terem recebido comentários que referiam que a Bissexualidade é apenas uma fase “mas tem um fundo de verdade e sinto que não sou compreendida e que não me levam a sério. Eles pensam que estou a experimentar e a explorar” (Filipa, entrevistada 8), acabando por fazer com que as entrevistadas sintam uma desconsideração ou negação da sua bissexualidade “Normalmente as pessoas acabam por fazer um bocadinho isso, é o tentar ignorar esse assunto para que não seja assunto” (Paula, entrevistada 2). Esta desconsideração ou negação leva a um sentimento de invisibilidade nutrido por muitas das entrevistadas que afirmam sentir-se como invisíveis “...acho que é mais uma parte minha que está a ser ignorada.” (Renata, entrevistada 3). Associado a isto, a falta de representatividade bissexual na comunidade não ajuda estes indivíduos, uma vez que acabam por não ter alguém que consigam utilizar como modelo “Quando eu me assumi ao início é sempre difícil porque há poucas pessoas que são bissexuais” (Raquel, entrevistada 4). Todos estes fatores, aliados entre si, em alguns casos levam a sentimentos negativos relativos à orientação sexual “Ao início foi um pouco complicada para mim acho que é sempre uma coisa que desde pequena os rapazes são com raparigas e então entrei um bocadinho em conflito” (Raquel, entrevistada 4), “mas tentei sempre inicialmente esconder até para mim própria, tipo é mais fácil ser normal” (Paula, entrevistada 2), podendo estas crenças representar uma bifobia internalizada dentro dos próprios indivíduos. Muitas entrevistadas também falaram sobre o momento em que se aperceberam da sua orientação sexual “Eu comecei a sentir algumas dúvidas no início da minha adolescência tinha amigas que também eram mulheres e comecei por desenvolver algum tipo de atração, e ao início foi um pouco complicada para mim acho que é sempre”

(Raquel, entrevistada 4) e do *coming out* à família, onde a maioria relata alguma falta de apoio das pessoas mais próximas do mesmo, sendo frequentemente mencionado a questão de ser uma fase ou que o *coming out* não foi levado de forma séria pelos mesmos “a minha mãe disse que era das companhias que andava a ver muitas séries e que depois de uns anos me passava” (Joana, entrevistada 6). No entanto, uma grande maioria fala de formas de como conseguiu começar a lidar melhor com estes sentimentos negativos e falta de apoio exterior, seja através de uma aceitação da sua própria orientação sexual “Ao longo do tempo deixei-me de dar com estas pessoas e deixei de ouvir estes comentários preconceituosos e foi mais fácil poder aceitar que sentia coisas relativamente a pessoas do mesmo sexo e é sempre mais fácil quando não existem estes comentários preconceituosos que põem causa a minha identidade” (Raquel, entrevistada 4), ou através de uma reafirmação da sua orientação sexual “pessoalmente sinto a necessidade de me tentar defender porque dá para estar no meio, não é preciso cair para um dos lados”(Joana, entrevistada 6) .

Discussão

O presente estudo tem como objetivo principal explorar de que forma é experienciado o estigma nas várias dimensões das relações interpessoais, nomeadamente, nas relações amorosas, nas relações familiares, nas relações de amizade e nas relações com a comunidade LGBTQ+. De uma forma geral, os resultados indicaram que observou-se a existência de estigma transversal às várias relações interpessoais das participantes, existindo uma predominância do estigma nas relações familiares dos indivíduos bissexuais. Contudo, muitas das entrevistadas mencionaram uma tentativa, ao longo do tempo, por parte destes mesmos familiares, de compreender e aceitar a sua orientação sexual.

A comunidade é vista por uma ligeira maioria como um local seguro onde os mesmos se sentem aceites e onde podem ser eles próprios. Por outro lado, as restantes afirmam não se sentirem representados pela comunidade atual ou relatam não se sentirem aceites pelos restantes membros da comunidade devido à sua orientação sexual. Não obstante, foi reconhecido por todos as entrevistadas a importância de terem membros da comunidade presentes no seu dia a dia, uma vez que estes têm uma maior facilidade em perceber a sua vivência. Além disso, algumas entrevistadas mencionaram casos de não aceitação da orientação sexual por parte dos parceiros, o que originou uma maior existência de ciúmes ou uma necessidade de negociar/ocultar a orientação sexual dos mesmos durante a relação entre outros. No entanto, conseguimos compreender que o desenvolvimento romântico ajuda a lidar com o estigma nas relações, visto que, como diz o construto teórico (Jamison & Sanner, 2021), as entrevistadas ao terem mais experiência romântica acabam ter uma melhor noção do que pretendem num parceiro e ao fazerem essas melhores escolhas, levando a relações mais saudáveis, onde o estigma não é tão prevalente ou não existe.

