



Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

RELAÇÕES DE VINCULAÇÃO, SATISFAÇÃO E DESEJO
SEXUAL E (NÃO) MONOGAMIA

ANA FILIPA REBELO AZEVEDO DOS SANTOS

Orientadores de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

PROFESSORA DOUTORA RITA GOUVEIA

Professor do Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

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

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

2023/2024

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação da Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira e da Professora Doutora Rita Gouveia, apresentada no Ispa – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

Agradecimentos

Um especial agradecimento à Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira e à Professora Doutora Rita Gouveia pelo apoio generoso e constante. Obrigada pela profunda atenção e orientação e pelo colo nos momentos mais desafiantes. Sinto-me afortunada por ter tido a chance de trabalhar com duas pessoas que admiro enquanto profissionais, mas também como seres humanos.

Sinto-me abençoada por fazer parte da comunidade Ispa e especialmente grata às minhas queridas colegas e amigas, que me acompanharam neste bonito caminho e que escutaram as primeiras ideias e rascunhos desta dissertação: Beatriz Mota, Carolina Lima, Denise Morgado, Filipa Reis, Joana Olas, Margarida Gomes, Mariana Albino, Mariana Fonseca, Raluca Papan e Sílvia Martins.

Ainda, estou profundamente agradecida aos meus incríveis amigos: a Filipa Gonçalo, obrigada por estares sempre presente para me segurar a mão, és o verdadeiro significado da palavra amiga; ao Gonçalo Vilaça, que acreditou em mim, mesmo quando eu não acreditei; ao Henrique Ferreira, obrigada pelas gargalhadas partilhadas, tão necessárias; a Maria Silva, pelo seu profundo apoio e presença constante e a Rita Reis, pelos longos anos de amizade e que, mesmo longe, procura sempre estar presente.

À minha família, que amo imensamente: aos meus pais, Edite e Mário Santos, que sempre me encorajaram a estudar aquilo que mais gosto e para quem olho com grande admiração; à minha irmã e (alma) gémea, Sofia Santos, minha companheira de vida; aos meus irmãos, João e Ricardo Santos, os meus rochedos, que me surpreendem e inspiram mais a cada dia que passa. Às minhas avós, Maria Antónia e Maria Filomena, que, apesar de já não se encontrarem entre nós, iluminam sempre o meu caminho. Obrigada, “famelga”.

Resumo

As dificuldades na relação sexual tendem a ser uma das principais razões pelas quais os casais procuram terapia. A evidência mostra que, a satisfação com a vida sexual, leva a uma maior satisfação com o seu relacionamento romântico. O interesse e o envolvimento em relações não monogâmicas consensuais (RNMC) tem vindo a aumentar. A perspectiva clássica do estudo da vinculação, assume a monogamia como necessária para uma vinculação segura. Assim, este estudo teve como principal objetivo averiguar se um estilo de vinculação (primária e romântica) seguro explica uma maior satisfação e um maior desejo sexual em indivíduos em relacionamentos monogâmicos (RM) e RNMC. Para tal, mediu-se a vinculação, a satisfação e o desejo sexual. A amostra foi constituída por 424 participantes dos quais 90% (n = 382) mantinham um RM e 10% (n = 42), mantinham um RNMC. Os resultados mostram que, não existem diferenças na satisfação sexual entre indivíduos em RM e RNMC, contudo indivíduos em RNMC apresentam maior desejo sexual. Ainda, mostram que, não existem diferenças significativas na satisfação e no desejo sexual entre indivíduos com uma vinculação segura, comparativamente indivíduos com uma vinculação insegura. Análises complementares mostram que, não foram encontradas diferenças significativas na relação entre o estilo de vinculação e o tipo de relacionamento. Apenas foram encontrados efeitos mediadores da vinculação romântica na relação entre a vinculação com o pai e as variáveis da dimensão da sexualidade: satisfação e desejo sexual. Discutem-se as implicações a nível social e clínico.

Palavras-chave: Vinculação, Monogamia, Não Monogamia Consensual, Satisfação Sexual, Desejo Sexual.

Abstract

Difficulties in sexual relations tend to be one of the main reasons why couples seek therapy. Evidence shows that satisfaction with your sex life leads to greater satisfaction with your romantic relationship. Interest and involvement in consensual non-monogamous relationships (CNMR) have increased. The classical perspective of the study of attachment assumes monogamy as necessary for a secure attachment. Thus, this study's main objective was to discover whether a secure attachment style (primary and romantic) explains greater satisfaction and greater sexual desire in individuals in monogamous relationships (MR) and CNMR. To this end, the attachment, satisfaction and sexual desire were measured. The sample consisted of 424 participants of which 90% (n = 382) maintained an MR and 10% (n = 42) maintained an CNMR. The results show that there are no differences in sexual satisfaction between individuals in MR and CNMR, however individuals in CNMR have higher sexual desire. Furthermore, they show that there are no significant differences in sexual satisfaction and sexual desire between individuals with a secure attachment, compared to individuals with an insecure attachment. Additional analyzes show that no significant differences were found in the relationship between attachment style and type of relationship. Mediating effects of romantic attachment were only found in the relationship between attachment to the father and the variables of the sexuality dimension: satisfaction and sexual desire. The social and clinical implications are discussed.

Keywords: Attachment, Monogamy, Consensual Nonmonogamy, Sexual Satisfaction, Sexual Desire.

Índice

Introdução	9
Revisão de literatura	11
Configurações de relacionamento romântico	11
Monogamia e não monogamia consensual	11
<i>Definição de monogamia</i>	11
<i>Definição de não monogamia consensual</i>	12
Vinculação	14
<i>A teoria da vinculação e vinculação primária</i>	14
<i>Vinculação romântica</i>	16
<i>Vinculação romântica e não monogamia consensual</i>	18
Satisfação sexual.....	21
<i>Definição de satisfação sexual</i>	21
<i>Satisfação sexual e vinculação romântica</i>	21
Desejo sexual.....	23
<i>Definição de desejo sexual</i>	23
<i>Desejo sexual e vinculação romântica</i>	23
Método	25
Participantes	25
Medidas/Instrumentos	26
<i>Questionário Sociodemográfico</i>	26
<i>Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais (ERP-ER)</i>	26
<i>Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX) – Versão Portuguesa</i>	28
<i>Hurlbert Index of Sexual Desire (HISD) - Versão Portuguesa</i>	29
Procedimento	29
Resultados	30
Análises descritivas	30
<i>Vinculação primária e romântica</i>	30

<i>Satisfação e desejo sexual</i>	31
Análise de Correlações	32
Análises inferenciais (hipóteses de estudo)	34
<i>Hipótese 1</i>	34
<i>Hipótese 2</i>	34
<i>Hipótese 3</i>	36
Análises Complementares	39
<i>Relação entre o tipo de relacionamento e a idade, e a duração da relação</i>	39
Discussão	40
Limitações do Estudo e Investigações Futuras	44
Implicações sociais e clínicas	46
Referências bibliográficas	47
Anexos	62
Anexo A – Figura adaptada de Fern (2020) – Diferentes tipos de Não Monogamia Consensual (NMC)	62
Anexo B – Questionário Sociodemográfico	63
Anexo C – Escalas das variáveis em estudo	66
Anexo D – Consentimento informado	72
Anexo E – Tabela com medidas de assimetria e curtose (ERP-ER, GMSEX e HISD) .	73
Anexo F – Tabela Teste T-Student para amostras emparelhadas (Vinculação Mãe e Pai e dimensão evitação e ansiedade para estes dois alvos emocionais).....	74
Anexo G – Tabela teste de efeitos de interação.....	75

Índice de Tabelas

Tabela 1. Estatística descritiva das variáveis em estudo (ERP-ER, GMSEX e HISD)..	32
Tabela 2. Correlações entre a vinculação, satisfação e desejo sexual	33
Tabela 3. Relação entre o estilo de vinculação e o tipo de relacionamento	35
Tabela 4. Relação entre o tipo de relacionamento e a idade, e a duração da relação ...	39

Índice de Figuras

Figura 1. Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com a mãe e o nível de satisfação sexual	36
Figura 2. Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com a mãe e o nível de desejo sexual	37
Figura 3. Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com o pai e o nível de satisfação sexual	38
Figura 4. Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com o pai e o nível de desejo sexual	38

Introdução

As dificuldades na relação sexual tende a ser uma das principais razões pelas quais os casais procuram terapia (Brassard et al., 2012; Ferreira et al., 2021; Péloquin et al., 2019). Uma relação sexual feliz é considerada por maior parte das pessoas como um fator bastante importante para um relacionamento romântico bem-sucedido. Num estudo baseado numa amostra de jovens adultos, 70% dos participantes identificam este fator como a condição mais relevante, comparativamente a outros fatores, tais como um, rendimento adequado (53%) e os interesses partilhados (46%) (Taylor et al., 2007). Por outro lado, em média, indivíduos que estão mais satisfeitos com as suas vidas sexuais também estão mais satisfeitos com o seu relacionamento romântico (McNulty et al., 2016; Muise et al., 2018).

Existem diversas configurações de relacionamentos. A não monogamia consensual é um tema emergente, e o interesse e envolvimento neste tipo de relações está a aumentar (Astle et al., 2024). Os relacionamentos não monogâmicos consensuais (RNMC) são aqueles onde existe um acordo de relacionamento em que cada um pode ter relacionamentos sexuais, emocionais e/ou românticos com outros parceiros. Os parceiros envolvidos estão cientes e consentem estes acordos (Conley et al. 2017; Hauptert et al., 2017; Moors et al., 2021). Estima-se que cerca de uma em cada cinco pessoas já se envolveu em alguma forma de não monogamia consensual numa dada altura da sua vida, e, aproximadamente, uma em cada oito pessoas deseja envolver-se em alguma forma de RNMC (Costa & Ribeiro-Gonçalves, 2020; Fairbrother & Fairbrother, 2019; Hauptert et al., 2017; Træen & Thuen, 2022).

A teoria da vinculação postula que existe uma conexão psicológica entre os seres humanos que perdura no tempo. A essa conexão denominou-se de relação de vinculação. Os primeiros vínculos que formamos são com os nossos cuidadores e perduram até à idade adulta (Bowlby, 1969). Na idade adulta, a vinculação refere-se à capacidade de manter relacionamentos duradouros e significativos, nomeadamente relacionamentos românticos. Nesta perspetiva, as pessoas com quem mantemos relacionamentos românticos ou conjugais tornam-se, geralmente, as principais figuras de vinculação do adulto (Guarnieri et al., 2015; Hazan & Shaver, 1987). Esta perspetiva não é exclusiva de relacionamentos monogâmicos, na medida em que, tal como as crianças não se ligam apenas a uma figura de vinculação, os adultos têm e podem ter várias relações de vinculação seguras (Fern, 2020). Uma relação de vinculação segura com quem mantemos

relacionamentos românticos, está associada a experiências sexuais satisfatórias, estando documentada como influente para a satisfação sexual, estando, conseqüentemente, associada a um maior desejo sexual (Hazan & Shaver, 1987; Peloquin et al., 2014).

Relativamente a relações sexuais, domina a crença mononormativa de que pessoas envolvidas em relacionamentos monogâmicos (RM) têm relações sexuais melhores (i.e., mais excitantes e satisfatórias) e mais frequentes, bem como vidas sexuais mais satisfatórias no geral, do que pessoas envolvidas num RNMC. Estudos mostraram que, participantes tinham a crença de que, a procura deste tipo de relacionamentos, devia-se à insatisfação das suas necessidades pelo seu parceiro principal (i.e., as pessoas com quem vivem num arranjo semelhante ao casamento; Conley et al., 2013). Neste sentido, e com o intuito de explorar esta crença, esta investigação irá focar-se em RNMC em que exista uma relação âncora ou primária (i.e., *swing*, poliamor hierárquico, *monogamish*, monoflexível e relação aberta)¹.

Deste modo, é de extrema importância que os investigadores e profissionais de saúde se mantenham atualizados sobre os tipos de arranjos de relacionamento, estruturas e acordos de não monogamia consensual, que os indivíduos estão a praticar. Estes podem variar amplamente, dado que as RNMC são conceptualizadas à medida que as pessoas concordam com ligações emocionais, românticas e/ou sexuais com outras pessoas, existindo uma infinidade de combinações possíveis (Sheff & Tesene, 2015).

A literatura existente foca-se sobretudo na relação de vinculação romântica e em casais monogâmicos heterossexuais (Brassard et al., 2012; Muise et al., 2018; Peloquin et al., 2014; Fern, 2020), pelo que é também nestas lacunas que situam um dos contributos desta tese. O presente estudo inclui minorias sexuais e diversas configurações de relacionamento, pretendendo-se, analisar estas através de uma perspetiva da vinculação (primária e romântica). Para além disso, muito do que se sabe acerca da não monogamia consensual provém de amostras de indivíduos de meia-idade, como tal este estudo contempla jovens na idade adulta emergente. Assim, com base na teoria da vinculação, o principal objetivo deste estudo é averiguar se um estilo de vinculação seguro (com as

¹ Swing - de natureza mais sexual, no qual casais podem trocar de parceiros no mesmo lugar ao mesmo tempo.

Poliamor hierárquico - de caráter afetivo e sexual, em que existem parceiros primários e secundários.

Relações abertas – principalmente de natureza sexual, mas também podem ser românticas.

Monogamish - relações predominantemente monogâmicas, apesar dos parceiros poderem ter relações sexuais exteriores à relação.

figuras de vinculação primárias e de vinculação românticas) explica uma maior satisfação e um maior desejo sexual em indivíduos em relacionamentos monogâmicos e não monogâmicos consensuais, numa amostra que contempla jovens adultos e adultos portugueses.

Revisão de literatura

Configurações de relacionamento romântico

A forma como os seres humanos se relacionam é bastante diversa. As configurações de relacionamento são biopsicossociais, na medida em que estão associados a uma rede complexa de fatores biológicos, psicológicos e sociais, os quais estão também interligados (Barker, 2014; Brandon, 2016). A monogamia é uma ideologia cultural dominante (Anderson, 2010; Conley et al., 2013) imposta por instituições legais e outras normas sociais injuntivas, como por exemplo, o casamento tradicional ocidental, sendo a modalidade de relação mais validada. Contudo, atualmente, a exclusividade não é norma em muitos casais (Conley et al., 2017). A mononormatividade prevalente na nossa sociedade desvaloriza e estigmatiza os relacionamentos não monogâmicos mesmo que consensuais, promovendo a perceção partilhada destes como menos morais, de menor qualidade, menos satisfatórios e com mais riscos a nível do bem-estar e da saúde sexual (Green et al., 2016).

Monogamia e não monogamia consensual

Definição de monogamia

A literatura define monogamia como o acordo implícito ou explícito entre dois parceiros em obter intimidade sexual e romântica apenas um com o outro, de longo prazo, remetendo sobretudo para a exclusividade. A mononormatividade é a crença de que as relações bem-sucedidas sexualmente e emocionalmente são as monogâmicas (Conley et al., 2017; St. Vil et al., 2020), constituindo o conjunto padrão e expectativas sociais para relacionamentos íntimos na sociedade (Moors et al., 2021). Este conjunto padrão é denominado por “*relationship escalator*”. Os parceiros seguem um conjunto progressivo de passos (e.g., namoro e exclusividade sexual), que leva inevitavelmente ao seguinte, em direção a um objetivo claro: união de facto monogâmica permanente. Em muitos casos, casamento, comprar casa e ter filhos também faz parte do objetivo (Hardy & Easton, 2017).

As expectativas elevadas em relação ao casamento e as convicções contraditórias, ambicionando simultaneamente a busca de segurança e mistério no parceiro, pode levar à procura de outras configurações de relacionamento, como a não monogamia consensual ou a transgressão de modelos, através da infidelidade (Perel, 2017/19). Atualmente, as taxas de infidelidade e de divórcio demonstram que uma parte significativa dos casais não adere totalmente ao modelo de monogamia a longo prazo (Conley et al., 2013). Tal, traduz-se na adesão a um modelo que se tem tornado o padrão relacional vigente: a monogamia em série. Este modelo corresponde a uma sequência de relações monogâmicas ao longo do tempo e, no fundo, a uma forma de não monogamia consensual (Brandon, 2016; Hardy & Easton, 2017).

Definição de não monogamia consensual

A não monogamia consensual é um termo genérico, que se refere a qualquer relacionamento em que existe um acordo entre todos os parceiros em que cada um pode ter relacionamentos românticos e/ou sexuais com outros parceiros (Conley et al. 2017; Hauptert et al., 2017; Moors et al., 2021). Esse acordo detalha as decisões acordadas mutuamente, e são flexíveis para acomodar a individualidade e a mudança e, assim, ajudar na navegação entre os relacionamentos e nos sentimentos que podem surgir (e.g., ciúme). É importante que, o acordo seja claro e realista, e que adira às práticas sexuais seguras (Hardy & Easton, 2017). É também recomendado que, os intervenientes revejam o acordo de tempos a tempos (Kolmes & Witherspoon, 2017).

Atualmente, a literatura relativamente à não monogamia consensual tende a focar-se em três tipos predominantes: poliamor, relações abertas e *swing* (Conley et al., 2017 e Moors et al., 2017). As pessoas em arranjos poliamorosos têm por norma acordos para se envolverem em relações emocionais, românticas e/ou sexuais com várias pessoas (Balzarini et al., 2017; Moors et al., 2021; Rubel & Bogaert, 2015). Estas relações podem assumir muitas formas diferentes, como uma relação tríade ou quádrupla, relações independentes e também incluir parcerias não sexuais (Klesse, 2006) (Anexo A). As relações poliamorosas têm várias estruturas (e.g., “trisal”, quádruplas) com vários graus de abertura (Stephens & Emmers-Sommer, 2020). Este tipo de relações podem ser polifidelícias (i.e., relações fechadas com fidelidade emocional, romântica e sexual dentro do grupo), hierárquicas (i.e., parceiros primários e secundários; Sheff & Tesene, 2015) ou poli-íntimas (i.e., relações em que existem vários graus de romance e intimidade emocional com mais do que apenas a pessoa com quem são sexualmente exclusivos).