Podemos constatar, com base na literatura (Meyer, 2003), que a rejeição familiar é um fator comum de estigma presente na vivência destes indivíduos. De acordo com Pereira e Leal (2011), o estigma associado à bissexualidade vai afetar de forma profunda as relações interpessoais destes indivíduos, entre elas, as suas relações familiares. Assim, este estigma leva a uma maior dificuldade na criação de relações positivas, onde os sujeitos se sintam aceitos e apoiados. Além disso, os indivíduos bissexuais enfrentam ainda mais desafios que os indivíduos que se identificam como gays ou lésbicas, pois estes, para além do estigma sofrido por não seguirem a orientação sexual dita como “normal”, sofrem também de outro estigma, visto que não seguem a visão monossexista da sociedade, o que origina uma bifobia e, conseqüentemente, que sejam vistos como confusos, indecisos ou que exista a percepção que a sua orientação sexual seja apenas uma fase ou algo transitório, acabando, assim, a mesma por ser constantemente desconsiderada, levando a um sentimento de invisibilidade, algo que não acontece com as outras orientações sexuais não heteronormativas mencionadas anteriormente (Pereira, 2021; Scherrer et al., 2015; Welzer-Lang, 2008). É relevante também mencionar, que o próprio momento do *coming-out* é muitas vezes desconsiderado por parte dos familiares, o que perpetua os sentimentos mencionados anteriormente, tais como, invisibilidade, bifobia e a crença de que a bissexualidade é apenas uma fase (Mosack & Moore, 2015). Este fenômeno foi observado nos resultados obtidos, indo desta forma de encontro com a literatura. Tal como mencionado na literatura, o apoio familiar das participantes tende a aumentar com o tempo, especialmente quando pautado em diálogo e informação (Fernandes, 2022), isto é, ao longo do tempo vai existindo uma tentativa de maior compreensão e aceitação por parte dos familiares, tendo também sido observado nos resultados.

No que se refere às relações de amizade, as mesmas têm um papel preponderante no suporte social de todos os indivíduos, pois amizades fortes, vão promover o bem-estar e

ajudar o indivíduo a criar estratégias para melhor lidar com o stress (DeSousa, 2012). Costa e colaboradores (2015) referem o mesmo no seu estudo afirmando também que as amizades vão ajudar os indivíduos a lidar com estigma social que sofrem e no processo de aceitação pessoal algo que também foi referido pelas entrevistadas que mencionaram a importância de certas amizades no seu processo de aceitação. No entanto, o estigma pode também afetar estas relações. Desta forma, foi relatado por algumas entrevistadas a presença deste estigma em algumas das suas relações não sendo, no entanto, o fator mais comum (Paveltchuk, et al., 2020). Algumas entrevistadas relataram maiores dificuldades na criação de laços significativos de amizade como se pode observar na literatura (Herek, 2002; Meyer, 2003). Este fenómeno pode ser explicado pelo receio que estes indivíduos têm de serem estigmatizados devido às suas experiências, acabando por se fecharem mais em si mesmos e também em alguns casos em esconder a sua orientação sexual o que dificulta a criação de ligações genuínas (Paveltchuk, et al., 2020). Não obstante, a maior parte das experiências partilhadas pelas entrevistadas relatam o quão importante é ter relações de amizade com indivíduos que também pertencem à comunidade, pois descrevem que é nestas relações que conseguem ser elas próprias e abordar todo o tipo de assuntos. Robinson et al. (2024) teoriza que a grande parte dos jovens tem melhores amizades com indivíduos que pertencem à comunidade pois nestas os mesmos sentem-se mais seguros. Uma possível razão para isto acontecer é a procura de meios sociais onde predominam a presença de membros da comunidade, pois nestes os indivíduos poderão discutir de forma aberta questões como, a discriminação e preconceito que sofrem com indivíduos que compreendem melhor essa vivência. (Cruz & Lopes, 2022). Dentro da comunidade LGBT, observou-se uma grande divisão entre participantes, isto é, muitos veem a comunidade como um porto seguro onde podem ser elas mesmas e partilhar as suas experiências. Por outro lado, existiram diversas partilhas que relatam uma desconexão com a comunidade ou mesmo a presença de estigma

perante indivíduos bissexuais na mesma. De acordo com Paveltchuk e colaboradores (2020), estes mencionam a importância da comunidade enquanto fator protetor na experiência de sujeitos Bissexuais. De forma contrastante, evidencia-se também os relatos negativos sobre a mesma onde as entrevistadas se deparam com Bifobia devido à sua orientação sexual, existindo relatos de que estes não estão totalmente comprometidos com a causa da comunidade, pois podem estar em relações heterossexuais, ou uma falta de compreensão da possibilidade de um indivíduo estar interessado em ambos os gêneros, o que pode ser explicado novamente pela visão monosexista que está enraizada na nossa sociedade, o que, mais uma vez, nos leva a uma descredibilização da orientação sexual com a presença de comentários como “é apenas uma fase” ou “estar confuso”, algo que se pode verificar nos estudos de Dyar e colaboradores (2019), Mohr e Rochlen, (1999), Morgenroth (2021) e Roberts (2015), indo ao encontro com os resultados encontrados.

Observaram-se alguns casos, onde o parceiro não aceitava/respeitava a orientação sexual do indivíduo, levando a uma “negociação” ou ocultação da orientação sexual do mesmo. Dyar e colaboradores (2019) afirmam que a não aceitação por parte dos parceiros leva a uma menor satisfação e qualidade dos relacionamentos, algo que também conseguimos comprovar através dos resultados deste estudo. Esta não aceitação da orientação sexual, como já foi mencionado anteriormente, origina, em alguns casos, uma necessidade por parte do indivíduo em abdicar da sua orientação sexual em prol da relação, negociando a mesma com o parceiro (Cruz & Lopes, 2022), ou chegando a ocultar a mesma com medo de uma possível rejeição (Lewis, 1986). Além disso, associado à bissexualidade, existem diversas crenças como a de uma maior promiscuidade, originando assim a ideia de que estes sujeitos são menos fiéis, o que numa relação com um indivíduo que não respeite e aceite a orientação sexual, poderá levar a uma maior prevalência de ciúmes, algo que também se pode comprovar nos resultados e que é também corroborado pela literatura (Lewis, 1986).

Por fim, relativamente ao conceito do desenvolvimento romântico, tendo em conta os testemunhos e perspetivas das participantes parece existir uma melhoria de relação romântica para relação romântica, visto que, as mesmas relatam uma melhoria nos seus relacionamentos românticos, de relação para relação, o que vai de encontro com o estudo de Jamison e Sanner (2021). Este estudo afirma que quanto maior for a experiência romântica do indivíduo, melhor este será capaz de compreender o que necessita num relacionamento, dando assim aos indivíduos melhores capacidade de se relacionarem.

Assim, de acordo com a teoria do stress das minorias de Meyer (2003), todos os fatores negativos mencionados, podem ser considerados fatores de stress distal (eg. não aceitação nas diversas relações da orientação sexual dos indivíduos, descredibilização da orientação sexual, entre outros, que por sua vez pode causar fatores de stress proximal, bem como, a bifobia internalizada, e a dificuldade na aceitação da própria orientação sexual (Herek, 2002), algo que também se verificou nos resultados obtidos. Em suma, esta teoria pode ser aplicada em todas as relações interpessoais dos indivíduos, ajudando-nos a compreender como estes lidam com o estigma e o impacto do mesmo.