Alguns indivíduos neste tipo de relações identificam-se como “*solo polys*”, “*poli singles*” ou anarquistas relacionais e podem variar de acordo com o significado atribuído a cada relacionamento próximo (Kauppi, 2020; Sheff & Tesene, 2015). Estes indivíduos normalmente “*recusam todas as regras e concentram-se em tratar as pessoas suficientemente bem no momento em que permanecem juntas por escolha*”, sendo elas próprias o foco e não colocando as relações românticas e sexuais acima de relações de amizade ou familiares (Sheff & Tessene, 2015, p. 223).

As relações abertas ou os casamentos abertos têm normalmente acordos em que existe uma parceria âncora ou primária (e.g., cônjuge/parceiro que coabita), e um ou ambos os parceiros se envolvem em relações de natureza sexual e/ou romântica fora da sua relação primária. Apesar de estas relações também poderem ser de natureza romântica, estas tendem a ser mais focadas no envolvimento sexual (Conley et al., 2017; Hauptert et al., 2017; Kauppi, 2020). Linguagem adicional utilizada para descrever variações deste arranjo inclui “*monogamish*” (i.e., estilo de relacionamento entre dois parceiros de um casal, cujo seu vínculo tem precedência, mas onde existe um acordo que permite algum grau de conexão sexual com parceiros externos, ou seja, fora da relação primária; Sheff & Tesene, 2015) e “*nova monogamia*” (i.e., “um tipo de monogamia que incorpora alguma abertura;” Barker, 2011, pág. 284).

Nas relações de *swing*, ambos os parceiros se envolvem normalmente em encontros sexuais em conjunto, geralmente com outros casais e num ambiente social partilhado (Conley et al., 2017; Hamilton et al., 2021; Rubel & Bogaert, 2015), embora algumas definições também incluíam situações em que os casais se envolvem em encontros sexuais separadamente (ver Sheff & Tesene, 2015). As pessoas que praticam *swing* praticam normalmente sexo com um parceiro, trocando de parceiros com outros casais. Os casais envolvidos têm, geralmente, uma relação de longa duração (Hardy & Easton, 2017; Matsick et al., 2014). As relações de *swing* permanecem normalmente “emocionalmente monogâmicas”, sendo o foco das parcerias extra-relacionais exclusivamente a recreação sexual (Sheff & Tesene, 2015, p. 230; Stephens & Emmers-Sommer, 2020), embora as amizades entre parceiros de *swing* possam desenvolver e ser mantidas a longo prazo (Wood et al., 2018).

Assim, as relações abertas e o *swing* contrastam particularmente com os relacionamentos poliamorosos relativamente a limites românticos. Nesta investigação, a não monogamia consensual irá ser definida amplamente, de acordo com Hauptert et al.

(2017), como “*um relacionamento sexualmente não exclusivo acordado*”. Esta definição captura o elemento de não exclusividade sexual que une as três principais configurações de não monogamia consensual. Desta forma, pessoas envolvidas em relacionamentos poliamorosos, relações abertas, *swing*, ou outras modalidades de relacionamentos não monogâmicos, que não tenham rótulos claros (e.g., “*monogamish*”), provavelmente sentiriam que esta definição os descreve (Parsons et al., 2012).

A investigação sobre não monogamia consensual tem-se focado pouco no período do curso de vida denominado idade adulta emergente (i.e., idades entre os 18 e os 29 anos; Arnett 2023; Sizemore & Olmstead, 2017). Muito do que se sabe acerca da não monogamia consensual provém de amostras de indivíduos de meia-idade. Por exemplo, estudos sobre o poliamor têm-se concentrado em coortes a partir dos 30 anos (e.g., Sheff, 2005) e estudos sobre *swing* tem-se centrado sobretudo em indivíduos na casa dos 30 aos 40 anos (e.g. Frank & DeLamater, 2010). De forma a contribuir para esta lacuna no que concerne à escassez de estudos em indivíduos na idade adulta emergente, este estudo contempla idades na casa dos 18-35. A decisão de incluir também indivíduos com mais de 29 anos se deve ao facto de, por norma, haver também uma tendência frequente de explorar a não monogamia num período mais tardio na vida.

Vinculação

A teoria da vinculação e vinculação primária

Em 1958, John Bowlby enunciou a teoria da vinculação a partir da observação da interação mãe-bebé. A teoria da vinculação pressupõe que a relação de vinculação é um processo com bases biológicas entre a criança e o cuidador, tratando-se, portanto, de uma “*conexão psicológica duradoura entre os seres humanos*” (p. 194; Bowlby, 1969). A premissa central desta teoria assenta na necessidade por parte da criança de tranquilização, contacto humano e conforto face à doença, danos físicos e outras ameaças. Nas primeiras fases de desenvolvimento, esta necessidade é muito importante, dado que a sobrevivência emocional e física da criança depende da vinculação ao cuidador. Segundo Bowlby (1969), os primeiros vínculos que as crianças formam com os seus cuidadores perduram até à idade adulta e, depois, afetam o desenvolvimento psicológico, a segurança e saúde.

Dado que os seres humanos nascem vulneráveis, o desenvolvimento da relação de vinculação da criança ao seu cuidador é uma adaptação essencial da espécie humana.

Bowlby postulou que o nosso cérebro possui mecanismos biológicos responsáveis por criar e regular a relação de vinculação que temos com os nossos cuidadores. Esses mecanismos organizam-se no denominado “sistema de vinculação”. O sistema de vinculação é um conjunto de comportamentos e emoções que nos mantêm em segurança, perto das figuras significativas de confiança (Soares, 1996).

Mary Ainsworth continuou o trabalho de Bowlby. O seu importante contributo destaca-se em três áreas centrais: a noção de base segura; a ênfase no papel da figura de vinculação e a noção de sensibilidade materna às necessidades e comunicações da criança (Terenó et al., 2007). O conceito de base segura designa a medida em que a figura de vinculação constitui para a criança um apoio, a partir do qual esta pode explorar o mundo com confiança (Caldwell & Ricciuti, 1973). Neste ponto de vista, a “segurança na vinculação” é conceptualizada como o estado de confiança, ou de não se sentir perturbado, relativamente à disponibilidade da figura de vinculação (Ainsworth et al., 1978; Tereno et al., 2007). Assim, a figura de vinculação funciona, em princípio, como uma fonte de conforto, um porto seguro e proteção numa situação de ativação fisiológica ou ameaça, e como uma base segura para a exploração (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1969).

Ainsworth criou um protocolo experimental para estudar a vinculação de forma estruturada denominado “A situação estranha” que, incluía uma série de separações e reuniões entre a criança e o cuidador, e o aparecimento de um adulto estranho, de modo a aumentar os níveis de *stress* com a separação. Os padrões e os comportamentos interativos da criança com a figura de vinculação, durante os episódios de reunião, após a breve separação, servem de base para a avaliação da qualidade da relação de vinculação. Esses padrões abrangem a manutenção de contacto, procura de proximidade, evitamento de aproximação e resistência ao contacto, em relação ao cuidador. A partir deste protocolo, Ainsworth classificou as díades criança-cuidador em três estilos de vinculação: seguro, evitante e ansioso (Ainsworth et al., 1978). Posteriormente, foi proposto por Main e Solomon (1986) um quarto estilo: desorganizado/desorientado.

As experiências com figuras de vinculação são reforçadas, mantidas e integradas ao longo do tempo em modelos de funcionamento internos duradouros de si e dos outros (Bowlby, 1979). Esses modelos servem de base para essa perceção de si e dos outros, nomeadamente, dos seus parceiros românticos, no sentido de regular as emoções e comportamentos no contexto de relacionamentos conjugais (Bretherton & Munholland, 2008). Quando se atinge a idade adulta, refere-se à vinculação como a capacidade de

manter relacionamentos duradouros e significativos (e.g., amigos e outros familiares; Guarnieri et al., 2015). Nesta perspectiva, os relacionamentos românticos envolvem processos de vinculação, e um parceiro romântico ou conjugal que, geralmente, se torna a principal figura de vinculação de um adulto (Hazan & Shaver, 1987). Contudo, a formação e a consolidação das relações de vinculação num relacionamento romântico não se estruturam de imediato, estruturam-se ao longo do tempo (Bowlby, 1979).

Vinculação romântica

Neste sentido, Hazan e Shaver (1987) defenderam que o sistema comportamental de vinculação não fica estanque. À medida que a criança cresce, esse sistema adapta-se para facilitar a ligação a outras figuras importantes. Nas relações românticas, a vinculação ao parceiro romântico depende do tempo vivido em conjunto, sendo mais provável se a relação se prolongar. É importante salientar que, a vinculação no adulto é diferente da vinculação primária de uma criança ao cuidador, sendo evidente que na adolescência ou na idade adulta a vinculação não tem as características de vida ou de morte que tem na primeira infância, onde a falta de cuidados pode levar à morte da criança. Para além disso, a vinculação primária organiza-se num sistema de vinculação pré-verbal, enquanto a vinculação romântica se baseia principalmente na comunicação verbal (Fraley, 2019; Mintz et al., 2015).

A observação dos adultos e dos seus estilos de vinculação permite à luz da teoria da vinculação, considerar três estilos de vinculação romântica: seguro, ansioso e evitante (Hazan & Shaver, 1987). Assim, os estilos de vinculação variam de acordo com duas dimensões: ansiedade (i.e., insegurança quanto à disponibilidade de um parceiro) e evitação (i.e., desconforto com a proximidade de um parceiro), o que reflete as diferenças na sensibilidade às ameaças de relacionamento e nas estratégias comportamentais adotadas para regular as relações de vinculação (Cassidy, 2000).

Indivíduos com vinculação segura têm pontuação baixa em ambas as dimensões, o que revela conforto em situações de intimidade e interdependência (Feeney, 2008). Estes indivíduos são carinhosos, revelam uma boa capacidade para gerir conflitos interpessoais, pois comunicam com eficácia as suas necessidades e analisam melhor as suas experiências negativas (Gillath et al., 2016). Acresce que, este estilo de vinculação está associado a experiências sexuais e de relacionamento satisfatórias (Birnbaum et al., 2013; Birnbaum & Reis, 2012; Dewitte, 2012; Feeney, 2008).

Pessoas com um estilo de vinculação ansioso estão sempre preocupadas com os relacionamentos, receiam muitas vezes que os parceiros não as amem e, frequentemente, experienciam emoções muito negativas nas relações românticas (Mikulincer e Shaver, 2005). Ainda, utilizam, frequentemente, as relações sexuais para satisfazer as suas necessidades de intimidade emocional e segurança (Birnbaum et al., 2006; Schachner & Shaver, 2004). Contudo, as suas experiências sexuais podem ser marcadas por sentimentos de angústia, insegurança sobre o seu desempenho sexual e por dificuldades em relaxar e desfrutar do sexo (Attaky et al., 2022; Mikulincer & Shaver, 2007; Peloquin et al., 2014). No geral, tendem a confundir relações sexuais e amor, sacrificam as suas próprias necessidades sexuais para agradar seu parceiro e são sexualmente complacentes (Attaky et al., 2022; Hollist & Miller, 2005; Mikulincer, Shaver et al., 2010; Peloquin et al., 2014).

Por último, pessoas com um estilo de vinculação evitante desvalorizam ou fogem da proximidade, receiam a intimidade, ficando constrangidas quando o parceiro as procura. Pessoas com este estilo de vinculação, também temem perder a sua independência. Emocionalmente parecem distantes, mas estão sempre em alerta e muito atentas (Cassidy & Berlin, 1994). Dado que são pessoas excessivamente autossuficientes, tendem a ter relações sexuais por razões oportunistas e egoístas e insistem em separar relações sexuais e amor. Assim, tendem a inibir seu próprio desejo sexual, a ignorar as necessidades sexuais de seu parceiro, desligar-se emocionalmente do parceiro e a evitar intimidade (Attaky et al., 2022; Birnbaum et al., 2013; Dewitte, 2012; Mikulincer et al., 2010; Peloquin et al., 2014).

A razão de umas pessoas apresentarem uma vinculação romântica segura e outras demonstrarem uma vinculação romântica insegura (i.e., ansiosa ou evitante) está intimamente relacionada com as experiências da vinculação primária. Nos dois primeiros anos de vida, casos em que a relação com o cuidador foi marcada por um apoio e capacidade de resposta em relação à criança, é provável que isso se traduza numa melhor segurança relacional na idade adulta (Hazan & Shaver, 1987; Mickelson et al., 1997). Estudos realizados com indivíduos com 18 anos demonstraram que jovens com vinculação segura provinham mais vezes de famílias estáveis (e.g., menos depressão parental; Fraley et al., 2013).

Embora a investigação sugira que o desenvolvimento da vinculação na idade adulta é um processo gradual, a duração do tempo é uma questão de debate. Hazan & Zeifman (1994) propuseram que um relacionamento romântico típico se torna uma relação de vinculação após dois anos. Assim como, Doherty e Feeney (2004) defenderam que, relacionamentos que duraram dois ou mais anos têm maior probabilidade de serem vinculações completas, comparativamente a relacionamentos que duraram menos de dois anos. Contudo, outras investigações sugerem que é relativamente comum em jovens adultos em relacionamentos numa fase inicial usarem os seus parceiros românticos para funções de base segura (Fagundes & Schindler, 2012). Por exemplo, Heffernan et al. (2012) averiguaram que cerca de 50% dos entrevistados estavam a namorar há 3 meses, mostraram ver os seus parceiros como uma base segura. Assim, parece não existir um consenso na área sobre a duração temporal do desenvolvimento da relação de vinculação romântica. Para este efeito, nesta investigação são considerados relacionamentos românticos com pelo menos 1 ano de duração. Podendo existir casos em que o participante possua mais do que uma relação âncora ou principal (e.g., relacionamentos poliamorosos) ao preencher este critério de duração, é-lhe pedido para considerar a mais antiga.

Mintz et al. (2015) defendem que a conexão emocional que caracteriza a vinculação romântica desenvolve-se pelas seguintes fases: 1) pré-vinculação (i.e., período inicial denominado “*flirt*”, que é caracterizada por comunicações erotizadas, olhares especiais, beijos e relações sexuais, o que favorece o desenvolvimento de uma futura relação de vinculação); 2) a vinculação em fase de formação (i.e., fase em que a proximidade física não é apenas motivada pela atração sexual, mas também pela procura de segurança; a comunicação relaciona-se mais às emoções); 3) vinculação (i.e., fase em que a atração sexual, embora importante, passa para segundo plano; as trocas emocionais predominam e a conexão amorosa aparece ligada à serenidade, tornando-se o parceiro um porto seguro) e 4) parceria com nova definição de objetivo (i.e., fase em que a energia psíquica é colocada ao serviço de uma exploração do mundo a dois; é nesta etapa, que começam a aparecer as grandes inquietações).

Vinculação romântica e não monogamia consensual

O tema emergente da não monogamia consensual no estudo dos relacionamentos românticos, à primeira vista, parece vir contrastar com um quadro teórico sobre a forma como as pessoas se ligam umas às outras, particularmente de forma romântica: a teoria

da vinculação. Contudo, este quadro teórico não parece ser específico das relações românticas e sexualmente exclusivas (Moors et al., 2019).

Quando uma pessoa está vinculada a outra, essa pessoa sente que a figura de vinculação é diferenciada e insubstituível (Weiss, 1975). A pesquisa etológica muitas vezes define vinculação relativamente à relação de casais monogâmicos, assumindo a monogamia como necessária para o estabelecimento de um vínculo seguro (Fraley et al. 2005; Moors et al., 2015). Assim, a maioria dos modelos de intervenção psicológica com casais têm como referência relacionamentos monogâmicos (Bowlby, 1969; Erikson, 1982; Kolmes & Witherspoon, 2017; Moors et al., 2015). Nesse sentido, e sempre que a teoria da vinculação é utilizada para a compreensão dos relacionamentos românticos, os estudos focam-se maioritariamente em indivíduos monogâmicos, presumindo que a monogamia é a norma (Conley et al., 2017).

No entanto, principalmente ao longo da última década, os investigadores começaram a estudar a não monogamia consensual a partir de uma perspetiva de vinculação (Moors et al., 2015; 2019). Classicamente, os investigadores que estudam a vinculação muitas vezes igualam amor romântico (e segurança) com exclusividade sexual. Ou seja, existe a crença de que aqueles que apresentam vinculação insegura, particularmente, indivíduos com uma vinculação evitante, são atraídos para RNMC (Katz & Katz, 2022).

Moors et al. (2015) descobriram que indivíduos em relacionamentos não monogâmicos consensuais, eram menos propensos a expressar dimensões de alta evitação do que indivíduos em relacionamentos monogâmicos. A ansiedade não foi um fator significativo para nenhuma das configurações de relacionamento (Moors et al., 2015). Um estudo mais recente de Moors et al. (2017) com indivíduos que se identificavam como homossexuais, bissexuais e pansexuais revelou que, apesar de se envolverem em RNMC, indivíduos que expressavam dimensões ansiosas mantinham atitudes negativas sobre não monogamia consensual.