Limitações, estudos futuros e implicações práticas

No presente estudo foram encontradas algumas limitações. A primeira limitação encontrada é a homogeneidade da amostra, uma vez que todas as entrevistadas apresentam características comuns, tais como, idade (20 a 26 anos de idade), género (Feminino), habilitações académicas (frequência na faculdade) e nacionalidade (Portuguesa), o que nos impede de generalizar estes resultados a outras populações com um *background* histórico e cultural diferente. A questão da idade poderá ter criado outra limitação na observação do construto do desenvolvimento romântico, pois, como a amostra apresenta uma idade jovem,

compreendida entre 20 e 26 anos de idade, não têm uma grande experiência romântica (nenhuma das participantes teve mais do que três relações românticas de compromisso). Outra limitação encontrada é a facto da interpretação das entrevistas e subsequentes resultados ser algo subjetivo, podendo a análise ser enviesada pelas próprias crenças do investigador. Tendo isto em consideração, como estudos futuros, poderia replicar-se o mesmo estudo, mas com uma amostra mais diversificada, tanto a nível do género como a nível da idade, podendo também ser replicado em outras populações/culturas ou com emigrantes, onde poderia ter-se em conta a presença do estigma não só pela orientação sexual dos sujeitos, mas também pela diferente nacionalidade/cultura.

Posto isto, este estudo apresenta algumas implicações práticas. Adicionando este estudo à presente literatura e tendo em conta que o estudo nos transmite a experiência da vivência na bissexualidade das participantes, temos mais uma ferramenta para melhor compreender estes indivíduos e os sistemas onde estão inseridos, sendo que assim seremos capazes de os ajudar a enfrentar os desafios e problemáticas do seu dia-a-dia de uma melhor forma. Seria relevante utilizar os resultados deste estudo como mais uma fonte de conhecimento que gere debate na procura de educar os sujeitos sobre a vivência destes indivíduos com o intuito de criar uma maior aceitação e conseqüentemente um maior bem-estar nesta população.

Referências

- American Psychological Association. (2012). *Guidelines for psychotherapy with lesbian, gay, and bisexual clients*. Recuperado de <https://www.apa.org/practice/guidelines/glbt.pdf>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*. SAGE.
- Costa, Crístofer Batista da, Machado, Mariana Rodrigues, & Wagner, Márcia Fortes. (2015). Percepções do homossexual masculino: sociedade, família e amizades. *Temas em Psicologia*, 23(3), 777-788. <https://doi.org/10.9788/TP2015.3-20>
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96(4), 608–630. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.4.608>
- Cruz, B. F., & Lopes, H. (2022). Faces da bifobia dentro (e fora) da comunidade LGBTQIAP+: reflexões a partir de narrativas de pessoas bissexuais. *Psicologia & Sociedade*, 34, e229117.
- Dyar, C., Feinstein, B. A., & Davila, J. (2019). Development and validation of a brief version of the Anti-Bisexual Experiences Scale. *Archives of sexual behavior*, 48, 175-189.
- DeSousa, D. A. (2012). Relacionamentos de amizade e coping entre jovens adultos: Um estudo sobre qualidade da amizade, suporte social e estratégias de enfrentamento.

Psicologia: Reflexão e Crítica, 25(3), 723-732. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722012000300010>

Feinstein, B. A., Dyar, C., Davila, J., & Newcomb, M. E. (2019). Internalized biphobia and relationship quality among bisexual individuals: The role of rejection sensitivity. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 6*(4), 451–460. <https://doi.org/10.1037/sgd0000346>

Fernandes, M. R. B. (2022). Aceitação parental de filhos/as LGBT+. Universidade de Coimbra

Ferster, O., & Zivony, A. (2024). Bisexual stereotypes in clinical evaluation. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 11*(4), 619–630. <https://doi.org/10.1037/sgd0000630>

Galupo, M. P. (2007). Friendship patterns of sexual minority individuals in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 24*(1), 139–151. <https://doi.org/10.1177/0265407506070480>

Galupo, M. P., Sailer, C. A., & St. John, S. C. (2004). Friendships across sexual orientation: Experiences of bisexual women in early adulthood. *Journal of Bisexuality, 4*(1–2), 39–53. https://doi.org/10.1300/J159v04n01_04

Galupo, M. P., Ramirez, J. L., & Pulice-Farrow, L. (2017). Regardless of their gender”: Descriptions of sexual identity among bisexual, pansexual, and queer identified individuals. *Journal of Bisexuality, 17*(1), 108–124. <https://doi.org/10.1080/15299716.2016.1228491>

- Galupo, M. P., Mitchell, R. C., Gryniewicz, A. L., & Davis, K. S. (2014b). Sexual minority reflections on the Kinsey Scale and the Klein Sexual Orientation Grid: Conceptualization and measurement. *Journal of Bisexuality, 14*(3–4), 404–432.
<https://doi.org/10.1080/15299716.2014.929553>
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Prentice-Hall.
- Herek, G. M. (2002). Heterosexuals' attitudes toward bisexual men and women in the United States. *The Journal of Sex Research, 39*(4), 264–274.
<https://doi.org/10.1080/00224490209552150>
- Hsu, J., & Mernitz, S. (2025). Bisexuality, Romantic Relationships, and Depression: The Role of Relationship Quality. *Social Science & Medicine, 118*744.
- Jamison, T. B., & Sanner, C. M. (2021). Relationship form and function: Exploring meaning-making in young adults' romantic histories. *Personal Relationships, 1–20*.
<https://doi.org/10.1111/pere.12400>
- Kertzner, R. M., Meyer, I. H., Frost, D. M., & Stirratt, M. J. (2009). Social and psychological well-being in lesbians, gay men, and bisexuals: The effects of race, gender, age, and sexual identity. *American Journal of Orthopsychiatry, 79*(4), 500–510.
<https://doi.org/10.1037/a0016848>
- Knous, H. (2005). The coming out experience for bisexuals: Identity formation and stigma management. *Journal of Bisexuality, 5*(4), 37–59.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., Martin, C. E., & W.B. Saunders Company. (1948). *Sexual behavior in the human male*. W.B. Saunders; Bloomington: Indiana University Press.
- Kuvalanka, K., & Goldberg, A. (2009). Second generation voices: Queer youth with lesbian/

bisexual mothers. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(7), 904–919. doi:10.1007/s10964-008-9327-2.

Lewis, R. A. (1986). Emotional intimacy among men and women in heterosexual and homosexual relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3(1), 75-92.

Marques, Alexandre de Oliveira, Hernandez, José Augusto Evangelho, Logie, Carmen, & França, Ana Carolina Braga. (2025). Adaptação brasileira da Sexual Stigma Scale Among Lesbian, Bisexual + Brazilian Women. *Avaliação Psicológica*, 24, e22621. Epub 09 de junho de 2025. <https://doi.org/10.15689/ap.2025.24.e22621>

Mark, K. P., Milhausen, R. R., & Maitland, S. B. (2020). The impact of sexual orientation and minority stress on sexual satisfaction and relationship quality. *Journal of Sex Research*, 57(3), 322–335. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1626333>

McLean, K. (2007). Hiding in the closet? Bisexuals, coming out and the disclosure imperative. *Journal of Sociology*, 43(2), 151–166

McInnis, M. K., Gauvin, S. E., Blair, K. L., & Pukall, C. F. (2022). Where does the “B” belong?: Anti-bisexual experiences, self-stigma, and bisexual individuals’ sense of belonging. *Journal of Bisexuality*, 22(3), 355-384.

McConnell, E. A., Birkett, M. A., & Mustanski, B. (2015). Typologies of Social Support and Associations with Mental Health Outcomes Among LGBT Youth. *LGBT health*, 2(1), 55–61. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2014.0051>

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>

- Mohr, J. J., & Rochlen, A. B. (1999). Measuring attitudes regarding bisexuality in lesbian, gay male, and heterosexual populations. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 353–369.
- Morgenroth, T., Sendén, M. G., Lindqvist, A., Renström, E. A., Ryan, M. K., & Morton, T. A. (2021). Defending the sex/gender binary: The role of gender identification and need for closure. *Social Psychological and Personality Science*. Advance online publication. 12 (5), 731 – 740.
- Pavelitchuk, Fernanda de Oliveira, & Borsa, Juliane Callegaro. (2020). A teoria do estresse de minoria em lésbicas, gays e bissexuais. *Revista da SPAGESP*, 21(2), 41-54.
Recuperado em 16 de novembro de 2025, de
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702020000200004&lng=pt&tlng=pt.
- Pereira, H. (2021). *Saúde mental ao longo do espectro LGBT: Correlatos psicopatológicos da homofobia internalizada, estigma percebido e vitimação por preconceito*. [Tese de mestrado, Universidade de Lisboa]. Recuperado de
https://repositorio.ulisboa.pt/bitstream/10451/65454/1/ulfpie057495_tm.pdf
- Pereira, H., & Leal, I. (2011). Impacto da satisfação com o suporte social e da autoestima no conforto com a orientação sexual de jovens homossexuais e bissexuais. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 2(2), 311–322. Recuperado de
<https://rea.pt/imgs/uploads/doc-impacto-da-satisfacao-com-o-suporte-social-e-da-autoestima-no-conforto-com-a-orientacao-sexual-de-jovens-homossexuais-e-bissexuais.pdf>