Morrison et al. (2013) examinaram os estilos de vinculação de 390 pessoas, 47,9% das quais identificadas como não monogâmicas, em relacionamentos poliamorosos, e 29% das pessoas foram identificadas como monogâmicas. 52% dos indivíduos em relacionamentos poliamorosos e 44% dos indivíduos em relacionamentos monogâmicos tinham uma relação de vinculação segura. 10% dos indivíduos em relacionamentos

poliamorosos e 19% dos indivíduos em relacionamentos monogâmicos exibiram uma vinculação evitante, enquanto 20% dos indivíduos em RNMC e 13% dos indivíduos em RM exibiram dimensões de vinculação ansiosa. Ou seja, foram encontradas poucas diferenças relativamente à qualidade de relação de vinculação entre pessoas monogâmicas e não monogâmicas.

Moors et al. (2019, p. 108) estudaram 357 pessoas, todas com pelo menos 2 parceiros, e descobriram que, relativamente à relação de vinculação, “as pontuações médias dos níveis de evitação e ansiedade para ambos os parceiros eram inferiores às normas estabelecidas para evitação e ansiedade”. Os autores verificaram que o relacionamento primário era mais seguro, contrariando a ideia de que aqueles que iniciam relacionamentos poliamorosos estão insatisfeitos com o seu relacionamento primário. Deste modo, os autores verificaram também que a vinculação não é estática, ou seja, com dois parceiros, se um relacionamento apresentava maior evitação ou ansiedade, o outro era frequentemente seguro.

A investigação empírica sugere que pessoas que exibem dimensões de vinculação evitante não são propensas a envolver-se em poliamor e outras configurações de não monogamia consensual. Na verdade, os RNMC têm algumas das características associadas à vinculação segura, incluindo comunicação construtiva e altos níveis de satisfação (Katz & Katz, 2022). Lessin et al. (2005) argumentam que a comunicação eficaz leva a uma maior sensação de segurança nos relacionamentos. Quando pessoas apresentam uma relação de vinculação insegura ficam assoberbados na comunicação de exigência e afastamento, por exemplo, podem exibir dificuldades em articular as suas necessidades nos múltiplos relacionamentos. Por último, indivíduos que exibem dimensões de alta evitação muitas vezes acham difícil que os outros dependam deles, o que não conduz a múltiplos relacionamentos satisfatórios.

No entanto, ainda são poucos os estudos empíricos que correlacionaram dimensões de vinculação e envolvimento em RNMC (Fern, 2020). Tal como Moors et al. (2015), parece-nos importante compreender a vinculação em RM, assim como em RNMC, no sentido de poder fornecer novos caminhos para explorar as complexidades dos relacionamentos românticos. É também aqui que recai um dos contributos desta investigação.

Satisfação sexual

Definição de satisfação sexual

De acordo com a Organização Mundial de Saúde [OMS] (2010), a satisfação sexual é considerada um componente importante da saúde sexual, um direito sexual e um resultado do bem-estar sexual. O conceito de satisfação sexual é amplo e algumas definições são globais e vagas, enfatizando a avaliação subjetiva da relação sexual atual de alguém, sem especificar qualquer indicador (Pascoal et al., 2014). Nesta investigação, a satisfação sexual vai ser considerada como “*uma resposta afetiva que surge da avaliação subjetiva das dimensões positivas e negativas associadas ao relacionamento sexual*” (Byers et al, 1998, p. 258) que a pessoa mantém com o seu companheiro (principal ou âncora, no caso de pessoas não monogâmicas), bem como a avaliação da discrepância a atividade sexual presente/atual de uma pessoa e os seus ideais (DeLamater, 1991). Para além disso, a satisfação com a vida sexual está relacionada com as experiências sexuais passadas do indivíduo, expectativas atuais e futuras (Davidson et al., 1995).

O que os estudos têm demonstrado é que uma vida sexual satisfatória é essencial para o bem-estar na idade adulta e que a satisfação experienciada neste domínio pode ter repercussões diversas na vida global de cada um. Quando há baixos níveis de satisfação sexual podem surgir quadros depressivos e instabilidade nos relacionamentos íntimos e, conseqüentemente, sofrimento dos envolvidos no relacionamento. Por outro lado, verificando-se o contrário, é de notar um maior comprometimento, amor e estabilidade dos relacionamentos ao longo da vida (Forbes et al., 2017).

Satisfação sexual e vinculação romântica

Recentemente, os investigadores têm aplicado a teoria da vinculação para compreender a sexualidade no contexto dos relacionamentos românticos (Dewitte, 2012), concluindo que as pessoas usam as relações sexuais para satisfazer necessidades específicas relacionadas com a relação de vinculação, tais como proximidade com o parceiro e segurança. Um amplo conjunto de estudos mostrou que as diferenças individuais no estilo de vinculação estão associadas a diferentes razões para desejar e ter relações sexuais. Para além disso, os estudos mostraram que os diferentes estilos de vinculação estão diferentemente associados ao desejo e à satisfação sexual (Dewitte, 2012; Mikulincer & Shaver, 2007; Stefanou & McCabe, 2012).

Deste modo, se por um lado, a associação entre os sistemas de prestação de cuidados e comportamento sexual está amplamente citada (Bowlby, 1969; Mikulincer, 2006); por outro, os estudos sobre esta associação são raros. Estudos diádicos com amostras clínicas e comunitárias de casais descobriram que a vinculação insegura (i.e. ansiosa e evitante) de ambos os parceiros pode contribuir para a insatisfação sexual do próprio indivíduo (Brassard et al., 2012; Butzer & Campbell, 2008).

Uma relação de vinculação segura está associada a experiências sexuais satisfatórias, marcadas pela autoconfiança, confiança no outro, equilíbrio entre autonomia e proximidade e exploração sexual. Para além disso, está documentada como influente para a satisfação sexual. Estudos mostram que indivíduos com um estilo de vinculação ansioso e evitante relatam menor satisfação sexual (Hazan & Shaver, 1987; Peloquin et al., 2014). Diversos autores sugerem, ainda, que indivíduos com um estilo de vinculação ansioso experienciam mais insatisfação sexual devido à ênfase no desempenho sexual em vez de nos próprios desejos (Birnbaum, 2007), mas também à tendência em se envolverem em relações sexuais para se sentirem seguros no seu relacionamento (Brassard et al., 2007). Pessoas com um estilo de vinculação evitante, por sentirem maior desconforto com a intimidade e a proximidade, tendem a concentrar-se em separar o sexo do amor e tendem assim, a ter menor satisfação sexual (Dewitte, 2012; Mikulincer & Shaver, 2016). No entanto, o conhecimento sobre os mecanismos de mediação envolvidos nesta associação é limitado (Dewitte, 2012), pelo que é também nesta lacuna que se situa um dos contributos do presente estudo.

Uma vida sexual satisfatória promove a conexão emocional entre os parceiros e aumenta o desejo sexual (Impett et al., 2014). Descobriu-se assim, que o desejo sexual está positivamente e significativamente relacionado à satisfação sexual e de relacionamento (Ferreira et al., 2016; Mark, 2014; Mark et al., 2018; Sprecher, 2002). Especificamente, casais que relatam níveis mais elevados de desejo sexual têm maior probabilidade de experimentar níveis mais elevados de satisfação sexual. Estudos mostraram que a satisfação sexual é um fator protetor do desejo sexual, assim como a insatisfação sexual é um fator de risco para a manutenção do desejo sexual em relações de longa duração (Mark, 2014; Mark et al., 2018). Assim, pode-se concluir que a satisfação sexual influencia e relaciona-se com o desejo sexual.

Desejo sexual

Definição de desejo sexual

O desejo sexual é um aspeto central do funcionamento sexual (Mark & Lasslo, 2018). Existem diversas conceções de desejo sexual. Regan e Berscheid (1999) consideram que elas se enquadram em duas perspetivas a) a visão motivacional, que considera o desejo sexual como um estado motivacional que direciona a ação individual para a procura de oportunidades de atividade sexual que se vai traduzir, geralmente, em prazer (Gonzaga, et al., 2006); e b) a perspetiva interpessoal, sugerindo que o desejo é um fenómeno gerado externamente focado num parceiro, principalmente, originado por uma fonte externa e altamente impactado pelas condições situacionais (Regan & Berscheid, 1999, Fish et al., 1984). Assim, pode se considerar o desejo sexual como uma experiência subjetiva, que pode ser compreendida entre dimensões emocionais, motivacionais, cognitivas, relacionais, contextuais e físicas (Ferreira et al., 2021; Ferreira et al., 2016; Štulhofer et al., 2014). A teoria da vinculação oferece uma estrutura útil para compreender o significado relacional do desejo sexual (Girard, 2019; Mark & Lasslo, 2018).

Desejo sexual e vinculação romântica

A relação de vinculação segura está consequentemente associada um maior desejo sexual (Attaky et al., 2022; Birnbaum et al., 2013; Birnbaum & Reis, 2012; Dewitte, 2012). Indivíduos com vinculação segura, pelos altos níveis de intimidade emocional, experimentam atividade sexual em parceria com autoconfiança, ou seja, são capazes de ser sexuais pela mera alegria disso, dando a devida importância ao desejo sexual (van Lankveld et al., 2021). Indivíduos que apresentem um estilo de vinculação ansioso, pelo seu receio de serem abandonados, tendem a dar mais importância ao desejo sexual (Attaky et al., 2022; Mikulincer et al., 2010; Peloquin et al., 2014). Contudo, as relações sexuais são alimentadas por emoções negativas, uma vez que, o seu desejo é impulsionado principalmente por sentimentos de insegurança e procura de garantias. Esse controlo constante do desejo do parceiro e do próprio coloca no relacionamento muita pressão. (Attaky et al., 2022; Birnbaum et al., 2013; Dewitte, 2012; Peloquin et al., 2014). A forma coercitiva de como desejam ter relações sexuais para provar o seu amor, pode resultar na rejeição sexual por parte do parceiro, o que pode então induzir sentimentos de desilusão e insegurança e, consequentemente levar a um menor desejo sexual (Attaky et al., 2022; Birnbaum, 2010; Dewitte, 2012).

Indivíduos que apresentem um estilo de vinculação evitante, por preferirem a distância interpessoal e emocional, tendem a inibir o seu desejo sexual e a rejeitar as suas necessidades e as do parceiro, dado que as relações sexuais representam a intimidade que estão a tentar evitar (Mikulincer & Shaver, 2007). Embora, geralmente demonstrem níveis mais baixos de desejo sexual com um parceiro, mostram um grande desejo para relações sexuais casuais ou relações sexuais solitárias (Attaky et al., 2022).

Presente estudo

Tem havido um crescente de estudos que têm demonstrado que RNMC são tão satisfatórias como RM. No entanto, até onde sabemos, a satisfação sexual das pessoas em RNMC comparativamente a RM foi pouco comparada. (Conley et al., 2017; 2018). Acresce ainda que, a satisfação sexual tem sido associada à forma como os indivíduos vivenciam a vinculação no contexto de relacionamentos românticos (Brassard et al., 2012; Hazan & Shaver, 1987; Peloquin, et al., 2014) e é importante para o sucesso do relacionamento a longo prazo (Hazan & Shaver, 1987; Hollist & Miller, 2005; Peloquin et al., 2014). Como tal, é importante perceber a relação entre a vinculação romântica e a satisfação sexual quer em relacionamentos monogâmicos, quer em relacionamentos não monogâmicos consensuais.

Face ao exposto anteriormente, pode-se concluir que são poucos os estudos que abordem a relação entre vinculação, satisfação e desejo sexual simultaneamente, apesar de a satisfação estar altamente relacionada ao desejo sexual (Brassard et al., 2012; Peloquin et al., 2014). Além disso, a literatura existente foca-se sobretudo na relação de vinculação romântica, negligenciando o papel da vinculação primária, e tem-se focado em casais monogâmicos heterossexuais (Brassard et al., 2012; Muise et al., 2018; Peloquin et al., 2014; Fern, 2020), pelo que é também nestas lacunas que situam um dos contributos desta tese.

A evidência acerca do aborrecimento sexual mostra que, pessoas em relações monogâmicas de longo prazo são mais suscetíveis a reportar menos satisfação e desejo sexual (de Oliveira, 2023). Contudo, e como visto anteriormente, alguns estudos revelam que, pessoas envolvidas em relacionamentos monogâmicos são vistas como tendo vidas sexuais melhores (i.e., mais excitantes, satisfatórias e frequentes), comparativamente a pessoas envolvidas num RNMC (Conley et al., 2013). Neste sentido, a primeira hipótese postula que, indivíduos envolvidos em relacionamentos monogâmicos e não

monogâmicos consensuais revelem níveis equivalentes de satisfação e desejo sexual. Como referido anteriormente, o estilo de vinculação está associado a uma maior ou menor satisfação sexual e a um maior desejo sexual (Hazan & Shaver, 1987; Peloquin et al., 2014). Assim, a segunda hipótese assume que indivíduos (monogâmicos e não monogâmicos consensuais) com uma vinculação (primária e romântica) segura apresentarão maior satisfação e desejo sexual, comparativamente a indivíduos com uma vinculação insegura. Por fim, tendo por base o que temos vindo a sugerir, colocamos a 3^a hipótese. Assim, espera-se que a relação entre a vinculação primária (i.e., com a mãe ou figura maternal e com o pai ou figura paternal) e, a satisfação e o desejo sexual, seja mediada pela vinculação romântica.

Método

Participantes

O presente estudo é um estudo de carácter quantitativo e de natureza correlacional cujo instrumento de recolha de dados foi um inquérito por questionário de autorrelato *online*. Os participantes deste estudo consistiram em pessoas jovens adultas que atendiam aos seguintes critérios de inclusão: (1) ter entre 18 e 35 anos de idade, (2) ter nacionalidade portuguesa e/ou viver em Portugal, (3) estar numa relação romântica monogâmica ou não monogâmica consensual com uma relação âncora ou primária e (4) a duração da relação (principal, no caso de as pessoas estarem em um relacionamento não monogâmico consensual) ser superior ou igual a 1 ano. Para este estudo, os critérios de inclusão foram definidos com o intuito de recrutar um maior grupo de indivíduos que mantivessem relações monogâmicas e não monogâmicas consensuais hierárquicas, facilitando assim a inclusão destes modelos relacionais no presente estudo. E que permitisse, simultaneamente, ter pessoas mais jovens (*emerging adulthood*), incluídas mais raramente em estudos sobre não monogamia, mas também suficientemente abrangente, que permitisse incluir pessoas mais velhas dentro deste grupo etário, atendo à tendência para a exploração da não monogamia mais próximo da idade dos 30.

A amostra final é constituída por 424 jovens e adultos dos quais 90% (n = 382) mantinham um relacionamento monogâmico e 10% (n = 42), mantinham um relacionamento não monogâmico consensual com pelo menos uma relação âncora independentemente do formato (e.g., relacionamentos poliamorosos, relacionamentos mono-flexíveis, relacionamentos abertos e outros tipos de relacionamentos). Em média, os indivíduos tinham 24.90 anos ($DP = 4.00$). Um pouco mais de dois terços dos

indivíduos identificaram-se com o género feminino (cis ou trans; 68.2%), um pouco menos de um terço dos indivíduos identificaram-se com o género masculino (cis ou trans; 30.4%) e os restantes identificaram-se como não binários ou preferiram não dizer. No que toca à orientação sexual, 81.1% dos participantes afirmaram ser heterossexuais, 13.7% afirmaram ser bissexuais e os restantes identificaram-se como homossexuais, outro ou preferiram não dizer.

Relativamente à duração da relação primária, cerca de um terço dos indivíduos mantinha uma relação com mais de 5 anos (32.8%) e um pouco menos de um terço mantinha uma relação entre 1 e 2 anos (32.3%) de duração. Os restantes indivíduos mantinham relações com uma duração de 2 a 3 anos e 3 a 4 anos. A maior parte da amostra é constituída por pessoas solteiras (78.1%), enquanto os restantes estavam em união de facto ou eram casados (21.9%). A grande maioria dos indivíduos que participou no estudo não tinha filhos (90.3%), enquanto os restantes tinham 1, 2 ou 3 filhos (9.7%). Mais de dois terços tinham concluído o ensino até ao ensino superior (71.9%), pouco mais de um quarto até ao ensino secundário (26.7%) e o restante até ao ensino básico. Finalmente, a maior parte dos participantes considerou pertencer à classe média (87.7%) e os restantes à classe baixa e alta (12.3%).

Medidas/Instrumentos

O estudo incluiu quatro medidas, a serem aplicadas no questionário online, pela respetiva ordem (Anexo B e C).

Questionário Sociodemográfico

Este questionário foi desenvolvido especificamente para este estudo, focando informações como: género, orientação sexual, idade, nacionalidade, estado civil, tipo de relacionamento (monogâmico ou não monogâmico), duração da relação, número de filhos, nível de escolaridade e estatuto socioeconómico (ao qual considerava pertencer).

Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais (ERP-ER)

A qualidade da relação de vinculação (romântica e primária) foi avaliada através do instrumento Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais (ERP-ER) (Moreira et al., 2015). A versão original do ERP-ER, denominada *The Experiences in Close Relationships–Relationship Structures Questionnaire* (ECR–RS), foi desenvolvida originalmente por Fraley et al. (2011).

É um instrumento de autorrelato projetado para avaliar duas dimensões básicas de vinculação (i.e., ansiedade e evitação) em múltiplos contextos relacionais (i.e., com a mãe ou figura materna, pai ou figura paterna, parceiro romântico e melhor amigo). É composto por nove itens, por cada domínio relacional, avaliados através de uma escala Likert de 7 pontos que varia de 1 (*discordo totalmente*) a 7 (*concordo totalmente*). A subescala total de pontuação consiste na média dos itens e varia de 1 a 7, com pontuações mais altas indicando maior evitação ou ansiedade de vinculação. Pontuações abaixo de 4 (i.e., ponto de corte) indicam um menor nível de evitação e ansiedade, indicando uma vinculação segura nas duas dimensões. Os itens de 1 a 6 correspondem à dimensão da evitação (e.g., “*Para mim é fácil confiar nesta pessoa.*”; “*Ajuda-me poder contar com esta pessoa em situações de necessidade.*”) e os itens de 7 a 9 correspondem à dimensão da ansiedade (e.g., “*Tenho medo que esta pessoa possa abandonar-me.*”; “*Preocupo-me que esta pessoa não goste tanto de mim quanto eu gosto dela.*”). Nesta investigação, por questões técnicas (i.e., problema informático), o item 9 para um dos alvos relacionais (i.e., pai ou figura paterna) não ficou visível, ou seja, os participantes não conseguiram responder a essa questão para o alvo relacional pai ou figura paterna. Como estratégia para lidar com esta limitação, optou-se por fazer a média das repostas do item 9 ($M = 2,10$) do outro progenitor (i.e., mãe ou figura materna) e utilizá-la como padrão de resposta.

Um estudo de Moreira et al. (2015), com o intuito de explorar ainda mais as propriedades psicométricas e adequação transcultural do ERP-ER, forneceu evidências adicionais da fiabilidade, validade e adequação transcultural do ERP-ER, sugerindo que esta é uma medida adequada das dimensões de vinculação na idade adulta em vários domínios relacionais. Os autores concluíram que O ERP-ER é uma medida de vinculação psicometricamente sólida, representando um avanço importante na medição da vinculação adulta.

Os indivíduos foram instruídos a responder às perguntas considerando seu relacionamento com cada pessoa significativa. Para os casos em que a mãe ou pai já tinham falecido, os indivíduos eram instruídos a responder considerando a maneira como se sentiam quando a pessoa estava viva. Para este estudo, foram apenas contemplados os domínios relacionais referentes à mãe ou figura materna, pai ou figura paterna e parceiro romântico (principal ou âncora, no caso das configurações não monogâmicas consensuais). No presente estudo, para que pontuações mais altas correspondessem a níveis mais altos de ansiedade ou evitação, procedeu-se à inversão dos itens de 1 a 4 para

cada alvo emocional. Ambas as dimensões de vinculação apresentaram uma boa consistência interna ($\alpha_{\text{evitação}} = 0,88$ e $\alpha_{\text{ansiedade}} = 0,89$).

Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX) – Versão Portuguesa

Para avaliar a satisfação sexual neste estudo utilizou-se a versão portuguesa do *Global Measure of Sexual Satisfaction* (GMSEX; Pascoal et al., 2013). A GMSEX, desenvolvida por Lawrance e Byers (1995), é um instrumento que avalia a satisfação sexual global no contexto de uma relação íntima. É baseado no conceito teórico do Modelo de Trocas Interpessoais de Satisfação Sexual (MTISS). Esta avaliação é feita através da apreciação subjetiva que cada pessoa faz da sua relação sexual atual com o/a seu/sua parceiro/a romântico/a através de cinco itens que adjetivam de forma bipolar a relação, numa escala de Likert de 7 pontos (1 - “*Muito Boa*” a 7- “*Muito Má*”; 1 - “*Muito Agradável*” a 7 - “*Muito Desagradável*”; 1 - “*Muito Positiva*” a 7 - “*Muito Negativa*”; 1 - “*Muito Satisfatória*” a 7 - “*Muito Insatisfatória*”; 1 - “*Muito Importante*” a 7 - “*Muito Irrelevante*”).

Pascoal et al. (2013) pretenderam avaliar o comportamento psicométrico deste instrumento em três amostras distintas da população portuguesa, constituídas por participantes comprometidos em relações de coabitação: duas amostras presenciais designadas por “grupo normativo” sem diagnóstico e perceção de problemas sexuais ($n = 291$), “grupo clínico” com problemas sexuais ($n = 84$), e uma amostra *online* ($n = 760$). Em termos de fiabilidade, o Estudo 1, revelou bons níveis de fiabilidade, quer na amostra normativa ($n = 291$) com alfa de *Cronbach* = 0,83, quer na amostra clínica ($n = 87$), com alfa de *Cronbach* = 0,91. No Estudo 2, na amostra *online* ($n = 760$), o alfa de *Cronbach* apresenta um valor de 0,94. Assim, a versão portuguesa do GMSEX revelou-se uma medida consistente com valores de alfa de *Cronbach* elevados (Cicchetti, 1994). Os estudos mostraram que os itens que constituem a escala são, em média, semelhantes entre si, sendo consistente com as características da escala, uma vez que para cada item, se solicita repetidamente que o participante se posicione num extremo do *continuum* em relação à dimensão em estudo. Confirmando-se a estrutura unifactorial da escala e verificando-se uma adequada fiabilidade e validade do instrumento. No presente estudo, efetuou-se a inversão da escala para que pontuações mais altas correspondessem a valores mais altos de satisfação sexual e encontrou-se uma excelente consistência interna ($\alpha = 0,93$).

Hurlbert Index of Sexual Desire (HISD) - Versão Portuguesa

Para medir o desejo sexual, foi utilizada a versão portuguesa do *Hurlbert Index of Sexual Desire* (HISD; Ferreira, 2013). A medida original, desenvolvida por Apt e Hurlbert (1992), é uma medida unifatorial do desejo sexual com 25 itens de autorrelato (variando de 0 – *Sempre* a 4 – *Nunca*). Neste estudo, para que pontuações mais altas indicassem maior desejo sexual, procedeu-se à inversão da escala. As pontuações variam entre 0 e 100, sendo que, pontuações abaixo de 50 indicam baixo desejo sexual, 51 a 75 desejo sexual moderado e 75 a 100 indicam alto desejo sexual. O instrumento original apresenta boa validade de construto, validade discriminante e concorrente, boa confiabilidade teste-reteste e consistência interna (Beck, 1995).

Ferreira (2013) elaborou um estudo para contribuir para a validação do HISD para a população portuguesa. Esse estudo, revelou uma excelente consistência interna ($\alpha = 0,95$) do instrumento. Os valores de curtose e assimetria foram muito bons: entre 0 e 1, exceto o item 25, que apresentou valores de curtose e assimetria ligeiramente acima de 1. Foi escolhida nesse estudo uma estrutura de 4 fatores, que refletia 4 dimensões do desejo: impulso forte (e.g., “*Tenho um enorme apetite sexual.*”), desejo relacional (e.g., “*Fico excitado/a só de pensar no/a meu/minha companheiro/a*”), fantasias (e.g., “*Gosto de ter fantasias sexuais durante os momentos sexuais com o meu/minha companheiro/a.*”), pensamentos e comportamentos de evitação (e.g., “*Tento evitar ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a.*”). Esta solução foi considerada mais robusta do que a solução unifatorial. No presente estudo, foi realizada uma análise confirmatória desta estrutura para contribuir para a continuação da validação do HISD, contudo só foi utilizada a medida total. Foi encontrada uma excelente consistência interna ($\alpha = 0,95$).

Procedimento

Primeiramente, este estudo foi submetido e aprovado pela Comissão de Ética do Centro de Investigação do Ispa – Instituto Universitário.

O recrutamento de participantes foi realizado em todo o país através da divulgação intencional do estudo por meios eletrónicos a pessoas de todos os distritos de Portugal através das redes sociais (e.g. Facebook e Instagram) e das redes de contacto do investigador, incluindo contacto direto com comunidades e grupos de estudo sobre não monogamia. Esta divulgação teve por base as redes sociais do investigador, contudo também foi solicitado a psicoterapeutas e pessoas interessadas no tema, que partilhassem nas suas redes sociais. Ainda, alguns participantes foram abordados de forma aleatória

pessoalmente e convidados a preencher o questionário *online*. Sendo assim, tratou-se de uma amostragem por conveniência ou bola de neve.

Recorreu-se à plataforma *Qualtrics* para a criação do questionário online no qual constava um questionário sociodemográfico (Anexo B) e as escalas (Anexo C), anteriormente referidas. O questionário na sua totalidade tinha uma duração de 10 minutos. A recolha de dados ocorreu entre março de 2024 e junho de 2024, e nenhum pagamento ou incentivo foi fornecido aos participantes.

Antes do preenchimento do questionário online, foi apresentado o consentimento informado (Anexo D) aos participantes, salvaguardado a confidencialidade dos mesmos. Além disso, em conjunto com o consentimento informado, foi apresentada uma introdução ao estudo com as seguintes informações: (1) âmbito e objetivos do estudo, (2) critérios de participação no estudo, e, por último, (3) duração do questionário.

Resultados

Análises descritivas

As estatísticas descritivas relativas às variáveis em estudo (i.e., vinculação com a mãe ou figura maternal, vinculação com o pai ou figura paternal, vinculação romântica, satisfação sexual e desejo sexual) podem ser consultadas na Tabela 1. Todas as variáveis em estudo apresentam valores de assimetria e curtose dentro dos limites estabelecidos, cumprindo assim os pressupostos de normalidade necessários á aplicação de teste paramétricos (Anexo E).

Vinculação primária e romântica

Relativamente às relações de vinculação a nível global (i.e., dimensões calculadas para os três alvos emocionais em simultâneo) verificou-se que a dimensão Ansiedade varia entre o valor mínimo de 1.11 e o valor máximo de 6.44, apresentando um valor médio de 2.54 e um desvio-padrão de 1.24. No que toca à dimensão Evitação, esta varia entre o valor mínimo de 1 e o valor máximo de 5.22, com um valor médio de 2.72 e um desvio-padrão de .96. Dado que, a direção da escala aponta para que a valores mais elevados (i.e., >4) correspondam a uma vinculação insegura, estes valores permitem verificar que, em média, os participantes apresentam uma vinculação segura.

Os valores obtidos na Vinculação com a Mãe apresentam um valor médio de 2.69 e um desvio-padrão de 1.28. Na Vinculação com o Pai os valores obtidos apresentam um valor médio de 3.17 e um desvio-padrão de 1.23. Relativamente à dimensão Evitação, o

valor médio da Vinculação com o Pai aproxima-se de 4 ($M= 3.63$; $DP= 1.63$), enquanto na Vinculação com a Mãe o valor médio é inferior, aproximando-se de 3 ($M=2.94$; $DP= 1.54$). No que toca à dimensão Ansiedade, os valores obtidos encontraram-se mais aproximados, sendo que na Vinculação com o Pai o valor médio obtido foi 2.25 e o desvio-padrão foi 1.14 e na Vinculação com a Mãe o valor médio obtido foi 2.20 e o desvio-padrão foi de 1.59.

Já na Vinculação Romântica, os valores apresentaram um valor médio de 2.11 e um desvio-padrão de .82. Assim, como estes valores estão abaixo do ponto de corte, os resultados indicam que os indivíduos apresentam, em média, uma vinculação romântica segura. Na dimensão Evitação, o valor médio obtido na Vinculação Romântica foi 1,58 e o desvio-padrão foi .66, contudo na dimensão Ansiedade, os valores obtidos apresentam um valor médio de 3.16 e um desvio-padrão de 1.71.

Apesar de todas as medidas de vinculação primárias e românticas globais e parciais (i.e., dimensão evitação e ansiedade) indicarem vinculações consideradas seguras, é de salientar que há diferenças estatisticamente significativas entre os valores para a mãe e para o pai ($t(423)=-7.87$, $p<.001$). De destacar, a dimensão Evitação, onde os valores médios da Vinculação com o Pai se aproximam de 4 ($t(423)=-8.56$, $p<.001$) (ver Anexo F). Da mesma forma, é importante salientar que, relativamente à Vinculação Romântica, os valores médios da dimensão Ansiedade, embora não tão aproximados deste valor, são bastante superiores e encontram-se mais próximos de 4, comparativamente aos valores da dimensão Ansiedade.

Satisfação e desejo sexual

Relativamente à satisfação sexual, verificou-se que, os valores obtidos na medida GMSEX variam entre o valor 1.00 e 7.00, apresentando um valor médio de aproximadamente 6 ($M = 6.01$, $DP = 1.17$). A análise deste valor médio permite verificar que os participantes apresentam níveis elevados de satisfação sexual. Em relação ao desejo sexual, verificou-se que os valores obtidos na medida HISD variaram entre o valor mínimo de 37 e o valor máximo de 121, apresentando um valor médio de 87.34 e um desvio-padrão de 16.70. Assim, pôde-se verificar que, em média, os participantes indicam valores elevados de desejo sexual.

Tabela 1*Estatística descritiva das variáveis em estudo (ERP-ER, GMSEX e HISD)*

	Mínimo	Máximo	Média	Mediana	Desvio Padrão
ERP-ER					
Ansiedade	1.11	6.44	2.54	2.22	1.24
Mãe	1.00	7.00	2.20	1.33	1.59
Pai	1.33	5.33	2.25	1.67	1.14
Romântica	1.00	7.00	3.16	3.00	1.71
Evitação	1.00	5.22	2.72	2.67	.96
Mãe	1.00	7.00	2.94	2.67	1.54
Pai	1.00	7.00	3.63	3.42	1.63
Romântica	1.00	4.33	1.58	1.33	.66
Vinculação Mãe	1.00	7.00	2.69	2.44	1.28
Vinculação Pai	1.11	6.44	3.17	3.11	1.23
Vinculação Romântica	1.00	4.67	2.11	2.00	.82
GMSEX					
Satisfação Sexual	1.00	7.00	6.01	6.40	1.17
HISD					
Desejo sexual	37.00	121.00	87.34	89.00	16.70

ERP-ER – Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais, GMSEX– Global Measure of Sexual Satisfaction , HISD - Hurlbert Index of Sexual Desire

Análise de Correlações

No presente estudo, procedeu-se à análise das correlações das variáveis de interesse no estudo (Tabela 2).

Olhando para a vinculação com a mãe, observou-se uma relação positiva e estatisticamente significativa quer com a vinculação com o pai, quer com a vinculação romântica, no sentido em que quanto mais insegura é a vinculação com a mãe, mais insegura é a vinculação com o pai e com o parceiro romântico. Relativamente à associação entre a vinculação com a mãe e as duas variáveis dependentes, verificou-se que não há uma correlação significativa nem com a satisfação sexual, nem com o desejo sexual.

Relativamente à vinculação com o pai, esta revelou-se também estatisticamente significativa e num sentido positivo com a vinculação romântica. Por outro lado, a relação entre a vinculação com o pai e a satisfação e o desejo sexual é estatisticamente significativa. Contudo, estas associações são de forma negativa, ou seja, quanto maiores os valores de vinculação insegura com pai, menores os valores a nível da satisfação e do desejo sexual.

No que toca à vinculação romântica, verificámos que apesar de não existir correlação significativa com o desejo sexual, existe uma correlação negativa e significativa com a satisfação sexual, no sentido de quanto mais insegura for a vinculação romântica, menores as pontuações na satisfação sexual. Por fim, verificámos ainda que, a associação entre a satisfação sexual e o desejo sexual revelou-se significativa, no sentido positivo.

Relativamente à intensidade das correlações entre as variáveis, a correlação entre a vinculação com o pai e a vinculação com a mãe apresenta-se como moderada e forte. As restantes correlações apresentaram-se como fracas ($r < .40$). Em particular, a satisfação sexual correlacionou-se de forma fraca com a vinculação com o pai e vinculação romântica, bem como o desejo sexual correlacionou-se de forma fraca com a vinculação com o pai e a satisfação sexual. De forma geral, a vinculação com a mãe, vinculação com o pai, satisfação sexual e desejo sexual correlacionaram-se de forma significativa entre si, contudo a intensidade das correlações foi maioritariamente fraca.

Tabela 2

Correlações entre a vinculação, satisfação e desejo sexual

	1. V_Mãe	2. V_Pai	3. V_Rom	4. Sat_Sex	5. Des_Sex
1.	--				
2.	.50**	--			
3.	.27**	.25**	--		
4.	-.08	-.11*	-.24**	--	
5.	-.04	-.14**	-.01	.35**	--

Nota. * $p < .05$; ** $p < 0.1$; *** $p < .001$

V_Mãe – Vinculação com a Mãe, V_Pai – Vinculação com o Pai, V_Rom – Vinculação Romântica, Sat_Sexl – Satisfação Sexual, Des_Sex – Desejo Sexual

Análises inferenciais (hipóteses de estudo)

Nesta secção iremos apresentar os resultados relativos às nossas hipóteses propostas no presente estudo.

Hipótese 1

No que diz respeito à hipótese 1, que pretendia verificar se indivíduos envolvidos em relacionamentos monogâmicos e não monogâmicos consensuais revelam níveis equivalentes de satisfação e desejo sexual, procedeu-se ao teste *T-Student*, executado como *two-tailed*. Os resultados mostraram que não existem diferenças significativas entre indivíduos em relacionamentos monogâmicos ($M= 6.05$, $DP= 1.14$) e não monogâmicos consensuais ($M= 5.67$; $DP= 1.45$), no que diz respeito aos níveis de satisfação sexual $t(46.69)= 1.64$, $p=.108$. Já em relação ao desejo sexual, os resultados mostraram que, existem diferenças significativas entre indivíduos em relacionamentos monogâmicos ($M= 86.76$, $DP= 16.29$) e em relacionamentos não monogâmicos consensuais ($M= 92.64$, $DP= 19.48$) ($t(422)=-2.18$, $p<.05$). Ou seja, indivíduos em relacionamentos não monogâmicos consensuais apresentaram valores mais elevados de desejo sexual. Neste sentido, a primeira hipótese foi parcialmente corroborada.

Hipótese 2

Para responder à hipótese 2, ou seja, para verificar se indivíduos com vinculação segura primária (i.e., com a mãe e com o pai) e romântica apresentavam níveis superiores de satisfação e desejo sexual comparativamente a indivíduos com uma vinculação insegura, procedeu-se a uma análise de efeitos principais através de um teste *T-Student* (*one-tailed*). Para tal, os indivíduos foram distribuídos em duas categorias para os três tipos de vinculação primária (pai e mãe) e romântica: segura (<4) e insegura (>4).

É de salientar que, primeiramente, procedeu-se a uma *two-way* Anova, com o tipo de relacionamento (decorrente da hipótese 1) e os tipos de vinculação enquanto variáveis independentes. Contudo, não foram encontrados efeitos de interação entre estes dois fatores quer nos níveis de satisfação, quer nos níveis de desejo sexual (Anexo G).

Quanto aos efeitos principais da vinculação, os resultados mostraram que, não existem diferenças significativas entre indivíduos com uma vinculação primária e romântica segura e indivíduos com uma vinculação insegura primária e romântica em relação aos níveis de satisfação e desejo sexual. Mais especificamente, não foram encontradas diferenças significativas entre indivíduos com uma relação de vinculação

segura com a mãe ($M= 6.01, DP= 1.17$) e indivíduos com uma vinculação insegura com a mãe ($M= 6.00, DP= 1.21$) em relação à satisfação sexual $t(422)=-.17, p=.43$. O mesmo aconteceu para indivíduos com uma relação de vinculação segura com o pai ($M= 6.06, DP= 1.13$) e indivíduos com uma relação insegura com o pai ($M= 5.87, DP= 1.29$), $t(422)=1.47, p=.07$ e para indivíduos com uma relação romântica segura ($M= 6.01, DP= 1.18$) e para indivíduos com uma relação romântica insegura ($M= 5.13, DP= .81$), $t(2.06)=1.87, p=.10$. Estes resultados vêm contrariar a hipótese previamente estabelecida.

Relativamente ao desejo sexual, não foram encontradas diferenças significativas entre indivíduos com uma relação de vinculação segura com a mãe ($M= 87.59, DP= 16.24$) e indivíduos com uma relação de vinculação insegura com a mãe ($M= 86.10, DP= 18.92$), $t(422)=.69, p=.25$. Verificou-se os mesmos resultados para indivíduos com uma relação de vinculação segura com o pai ($M= 87.78, DP= .93$) e para indivíduos com uma relação de vinculação insegura com o pai ($M= 86.07, DP= 17.16$), $t(422)=.92, p=.18$, e para com uma relação romântica segura ($M= 87.31, DP= 16.61$) e para indivíduos com uma relação romântica insegura ($M= 91.67, DP= 32.01$), $t(2.01)=-2.35, p=.42$. Estes resultados vão contrariamente à hipótese estabelecida com base na literatura revista.

Para determinar se existe uma relação entre o estilo de vinculação (i.e., segura e insegura) com o pai, com a mãe e com o/a parceiro/a romântico e, o tipo de relacionamento (i.e., monogâmico e não monogâmico consensual), testes complementares foram feitos e as três relações de interdependência não foram significativas. Assim, pode-se concluir que, não existe uma relação entre o estilo de vinculação e o tipo de relacionamento. Os resultados podem ser consultados na Tabela 3.

Tabela 3

Relação entre o estilo de vinculação e o tipo de relacionamento

	Segura		Não		Total		χ^2
	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	
Segura_Mãe	321	84%	32	76.2%	315	74.3%	1.67
Insegura_Mãe	61	16%	10	23.8%	109	25.7%	
Segura_Pai	287	75.1%	28	66.7%	353	83.3%	1.42
Insegura_Pai	95	24.9%	14	33.3%	71	16.7%	

Segura_Rom	379	99.2%	42	100%	421	99.3%	
Insegura_Rom	3	7%	0	0%	3	8%	.33

Segura_Mãe – Vinculação Segura com a Mãe, Insegura_Mãe – Vinculação Insegura com a Mãe, Segura_Pai – Vinculação Segura com o Pai, Insegura_Pai – Vinculação Insegura com o Pai, Segura_Rom – Vinculação Romântica Segura, Insegura_Rom – Vinculação Romântica Insegura

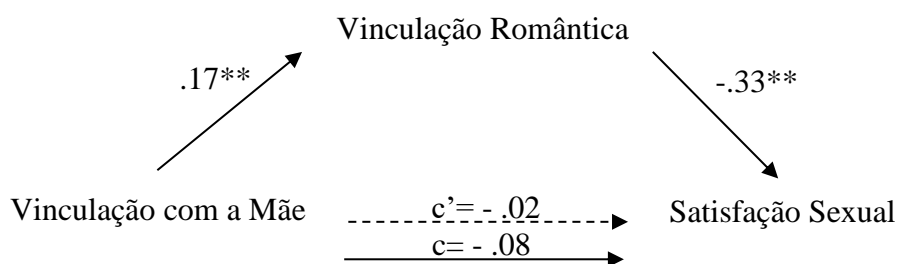
Hipótese 3

Para o cálculo dos quatro modelos de mediação, utilizou-se a vinculação primária (i.e. com a mãe e com o pai) como variável independente, a satisfação e o desejo sexual como variáveis dependentes, e a vinculação romântica como a mediadora. Recorreu-se ao modelo 4 do PROCESS (Hayes, 2018) para verificar se ocorreu uma mediação.

Num primeiro modelo (Figura 1), propôs-se que a vinculação romântica seja mediadora (M) entre a relação estabelecida entre a vinculação com a mãe (X) e a satisfação sexual (Y). Os resultados mostraram que, o impacto da vinculação com a mãe na satisfação sexual ($B = .08$, $p=.09$) não foi significativo. Contudo, a vinculação com a mãe ($B = .17$, $p<.01$), teve um impacto significativo na vinculação romântica. O impacto da vinculação romântica na satisfação sexual ($B = -.33$, $p<.01$) também foi significativo. O modelo testado explica 7% da variância da vinculação romântica dos participantes [$F(1, 422) = 33.81$, $p < .01$] e 6% da variância da satisfação sexual [$F(2, 421) = 74.19$, $p < .01$]. O efeito indireto da variável vinculação com a mãe na satisfação sexual através da vinculação romântica foi de $-.06$, com um intervalo de confiança de 95% $[-.10, -.02]$, indicando que não existe um efeito mediador. O efeito total ($B = -.08$, $p=.09$) da vinculação com a mãe na satisfação sexual não foi significativo. Para além disso, o efeito direto ($B = -.02$, $p = .68$) também não foi significativo, sugerindo que não existe mediação, o que não suporta a hipótese estabelecida.

Figura 1

Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com a mãe e o nível de satisfação sexual

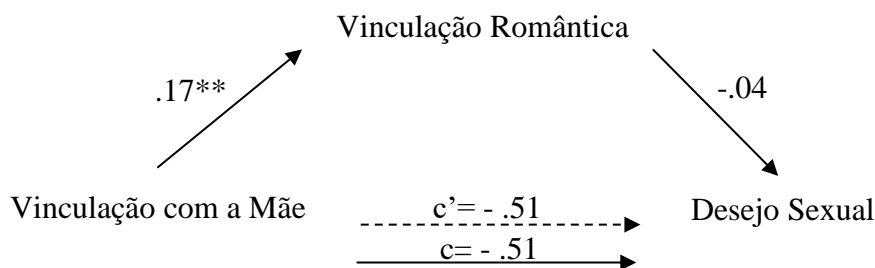


Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; c' – efeito direto; c – efeito total

No mesmo sentido, propôs-se um segundo modelo (Figura 2): a vinculação romântica (M) vai mediar a relação entre a vinculação com a mãe (X) e o desejo sexual (Y). Os resultados mostraram que, o impacto da vinculação romântica no desejo sexual ($B = -.04$, $p = 0.97$) não foi significativo. O modelo testado explica 0% da variância do desejo sexual [$F(2, 421) = 0.32$, $p = .72$]. O efeito indireto da variável vinculação com a mãe no desejo sexual através da vinculação romântica foi de $-.01$, com um intervalo de confiança de 95% $[-.40, .36]$, logo não existe efeito mediador. Sendo que, o efeito total ($B = -.51$, $p = .42$) e o efeito direto ($B = -.51$, $p = .45$) da vinculação com a mãe e o desejo sexual não foram significativos, estes resultados sugerem que não existe mediação, não suportando a hipótese colocada.

Figura 2

Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com a mãe e o nível de desejo sexual



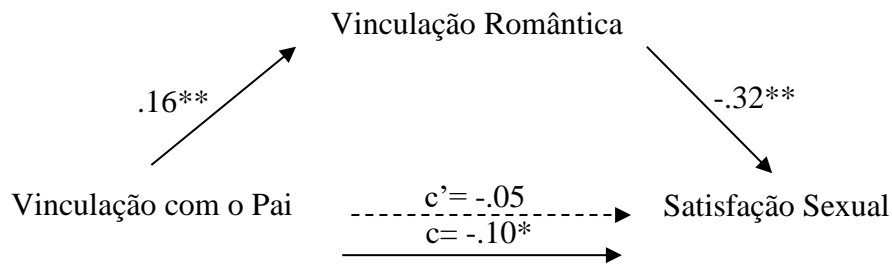
Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; c' – efeito direto; c – efeito total

Num terceiro modelo (Figura 3), propôs-se que a vinculação romântica seja mediadora (M) entre a relação estabelecida entre a vinculação com o pai (X) e a satisfação sexual (Y). O impacto da vinculação com o pai na vinculação romântica ($B = .16$, $p < .01$) foi significativo. O impacto da vinculação romântica na satisfação sexual ($B = -.32$, $p < .01$) foi significativo. O modelo testado explica 6% da variância da vinculação romântica dos participantes [$F(1, 422) = 27.93$, $p < .01$] e 1% da variância da satisfação sexual [$F(2, 421) = 12.90$, $p < .01$]. O efeito indireto da variável vinculação com o pai na satisfação sexual através da vinculação romântica foi de $-.05$, com um intervalo de confiança de 95% $[-.09, -.02]$, indicando que existe um efeito mediador. Quando testamos o efeito direto da variável vinculação com o pai na satisfação sexual, a relação não é significativa ($B = -.05$, $p = .29$). No entanto, quando introduzimos o papel da vinculação romântica enquanto variável mediadora, o efeito total ($B = -.10$, $p < .05$) da vinculação

com o pai na satisfação sexual foi significativo. Tal indica uma mediação completa no sentido em que o mecanismo através do qual a variável independente afeta a variável dependente é através da mediação total, o que suporta a hipótese estabelecida.

Figura 3

Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com o pai e o nível de satisfação sexual

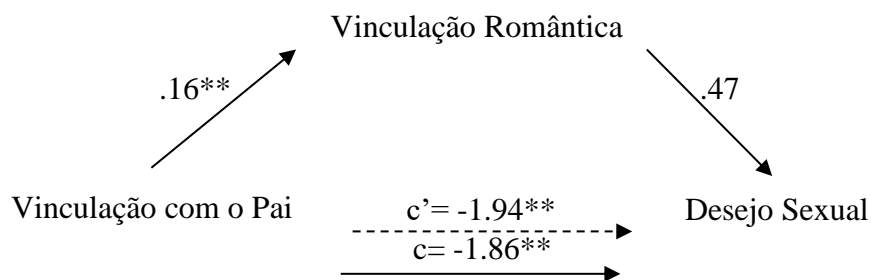


Nota. * p<.05; ** p<0.1; ***; p<.001; c' – efeito direto; c – efeito total

Num último modelo (Figura 4), propôs-se que a vinculação romântica seja mediadora (M) entre a relação entre a vinculação com o pai (X) e o desejo sexual (Y). O impacto da vinculação romântica no desejo sexual ($B = .47$, $p=.64$) não foi significativo. O modelo testado explica 2% da variância do desejo sexual [$F(2, 421) = 4.16$, $p < .05$]. Apesar do efeito total ($B = -1.86$, $p < .01$) da vinculação com o pai no desejo sexual ser significativo, o efeito direto ($B = -1.94$, $p < .01$) da variável vinculação com o pai no desejo sexual também se revelou significativo. Os resultados sugerem assim, que existe uma mediação parcial.

Figura 4

Representação gráfica do efeito de mediação entre o tipo de vinculação com o pai e o nível de desejo sexual



Nota. * p<.05; ** p<0.1; *** p<.001; c' – efeito direto; c – efeito total

Análises Complementares

Relação entre o tipo de relacionamento e a idade, e a duração da relação

Para um olhar mais compreensivo sobre os dados, procedeu-se a análises complementares que podem ser consultados na Tabela 4. De acordo com a literatura revista, haveria uma relação entre o tipo de relacionamento e duas outras variáveis: a idade dos indivíduos e a duração da relação (âncora, no caso das RNMC). Para analisar a associação entre o tipo de relacionamento e as duas variáveis, construíram-se duas variáveis categoriais (grupo etário e duração) e procedeu-se ao teste Qui-quadrado.

Relativamente à relação entre o tipo de relacionamento e a idade dos indivíduos, verificou-se que esta relação era significativa e que, o tamanho do efeito era pequeno, $\chi^2(1) = 44.31$, $p < .001$, $\eta^2 = .32$. Uma análise dos valores residuais estandardizados mostra que há uma sobrerrepresentação de indivíduos pertencentes ao grupo etário mais velho entre os indivíduos em RNMC e, pelo contrário, uma sub-representação de indivíduos pertencentes ao grupo etário mais jovem.

Dos indivíduos em relacionamento monogâmicos 90.8% tinham idades entre os 18-30 anos e 9.2% tinham idades entre os 31-35 anos. Dos indivíduos em relacionamentos não monogâmicos 54.8% tinham idades entre os 18-30 anos e 49.2% tinham idades entre os 31-35 anos, o que revela uma maior representação das pessoas mais velhas entre os indivíduos em RNMC quando comparados com a distribuição destes indivíduos na amostra total (12.7%).

Relativamente à relação entre o tipo de relacionamento e a duração da relação, verificou-se que esta relação não era significativa e que, o tamanho do efeito era insignificante, $\chi^2(3) = 5.13$, $p = .17$, $\eta^2 = .02$.

Tabela 4

Relação entre o tipo de relacionamento e a idade, e a duração da relação

	Monogâmico		Não Monogâmico		Total		χ^2
	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	
Idade							
18-30 anos	347	90.8%	23	54.8%	370	87.3%	44.31***

31-35 anos	35	9.2%	19	49.2%	54	12.7%	
Duração							
Relação							
1 a 2 anos	123	32.2%	14	33.3%	137	32.3%	
2 a 3 anos	72	18.8%	3	7.1%	75	17.7%	5.13
3 a 4 anos	62	16.2%	11	26.2%	73	17.2%	
Mais de 5 anos	125	32.7%	14	33.3%	139	32.8%	

Nota. * p<.05; ** p<0.1; *** p<.001

Discussão

A presente dissertação teve como objetivo verificar se um estilo de vinculação seguro (com as figuras de vinculação primárias e de vinculação românticas) explica uma maior satisfação e um maior desejo sexual em indivíduos em relacionamentos monogâmicos (RM) e não monogâmicos consensuais (RNMC). Desta forma, este estudo pretendeu contribuir para uma melhor compreensão das relações de vinculação, em indivíduos que se encontram em RM, bem como RNMC. Para tal, foram testadas três hipóteses, e respetivas análises complementares, cujos resultados obtidos são discutidos abaixo.

A primeira hipótese postulou que, indivíduos envolvidos em RM e RNMC revelem níveis equivalentes de satisfação e desejo sexual. Verificou-se através dos dados obtidos, diferenças significativas entre indivíduos RM e em RNMC, relativamente ao desejo sexual, ou seja, indivíduos em RNMC apresentam valores mais elevados de desejo sexual. Relativamente aos níveis de satisfação sexual, não foram encontradas diferenças significativas entre estes dois tipos de relacionamentos. Assim, a hipótese estabelecida é parcialmente confirmada. No que toca ao padrão encontrado a nível do desejo sexual, apesar de, como já constatado na revisão de literatura, não ser algo consensual, este pode ser explicado através da hipótese do aborrecimento sexual (de Oliveira, et al., 2023). Ou seja, que pessoas em relações monogâmicas de longo prazo são mais suscetíveis a reportar menos desejo sexual. Com efeito, a maior percentagem dos participantes em relações monogâmicas revelou estar numa relação com mais de cinco anos de duração e, portanto, apresentar maiores níveis de aborrecimento sexual.

O facto de não se terem verificado diferenças significativas a nível da satisfação sexual, contrariamente ao que aconteceu no desejo, pode estar relacionado com o facto

da satisfação sexual ser algo mais intrínseco ao relacionamento, enquanto o desejo é uma experiência mais complexa. Uma das diversas definições da satisfação sexual, descreve esta como uma resposta afetiva que está associada ao relacionamento sexual, que mantemos com os nossos parceiros (Byers et al, 1998, p. 258). Por outro lado, o desejo sexual contempla uma experiência subjetiva que podem ser compreendidas entre várias dimensões, como: dimensões emocionais, relacionais, físicas, cognitivas, emocionais, motivacionais e contextuais (Ferreira et al., 2021; Ferreira et al., 2016; Štulhofer et al., 2014). Assim sendo, enquanto a satisfação sexual é medida com base no relacionamento, o desejo sexual contempla vários fatores, que não apenas relacionais. Esta explicação poderá explicar as diferenças significativas, no entanto estudos futuros deverão investigar de forma mais profunda estas variáveis, tendo em consideração as várias dimensões do desejo, nomeadamente a dimensão relacional.

Relativamente à segunda hipótese, onde se pretendeu averiguar se indivíduos com vinculação segura apresentavam níveis superiores de satisfação e desejo sexual, comparativamente a indivíduos com vinculação insegura. Verificou-se através dos resultados obtidos que não existem diferenças significativas entre indivíduos com uma vinculação segura e indivíduos com uma vinculação insegura, tanto em relação aos níveis de satisfação, bem como em relação aos níveis de desejo sexual. Logo, a hipótese proposta não foi sustentada pelos resultados. Desta forma, estes resultados sugerem que, indivíduos com vinculação segura não apresentam maiores níveis da satisfação e desejo sexual, quando comparados com indivíduos com uma vinculação insegura. É importante referir que, o número reduzido de participantes com vinculação insegura pode estar a limitar o efeito entre estas variáveis. Além disso, este número reduzido poderá ser explicado por efeitos de desejabilidade social.

Através de testes complementares, com o intuito de determinar se existe uma relação entre o estilo de vinculação (i.e., segura e insegura) com o pai, com a mãe e com o/a parceiro/a romântico e, o tipo de relacionamento (i.e., monogâmico e não monogâmico consensual), verificou-se que as três relações de interdependência não foram significativas. Pode-se concluir que, não existe uma relação entre o estilo de vinculação e o tipo de relacionamento. Desta forma, estes dados vêm contrariar a perspectiva clássica do estudo da vinculação, que igualava amor romântico (e segurança) com exclusividade sexual (Katz & Katz, 2022). Assim como, a crença de que aqueles que

apresentam vinculação insegura, particularmente, indivíduos com uma vinculação evitante, são atraídos para RNMC (Katz & Katz, 2022; Moors et al., 2019).

No que diz respeito à terceira e última hipótese, propôs-se que a relação entre a vinculação primária (i.e., com a mãe ou figura maternal e com o pai ou figura paternal) e, a satisfação e o desejo sexual, fosse mediada pela vinculação romântica. Não foram encontrados efeitos mediadores nos modelos para a vinculação com a mãe. Contudo, nos modelos para a vinculação com o pai ou figura paternal foram encontrados efeitos mediadores (total e parcial).

Uma extensa pesquisa demonstrou que os pais desempenham um papel importante no desenvolvimento sexual dos adolescentes (de Graaf et al. 2011; Widman et al. 2016), nomeadamente em adolescentes do género feminino, em capacitar as jovens contra as mensagens de género e guiões sexuais dominantes (Klein et al., 2018). Estes dados são importantes, dado que cerca de 68% da amostra é composta por indivíduos que se identificam com o género feminino (cis ou trans). As raparigas parecem receber mensagens mais restritivas em torno da sexualidade e são sujeitas a um padrão moral mais rigoroso, enquanto os rapazes recebem mensagens mais positivas (Flores & Barroso 2017; Morgan et al. 2010). Os cuidadores são criadores de normas e as mensagens que as jovens recebem podendo prejudicar a maneira de identificar e comunicar as próprias necessidades sexuais e de iniciar comportamentos que permitam a satisfação dessas (Averett et al. 2008; Klein, 2018). Neste sentido, uma hipótese explicativa para estes resultados, pode passar por esta perceção de mensagens mais positivas por parte dos rapazes, levando a uma procura destas por parte de raparigas na relação com o pai ou figura paternal, quase como um mecanismo adaptativo. Esta hipótese merece ser analisada.

Os resultados obtidos no 3º modelo sustentam parcialmente a hipótese, ao evidenciar que existe uma interação significativa entre as variáveis vinculação com o pai, vinculação romântica e satisfação sexual. Os presentes dados, permitem concluir que a relação entre a vinculação com o pai e a satisfação sexual é totalmente mediada pela vinculação romântica. Neste sentido, pode-se dizer que a vinculação com o pai tem um efeito positivo na vinculação romântica, que por sua vez tem um efeito negativo na satisfação sexual (quanto mais insegura a relação de vinculação, menor satisfação sexual). Ou seja, a vinculação com o pai afeta indiretamente a satisfação sexual por meio da vinculação romântica.

No mesmo sentido, os resultados obtidos no 4º modelo, evidenciam que existe uma interação significativa entre as variáveis vinculação com o pai, vinculação romântica e desejo sexual, permitindo concluir que a relação entre a vinculação com o pai e o desejo sexual é parcialmente mediada pela vinculação romântica. Neste sentido, pode-se dizer que a vinculação com o pai tem um efeito positivo na vinculação romântica, que por sua vez tem um efeito positivo no desejo sexual (ou seja, quanto mais insegura a vinculação, maior desejo sexual). Apesar dos resultados sugerirem que a vinculação romântica medeia esta associação, o impacto da vinculação romântica no desejo sexual, embora não significativo, contraria o que é evidenciado pela literatura e o que é corroborado pelos restantes modelos testados.

O que a literatura nos diz é que, uma relação de vinculação romântica segura está consequentemente associada um maior desejo sexual (Attaky et al., 2022; Birnbaum et al., 2013; Birnbaum & Reis, 2012; Dewitte, 2012), devido aos altos níveis de intimidade emocional que, pessoas com este estilo de vinculação experienciam (van Lankveld et al., 2021). De acordo com os resultados obtidos, acontece o oposto, ou seja, quanto maior a insegurança na vinculação romântica, maior o desejo sexual.

Estes resultados podem ser explicados através da seguinte perspetiva. Durante a vida adulta, vivemos a nossa sexualidade de uma forma mais ou menos conflituosa. A sexualidade oferece-nos prazer e bons sentimentos (e.g., autoestima elevada), contudo também nos pode causar algumas inquietações. Numa relação romântica, mesmo que a sexualidade surja do nosso corpo e da nossa mente, está relacionada com o desejo por outra pessoa, nomeadamente o desejo sexual, que se encontra fora do nosso controlo. Em simultâneo, precisamos da segurança e alguma previsibilidade nas nossas vidas (Dobrescu, 2015). De acordo com Perel (2007), existe um paradoxo: a domesticidade e o desejo sexual. Ou seja, com um aumento na conexão emocional e intimidade, frequentemente associada à longa duração do relacionamento, os casais muitas vezes perdem a sua paixão sexual. Perel descreve a paixão como derivada do mistério, da surpresa, do risco e da brincadeira, afirmando que o desejo sexual está entrelaçado com a incerteza e com o abraçar o desconhecido. Desta forma, entrando em conflito com aquelas que são as características definidoras de um relacionamento de longo prazo: segurança, certeza, estabilidade, e conforto, reprimindo a paixão (sexual).

Outros autores, também já têm vindo debater este paradoxo, a partir de outra perspetiva. Por exemplo, Mitchell (2002), afirma existir um paradoxo na medida em que,

o nosso desejo torna-nos dependentes do objeto de desejo e esta dependência coloca o nosso próprio Eu em perigo. Neste sentido, precisamos da outra pessoa e do vínculo que a relação nos fornece, mas ao mesmo tempo precisamos de sentir o controlo na nossa vida. Assim sendo, nesta perspetiva, uma vinculação segura, pode por vezes sufocar ou inibir a sexualidade, na medida em que, quanto mais segurança, menos mistério, menos desejo pelo outro, nomeadamente a nível sexual, o que poderá explicar a associação obtida. No entanto, para além desta hipótese explicativa, parece-nos que estes dados deverão ser analisados no futuro.

Por fim, para um olhar mais compreensivo sobre os dados, analisou-se a associação entre o tipo de relacionamento e as seguintes variáveis: idade dos indivíduos e a duração da relação (âncora ou principal, no caso das RNMC). Verificou-se, relativamente à relação entre o tipo de relacionamento e a idade dos indivíduos, que esta relação era significativa, havendo uma sobrerrepresentação de indivíduos pertencentes ao grupo etário mais velho entre os indivíduos em RNMC e, pelo contrário, uma sub-representação de indivíduos pertencentes ao grupo etário mais jovem. Este resultado vai de acordo com o que é evidenciado na literatura (e.g., Sheff, 2005; Frank & DeLamater, 2010), corroborando a tendência frequente de se explorar a não monogamia consensual num período mais tardio na vida. O facto de não se ter verificado uma relação significativa entre o tipo de relacionamento e a duração da relação, pode também contribuir para desmantelar a crença de que os RNMC são menos satisfatórios (Green et al., 2016)., e por isso menos duradouros, comparativamente aos RM.

Limitações do Estudo e Investigações Futuras

O presente estudo conseguiu reunir respostas a partir de uma grande e diversificada amostra, constituída por indivíduos monogâmicos e não monogâmicos. Este último grupo é difícil de reunir, e neste estudo, a amostra não monogâmica foi composta por pessoas em diferentes arranjos de não monogamia consensual com uma relação primária ou âncora, nomeadamente: relações poliamorosas, relações abertas e relacionamentos mono-flexíveis. Contudo, este estudo expõe de algumas limitações.

Primeiramente, uma das principais limitações deste estudo consiste no tamanho reduzido da amostra de indivíduos não monogâmicos. Apesar de esta corresponder e ultrapassar a amostra mínima recomendada pela análise de potência, é possível que a dimensão da amostra não tenha permitido que houvesse uma variabilidade suficiente nos níveis de vinculação, satisfação e desejo sexual. Adicionalmente, a amostra de indivíduos

não monogâmicos consensuais consistiu apenas em indivíduos com uma configuração de relacionamento em que existia uma relação primária ou âncora. Portanto, a sugestão para um estudo futuro passaria por garantir uma maior amostra, incluindo outro tipo de configurações.

Em segundo lugar, pode apresentar-se como limitação o formato (i.e., *online*) em que foi realizado o questionário, dadas as variáveis em estudo. A desejabilidade social na resposta aos instrumentos pode ter impedido respostas mais honestas, e possivelmente, com menores pontuações na medida da vinculação primária e romântica (EPR-ER), que se traduz em vinculações seguras e maiores pontuações nas escalas da satisfação (GMSEX) e desejo sexual (HISD), que se traduz em maior satisfação e desejo sexual. Estudos futuros, deverão arranjar uma forma de contornar esta limitação, nomeadamente ponderar a condução de entrevistas para avaliar estas variáveis.

Outra limitação deste estudo deve-se à omissão de um dos itens do instrumento ERP-ER, devido a questões técnicas (i.e., lapso informático) na criação do questionário. Apesar de se ter procedido a uma estratégia para contornar esta limitação, seria interessante uma replicação deste estudo, salvaguardando que todos os itens ficassem devidamente visíveis, com o intuito de averiguar se os resultados seriam os mesmos.

A maior parte das investigações sobre relações românticas e, nomeadamente investigações sobre as relações de vinculação, são realizadas de acordo com uma perspetiva individual, não sendo abordada a perspetiva do casal. Assim, seria interessante que, no futuro, fossem realizadas mais investigações sobre este tipo de relações de acordo com uma perspetiva diádica, tendo em consideração a perspetiva de cada parceiro (âncora, no caso dos RNMC hierárquicos) com o intuito de uma melhor compreensão e aprofundamento deste tipo de relações.

Por último, e dado o resultado obtido no 4º modelo de mediação, seria interessante realizar a mesma análise utilizando a estrutura 4 fatores do HISD proposta por Ferreira (2013), que refletia quatro dimensões do desejo sexual (i.e., impulso forte; desejo relacional; fantasias; pensamentos e comportamentos de evitação), com o intuito de tentar compreender, aquando uma vinculação segura, se o baixo desejo sexual é mais direcionado ao parceiro (dimensão desejo relacional) ou se está mais relacionado com o apetite/impulso sexual do indivíduo (e.g., dimensão impulso forte).

Implicações sociais e clínicas

O presente estudo pode ter implicações sociais, nomeadamente consequências positivas para a sensibilização da população, no que toca à desconstrução do estigma da mononormatividade e, conseqüentemente, a prevenção de práticas negativas e estigmatizantes na convivência com indivíduos em RNMC. No mesmo sentido, pode também ter implicações clínicas, nomeadamente impactos positivos a nível formação e supervisão psicológica e psicoterapêutica, quando se trabalha com indivíduos ou casais envolvidos em RNMC, bem como em RM. Assim, este estudo pode contribuir para uma maior qualidade da ajuda psicológica prestada a indivíduos ou casais com diversas configurações de relacionamento.

Acresce que, pode também ter implicações clínicas, relativamente ao modelo como se adereça questões relativamente à satisfação e ao desejo sexual. Nomeadamente, ter impactos positivos na adequação da utilização do referencial teórico da vinculação para adereçar estas questões. Ressalvando, o desenvolvimento da segurança no casal ou no indivíduo (para com o parceiro), tendo sempre presente, e desenvolvendo em simultâneo, o mistério e o controlo. E ainda, ressalvando a importância de adereçar, à luz destas questões, evidentemente as relações de vinculação românticas, mas também as primárias (i.e., com a mãe ou figura maternal e com o pai ou figura paternal).

Referências bibliográficas

- Ainsworth, M. D. S. (1969). *Child Development*, 40(4), 969.
<https://doi.org/10.2307/1127008>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum
- Anderson, E. (2010). “At least with cheating there is an attempt at monogamy”:
Cheating and monogamism among undergraduate heterosexual men. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(7), 851–872.
<https://doi.org/10.1177/0265407510373908>
- Apt, C. & Hurlbert, D. F. (1992). Motherhood and female sexuality beyond one year postpartum: A study of military wives. *Journal of Sex Education and Therapy*, 18, 104-114. <https://doi.org/10.1080/01614576.1992.11074044>
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties, 3rd ed.* Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197695937.001.0001>
- Astle, S., Langin, K., Anderson, J. R., & Moors, A. C. (2024). Understanding Relationship Labels: A Content Analysis of Consensual Non-monogamous Relationship Agreements. *Sexuality & Culture*, 28(2), 710–732.
<https://doi.org/10.1007/s12119-023-10141-8>
- Attaky, A., Kok, G., & Dewitte, M. (2022). Attachment Orientation Moderates the Sexual and Relational Implications of Sexual Desire Discrepancies. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 48(4), 343–362.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2021.1991537>
- Averett, P., Benson, M., & Vaillancourt, K. (2008). Young women’s struggle for sexual agency: the role of parental messages. *Journal of Gender Studies*, 17(4), 331–344. <https://doi.org/10.1080/09589230802420003>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality & Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>

- Balzarini, R. N., Campbell, L., Kohut, T., Holmes, B. M., Lehmler, J. J., Harman, J. J., & Atkins, N. (2017). Perceptions of primary and secondary relationships in polyamory. *PLoS ONE*, 12(5), 1–20.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177841>
- Birnbaum, G. E. (2007). Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal of Social & Personal Relationships*, 24(1), 21–35. <https://doi.org/10.1177/0265407507072576>
- Birnbaum, G. E. (2010). Bound to interact: The divergent goals and complex interplay of attachment and sex within romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 245–252.
<https://doi.org/10.1177/0265407509360902>
- Birnbaum, G. E., Mikulincer, M., & Austerlitz, M. (2013). A fiery conflict: Attachment orientations and the effects of relational conflict on sexual motivation. *Personal Relationships*, 20(2), 294–310.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01413.x>
- Birnbaum, G. E., & Reis, H. T. (2012). When does responsiveness pique sexual interest? Attachment and sexual desire in initial acquaintanceships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(7), 946–958.
<https://doi.org/10.1177/0146167212441028>
- Birnbaum, G. E., Reis, H. T., Mikulincer, M., Gillath, O., & Orpaz, A. (2006). When sex is more than just sex: Attachment orientations, sexual experience, and relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(5), 929–943. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.5.929>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume I: Attachment*. The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Routledge.
- Brandon, M. (2016). Monogamy and Nonmonogamy: Evolutionary Considerations and Treatment Challenges. *Sexual Medicine Reviews*, 4(4), 343–352.
<https://doi.org/10.1016/j.sxmr.2016.05.005>

- Brassard, A., Peloquin, K., Dupuy, E., Wright, J., & Shaver, P. R. (2012). Romantic attachment insecurity predicts sexual dissatisfaction in couples seeking marital therapy. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 38(3), 245–262.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2011.606881>
- Brassard, A., Shaver, P. R., & Lussier, Y. (2007). Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. *Personal Relationships*, 14(3), 475–493. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00166.x>
- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141–154. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x>
- Byers, E. S., & Cohen, J. N. (2017). Validation of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction with women in a same-sex relationship. *Psychology of Women Quarterly*, 41(1), 32–45. <https://doi.org/10.1177/0361684316679655>
- Byers, E. S., Demmons, S., & Lawrance, K. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: a test of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Journal of Social & Personal Relationships*, 15(2), 257.
<https://doi.org/10.1177/0265407598152008>
- Caldwell, B. M., & Ricciuti, H. N. (1973). Review of child development research: *III Child development and social policy* (B. M. Caldwell & H. N. Ricciuti (Eds.)). U Chicago Press.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4(2), 111–131.
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.111>
- Cassidy, J., & Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 65(4), 971–981.
<https://doi.org/10.2307/1131298>
- Cicchetti, D. V. (1994). Guidelines, criteria, and rules of thumb for evaluating normed and standardized assessment instruments in psychology. *Psychological Assessment*, 6(4), 284–290. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.4.284>

- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: implications for explanation, emotion and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810–832. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.4.810>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., & Ziegler, A. (2013). The Fewer the Merrier?: Assessing Stigma Surrounding Consensually Non-monogamous Romantic Relationships. *Analyses of Social Issues & Public Policy*, 13(1), 1–30. <https://doi.org/10.1111/j.1530-2415.2012.01286.x>
- Conley, T. D., Matsick, J. L., Moors, A. C., & Ziegler, A. (2017). Investigation of consensually nonmonogamous relationships: Theories, methods, and new directions. *Perspectives on Psychological Science*, 12(2), 205–232. <https://doi.org/10.1177/1745691616667925>
- Conley, T. D., Piemonte, J. L., Guskova, S., & Rubin, J. D. (2018). Sexual satisfaction among individuals in monogamous and consensually non-monogamous relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(4), 509–531. <https://doi.org/10.1177/0265407517743078>
- Costa, P. A., & Ribeiro-Gonçalves, J. A. (2020). Consensual non-monogamy: Attitudes and experiences of heterosexual, homosexual, and plurisexual individuals. *Psicologia, Saúde & Doença*, 21(1), 104–110. <https://doi.org/10.15309/20psd210116>
- Davidson Sr., J. K., Darling, C. A., & Norton, L. (1995). Religiosity and the Sexuality of Women: Sexual Behavior and Sexual Satisfaction Revisited. *Journal of Sex Research*, 32(3), 235–243. <https://doi.org/10.1080/00224499509551794>
- Davis, D., Shaver, P. R., Widaman, K. F., Vernon, M. L., Folette, W. C., & Beitz, K. (2006). “I can’t get no satisfaction”: Insecure attachment, inhibited sexual communication, and sexual dissatisfaction. *Personal Relationships*, 13(4), 465–483. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00130.x>
- de Graaf, H., Vanwesenbeeck, I., Woertman, L., & Meeus, W. (2011). Parenting and adolescents’ sexual development in western societies: A literature review.

- European Psychologist*, 16(1), 21–31. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000031>
- DeLamater, J. (1991). Emotions and sexuality. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Sexuality in close relationships*. (pp. 49–70). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- de Oliveira, L., Štulhofer, A., Tafro, A., Carvalho, J., & Nobre, P. (2023). Sexual boredom and sexual desire in long-term relationships: A latent profile analysis. *Journal of Sexual Medicine*, 20(1), 14–21. <https://doi.org/10.1093/jsxmed/qdac018>
- Dewitte, M. (2012). Different perspectives on the sex-attachment link: Towards an emotion-motivational account. *Journal of Sex Research*, 49(2/3), 105–124. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.576351>
- Dobrescu, G. (2015). Love as Desire, Conflict and Oedipal Development. *Revue Roumaine de Psychanalyse*, 8(2), 162–182.
- Doherty, N. A., & Feeney, J. A. (2004). The composition of attachment networks throughout the adult years. *Personal Relationships*, 11(4), 469–488. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00093.x>
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. WW Norton & Company.
- Fairbrother, N., Hart, T. A., & Fairbrother, M. (2019). Open Relationship Prevalence, Characteristics, and Correlates in a Nationally Representative Sample of Canadian Adults. *Journal of Sex Research*, 56(6), 695–704. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1580667>
- Fagundes, C. P., & Schindler, I. (2012). Making of romantic attachment bonds: Longitudinal trajectories and implications for relationship stability. *Personal Relationships*, 19(4), 723–742. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01389.x>
- Feeney, J. A. (2008). Adult romantic attachment: Developments in the study of couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications.*, 2nd ed. (pp. 456–481). The Guilford Press.

- Fern, J. (2020). *Polysecure: Attachment, trauma and consensual nonmonogamy*. Thorntree Press.
- Ferreira, L. (2013). *Intimidade e desejo sexual nas relações de casal: o paradoxo da diferenciação conjugal* [Tese de doutoramento em Psicologia Clínica, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa.
<http://hdl.handle.net/10451/9925>
- Ferreira, L. C., & Narciso, I. (2021). Sexualidade e Terapia de Casal: Estado da Arte da Investigação e Intervenção. In M. J. Gouveia & M. Miranda (Eds.), *Manual de Terapia Familiar: Teoria, Avaliação e Intervenção Sistémica* (Cap. 8, pp. 103-112). Pactor.
- Ferreira, L. C., Narciso, I., Novo, R. F., & Pereira, C. R. (2016). Partners' similarity in differentiation of self is associated with higher sexual desire: A quantitative dyadic study. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 42(7), 635–647.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2015.1113584>
- Fish, L. S., Fish, R. C., & Sprenkle, D. H. (1984). Treating inhibited sexual desire: A marital therapy approach. *American Journal of Family Therapy*, 12(3), 3–12.
<https://doi.org/10.1080/01926188408250180>
- Flores, D., & Barroso, J. (2017). 21st Century Parent–Child Sex Communication in the United States: A Process Review. *Journal of Sex Research*, 54, 532–548.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1267693>
- Forbes, M. K., Eaton, N. R., & Krueger, R. F. (2017). Sexual Quality of Life and Aging: A Prospective Study of a Nationally Representative Sample. *Journal of Sex Research*, 54(2), 137–148.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1233315>
- Fraley, R. C. (2019). Attachment in adulthood: Recent developments, emerging debates, and future directions. *Annual review of psychology*, 70, 401-422.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>
- Fraley, R. C., Brumbaugh, C. C., & Marks, M. J. (2005). The Evolution and Function of Adult Attachment: A Comparative and Phylogenetic Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 731–746.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.5.751>

- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., & Vicary, A. M. (2011). The Experiences in Close Relationships--Relationship Structures Questionnaire: A Method for Assessing Attachment Orientations across Relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615–625. <https://doi.org/10.1037/a0022898>
- Fraley, R. C., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Owen, M. T., & Holland, A. S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(5), 817–838. <https://doi.org/10.1037/a0031435.supp>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Frank, K., & DeLamater, J. (2010). Deconstructing monogamy: Boundaries, identities, and fluidities across relationships. *Understanding non-monogamies*, 9-22.
- Gillath, O., Karantzas, G., Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment. A concise guide to theory and research*. New York: Academic.
- Girard, A. (2019). Sexual desire discrepancy. *Current Sexual Health Reports*, 11, 80-83. <https://doi.org/10.1007/s11930-019-00196-w>
- Gonzaga, G. C., Turner, R. A., Keltner, D., Campos, B., & Altemus, M. (2006). Romantic love and sexual desire in close relationships. *Emotion* (Washington, D.C.), 6(2), 163–179. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.2.163>
- Green, A. I., Valleriani, J., & Adam, B. (2016). Marital monogamy as ideal and practice: The detraditionalization thesis in contemporary marriages. *Journal of Marriage and Family*, 78(2), 416–430. <https://doi.org/10.1111/jomf.12277>
- Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment Relationships and Life Satisfaction During Emerging Adulthood. *Social Indicators Research*, 121(3), 833–847. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0655-1>

- Hamilton, L. D., De Santis, C., & Thompson, A. E. (2021). Introduction to the Special Section on consensual non-monogamy. *Archives of Sexual Behavior*, 50(4), 1217–1223. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02055-z>
- Hardy, J. W., & Easton, D. (2017). *The ethical slut: A practical guide to polyamory, open relationships and other freedoms in sex and love* (3rd ed.). Ten Speed Press
- Hauptert, M. L., Gesselman, A. N., Moors, A. C., Fisher, H. E., & Garcia, J. R. (2017). Prevalence of experiences with consensual nonmonogamous relationships: Findings from two national samples of single Americans. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 43(5), 424–440. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2016.1178675>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.
- Hazan, C., Campa, M., & Gur-Yaish, N. (2006). What Is Adult Attachment? In M. Mikulincer & G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. (pp. 47–70). The Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood*. (pp. 151–178). Jessica Kingsley Publishers.
- Hollist, C. S., & Miller, R. B. (2005). Perceptions of Attachment Style and Marital Quality in Midlife Marriage. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 54(1), 46–57. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2005.00005.x>
- Impett, E. A., Muise, A., & Peragine, D. (2014). Sexuality in the context of relationships. In *APA handbook of sexuality and psychology, Vol. 1: Person-based approaches*. (pp. 269–315). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14193-010>

- Katz, M., & Katz, E. (2022). Reconceptualizing Attachment Theory Through the Lens of Polyamory. *Sexuality & Culture*, 26(2), 792–809.
<https://doi.org/10.1007/s12119-021-09902-0>
- Kauppi, M. (2020). *Polyamory: A clinical toolkit for therapists (and their clients)*. Rowman & Littlefield.
- Klesse, C. (2006). Polyamory and its “Others”: Contesting the Terms of Non-Monogamy. *Sexualities*, 9(5), 565–583.
<https://doi.org/10.1177/1363460706069986>
- Klein, V., Becker, I., & Štulhofer, A. (2018). Parenting, communication about sexuality, and the development of adolescent womens’ sexual agency: A longitudinal assessment. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1486–1498.
<https://doi.org/10.1007/s10964-018-0873-y>
- Kolmes, K., & Witherspoon, R. G. (2017). Therapy With a Consensually Nonmonogamous Couple. *Journal of Clinical Psychology*, 73(8), 954–964.
<https://doi.org/10.1002/jclp.22509>
- Lawrance, K. A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal relationships*, 2(4), 267-285.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00092.x>
- Main, M. (1981). Avoidance in the service of attachment: A working paper. *Behavioral development: The Bielefeld interdisciplinary project*, 651-693.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy*. (pp. 95–124). Ablex Publishing
- Mark, K. P. (2014). The impact of daily sexual desire and daily sexual desire discrepancy on the quality of the sexual experience in couples. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(1), 27-33.

- Mark, K. P., Herbenick, D., Fortenberry, J. D., Sanders, S., & Reece, M. (2014). A psychometric comparison of three scales and a single-item measure to assess sexual satisfaction. *The Journal of Sex Research*, 51(2), 159-169.
- Mark, K. P., & Lasslo, J. A. (2018). Maintaining sexual desire in long-term relationships: A systematic review and conceptual model. *Journal of Sex Research*, 55(4-5), 563-581. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1437592>
- Mark, K. P., Vowels, L. M., & Murray, S. H. (2018). The impact of attachment style on sexual satisfaction and sexual desire in a sexually diverse sample. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 44(5), 450-458. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1405310>
- Matsick, J. L., Conley, T. D., Ziegler, A., Moors, A. C., & Rubin, J. D. (2014). Love and sex: Polyamorous relationships are perceived more favourably than swinging and open relationships. *Psychology & Sexuality*, 5(4), 339-348. <https://doi.org/10.1080/19419899.2013.832934>
- McNulty, J. K., Wenner, C. A., & Fisher, T. D. (2016). Longitudinal associations among relationship satisfaction, sexual satisfaction, and frequency of sex in early marriage. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 85-97. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0444-6>
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult Attachment in a Nationally Representative Sample. *Journal of Personality & Social Psychology*, 73(5), 1092-1106. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.5.1092>
- Mikulincer, M. (2006). Attachment, Caregiving, and Sex within Romantic Relationships: A Behavioral Systems Perspective. In M. Mikulincer & G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. (pp. 23-44). The Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12(2), 149-168. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00108.x>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). A behavioral systems perspective on the psychodynamics of attachment and sexuality. In D. Diamond, S. J. Blatt, & J.

- D. Lichtenberg (Eds.), *Attachment and sexuality*. (Vol. 21, pp. 51–78). The Analytic Press/Taylor & Francis Group.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Publications.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Bar-On, N., & Ein-Dor, T. (2010). The pushes and pulls of close relationships: Attachment insecurities and relational ambivalence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(3), 450–468.
<https://doi.org/10.1037/a0017366>
- Mintz, A. S., Tereno, S., Guédény, N. (2015). Relations d'attachement chez l'adulte. In *L'attachement: approche théorique*. Paris: Elsevier Masson SAS.
- Mitchell, S. (2002). *Can love last? The fate of romance over time*. New York: Norton.
- Mogilski, J. K., Memering, S. L., Welling, L. L. M., & Shackelford, T. K. (2017). Monogamy versus consensual non-monogamy: Alternative approaches to pursuing a strategically pluralistic mating strategy. *Archives of Sexual Behavior*, 46(2), 407–417. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0658-2>
- Moors, A. C., Conley, T. D., Edelstein, R. S., & Chopik, W. J. (2015). Attached to monogamy? Avoidance predicts willingness to engage (but not actual engagement) in consensual non-monogamy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(2), 222–240. <https://doi.org/10.1177/0265407514529065>
- Moors, A. C., Ryan, W., & Chopik, W. J. (2019). Multiple loves: The effects of attachment with multiple concurrent romantic partners on relational functioning. *Personality and Individual Differences*, 147, 102–110.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.023>
- Moors, A. C., Schechinger, H. A., Balzarini, R., & Flicker, S. (2021). Internalized consensual non-monogamy negativity and relationship quality among people engaged in polyamory, swinging, and open relationships. *Archives of Sexual Behavior*, 50(4), 1389–1400. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01885-7>
- Moors, A. C., Selterman, D. F., & Conley, T. D. (2017). Personality correlates of desire to engage in consensual non-monogamy among lesbian, gay, and

- bisexual individuals. *Journal of Bisexuality*, 17(4), 418–434.
<https://doi.org/10.1080/15299716.2017.1367982>
- Moreira, H., Martins, T., Gouveia, M. J., & Canavarro, M. C. (2015). Assessing adult attachment across different contexts: Validation of the Portuguese version of the Experiences in Close Relationships–Relationship Structures Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 97(1), 22–30.
<https://doi.org/10.1080/00223891.2014.950377>
- Morgan, E. M., Thorne, A., & Zurbriggen, E. L. (2010). A Longitudinal Study of Conversations with Parents about Sex and Dating during College. *Developmental Psychology*, 46(1), 139–150. <https://doi.org/10.1037/a0016931>
- Morrison, T., Beaulieu, D., Brockman, M., & Beaglaioich, C. (2013). A comparison of polyamorous and monoamorous persons: are there differences in indices of relationship well-being and sociosexuality? *Psychology & Sexuality*, 4(1), 75–91. <https://doi.org/10.1080/19419899.2011.631571>
- Muise, A., Maxwell, J. A., & Impett, E. A. (2018). What Theories and Methods From Relationship Research Can Contribute to Sex Research. *Journal of Sex Research*, 55(4/5), 540–562. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1421608>
- Parsons, J. T., Starks, T. J., Gamarel, K. E., & Grov, C. (2012). Non-monogamy and sexual relationship quality among same-sex male couples. *Journal of Family Psychology*, 26(5), 669–677. <https://doi.org/10.1037/a0029561>
- Pascoal, P., Narciso, I., Pereira, N., & Ferreira, A. (2013). Processo de Validação da Global Measure of Sexual Satisfaction em Três Amostras da População Portuguesa. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 691–700.
<https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400009>
- Pascoal, P. M., Narciso, I., & Pereira, N. M. (2014). What is sexual satisfaction? Thematic analysis of lay people’s definitions. *Journal of Sex Research*, 51, 22–30. <https://doi.org/10.1080/00224499.2013.815149>
- Péloquin, K., Byers, E. S., Callaci, M., & Tremblay, N. (2019). Sexual portrait of couples seeking relationship therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(1), 120–133. <https://doi.org/10.1111/jmft.12328>

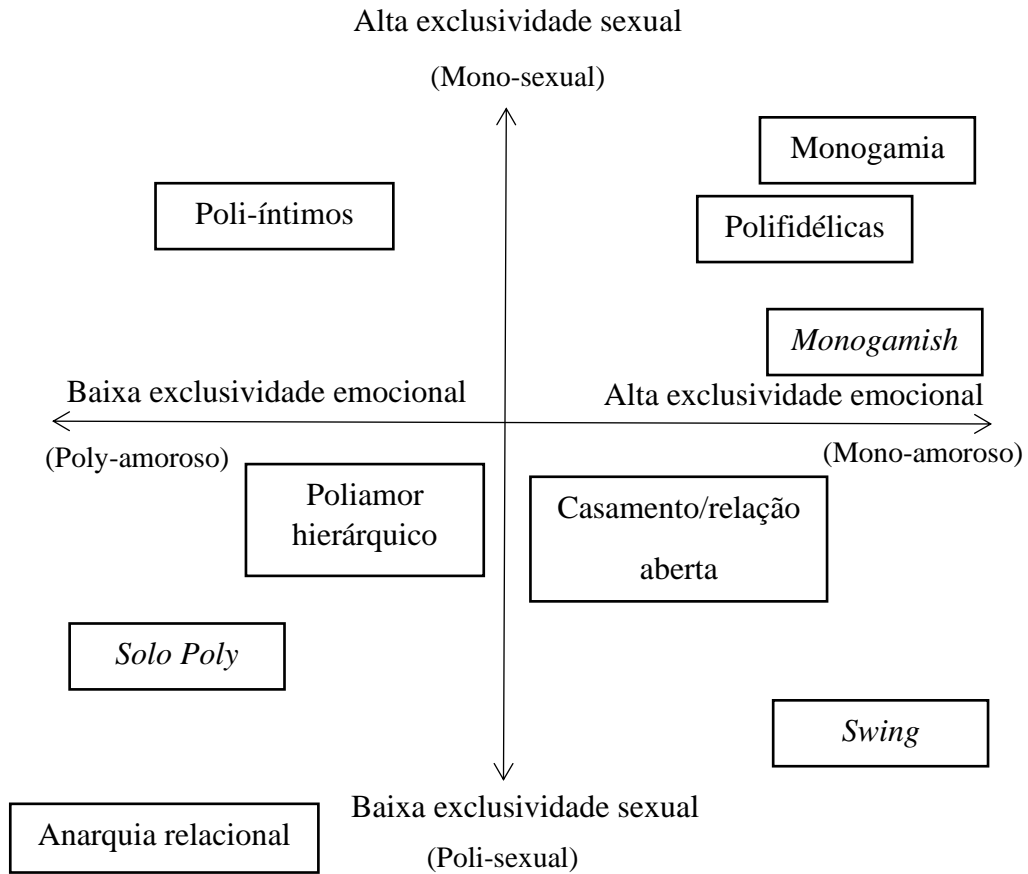
- Peloquin, K., Brassard, A., Lafontaine, M. F., & Shaver, P. R. (2014). Sexuality examined through the lens of attachment theory: Attachment, caregiving, and sexual satisfaction. *Journal of Sex Research*, 51(5), 561–576.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2012.757281>
- Perel, E. (2007). *Mating in Captivity - How To Keep Desire And Passion Alive In Long-Term Relationships*. Hodder & Soughton.
- Perel, E. (2019). *I(n)Fidelidade - Repensar o amor e as relações* (P. Tavares & S. M. Felício, Trans.). Bertrand Editora. (Original work published 2017)
- Regan, P. C., & Berscheid, E. (1999). *Lust: What we know about human sexual desire*. Sage Publications, Inc.
- Reid, P. T., & Bing, V. M. (2000). Sexual roles of girls and women: An ethnocultural lifespan perspective. In *Sexuality, society, and feminism*. (pp. 141–166). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10345-006>
- Rubel, A. N., & Bogaert, A. F. (2015). Consensual Nonmonogamy: Psychological Well-Being and Relationship Quality Correlates. *Journal of Sex Research*, 52(9), 961–982. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.942722>
- Schachner, D. A., & Phillip R. Shaver. (2004). Attachment dimensions and sexual motives. *Personal Relationships*, 11(2), 179–195.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00077.x>
- Sheff, E. (2005). Polyamorous Women, Sexual Subjectivity and Power. *Journal of Contemporary Ethnography*, 34(3), 251–283.
<https://doi.org/10.1177/0891241604274263>
- Sheff, E., & Tesene, M. M. (2015). Consensual non-monogamies in industrialized nations. In *Handbook of the sociology of sexualities*. (pp. 223–241). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-17341-2_13
- Sizemore, K. M., & Olmstead, S. B. (2017). Testing the validity and factor structure of the Willingness to Engage in Consensual Non-monogamy Scale among college men and women. *Sexuality Research & Social Policy: A Journal of the NSRC*, 14(2), 182–191. <https://doi.org/10.1007/s13178-016-0263-8>

- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research*, 39(3), 190–196. <https://doi.org/10.1080/00224490209552141>
- Soares, I. M. C. (1996). Representação da vinculação na idade adulta e na adolescência. Estudo intergeracional: mãe-filho (a).
- Spector, I. P., Carey, M. P., & Steinberg, L. (1996). The Sexual Desire Inventory: Development, factor structure, and evidence of reliability. *Journal of sex & marital therapy*, 22(3), 175-190. <https://doi.org/10.1080/00926239608414655>
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). *Child Development*, 48(4), 1184–1199. <https://doi.org/10.2307/1128475>
- Sroufe, L. A. (1992). Relationships, self, and individual adaptation. In A. J. Sameroff & R. N. Emde (Eds.), *Relationship disturbances in early childhood: A developmental approach*. (pp. 70–94). Basic Books/Hachette Book Group.
- Stefanou, C., & McCabe, M. P. (2012). Adult attachment and sexual functioning: A review of past research. *Journal of Sexual Medicine*, 9(10), 2499–2507. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2012.02843.x>
- Stephens, A. K., & Emmers-Sommer, T. M. (2020). Adults' identities, attitudes, and orientations concerning consensual non-monogamy. *Sexuality Research & Social Policy: A Journal of the NSRC*, 17(3), 469–485. <https://doi.org/10.1007/s13178-019-00409-w>
- Štulhofer, A., Buško, V., & Brouillard, P. (2010). Development and Bicultural Validation of the New Sexual Satisfaction Scale. *Journal of Sex Research*, 47(4), 257–268. <https://doi.org/10.1080/00224490903100561>
- Štulhofer, A., Ferreira, L. C., & Landripet, I. (2014). Emotional intimacy, sexual desire, and sexual satisfaction among partnered heterosexual men. *Sexual and Relationship Therapy*, 29(2), 229–244. <https://doi.org/10.1080/14681994.2013.870335>
- St. Vil, N. M., Bay-Cheng, L. Y., Ginn, H. G., & Chen, Z. (2022). Perceptions of monogamy, nonconsensual nonmonogamy and consensual nonmonogamy at

- the intersections of race and gender. *Culture, Health & Sexuality*, 24(1), 109–124. <https://doi.org/10.1080/13691058.2020.1817561>
- Taylor, P., Funk, C., & Clark, A. (2007). As marriage and parenthood drift apart, public is concerned about social impact: Generation gap in values, behaviors. Retrieved from <http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/3/2007/07/Pew-Marriage-report-6-28-for-web-display.pdf>
- Tereno, S., Soares, I., Martins, E., Sampaio, D., & Carlson, E. (2007). La théorie de l’attachement: Son importance dans un contexte pédiatrique = Attachment theory: Its importance within a pediatric framework. *Devenir*, 19(2), 151–188. <https://doi.org/10.3917/dev.072.0151>
- Træen, B., & Thuen, F. (2022). Non-consensual and Consensual Non-monogamy in Norway. *International Journal of Sexual Health*, 34(1), 65–80. <https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1947931>
- van Lankveld, J. J. D. M., Dewitte, M., Verboon, P., & van Hooren, S. A. H. (2021). Associations of intimacy, partner responsiveness, and attachment-related emotional needs with sexual desire. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.665967>
- Weiss, R. S. (1975). *Marital separation*. New York: Basic Books
- Widman, L., Choukas-Bradley, S., Noar, S. M., Nesi, J., & Garrett, K. (2016). Parent-Adolescent Sexual Communication and Adolescent Safer Sex Behavior: A Meta-Analysis. *JAMA Pediatrics*, 170(1), 52–61. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2015.2731>
- Wood, J., Desmarais, S., Burleigh, T., & Milhausen, R. (2018). Reasons for sex and relational outcomes in consensually nonmonogamous and monogamous relationships: A self-determination theory approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(4), 632–654. <https://doi.org/10.1177/0265407517743082>

Anexos

Anexo A – Figura adaptada de Fern (2020) – Diferentes tipos de Não Monogamia Consensual (NMC)



Anexo B – Questionário Sociodemográfico

Género

- Masculino (Cis ou Trans)
- Feminino (Cis ou Trans)
- Não binário
- Prefere não dizer

Orientação sexual

- Heterossexual
- Homossexual
- Bissexual
- Outro
- Prefere não dizer

Indique a sua Idade (em anos)

Indique a sua Nacionalidade

Estado Civil

- Solteiro/a/e
- Casado/a/e
- União de facto
- Divorciado/a/e
- Separado/a/e
- Viúvo/a/e

Tipo de relacionamento

- Relação monogâmica

- Relações não monogâmicas

Se é uma pessoa não monogâmica tem uma ou mais relações principais?

- Sim
- Não

Se respondeu que sim, indique o seu modelo relacional não monogâmico hierárquico: o

- Swing*
- Poliamor
- Monogamish*
- Mono-flexível
- Relação aberta
- Outro _____

Se respondeu que não, indique o seu modelo relacional não monogâmico e termine aqui o questionário. Obrigada pela sua participação!

- Solopoly*
- Anarquia relacional
- Poliamor não hierárquico
- Agamia
- Outro _____

Qual a duração da sua relação?

- Entre 1 a 2 anos
- Entre 2 a 3 anos
- Entre 3 a 4 anos
- Mais de 5 anos

Indique o número de filhos (em números)

Escolaridade

- Ensino primário

- Ensino básico
- Ensino secundário
- Ensino superior

Estatuto socioeconómico

- Classe baixa
- Classe média
- Classe alta

Anexo C – Escalas das variáveis em estudo

Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais (ERP-ER; Fraley, 2011; Versão portuguesa: H. Moreira et al. (2015)

Neste questionário vamos fazer-lhe algumas perguntas sobre a sua relação com algumas pessoas que desempenharam ou ainda desempenham um papel importante na sua vida (bom ou mau). Ser-lhe-ão feitas perguntas sobre os seus pais e companheiro(a).

Por favor, indique **em que medida concorda ou discorda com cada afirmação**, colocando um círculo à volta do número que me melhor traduzir a sua resposta.

Por favor, responda às seguintes questões relativamente **à sua mãe ou figura materna**. Se a sua mãe ou figura materna já tiver falecido, gostaríamos que respondesse tendo em conta a forma como se sentia quando ela estava viva.

		Discordo totalmente	Discordo moderadamente	Não concordo nem discordo	Concordo moderadamente	Concordo totalmente		
1	Ajuda-me poder contar com esta pessoa em situações de necessidade.	1	2	3	4	5	6	7
2	Costumo discutir os meus problemas e preocupações com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
3	Eu discuto assuntos e converso sobre as coisas com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mim é fácil confiar nesta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
5	Não me sinto confortável para desabafar ou abrir-me com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
6	Prefiro não mostrar a esta pessoa como me sinto lá no fundo.	1	2	3	4	5	6	7

7	Preocupo-me frequentemente que esta pessoa não goste realmente de mim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Tenho medo que esta pessoa possa abandonar-me.	0	1	2	3	4		
9	Preocupo-me que esta pessoa não goste tanto de mim quanto eu gosto dela.	0	1	2	3	4		

Por favor, responda às seguintes questões relativamente ao seu pai ou figura paterna. Se **o seu pai ou figura paterna** já tiver falecido, gostaríamos que respondesse tendo em conta a forma como se sentia quando ele estava vivo.

		Discordo totalmente	Discordo	Discordo moderadamente	Não concordo nem discordo	Concordo moderadamente	Concordo	Concordo totalmente
1	Ajuda-me poder contar com esta pessoa em situações de necessidade.	1	2	3	4	5	6	7
2	Costumo discutir os meus problemas e preocupações com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
3	Eu discuto assuntos e converso sobre as coisas com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mim é fácil confiar nesta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
5	Não me sinto confortável para desabafar ou abrir-me com esta pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
6	Prefiro não mostrar a esta pessoa como me sinto lá no fundo.	1	2	3	4	5	6	7
7	Preocupo-me frequentemente que esta pessoa não goste realmente de mim.	1	2	3	4	5	6	7

8 Tenho medo que esta pessoa possa abandonar-me. 0 1 2 3 4

9 Preocupo-me que esta pessoa não goste tanto de mim quanto eu gosto dela. 0 1 2 3 4

Por favor, responda às seguintes questões relativamente ao/à seu(sua) companheiro(a) (e.g., marido/esposa, namorado(a), etc.).

		Discordo totalmente	Discordo moderadamente	Não concordo nem discordo	Concordo moderadamente	Concordo totalmente
1	Ajuda-me poder contar com esta pessoa em situações de necessidade.	1	2	3	4	5 6 7
2	Costumo discutir os meus problemas e preocupações com esta pessoa.	1	2	3	4	5 6 7
3	Eu discuto assuntos e converso sobre as coisas com esta pessoa.	1	2	3	4	5 6 7
4	Para mim é fácil confiar nesta pessoa.	1	2	3	4	5 6 7
5	Não me sinto confortável para desabafar ou abrir-me com esta pessoa.	1	2	3	4	5 6 7
6	Prefiro não mostrar a esta pessoa como me sinto lá no fundo.	1	2	3	4	5 6 7
7	Preocupo-me frequentemente que esta pessoa não goste realmente de mim.	1	2	3	4	5 6 7
8	Tenho medo que esta pessoa possa abandonar-me.	0	1	2	3	4
9	Preocupo-me que esta pessoa não goste tanto de mim quanto eu gosto dela.	0	1	2	3	4

Medida Global de Satisfação Sexual (GMSEX; Versão portuguesa de Pascoal & Narciso, 2006) – escala que avalia a satisfação sexual

Na globalidade, como descreveria a sua **relação sexual** com o/ seu/sua companheiro/a?
 Para *cada par* de palavras abaixo, assinale o número que melhor descreve a vossa relação sexual como um todo.

Muito boa	1	2	3	4	5	6	7	Muito má
Muito agradável	1	2	3	4	5	6	7	Muito desagradável
Muito positiva	1	2	3	4	5	6	7	Muito negativa
Muito satisfatória	1	2	3	4	5	6	7	Muito insatisfatória
Muito importante	1	2	3	4	5	6	7	Muito irrelevante

Hurlbert Index of Sexual Desire (HISD; Hurlbert & Apt, 1992); Tradução e adaptação: Ferreira, Narciso & Novo (2013) - escala que avalia o desejo sexual

Para cada afirmação, por favor assinale um círculo à volta do número que melhor ilustra os seus pensamentos e sentimentos. **Por favor, tente ser genuíno/a nas suas respostas. As suas respostas são confidenciais.**

		Sempre	A maioria das vezes	Algumas vezes	Raramente	Nunca
1	Fico excitado/a só de pensar no/a meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
2	Tento evitar situações que poderiam encorajar o/a meu/minha companheiro/a a querer ter relações sexuais.	0	1	2	3	4
3	Sonho acordado/a com sexo.	0	1	2	3	4
4	É difícil para mim ficar com disposição para ter relações sexuais.	0	1	2	3	4
5	Tenho mais desejo sexual do que o meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
6	É difícil para mim fantasiar sobre temas sexuais.	0	1	2	3	4
7	Antecipo com prazer os momentos sexuais com o meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
8	Tenho um enorme apetite sexual.	0	1	2	3	4
9	Gosto de ter fantasias sexuais durante os momentos sexuais com o meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
10	É fácil para mim entrar num “estado de espírito” sexual.	0	1	2	3	4
11	O meu desejo sexual deveria ser mais forte.	0	1	2	3	4
12	Gosto de pensar sobre sexo.	0	1	2	3	4
13	Desejo sexo.	0	1	2	3	4
14	É fácil para mim passar semanas sem ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a	0	1	2	3	4
15	A minha motivação para ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a é baixa.	0	1	2	3	4
16	Sinto que quero menos sexo do que a maioria das pessoas.	0	1	2	3	4

17	É fácil para mim criar fantasias sexuais na minha imaginação.	0	1	2	3	4
18	Tenho um forte instinto sexual.	0	1	2	3	4
19	Gosto de pensar sobre ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a	0	1	2	3	4
20	O meu desejo de ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a é forte.	0	1	2	3	4
21	Sinto que o sexo não é um aspeto importante na minha relação com o/a meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
22	Penso que o meu nível de energia para ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a é demasiado baixo.	0	1	2	3	4
23	É difícil para mim ficar com disposição para ter relações sexuais.	0	1	2	3	4
24	Não tenho desejo suficiente para procurar ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4
25	Tento evitar ter relações sexuais com o/a meu/minha companheiro/a.	0	1	2	3	4

Anexo D – Consentimento informado

Este estudo é realizado no âmbito de uma investigação para a conclusão do Mestrado em Psicologia Clínica a realizar no Ispa – Instituto Universitário. Este estudo tem como objetivo estudar as relações amorosas e a qualidade da relação.

Condições para participar no estudo:

- Ter entre 18 e 35 anos
- Ter nacionalidade portuguesa e/ou viver em Portugal
- Estar numa relação amorosa monogâmica ou não monogâmica há pelo menos um ano.

Este questionário tem uma duração total aproximada de 10 minutos.

Aceito participar neste estudo, autorizando a utilização dos meus dados:

- Sim
- Não

Anexo E – Tabela com medidas de assimetria e curtose (ERP-ER, GMSEX e HISD)

Valores de assimetria e curtose das variáveis: vinculação (ERP-ER), satisfação sexual (GMSEX) e desejo sexual (HISD).

	Assimetria	Curtose
ERP-ER		
Ansiedade	.95	.30
Evitação	.21	-.60
GMSEX	-1.63	2.59
HISD	-.51	-.07

ERP-ER – Experiências nas Relações Próximas – Estruturas Relacionais, GMSEX– Global Measure of Sexual Satisfaction , HISD - Hurlbert Index of Sexual Desire

Anexo F – Tabela Teste T-Student para amostras emparelhadas (Vinculação Mãe e Pai e dimensão evitação e ansiedade para estes dois alvos emocionais)

		Média	<i>t</i>	df	p
Vinculação (total)	Mãe	2.69			
	Pai	3.17	-7.87	423	<.001
Evitação	Mãe	2.94			
	Pai	3.63	-8.56	423	<.001
Ansiedade	Mãe	2.20			
	Pai	2.25	-.943	423	.346

Anexo G – Tabela teste de efeitos de interação

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação com a mãe (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e a satisfação sexual como variável dependente (VD).

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	1.52	1	1.51	2.01	.29	.00
Vinculação Mãe	.88	1	.88	.64	.42	.00
Tipo de relacionamento * Vinculação com a Mãe	1.73	1	1.73	1.26	.26	.00

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação com a mãe (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e o desejo sexual como variável dependente (VD).

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	378.94	1	378.94	1.37	.24	.00
Vinculação Mãe	625.28	1	625.28	2.26	.13	.01
Tipo de relacionamento * Vinculação com a Mãe	451.84	1	451.84	1.64	.20	.00

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação com o pai (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e a satisfação sexual como variável dependente (VD).

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	de	2.75	1	2.75	2.01	.16	.01
Vinculação com o Pai		.01	1	.01	.00	.95	.00
Tipo de relacionamento * Vinculação com o Pai	de	1.50	1	1.50	1.10	.30	.00

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação com o pai (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e o desejo sexual como variável dependente (VD).

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	de	1141.93	1	1141.93	4.12	.04	.01
Vinculação com o Pai		176.39	1	176.39	.64	.43	.00
Tipo de relacionamento * Vinculação com o Pai	de	7.43	1	7.43	.03	.87	.00

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação romântica (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e a satisfação sexual como variável dependente (VD).

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	de	5.64	1	5.64	4.12	.04	.01
Vinculação Romântica		2.57	1	2.57	1.84	.18	.00
Tipo de relacionamento * Vinculação Romântica	de	.00	1	-	-	-	.00

ANOVA *two-way* com o tipo de relacionamento (monogâmico e não monogâmico consensual) e a vinculação romântica (segura e insegura) como variáveis independentes (VI) e o desejo sexual como variável dependente (VD).

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig	Partial Eta Squared
Tipo de relacionamento	de	1326.24	1	1326.24	4.80	.03	.01
Vinculação Romântica		72.82	1	72.82	.26	.61	.00
Tipo de relacionamento * Vinculação Romântica	de	.00	0	-	-	-	.00