- Pollitt, A. M., & Roberts, T. S. (2021). Internalized Binegativity, LGBTQ+ Community Involvement, and Definitions of Bisexuality. *Journal of Bisexuality*, 21(3), 357–379.
<https://doi.org/10.1080/15299716.2021.1984363>
- Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M., & Sanchez, J. (2009). Family rejection as a predictor of negative health outcomes in white and Latino lesbian, gay, and bisexual young adults. *Pediatrics*, 123(1), 346-352.
- Roberts, T. S., Horne, S. G., & Hoyt, W. T. (2015). Between a gay and a straight place: Bisexual individuals' experiences with monosexism. *Journal of Bisexuality*, 15(4), 554-569.
- Robinson, B. A., Mu, F., Webb, J. M., & Stone, A. L. (2024). Intersectional Social Support: Gender, Race, and LGBTQ Youth Friendships. *Society and Mental Health*, 0(0).
<https://doi.org/10.1177/21568693241266960>
- Rosenthal, A. M., Sylva, D., Safron, A., & Bailey, J. M. (2011). Sexual arousal patterns of bisexual men revisited. *Biological Psychology*, 88(1), 112–115.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2011.06.015>
- Rust, P. C. (1995). *Bisexuality and the challenge to lesbian politics: Sex, loyalty, and revolution*. New York University Press.
- Scherrer, K. S., Kazyak, E., & Schmitz, R. (2015). Getting “bi” in the family: Bisexual people’s disclosure experiences. *Journal of Marriage and Family*, 77, 680–696.
DOI:10.1111/jomf.12190

- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–47). Brooks/Cole.
- Todd, M. E., Oravecz, L., & Vejar, C. (2016). Biphobia in the family context: Experiences and perceptions of bisexual individuals. *Journal of Bisexuality, 16*(2), 144-162.
<https://doi.org/10.1080/15299716.2016.1165781>
- Wandrey, R. L., Mosack, K. E., & Moore, E. M. (2015). Coming out to family and friends as bisexually identified young adult women: A discussion of homophobia, biphobia, and heteronormativity. *Journal of Bisexuality, 15*(2), 204-229.
<https://doi.org/10.1080/15299716.2015.1018657>
- Welzer-Lang, D. (2008). Speaking Out Loud About Bisexuality: Biphobia in the Gay and Lesbian Community. *Journal of Bisexuality, 8*(1–2), 81–95.
<https://doi.org/10.1080/15299710802142259>
- Woulfe, J. M., Mereish, E. H., & Katz-Wise, S. L. (2021). Social Support as a Mediator of Anti-Bisexual Prejudice and Posttraumatic Stress Disorder Symptoms. *Journal of Trauma & Dissociation, 23*(1), 124–139.
<https://doi.org/10.1080/15299732.2021.1989107>

Anexos

Anexo A – Guião da entrevista

GUIÃO DA ENTREVISTA

Gostava que me falasse um pouco sobre a sua experiência enquanto pessoa que se identifica como Bissexual... como foi o processo de chegar a esta identificação e houve ou têm havido desafios associados a isto...

Já sentiu que a sua identidade bissexual foi mal compreendida ou mal interpretada por outras pessoas... sentiu que precisou de explicar ou reafirmar a sua identidade bissexual?

- Alguma vez sentiu que a sua identidade bissexual possa ter sido questionada? Desacreditada...
- como lida com situações em que sente que precisa de explicar ou justificar a sua identidade?
- Já teve experiências em que sentiu que a sua identidade não era validada sendo rotulada como uma “fase” por exemplo
- Já sentiu a necessidade de justificar a sua identidade e orientação sexual

Nas suas diversas relações família, amigos, relações românticas, alguma vez sentiu que a sua orientação foi desconsiderada ou questionada tornando-se como que numa parte “invisível” de si?

- Como reage nessas ocasiões
- Como se sente nesses momentos
- Faz alguma coisa para combater isso?

Relativamente à sua família pode-me falar um pouco como a descreveria e como é a sua relação com os diversos membros da mesma... como reagiram ao coming out caso este tenha existido

- Coming out? Sentiu apoio ou rejeição em algum momento?
- Sente que a sua identidade é respeitada, e vista de forma séria?
- Acha que o estigma afetou a forma como a sua família o/a vê ou trata?
- Houve alguma mudança ao longo do tempo no que diz respeito à aceitação e compreensão por parte da família?
- Como enfrentou as dificuldades?

- Houve pessoas ou recursos que foram importantes para si nesse processo?

Fale-me um pouco sobre as suas amizades, quem são estas pessoas, como é ser-se Bissexual com estas pessoas...

- Já experienciou discriminação ou distanciamento por parte de amigos/as devido à sua identidade? E com pessoas da comunidade?
- Sente que a sua identidade é respeitada? ou pelo contrário ignorada?
- O que o/a ajudou a superar desafios ao longo do tempo?
- Houve pessoas ou recursos que foram importantes para si nesse processo?

Qual o papel da comunidade LGBTQIA+ ou de pessoas pertencentes à mesma na sua vida...sente que são uma ajuda, trazem desafios?

- Nota diferenças nas amizades com pessoas heterossexuais e com pessoas pertencentes à comunidade LGBTQIA+?

E sobre as relações amorosas em particular, gostava que me falasse um pouco sobre como têm sido estas experiências para si... sente que teve boas experiências, experiências mais difíceis, mais desafiantes...

- Acha que a sua orientação sexual teve algum tipo de impacto nas suas relações?
- Sente que houve uma melhoria nas suas relações de relação para relação?
- Houve momentos em que escondeu aspetos da sua identidade? E porquê?
- Alguma vez sentiu a necessidade de ter de “negociar” a sua orientação sexual num relacionamento, ou seja, que teve de abdicar da sua bissexualidade e fingir ser heterossexual ou homossexual.

Anexo B – Consentimento Informado

“Impacto do estigma nas relações interpessoais de indivíduos Bissexuais”

Consentimento Informado

O presente estudo tem como objetivo principal explorar a vivência do estigma nas relações interpessoais de indivíduos Bissexuais e foi desenvolvido no âmbito do meu Mestrado em Psicologia Clínica, no ISPA – Instituto universitário em Lisboa e sob orientação da Professora Doutora Francis Carneiro e da Professora Doutora Sofia Von Humboldt.

Gostaria de solicitar a sua participação neste projeto de investigação na qual será realizada uma entrevista presencial, e cuja duração será aproximadamente de 1 hora. Com o seu consentimento gostaria de gravar a entrevista em questão. Esta gravação será guardada numa pasta criada especificamente para este estudo e protegida por um código, contida num computador também ele protegido por código. Apenas terá acesso à mencionada informação a equipa de investigação, e toda a informação recolhida será devidamente codificada e serão removidos quaisquer dados indetificatórios por forma a garantir o seu anonimato e os nomes serão trocados por pseudónimos. Em todas as publicações onde estes dados serão usados irei utilizar pseudónimos e nunca será partilhada informação que ponha em causa o seu anonimato. A sua participação é totalmente voluntária, o que significa que, se assim o desejar, pode renunciar a sua participação a qualquer momento e sem qualquer tipo de consequência. Não se antecipa nenhum tipo de desconforto ou mal-estar no decorrer desta entrevista, contudo, caso aconteça ser-lhe-ão fornecidos contactos de um psicólogo e/ou organizações a quem poderá recorrer para ter apoio psicológico.

Obrigado pela sua participação

Pedro Chantre

Mail:27265@alunos.ispa.pt

1.Os detalhes deste estudo foram-me informados e eu consinto em participar. As minhas questões foram respondidas e posso fazer mais questões a qualquer momento.

Nome:

Assinatura:

Data:

Nome: Pedro Chantre

Assinatura:

Data: