



As Relações entre a Resiliência,
a Vinculação e a Depressão na Adolescência

CAROLINA FERREIRA

Orientador de Dissertação:

Professor Doutor António José dos Santos

Coordenador de Seminário de Dissertação:

Professor Doutor António José dos Santos

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção de grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

2023

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

Agradecimentos

Ao Professor Doutor António José dos Santos, por todo o apoio que deu durante a dissertação.

Ao Colégio St. Peter's School, por fazer parte da minha vida praticamente desde que nasci e por aceitar participar no estudo, bem como a todos os que colaboraram.

Aos meus pais, por me darem a oportunidade para experienciar os meus sonhos, pelo apoio na conclusão dos meus estudos e por serem sinónimo de resiliência e eficácia.

À minha irmã, pela leveza que traz à vida, por celebrar comigo as minhas vitórias e, mesmo que já não partilhemos a mesma casa física, ela vai ser sempre casa, esteja perto ou longe.

Ao David, por acreditar em mim, mesmo quando eu não acredito, por ser tranquilidade e paciência, por me apoiar constantemente – por ser exemplo de amor.

Aos meus amigos, porque a vida seria difícil e sem graça caso estivessem ausentes.

À Rita, porque os anos passam e nada muda. Andamos de mãos dadas desde pequenas, que sorte a minha ter um amor tão grande na minha vida.

À Isabela, pelo apoio, pelas gargalhadas e pelo investimento numa relação tão bonita que nos faz crescer constantemente. O que começou na faculdade vai continuar a ser cultivado sempre.

À Marisa e à Filipa pela honestidade, pela delicadeza, por nunca desistirem de mim, mesmo nos momentos mais difíceis. Por tudo o que passámos, pela vida linda que vamos continuar a construir juntas e pelo amor que temos umas pelas outras.

À Mariana, que me mostra que há espaço para crescer na amizade sem que o amor se esgote.

Obrigada.

Foi o fim de mais uma aventura bonita.

Que venha a próxima.

Resumo

O objetivo deste estudo é compreender a relação entre três variáveis diferentes: resiliência, depressão e vinculação. Tendo em conta o período de metamorfose pelo qual os adolescentes passam, descrito por Coimbra de Matos (2002, p. 147) como “a passagem do Cabo das Tormentas - figurada como difícil e perigosa -, que se transforma em Cabo da Boa Esperança” é importante perceber como a depressão poder afetar o seu caminho e que processos podem proteger ou pôr em risco os adolescentes. A amostra deste estudo é de 29 alunos com idades entre os 15 e os 18 anos, entre eles, 11 são do sexo masculino e 18 do sexo feminino e 12 são do género masculino e 17 do género feminino e com uma média de idades dos participantes de 17 anos. É possível compreender através da análise dos dados que existem diferenças entre o género masculino e feminino, sendo que o género feminino tem mais tendência para investir nas relações do que o género masculino, tendo valores associados a dimensões da Dependência mais elevados e o género masculino tem níveis de Perceção de Self mais elevados. Os diferentes géneros passam por processos de socialização diferentes que são muito relevantes de serem compreendidos para que seja possível entender o funcionamento das variáveis. Em termos de resiliência, é essencial ter em conta que esta varia com indivíduo, pois as situações de risco para um determinado sujeito podem ser consideradas protetoras para outro, dependendo do contexto. Por fim, é feita uma reflexão acerca dos resultados obtidos, as limitações e o que poderá ser feito no futuro.

Palavras-chave: depressão; dependência; vinculação; resiliência; género

Abstract

The aim of this study is to understand the relationship between three different variables: resilience, depression, and attachment. Considering the period of metamorphosis that adolescents go through, as described by Coimbra de Matos (2002, p. 147) as "the passage of the Cape of Storms - depicted as difficult and dangerous - which transforms into the Cape of Good Hope," it is important to grasp how depression can affect their journey and which processes can protect or threaten adolescents. The sample in this study consists of 29 students aged between 15 and 18 years, among them, 11 are male and 18 are female, with 12 being of the male gender and 17 of the female gender, and with an average age of the participants being 17 years. It is possible to understand from analyzing the data that there are differences between the male and female genders, with the female gender having a greater tendency to invest in relationships than the male gender, with higher values associated with the dimensions of Dependency, and the male gender having higher levels of Perception of Self. The different genders go through different socialization processes which are very important to understand how the variables work. In terms of resilience, it is essential to bear in mind that it varies according to the individual, as risk factors for one person may be considered protective for another, depending on the context. Finally, there is a reflection on the results obtained, the limitations and what could be done in the future.

Keywords: depression; dependency; attachment; resilience; gender

ÍNDICE

Introdução	8
Resiliência	8
Depressão	11
Vinculação	17
O Presente Estudo: Resiliência, Depressão e Vinculação	22
Método	23
Participantes	23
Instrumentos	23
<i>Escala de Resiliência para Adultos (Pereira, Cardoso, Albuquerque, Janeiro & Alves, 2016)</i>	23
<i>Adaptação do Questionário de Experiências Depressivas (Campos, 2000)</i>	24
<i>Narrativas sobre as Representações da Vinculação em Adolescentes (Dykas, Woodhouse, Cassidy & Waters, 2006)</i>	25
Procedimentos	25
Resultados	26
Análises Descritivas	26
<i>Fiabilidade das Medidas</i>	26
<i>Correlações entre as Variáveis</i>	26
<i>Comparação de Médias em função do Género</i>	27
Análises de Regressão Múltipla	31
Discussão	37
Referências	42

Lista de Tabelas

Tabela 1- Alfa de Cronbach.....	26
Tabela 2- Correlações entre as Variáveis.....	29
Tabela 3- Testes-T em função do Género.....	30
Tabela 4- Análise de Regressão prevendo a Dependência.....	31
Tabela 5- Análise de Regressão prevendo o Auto-Criticismo.....	32
Tabela 6- Análise de Regressão prevendo a Eficácia.....	32
Tabela 7- Análise de Regressão prevendo Subescalas da Dependência.....	35

Lista de Figuras

Figura 1- Análise de Regressão prevendo a Dependência.....	31
Figura 2- Análise de Regressão prevendo a Dependência imatura.....	33
Figura 3- Análise de Regressão prevendo a Necessidade.....	34
Figura 4- Análise de Regressão prevendo a Conexão.....	34

Introdução

Resiliência

Os indivíduos desenvolvem recursos diferentes para lidarem com as mais distintas experiências que surgem ao longo da vida, não possuindo o mesmo nível de eficácia no que diz respeito à adaptação às várias mudanças do ambiente que os rodeia. Assim, existe a preocupação de estudar esta adaptação, tentando perceber a forma como o sujeito se relaciona com o ambiente (Block & Kremen, 1996). Block e Block (1980) começaram a estudar dois parâmetros da personalidade há mais de 40 anos a que chamaram de ego-controlo e ego-resiliência, iniciando a avaliação da sua relevância através de várias situações experimentais e testes psicológicos.

Os termos ego-controlo e ego-resiliência desenvolveram-se numa tentativa de integrarem algumas das características da teoria psicanalítica. Esta é uma teoria com foco no impulso, algo primitivo no indivíduo. Se é suposto este estar adaptado, então, é preciso que o impulso esteja controlado. Para desenvolver um controlo deste impulso é necessário tempo de maturação e desenvolvimento de algumas estruturas de personalidade que surgem com a experiência. Estas estruturas de personalidade organizadas e preparadas para fornecerem ao indivíduo tanto evitamento de perigo como a gratificação chamam-se ego, segundo a teoria psicanalítica. Alguns exemplos destas estruturas do ego em funcionamento são o atraso na gratificação, a inibição da agressão e a previsão de consequências antes da ação. Assim, para que estas funções do ego ocorram tem de existir um controlo de impulso, tal como mencionado anteriormente, ou seja, um controlo do ego (Block & Block, 1980).

Relativamente ao ego-controlo é importante compreender o grau de permeabilidade de limites, ou seja, um sobrecontrolo representa um grau de impermeabilidade excessivo, resultando na contenção do impulso, no atraso da gratificação, na inibição da ação e afeto e no isolamento. Contrariamente, no subcontrolo dá-se o oposto com uma excessiva permeabilidade, extrema dificuldade de controlo de impulso, incapacidade de atrasar a gratificação, expressão imediata e direta dos afetos e grande vulnerabilidade a fatores externos. Sendo assim, é esperado que o sujeito sobrecontrolador seja contido e inibido, que manifeste impulsos e necessidades indiretamente, que atrase a gratificação, que demonstre pouca emoção, que seja categórico no processamento da informação, que não se distraia, que seja pouco explorador, conformista, com interesses pouco modificáveis, organizado, que não goste e até mesmo evite

situações ambíguas e inconsistentes. É possível observar o oposto com o indivíduo subcontrolador que deverá demonstrar espontaneidade, expressar as suas necessidades e impulsos diretamente, procurar gratificação imediata, expressar flutuação de humor, ser muito inclusivo no processamento da informação, ter muitos interesses diferentes, mas de curta duração, ser distraído, explorador, pouco conformista, confortável com inconsistência ou ambiguidade, mais original, que viva de forma mais improvisada. É de notar que fazer parte tanto de uma categoria como de outra pode significar uma disfuncionalidade adaptativa (Block & Block, 1980).

O sobrecontrole e o subcontrole podem ter as suas vantagens e desvantagens dependendo da situação, pois um indivíduo sobrecontrolador é mais disciplinado e exibe um comportamento mais diretivo, o que pode ser benéfico em algumas situações, no entanto pode ser prejudicial quando existe um controle excessivo que impede a fruição pessoal ao atrasar a gratificação e o prazer, sem justificação. Contrariamente, o indivíduo subcontrolador, adaptativamente, tem mais tendência para expressar-se de uma forma que promove o estabelecimento de relações íntimas através do afeto, simpatia e espontaneidade, tendo mais capacidade para aproveitar as experiências, porém, de uma perspectiva mal adaptativa, pode tornar-se desorganizado e ter comportamentos erráticos e arriscados (Letzring, Block, Funder, 2005).

No que diz respeito à ego-resiliência, trata-se da capacidade de o indivíduo modificar o seu nível de ego-controle em qualquer direção, dependendo da necessidade apresentada pelo contexto e, se com o ego-controle trata-se de permeabilidade, em relação à ego-resiliência trata-se de elasticidade de limites. Desta forma, se num extremo do espetro está a ego-resiliência, em que existe uma adaptação à mudança das circunstâncias e utilização de estratégias de resolução de problemas de forma flexível, por outro lado também é possível identificar no espetro da ego-resiliência, uma ego-fragilidade em que há pouca flexibilidade na resposta às necessidades situacionais, que origina uma desorganização mental na presença de mudanças ou stress e dificuldade em recuperar após situações traumáticas (Block & Block, 1980).

Pode dizer-se que o indivíduo resiliente tem recursos para lidar com diferentes situações que lhe são desconhecidas, não se desorganiza facilmente face ao stress, consegue lidar com um ou mais estímulos em competição e está comprometido com o mundo, mas não lhe é subserviente. Pelo contrário, um indivíduo que não é resiliente, ou seja, apresenta ego-fragilidade, tem uma margem adaptativa muito pequena, tem dificuldade a responder a situações novas, tornando-se imobilizado, rigidamente repetitivo, com comportamento difuso sob stress e não consegue adaptar-se ao tempo externo (Block & Block, 1980).

Foram avaliadas 120 crianças aos 3, 4, 5 e 7 anos através de uma bateria de 38 procedimentos que constavam em testes estandardizados, situações de laboratório, observações da brincadeira em cenários estandardizados e na escola, e até mesmo através de testes desenvolvidos para o uso neste projeto. Os professores forneceram também uma descrição das personalidades das crianças, sendo também treinados para usar testes específicos para o estudo. Os resultados obtidos neste estudo mostraram que crianças com pontuações altas em termos de ego-resiliência eram descritas pelos professores como mais empáticas, mais adequadas emocionalmente e, por isso mesmo, mais capacitadas para lidar com situações de stress, mais exploradoras e hábeis, mais fluentes, independentes, competentes, criativas, menos ansiosas e com menos necessidade de entrarem em conflito com os outros, suspeitam menos dos outros, não amuam tanto e não procuram constantemente serem reconfortadas, sendo consistente com o conceito de ego-resiliência (Block & Block, 1977).

Foi também realizado um estudo longitudinal com aproximadamente 106 sujeitos que foram avaliados individualmente aos 3, 4, 5, 7, 11, 14 e 18 anos. Aplicaram-se baterias de testes, questionários e entrevistas, envolvendo os pais, em que há uma fase em que os cuidadores ensinam uma bateria de quatro tarefas cognitivas aos seus filhos e são filmados para que numa segunda fase sejam avaliados por observadores, trabalhando estes dois conceitos: ego-controle e ego-resiliência. Das conclusões retiradas, é possível compreender que a inteligência na infância não prediz a ego-resiliência na adolescência para qualquer um dos sexos, mas que a resiliência e o QI estão positivamente relacionados aos 18 anos para ambos os sexos. Os resultados demonstraram que os rapazes subcontroladores de 18 anos foram caracterizados aos 3 anos pelos educadores como emocionalmente lábeis, que tentam ser o centro das atenções, esticam os limites e aproveitam-se dos outros, não apresentam capacidade de tolerar a frustração, não são de confiança nem reservados, não ajudam os outros e acabam por passar a culpa para o próximo. As raparigas subcontroladoras de 18 anos foram descritas aos 3 anos como teimosas, nem obedientes nem conformistas, passando a culpa para os outros, não ajudam o próximo e não sabem cooperar, também esticam os limites como os rapazes, não partilham com os outros, não são organizadas, expressam diretamente sentimentos negativos, não tendo vontade de agradar, e não são de confiança. Relativamente à ego-resiliência, é mais fácil prever este conceito nos rapazes do que nas raparigas, pois a resiliência na infância não está relacionada com a resiliência na adolescência nas raparigas. Estes rapazes resilientes de 18 anos foram, então, caracterizados pelos educadores aos 3 anos como hábeis e intelectualmente competentes, com altas expectativas para si próprios, atentos e com vontade de serem independentes, alegres e preocupados com questões morais, havendo menos probabilidade de

serem vitimizados pelos outros, de serem competitivos e ciumentos, de esticarem limites, de sentirem desadequados, de terem relações passageiras e de serem inquietos. Foi também compreendido que um bom preditor do subcontrole nas raparigas com idades entre os 17 e os 18 anos são pais e mães não tradicionais, que encorajam a independência e expressão da emoção. Por outro lado, nos rapazes com 18 anos, o que prediz o subcontrole é a falta de paciência que os pais demonstram quando ainda são crianças, assim como a desilusão. Também uma mãe auto-centrada e uma família que não seja orientada para as necessidades da criança são preditores do subcontrole nos rapazes de 18 anos. Quanto aos preditores da ego-resiliência, é possível afirmar-se que as interações observadas entre as mães e as raparigas de 4 anos, em que a mãe é paciente, mostra que está presente e que tem prazer em estar com a sua criança, encoraja-a a ser independente e não a protege em demasia, predizem uma resiliência futura. Quanto aos rapazes, a interação com as mães atua da mesma forma que com as raparigas, adicionando o papel do pai que também deve demonstrar uma relação afetuosa com ênfase na racionalidade (Block, 1987).

Os termos ego-controle e ego-resiliência não devem ser confundidos com outros termos. Assim, ego-controle não deve ser categorizado da mesma forma que extroversão-introversão, acting-out, externalização-internalização, psicopatia, atraso da gratificação, reflexão-impulsividade, inibição motora, hipercinesia-hipocinesia, entre outros. Da mesma maneira, ego-resiliência não deve ser confundida com inteligência, força do ego, coping, competência, entre outros (Block & Block, 1980).

É de mencionar também outra definição de resiliência, em que esta se apresenta como um fenómeno ou processo e não como um traço. É um conceito dinâmico que implica resistência a situações de risco, onde existe um esforço para superar o stress e adversidades, havendo indivíduos que apresentam bons resultados, apesar de serem expostos a estas mesmas situações em que seria de esperar sequelas (Rutter, 2006). Segundo Rutter (2012), a resiliência não devia ser equiparada ao conceito de competência ou de psicologia positiva. Também afirmou que as mesmas características protetoras poderiam não o ser para todos os riscos, apesar de os indivíduos poderem demonstrar resiliência numa grande variedade de situações.

Depressão

É importante definir o conceito de depressão, pois é um conceito complexo, gerando numerosas tentativas na definição dos diferentes tipos de depressão. Freud (1917) fez a

distinção entre luto e melancolia, sendo que o luto é uma reação à perda de alguém ou de algo abstrato, um país, a liberdade, um ideal, por exemplo. Freud também considerou o luto como não patológico ao contrário da melancolia, havendo um período para o luto e qualquer interferência neste período é considerada prejudicial e desnecessária. O luto foi descrito da seguinte forma: a realidade demonstra que o objeto já não existe e é exigido que a libido se desvincule desse objeto. Esta exigência cria uma grande oposição, pois é compreensível e observável que as pessoas nunca abandonam uma posição libidinal, nem mesmo quando já há um substituto. Esta oposição pode ser tão intensa que se dá um afastamento da realidade como forma de se agarrar ao objeto perdido por meio de uma psicose alucinatória de desejo, acabando por se aproximar novamente e eventualmente da realidade. No entanto, a desvinculação da libido em relação ao objeto não é feita de imediato, mas aos poucos até o luto ficar completo e o ego livre e inabitado. Outra das diferenças entre a melancolia e o luto é a existência da baixa auto-estima na melancolia, mantendo-se semelhante em relação às restantes características.

A melancolia foi caracterizada por um profundo desânimo que faz com que o mundo exterior deixe de ter interesse, notando-se uma perda da capacidade de amar e executar tarefas. O ego perde valor, havendo grande recriminação do mesmo, assim como insultos auto-infligidos e castigos. No luto, o mundo exterior perde valor, enquanto na melancolia é o ego que se torna empobrecido. Se estas censuras feitas por um melancólico forem bem ouvidas, percebe-se que muitas vezes não têm a ver com o paciente, mas são em relação a um objeto de amor que foram transferidas para o ego do paciente. O processo dá-se, então, da seguinte forma: um objeto é escolhido e há a formação de um vínculo entre a libido e a pessoa, em algum momento. Algo acontece que quebra a ligação e a relação de objeto é sujeita a um choque, não havendo uma reação normal a este acontecimento, ou seja, um movimento da libido deste objeto para um novo, mas sim retraído para o ego, não encontrando um objetivo neste lugar, produz uma identificação do ego com o objeto abandonado, originando introjeção. Há uma grande ambivalência na melancolia, em que a hostilidade em relação ao objeto perdido é virada para o indivíduo através da censura constante (Freud, 1917).

É possível relacionar os processos de identificação mencionados por Freud com a variável explicada anteriormente, ou seja, uma falha a atingir a identificação com o objeto deixa o sujeito desamparado e, em criança, pode levar a que tenha comportamentos inconsistentes, pois não tem quem os modele, tornando-se num indivíduo que está em subcontrole (Block & Turula, 1963).

Radó (1928) descreveu a melancolia como um pedido desesperado de amor, em que, numa tentativa de resolver o conflito com o objeto, o sujeito culpa-se e submete-se ao castigo

do super-ego, removendo o ego da realidade. Estes castigos fazem parte da relação de objeto infantil, um mecanismo que tem uma direção interna e desafia a realidade, chegando ao extremo por medo da perda do amor do objeto. Estes castigos auto-infligidos têm efeitos bastante nocivos no indivíduo deprimido, que nunca satisfaz as necessidades narcísicas, precisando sempre do outro para manter a sua auto-estima e nunca atingindo a independência.

Quatro grupos de investigadores com diferentes perspectivas teóricas propuseram que a depressão fosse caracterizada segundo as experiências diárias ou assuntos que levam a que os indivíduos fiquem deprimidos. Definiram, então, dois tipos de experiências que levam à depressão, consistentes com as formulações de Freud (1917) em *Luto e Melancolia*. Estas experiências dividiam-se em disrupções nas relações interpessoais gratificantes (perda de objeto) e disrupções da noção positiva de self (Blatt, 2004). Para Blatt (2004) a depressão divide-se em anaclítica e introjetiva ou dependente e auto-crítica; para Bowlby (1980) divide-se em vinculação ansiosa e compulsivamente auto-suficiente; Wright e Beck (1983) definiram a depressão como sociotrópica ou autónoma e Arieti e Bemporad (1980) categorizaram como o outro dominante e objetivo dominante.

Bowlby (1980) sugeriu que a depressão era algo que a maioria dos indivíduos experienciava de vez em quando e que era acessória a outros estados quando o comportamento estava desorganizado, por exemplo quando se dá uma perda, e desde que continuem a existir trocas entre o indivíduo e o mundo exterior, seja em pensamento ou ação, a experiência subjetiva não era de depressão, mas quando esta troca cessa, dá-se a depressão até que seja possível criar novos padrões de trocas organizadas para um novo objeto ou objetivo. Associou a depressão ao desamparo sentido na criação e manutenção de laços afetivos, podendo recuar às experiências que teve na sua família de origem, ou seja, a vulnerabilidade à depressão deriva de vinculações inseguras. Assim sendo, estas experiências podem ter sido de três tipos ou combinações destes: uma falha na criação de uma relação segura e estável com cuidadores, apesar de todos os esforços para corresponder às expectativas irrealistas que tinham para si, o que fez com que interpretasse qualquer perda relacional futura como uma falha sua ou incapacidade em manter relações; pode ter tido cuidadores que lhe disseram repetidamente que era inadequado, fazendo com que integrasse essa imagem de si e uma imagem das suas figuras parentais como punitivas e indisponíveis, o que leva a assumir que os outros vão também rejeitá-lo e não mostrar disponibilidade; pode ter havido a perda da figura parental, que leva a assumir que, independentemente dos seus esforços, está destinado a falhar. Bowlby não distinguiu diferentes tipos de depressão, no entanto descreveu diferentes personalidades que podem estar sujeitas ao luto crónico, após uma perda: indivíduos com relações ambivalentes

(vinculação ansiosa) em que a dependência e a ansiedade estão ligadas à hostilidade direcionada para figuras significativas e medo de ser rejeitada pelas mesmas, podendo haver um cuidador que faz com que a criança se sinta culpada pelo seu desaparecimento ou que negligencia a criança, havendo medo da rejeição e constantes pedidos de atenção por parte da criança; que são cuidadores compulsivos, preocupando-se demasiado com o bem-estar dos outros, em vez de se preocuparem consigo, sendo demasiado dependentes (é relevante fazer a ligação com a depressão anaclítica, que não é direta, mas existe devido à dependência experienciada), temperamentais e nervosos, podendo começar na infância ao cuidarem de um adulto que necessita e que faz com que se sintam culpados e ansiosos; por último e em contraste, um grupo muito independente, que faz cortes relacionais devido à perda precoce de uma figura parental ou constante negligência por parte da mesma, criando uma vinculação evitante, tendo pouco interesse em criar relações próximas e querendo apoiar-se só em si própria, pois desde cedo percebeu que o seu cuidador era crítico e rejeitava os seus pedidos de atenção e amor, oferecendo cuidados inadequados.

Arieti (1977), tal como Bowlby, atribui grande valor às relações primárias no desenvolvimento da personalidade e posterior desenvolvimento de distúrbios de personalidade, não distinguindo também diferentes tipos de depressão, mas sim dependendo dos tipos de personalidade e em termos de depressão severa ou moderada. Diferem, pois este autor foca-se num ponto mais tardio do desenvolvimento, ou seja, nas consequências das reações da mãe à independência da criança. Assume, assim, que há alguma forma de ver a vida, alguma ideologia, uma forma de se relacionar com o outro ou com os objetivos, que prepara o caminho do sujeito para a depressão. Desta forma, o indivíduo vive para os outros e não para si (mais comum no género feminino, relacionada com a formulação da depressão anaclítica de Blatt e com os cuidadores compulsivos de Bowlby), a que chamou de outro dominante, e quando vive para um certo objetivo para manter a auto-estima e gratificação chamou de objetivo dominante (mais comum no género masculino, relacionada com a depressão introjetiva e semelhante à formulação da vinculação ansiosa evitante de Bowlby). Quando se apercebe destas falhas nos seus padrões e na sua incapacidade em mudá-los, dá-se uma grande tristeza e sensação de desamparo, levando à depressão. Também descreveu um terceiro tipo de personalidade em que a depressão parece ser constante, pois os sujeitos inibem qualquer tipo de gratificação devido a crenças impostas pela família ou cultura, tornando-se impossível que invistam nas atividades do dia-a-dia, devido ao vazio que sentem e à incapacidade de desenvolverem relações com medo de serem rejeitados ou explorados. São muito moralistas e orgulhosos, podendo tornar-

se mesquinhos e ter uma atitude muito crítica (também semelhante à formulação dos cuidadores compulsivos de Bowlby) (Arieti & Bemporad, 1980).

Para Wright e Beck (1983), os pacientes deprimidos geralmente pensam em si próprios de forma negativa, assim como no seu futuro e ambiente à sua volta- esta é a tríade cognitiva negativa. Este pensamento distorcido ocorre quando o ambiente desperta esquemas mal adaptativos, sendo que estes esquemas são estruturas que servem para codificar, avaliar e escolher estímulos significativos, no entanto esquemas mal adaptativos são conclusões retiradas sobre relações de causa-efeito baseadas em informações falsas ou inadequadamente testadas. Também podem acontecer pensamentos automáticos, em que as pessoas deprimidas normalmente não se apercebem que estão a acontecer estes pensamentos, mas podem tornar-se conscientes com questionamento. Estes pensamentos surgem devido aos esquemas mal adaptativos. Sendo assim, os esquemas negativos levam o indivíduo deprimido a interpretar a experiência de uma forma negativamente enviesada, sendo ativados por eventos negativos ou alterações bioquímicas ou mesmo ambas e podendo surgir pensamentos automáticos. Avaliações negativas constantes reforçam o humor deprimido, assim como a motivação, inércia, desejo de suicídio e anedonia, estando também outros fatores incluídos no desenvolvimento da depressão para além da componente cognitiva como alterações bioquímicas, doenças físicas e disrupções sociais. Foram descritas duas dimensões da depressão: a sociotrópica (mais característica no género feminino), caracterizada por sentimentos de solidão, procura de ajuda, são pessoas que geralmente criam representações idealizadas dos outros e exigem atenção e cuidados destes, sendo que as distorções cognitivas se centram à volta da irreversibilidade da perda e rejeição social, podendo ter havido perda de uma figura significativa por morte ou rejeição. Por outro lado, também descreve a depressão autónoma, em que há um afastamento dos outros para que se possa manter independente, dificuldade em pedir ajuda, sentimentos de culpa e críticas constantes por não ser capaz e humor deprimido. As distorções cognitivas baseiam-se em temas de falhanço e derrota por sentir-se incompetente. Esta caracterização vai relacionar-se com a caracterização feita por Blatt, em que a depressão sociotrópica se relaciona com a depressão anaclítica e a depressão autónoma com a introjetiva (Blatt, 2004).

Blatt (1974) começa por descrever a depressão como uma resposta relativamente apropriada quando é feita uma avaliação precisa da realidade ou pode acontecer quando há uma distorção severa da mesma. Foca-se, primeiramente, na qualidade das relações interpessoais e na natureza das representações de objeto e, seguidamente, nas experiências primárias e no conflito inconsciente (Blatt & Maroudas, 1992). Também menciona que é um estado afetivo

com intensidades que variam desde uma experiência sutil a incapacitante. Blatt (2004) faz a distinção entre depressão anaclítica e introjetiva. A depressão anaclítica (dependente) é caracterizada por uma necessidade de obter constantemente o amor do outro, o que cria uma sensação de desamparo. O sujeito tem muito medo de ficar sozinho e ser abandonado, gerando-se uma dependência infantil, com pouca capacidade para lidar com a frustração, necessidade para ser cuidado constantemente, alimentado, reconfortado e acalmado imediatamente. Relações na infância repletas de indulgência excessiva, negligência, privação ou interrupções no cuidado levam a medo do abandono e perda do amor. A satisfação das necessidades está colocada no outro e este só tem valor por providenciar esta gratificação, atingindo um certo conforto que só é possível através do objeto, pois nunca há uma percepção interna de ter sido amado ou de poder ser amado. O objeto tem de estar sempre por perto e visível, pois está pouco internalizado, havendo grande conflito em relação ao que sente por ele, dependendo da disponibilidade que demonstra. A separação é muito dura e difícil de aceitar, gerando grande ansiedade e fazendo com que o indivíduo use mecanismos mais primários como substituição ou negação. O medo da perda é tão grande que há uma enorme dificuldade em expressar o que sente, com medo de destruir o objeto.

Por outro lado, Radó (1928) já tinha, anteriormente, descrito que a depressão podia ser caracterizada por culpa e castigos auto-infligidos, característico da depressão introjetiva (auto-crítica). Neste tipo de depressão é típico encontrar um sujeito com um superego muito punitivo, auto-crítico, que lida com excesso de culpa e sentimentos de inferioridade. Também é comum sentir vergonha e culpa por não ter conseguido fazer o suficiente, pois tem ideais excessivos, o que revela a introjeção de figuras parentais críticas e com valores rigorosos. É muito difícil para estes indivíduos atingirem a satisfação, pois estão constantemente em esforço e concentrados em obterem a aprovação dos outros e tentarem compensar quando falham. Ao comparar os dois tipos de depressão, é possível compreender que a depressão introjetiva implica um nível de desenvolvimento psicológico mais elevado, pois exige a internalização do objeto e a culpa exige uma noção de self e de pensar sobre o mesmo. Em termos de mecanismos de defesa utilizados são a introjeção ou identificação com o agressor, havendo o risco de assumir a culpa pelo sucedido e gerar grande auto-crítica (Blatt, 2004). Freud (1917) também mencionou anteriormente que as relações assumem uma grande ambivalência devido ao conflito que existe, pois surgem sentimentos inconciliáveis que não são possíveis de integrar. É através da introjeção que o sujeito tenta reter o objeto, o seu amor e a sua aprovação, acabando por trazer para dentro de si o conflito que existia entre si e o objeto. Um bom e normal desenvolvimento psicológico implica a internalização dos objetos e a individualização dos mesmos, o que leva a

que a perda dos objetos seja experienciada e aceite. As boas relações com os cuidadores fazem com que a criança desenvolva boas relações com os outros e que desenvolva uma imagem de si segura e com confiança, lidando com a tristeza de forma adaptativa e não sucumbindo à depressão, pois internalizou a relação de objeto como positiva e construtiva (Blatt, 2004).

Blatt explica que a depressão anaclítica é mais comum no gênero feminino e a introjetiva no masculino, pois socialmente há uma pressão para que o feminino procure o relacionamento pessoal e para que o masculino se autodefinha e, em termos psicodinâmicos, existem diferentes pressões que levam a que sejam mais comuns os diferentes tipos de depressão: “Pode haver uma exigência para que as mulheres mudem do relacionamento primário com a mãe para, eventualmente, encontrarem um objeto apropriado para afeto, e que os homens mudem do relacionamento primário com a mãe, a fim de encontrarem uma figura apropriada para a identificação, o que cria uma vulnerabilidade diferencial a distúrbios na configuração anaclítica ou introjetiva. Quando as mulheres têm dificuldades, mais frequentemente são vivenciadas em torno de questões de intimidade expressas nas patologias que definimos como parte da configuração anaclítica. Quando os homens experienciam dificuldades, na maioria das vezes envolvem questões de autodefinição e identidade expressas nas patologias da configuração de introjeção” (Blatt & Shichman, 1983, p. 247).

Vinculação

A vinculação é a relação que é criada e mantida com um cuidador próximo, que tem capacidade para lidar melhor com o ambiente à sua volta, podendo ser responsivo e acessível. O sujeito pode ter necessidade de ativar o sistema de vinculação e obter proximidade, tendo alguns comportamentos, por exemplo o choro, que ativam o sistema de prestação de cuidados do cuidador. Bowlby introduz também o conceito de Modelos Internos Dinâmicos em que a criança constrói modelos dos seus cuidadores em interação consigo durante os primeiros anos de vida, acabando por se tornar em estruturas cognitivas de grande importância. Posteriormente, o modelo que a criança constrói de si própria relaciona-se com a forma como os seus cuidadores a tratam. Estes modelos ditarão como a criança se sente em relação a cada um dos cuidadores e em relação a si, como espera ser tratada e como trata os outros. Os Modelos Internos Dinâmicos tendem a persistir e a tornarem-se inconscientes, evidenciando-se nas interações futuras (Bowlby, 2005). É importante referir que estes modelos podem estar sujeitos a revisões dependendo das experiências nas diferentes relações dos indivíduos, adicionando novas crenças aos modelos, existindo uma perspectiva dinâmica nestes, apesar de ser de salientar a tendência

para a permanência de uma estabilidade ao longo da vida depois de consolidados (Bretherton, 1985).

Quando o indivíduo, independentemente da sua idade, se sente seguro, tendencialmente afasta-se da sua figura de vinculação e sente-se mais confiante para explorar o meio. Quando se sentir ansioso, cansado ou inquieto tem tendência para procurar a proximidade à base segura. Caso o seu cuidador seja responsivo e acessível quando a criança necessita, esta sente segurança para explorar o ambiente à sua volta, começando de uma forma limitada no tempo e no espaço, aumentando aos três anos, pois vai ficando cada vez mais confiante, passando de explorações de meios-dias para dias inteiros. A criança segura, ao tornar-se um adolescente, aumenta ainda mais a sua exploração, passando de semanas para meses, sendo essencial manter a sua base segura para que possa também preservar a sua saúde mental. É possível compreender que a criança habitualmente escolhe uma certa figura em quem se apoia quando precisa, no entanto, caso esta pessoa não esteja disponível, terá de fazer uso de outra que conheça bem e em quem tenha confiança, utilizando uma hierarquia para fazer a sua escolha (Bowlby, 2005).

A situação estranha é uma experiência em que a criança é posta dentro de uma sala desconhecida com a sua mãe, sendo importante perceber qual a sua reação no que diz respeito à exploração da situação. Num certo ponto da experiência, entra uma pessoa denominada estranha, que se vai aproximando da criança e, passado algum tempo, a mãe sai, regressando passado um certo tempo e trocando com a pessoa estranha. A partir do observado, os participantes foram agrupados em três grupos distintos: A, B e C. No grupo A, é possível notar um evitamento, havendo muita pouca reação ao momento de chegada da mãe, não procurando aproximação nem da mãe nem da pessoa estranha (podendo até tratar esta pessoa estranha com menos evitamento do que a mãe). No grupo B, é possível observar uma criança que procura o contacto próximo com a mãe de forma ativa e uma tentativa de manutenção deste, pois quando é pegada ao colo, resiste a ser largada. O seu maior interesse é a sua mãe, apesar de poder demonstrar interesse na pessoa estranha e o que a perturba não é ficar sozinha, é ficar sem a mãe, ao contrário do que acontece no grupo A. No grupo C, encontra-se uma criança com um comportamento ambivalente, tendo dificuldade em decidir entre o contacto e a resistência na interação com a mãe. Por vezes, mostra-se mais zangada do que as crianças nos outros grupos ou muito passiva, dirigindo este comportamento tanto para a mãe como para a pessoa estranha. Têm uma característica relevante de ser abordada que é a sua pouca exploração da situação estranha, demonstrando-se muito pouco ativas (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 2015).

O grupo B é o que representa um padrão de vinculação que gerará um desenvolvimento saudável, o da vinculação segura, dando à criança espaço para que se sinta confortável para

explorar o meio, sabendo que o seu cuidador está disponível para atender às suas necessidades de forma sensível e responsiva, promovendo o conforto e a proteção. O grupo C representa o padrão de vinculação ansioso-ambivalente/resistente, pois a criança não tem a certeza se o cuidador estará disponível para responder às suas necessidades. Por viver nesta incerteza, não sente confiança em explorar o seu ambiente, pois não acredita que terá uma base segura à sua espera, caso precise de proteção ou conforto, sendo muito apegada, com medo de perder o seu cuidador. Este padrão é fomentado por um cuidador que não é responsivo nem sensível às necessidades, mostrando-se muitas vezes indisponível ou que usa o abandono como ameaça e forma de controlo. Por fim, no grupo A, observa-se o padrão de vinculação ansioso-evitante, em que há a perceção constante de rejeição aos pedidos de ajuda feitos ao cuidador, aprendendo a viver sem amor e apoio dos outros. Este padrão resulta da rejeição da figura cuidadora à tentativa de aproximação da criança quer seja por pedidos de conforto ou proteção. Se este tipo de padrão persistir, pode levar a uma série de problemas futuros, como delinquência e distúrbios de personalidade. Caso as famílias se mantenham estáveis e não houver um esforço para uma mudança, há uma tendência para que estes padrões se mantenham entre a criança e a figura de vinculação (Bowlby, 1991).

Para além dos modelos de funcionamento interno, é importante mencionar os scripts de base segura. Se o cuidador tiver sido consistente, o script estará bem consolidado na memória e será de fácil acesso nas situações em que seja necessário, no entanto se tiver sido pouco eficaz ou inconsistente, será mais difícil para o indivíduo aceder ao script de base segura, pois este nunca foi consolidado (Waters & Waters, 2006). Estes scripts são, então, esquemas de eventos/sequências de uma dada situação com determinadas figuras, contendo informações em forma de esqueleto, tais como quem, onde, quando, porquê, como, o quê, relativamente aos acontecimentos. São estruturas que, quando repetidas, ordenam o comportamento do indivíduo, podendo torná-lo mais previsível e organizado (Abelson, 1981). Desta forma, os scripts em interação com pessoas específicas são a matéria utilizada para criar os modelos internos dinâmicos (Bretherton, 1985).

Pode ser utilizada a Entrevista de Vinculação para Adultos (Adult Attachment Interview- AAI), uma entrevista estruturada com o objetivo de explorar as primeiras experiências de vinculação, assim como os seus efeitos, ou seja, a entrevista tem como objetivo aceder aos Modelos Internos Dinâmicos e a representações de vinculação coerentes através da descrição da relação com cada cuidador durante a infância, utilizando cinco adjetivos, acompanhados de memórias autobiográficas que ajudem a compreensão da escolha desses adjetivos. Também é importante que expliquem com qual dos cuidadores se sentem mais

próximos e porquê, se se sentiram rejeitados ou ameaçados pelos cuidadores durante a infância, o porquê do comportamento dos seus cuidadores, como sentem que as experiências os afetaram e quais foram as grandes perdas nas suas vidas. A entrevista é avaliada a partir da gravação transcrita e são divididos nas seguintes categorias: seguro-autónomo (coerente-colaborativo), desligado, preocupado e desorganizado (George, Kaplan, Main, 1996). Ainsworth, Blehar, Waters e Wall (2015) definiram os padrões de segurança, evitamento e resistência, que podem ser, então, agora equiparados a estas categorias de classificação da Entrevista de Vinculação para Adultos.

Indivíduos classificados como seguros têm capacidade para olhar para as relações que criam como essenciais para o seu desenvolvimento e as suas narrativas são consistentes e credíveis, correspondendo às memórias específicas dos comportamentos dos cuidadores. Contrariamente, os sujeitos classificados como inseguros têm experiências discrepantes. Por um lado, os adultos desligados não admitem que a relação de vinculação teve impacto no seu desenvolvimento, acabando por preferir idealizar a sua experiência, o que faz com que tenham muita dificuldade em contar o que realmente aconteceu, rejeitando experiências negativas. Os adultos preocupados, por sua vez, demonstram grande ambivalência e oscilam entre a zanga e a passividade na descrição das experiências passadas, podendo haver inversão de papéis de parentalidade. Também podem ser classificados como não-resolvidos quando se trata de situações de trauma por perda ou abuso, em que se manifesta desorganização ou confusão quando se aborda o trauma (Waters, 2021). Uma das desvantagens do uso deste tipo de entrevista é o facto de ser dispendiosa e demorada, assim como a coerência do discurso dos adultos durante a entrevista poderá ser pouco válida e eficiente. Foi, então, criado um sistema de código para o AAI- o AAISBS (Nivison, Daga, Booth-LaForce, Roisman & Waters, 2023).

Para avaliar o script de base segura é possível utilizar o Attachment Script Assessment (ASA) ou o AAISBS. Assim sendo, com o ASA é necessário obter uma narrativa em que o entrevistado consiga produzir conteúdo apropriado e suficiente que permita revelar a estrutura do seu script, manter-se focado e que não seja demasiado extenso. É pedido ao sujeito que produza narrativas ao observar um conjunto de doze a catorze palavras divididas em três colunas, três a quatro palavras por coluna, juntamente com o título correspondente a cada história. Estas palavras deverão sugerir uma certa história, mas os indivíduos são livres de criarem a sua própria, organizando as palavras da forma que quiserem e tendo tempo para pensar previamente na história antes de a contarem. As histórias deverão ser sempre gravadas e não escritas, evitando diferenças individuais e mantendo a espontaneidade do processo. Também é importante de notar que a forma de cotar estas narrativas é diferente das AAI, pois

baseia-se na estrutura e não no conteúdo, tentando perceber se existe ou não um script de base segura (Waters & Waters, 2006). A vantagem do ASA é a administração consistente e fácil, pois é aplicado da mesma forma a todos os participantes ao serem dadas sempre as mesmas instruções (Waters, 2021).

O script de base segura, quer tenha o papel de cuidador como mãe ou pai ou parceiro, tem como objetivo ajudar o sujeito numa situação de stress a lidar com o mesmo e fazer com que consiga retomar ao normal. Em cenários mais positivos, a missão da base segura é ajudar o indivíduo a explorar o meio e a ter experiências positivas. O tipo de narrativas incluirão: uma base segura que ajuda a evitar o stress ao fazer transições para outras atividades ou ajuda a ultrapassar este stress emocional e a voltar a um estado de calma, com crianças pequenas ou bebés, por exemplo, ou dá uma explicação para o que está a acontecer, para crianças mais crescidas, por exemplo; uma base segura que consegue ver uma perspectiva mais positiva e ajuda o sujeito a fazer o mesmo; por fim, a narrativa pode conter interações entre dois indivíduos com foco no estado emocional da outra pessoa em vez de simplesmente narrar aquilo que aconteceu, havendo trabalho de equipa em que cada um contribui para a situação à sua maneira ou uma resposta emocional num que provoca uma resposta emocional no outro (Waters & Rodrigues-Doolabh, 2001).

As narrativas são posteriormente classificadas numa escala de 1 a 7. Nesta escala, o 1 diz respeito a narrativas que melhor representam a base segura, pois há grande interação entre as duas personagens e a base segura é responsiva ao indivíduo, ajudando-o a sair da situação de stress e a regressar ao normal. As narrativas classificadas com 2 já não são tão ricas como as anteriores, mas ainda estão repletas de conteúdos de base segura. Pelo contrário, as narrativas classificadas com 3 têm um conteúdo de base segura médio e já não são tão ricas como as anteriores, assim como as classificadas com 4, que já não têm muito conteúdo de base segura, mas ainda não apresentam conteúdo estranho. As narrativas classificadas com 5 são maioritariamente relacionadas com eventos e as personagens têm pouca relação, evidenciando pouco do seu psicológico. Quando são classificadas com 6, também são maioritariamente relacionadas com eventos e são muito curtas, parecendo desconexas e contendo assuntos estranhos que não são consistentes com o script de base segura, ainda que não tão prevalentes como na pontuação seguinte. Por último, se as narrativas forem classificadas com 7, encontram-se interpretações peculiares do tema apresentado e o script de base segura não aparece, surgindo um diferente, com narrativas detalhadas deste novo tema criado. Se surgir conteúdo estranho, apesar de não haver variação do tema, também recebe a pontuação 7 (Waters & Rodrigues-Doolabh, 2001).

O Presente Estudo: Resiliência, Depressão e Vinculação

Este estudo tem como objetivo principal perceber as relações entre as três variáveis apresentadas anteriormente: resiliência, depressão e vinculação. O estudo centra-se na adolescência, pois representa um período de confronto com várias emoções novas e responsabilidades ao existir a passagem da infância para a vida adulta, sendo que pode haver o surgimento de depressão. Primeiramente, existe a tentativa de compreender a relação entre a resiliência e a depressão. É esperada uma relação inversamente proporcional entre a resiliência e a depressão, como sugere o estudo de Carbonell, Reinherz, Giaconia, Stashwick, Paradis e Beardslee (2002), que afirmam que existem fatores protetores contra a depressão. É, então, expectável, por exemplo, encontrar correlações negativas entre as dimensões da Perceção do Self ou Coesão Familiar e dimensões como a Dependência, Necessidade ou Conexão. Posteriormente, existe o objetivo de perceber se a vinculação funciona como moderadora da relação entre a resiliência e depressão. Este estudo é de natureza indutiva, exploratória e correlacional, tendo por base uma amostra de conveniência.

Para estudar estas relações foram utilizados os seguintes instrumentos: a Escala de Resiliência para Adultos para medir a resiliência, pois apresenta-se como uma escala válida e precisa, que demonstra um bom desempenho psicométrico, sendo uma medida adequada para avaliar a resiliência tanto a nível clínico como de investigação, permitindo conhecer os diferentes fatores da variável em estudo; a Adaptação do Questionário de Experiências Depressivas para medir a depressão, é um instrumento que tem em atenção duas facetas da depressão, a dependência e o auto-criticismo, avaliando as experiências subjetivas dos indivíduos que, embora possam não estar deprimidos, podem estar propensos a esses estados, tornando a distinção entre as duas facetas importante tanto para o estudo e também avaliação da depressão como em termos de planificação do processo terapêutico; e a versão portuguesa das Narrativas sobre as Representações de Vinculação em Adolescentes, pelo valor da metodologia qualitativa para o estudo, permitindo compreender o padrão de vinculação através do acesso às memórias de vinculação.

Método

O presente estudo apresenta uma metodologia de investigação quantitativa e qualitativa, sendo um estudo descritivo correlacional em que se pretende descrever as relações entre as variáveis resiliência, depressão e vinculação. A investigação é do tipo transversal. O processo de amostragem é do tipo não probabilístico e objetivo, uma vez que o intuito é estudar especificamente a fase da adolescência entre os 15 e os 18 anos. É possível encontrar uma variável dependente, a depressão, e duas variáveis independentes, a resiliência e a vinculação.

Participantes

Os participantes são 27 alunos do Colégio St. Peter's School, 1 da Escola Secundária Francisco Franco e 1 do Instituto Superior Técnico, com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos, entre eles, 11 são do sexo masculino e 18 do sexo feminino e 12 são do género masculino e 17 do género feminino. A média das idades dos participantes é de 17 anos.

Instrumentos

Escala de Resiliência para Adultos (Pereira, Cardoso, Albuquerque, Janeiro & Alves, 2016)

A ERA é um questionário de auto-resposta, constituído por 33 itens, que se encontram numa escala de 1 a 7, com um formato de resposta de diferencial semântico, que avalia características da resiliência, incluindo seis fatores que se organizam da seguinte forma na estrutura original: Perceção do Self (6 itens), em que a auto-eficácia, as expectativas realistas e a confiança nas capacidades e julgamentos são avaliadas; Planeamento do Futuro (4 itens), em que a forma como o sujeito planeia prematuramente, se consegue ou não delinear objetivos claros e ter um olhar otimista é avaliado; Competências Sociais (6 itens), em que é avaliado quão flexível o sujeito é nas suas interações sociais, se consegue criar amizades, sentir-se confortável em novos ambientes sociais e usar de forma positiva o humor; Coesão Familiar (6 itens), em que é avaliado se há uma partilha de valores na família, se gostam de passar tempo em família, se olham para o futuro de forma positiva, se são leais uns com os outros e se é sentido apreço e apoio entre a família; Recursos Sociais (7 itens), em que é avaliado se existem pessoas fora da família a quem seja possível recorrer caso necessário e se existe alguém íntimo fora da família nuclear; e Estilo Estruturado (6 itens), em que é avaliada a capacidade de ter

rotinas e segui-las, organizando o tempo de forma clara antes da realização de uma tarefa, por objetivos (Pereira, Cardoso, Albuquerque, Janeiro & Alves, 2016). Os itens apresentam Alfas de Cronbach aceitáveis com exceção do estilo estruturado (Estilo Estruturado apresenta um Alfa de Cronbach de 0,424 e o Estilo Estruturado 2 já apresenta valores mais aceitáveis de 0,661).

Adaptação do Questionário de Experiências Depressivas (Campos, 2000)

Este questionário é composto por 66 itens que medem as experiências relacionadas com a patologia depressiva, mas que não são consideradas sintomas clínicos depressivos. É, então, constituída por uma escala de Likert de 7 pontos em que o 1 corresponde a “discordo totalmente” e o 7 a “concordo totalmente” (Campos, 2000). Existem 3 fatores presentes neste questionário: Dependência, Auto-criticismo e Eficácia. A Dependência diz respeito a itens direcionados para o exterior e que se referem a relações interpessoais, apresentando temas de abandono, desamparo e solidão, assim como vontade de proximidade e relacionamento com o outro, tal como dependência. Uma alta carga deste fator representa medo da rejeição, de magoar os outros e de não conseguir controlar a agressão com medo de perder a gratificação que os outros dão. O factor Auto-criticismo demonstra itens mais direcionados para o interior com expressões de culpa, desamparo, insegurança, vazio e insatisfação. Itens com uma grande carga deste fator mostram preocupação em não conseguir atingir as expectativas, assumir responsabilidades, lidar com as mudanças, dirigir as culpas para si próprio e sentir-se ambivalente em relação aos outros. Por último, o fator Eficácia implica ter confiança nos próprios recursos, o que significa que valores mais altos neste fator demonstram que têm objetivos em mente e estão com vontade de conquistá-los, mas não são extremamente competitivos. Há um maior foco nos dois primeiros fatores quando é utilizado este teste devido à implicação que têm no funcionamento desadaptativo. O fator Dependência apresenta as seguintes subescalas: Relacionamento (sendo importante distinguir entre as formas maduras- uma forma mais adaptativa- e imaturas- menos adaptativa) e Necessidade, em que só a Necessidade está associada a níveis baixos de aceitação social e não o Relacionamento. O Relacionamento apresenta itens que avaliam sentimentos de perda e solidão após a disrupção de uma relação com uma pessoa de grande valor, uma relação com uma pessoa específica. Por outro lado, a Necessidade exhibe itens relacionados com medos, quer seja de separação, desamparo, rejeição ou experiências de frustração no geral, que não estão ligadas a uma relação com uma pessoa específica, havendo constantemente sentimentos de medo e apreensão (Blatt, 2004). Rude e Burnham (1995) afirmaram que a Necessidade é mais preditiva de

sintomatologia depressiva no caso do género feminino do que no masculino e abordaram também a dimensão da Conexão. A Conexão também é incluída como subescala e indica uma maior maturidade por parte do indivíduo, que demonstra sensibilidade ao que o outro está a sentir e pela relação que têm em detrimento da gratificação em primeiro lugar.

Narrativas sobre as Representações da Vinculação em Adolescentes (Dykas, Woodhouse, Cassidy & Waters, 2006)

Nesta adaptação ainda não publicada (A. J. Santos, comunicação pessoal, 2023) são feitas entrevistas aos adolescentes em que é pedido que através das palavras fornecidas, criem histórias que possam ajudar o entrevistador a perceber as relações com os cuidadores. Entrevistados com um padrão seguro de vinculação respondem de uma forma aberta e coerente, o que mostra que acedem às suas memórias de vinculação, demonstrando facilidade na exploração. O inverso acontece com um padrão inseguro de vinculação, em que os sujeitos entrevistados podem tentar defender-se das memórias que surgem, sendo difícil ter acesso à relação de vinculação (Dykas & Cassidy, 2007). As narrativas são avaliadas numa escala de 1 a 7, em que a cotação 1 demonstra a melhor interação com a base segura, apresentando-se disponível e responsiva e com grande interesse em facilitar o sujeito a sair da situação de stress. Por outro lado, a classificação 7 não apresenta o script de base segura, mas um novo script (Waters & Rodrigues-Doolabh, 2001). O Alfa de Cronbach demonstrado implica uma boa consistência interna.

Procedimentos

O método de amostragem é objetivo e a recolha dos questionários foi realizada numa escola em Palmela (St. Peter's School) e por Zoom com alguns alunos. Foram fornecidas aos participantes todas as informações sobre o estudo em causa, nomeadamente os objetivos do estudo e o consentimento informado, assegurando-se a confidencialidade, antes de iniciarem o estudo. Em primeiro lugar, foi aplicada Escala de Resiliência para Adultos, sendo explicado o processo da confidencialidade e posterior anonimato, relembrando a possibilidade de desistência do estudo. Numa segunda fase, foi aplicado o Questionário de Experiências Depressivas e o procedimento é semelhante ao do primeiro questionário. A última fase são as Narrativas sobre as Representações da Vinculação em Adolescentes, em que são realizadas entrevistas individuais aos alunos tanto presencialmente como por zoom.

Resultados

Análises Descritivas

Fiabilidade das Medidas

Tabela 1 - Alfa de Cronbach

Medidas	Alfa de Cronbach	Nº de itens
SBS - Total	.98	4
Perceção - Self	.75	6
Perceção - Futuro	.74	4
Competências Sociais	.74	6
Coesão Familiar	.81	6
Recursos Sociais	.82	7
Estilo Estruturado	.66	3
ERA -Total (Subescalas)	.68	6

A fiabilidade não foi calculada para o Questionário das Experiências Depressivas (QED) dado as medidas serem pesos fatoriais e a amostra muito reduzida. Os resultados obtidos para os diferentes fatores e sub-fatores do QED, expressos em valores ponderados, após análises de componentes principais, foram obtidos utilizando o ficheiro de sintaxe SPSS (Versão 3, 15 de Maio, 2001; Bem-Gurion University of Negev, Israel) desenvolvido por Avi Besser e Alon Babchoock. A validade de tais resultados pode ser apreciada com base nos valores normativos internacionais e nacionais apresentados no manual técnico de Campos (2016). O questionário não deve ser utilizado sem a leitura prévia de toda a informação prestada neste manual.

Correlações entre as Variáveis

A correlação de Pearson permitiu perceber que o SBSK Father e SBSK Mother estavam relacionados de forma positiva, assim como SBSK Father e SBSK Total. O SBSK Father também está correlacionado positivamente com a Necessidade e com a Coesão Familiar. O SBSK Mother demonstrou uma correlação positiva com o SBSK Total e com a Coesão Familiar, enquanto o SBSK Total está correlacionado de forma positiva com a Coesão Familiar.

O item da Dependência (standard scoring) demonstra uma correlação positiva com a Dependência (McGill scoring), com o Relacionamento (maturo), com a Dependência (imatura), com a Necessidade, com a Conexão e com a Percepção do Self. O Auto-criticismo (standard scoring) está correlacionado positivamente com o Auto-criticismo (McGill Scoring) e negativamente com a Percepção do Self, com as Competências Sociais, com os Recursos Sociais e com a ERA Total. A Eficácia (standard scoring) demonstrou uma correlação positiva com o Auto-criticismo (McGill scoring), com a Conexão e com o Estilo Estruturado. O item da Dependência (McGill scoring) apresenta uma correlação positiva com o Relacionamento (maturo), tal como com a Dependência (imatura), com a Necessidade e com a Conexão e negativa com a Percepção do Self. O Auto-criticismo (McGill scoring) está correlacionado negativamente com a Percepção do Futuro, com as Competências Sociais, com os Recursos Sociais e com a ERA Total. O Relacionamento (maturo) está correlacionado de forma positiva com Dependência (imatura), com a Necessidade, com a Conexão e com a Percepção do Self. A Dependência (imatura) demonstrou uma correlação positiva com a Necessidade, com a Conexão e negativa com a Percepção do Self. A Necessidade está correlacionada positivamente com a Conexão e negativamente com a Percepção do Self. A Conexão correlaciona-se negativamente com a Percepção do Self. A Percepção do Self correlaciona-se de forma negativa com as Competências Sociais, com os Recursos Sociais e com a ERA Total, enquanto a Percepção do Futuro e as Competências Sociais e a ERA Total estão correlacionadas positivamente. As Competências Sociais e os Recursos Sociais demonstraram correlação positiva, assim como a ERA Total. A Coesão Familiar demonstra correlação positiva com os Recursos Sociais, com o Estilo Estruturado e com a ERA Total. Os Recursos Sociais estão correlacionados positivamente com a ERA Total, assim como o Estilo Estruturado.

Comparação de Médias em função do Género

Através do Teste T, foi possível compreender que os itens SBSK Father, SBSK Mother e SBSK Total apresentaram valores significativos, demonstrando valores superiores no género feminino. A Percepção do Self apresentou valores significativos e superiores para o género masculino. Os restantes itens da ERA não apresentaram valores significativos. A Dependência (standard scoring) também apresenta valores significativos e é mais elevada no género feminino, assim como a Dependência (McGill scoring). A Dependência (imatura) é mais elevada no género feminino, tal como a Necessidade. Os restantes itens não apresentaram valores significativos.

Tabela 2 – Correlações entre as Variáveis

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1 SBS - Pai	--																	
2 SBS - Mãe	.94**	--																
3 SBS - Total	.99**	.99**	--															
4 Dependência ¹	.32	.21	.27	--														
5 Auto criticismo ¹	.1	.07	.09	-.02	--													
6 Eficácia ¹	-.07	-.11	-.09	.1	.34	--												
7 Dependência ²	.25	.15	.2	.97**	-.1	-.03	--											
8 Auto criticismo ²	.05	.05	.05	-.04	.97**	.41*	-.12	--										
9 Relacionamento ²	.32	.25	.29	.77**	.24	.11	.74**	.17	--									
10 Dependência ³	.33	.24	.29	.89**	-.06	-.05	.89**	-.04	.56**	--								
11 Necessidade	.39*	.3	.35	.81**	.17	-.21	.82**	.14	.71**	.83**	--							
12 Conexão	.23	.12	.18	.81**	.24	.42*	.74**	.2	.72**	.62**	.46*	--						
13 Percepção - Self	-.24	-.21	-.23	-.49**	-.39*	.12	-.047*	-.35	-.39*	-.40*	-.53**	-.42*	--					
14 Percepção - Futuro	-.03	-.16	-.1	.24	-.34	.15	.26	-.38*	.33	.15	.09	.17	.35	--				
15 Competências - Sociais	-.04	.1	.03	-.04	-.46*	-.14	.00	-.39*	.11	-.01	-.09	-.23	.39*	.43*	--			
16 Coesão Familiar	.42*	.39*	.41*	.17	-.21	-.06	.12	-.28	.08	.1	.11	.08	.08	.19	.03	--		
17 Recursos Sociais	.22	.27	.25	.17	-.51**	-.06	.16	-.47*	-.01	.29	.06	-.01	.42*	.19	.47**	.47**	--	
18 Estilo Estruturado	.17	.21	.19	.04	.14	.47**	-.1	.13	.03	0	-.13	.27	.26	.05	-.15	.41*	.31	--
19 ERA -Total	.11	.14	.12	.02	-.48**	.14	-.01	-.46*	.04	.02	-.14	-.04	.69**	.61**	.59**	.57**	.76**	.50**

1- Standard; 2- McGill; 3- Imatura

* p < .05

** p < .01

Tabela 3 – Testes-T em função do Gênero

Variáveis	Gênero	N	\bar{x}	s	t	p	Sig.
SBS - Pai	1	11	3,23	1,06	0,53	0,03	*
	2	17	4,44	1,51			
SBS - Mãe	1	11	3,18	1,21	0,36	0,03	*
	2	17	4,47	1,50			
SBS - Média	1	11	3,20	1,10	0,40	0,02	*
	2	17	4,46	1,49			
Dependência - 1	1	12	-1,17	0,97	0,54	0,03	*
	2	17	-0,26	1,07			
Auto criticismo - 1	1	12	0,43	0,83	0,78	0,76	
	2	17	0,53	0,85			
Eficácia- 1	1	12	-0,53	1,29	0,03	0,59	
	2	17	-0,32	0,71			
Dependência - 2	1	12	118,58	17,30	0,32	0,03	*
	2	17	135,94	22,18			
Auto criticismo - 2	1	12	126,75	17,55	0,65	0,81	
	2	17	128,24	15,22			
Relacionamento	1	12	36,25	7,81	0,86	0,28	
	2	17	39,53	7,79			
Dependência - 3	1	12	35,58	11,22	0,54	0,06	+
	2	17	43,59	10,09			
Necessidade	1	12	-0,40	0,81	0,76	0,03	*
	2	17	0,33	0,83			
Conexão	1	12	-0,75	1,04	0,62	0,13	
	2	17	-0,20	0,83			
Percepção - Self	1	12	5,01	1,10	0,60	0,03	*
	2	17	3,97	1,24			
Percepção - Futuro	1	12	4,33	0,98	0,15	0,17	
	2	17	3,66	1,43			
Competências - Sociais	1	12	5,25	1,14	0,36	0,12	
	2	17	4,55	1,17			
Coesão Familiar	1	12	5,10	1,01	0,38	0,57	
	2	17	5,34	1,21			
Recursos Sociais	1	12	5,33	1,18	0,96	0,67	
	2	17	5,52	1,10			
Estilo Estruturado	1	12	4,11	1,31	0,42	0,72	
	2	17	4,27	1,14			
ERA -Total	1	12	4,86	0,72	0,51	0,29	
	2	17	4,55	0,75			

Gênero: 1 Masculino, 2 Feminino

* p<.05, + p<.10

Análises de Regressão Múltipla

Foi feita a Análise de Regressão para as diferentes dimensões da depressão de Blatt, sendo que foi analisada a regressão prevendo a Dependência (ver Figura 1 e Tabela 4), obtendo-se resultados de valor não significativos nos itens ERA, no SBS, mas com uma interação entre os dois significativa, assim como no item Género. A magnitude de efeito do modelo é média e das interações é pequena.

Figura 1. Análise de Regressão prevendo a Dependência

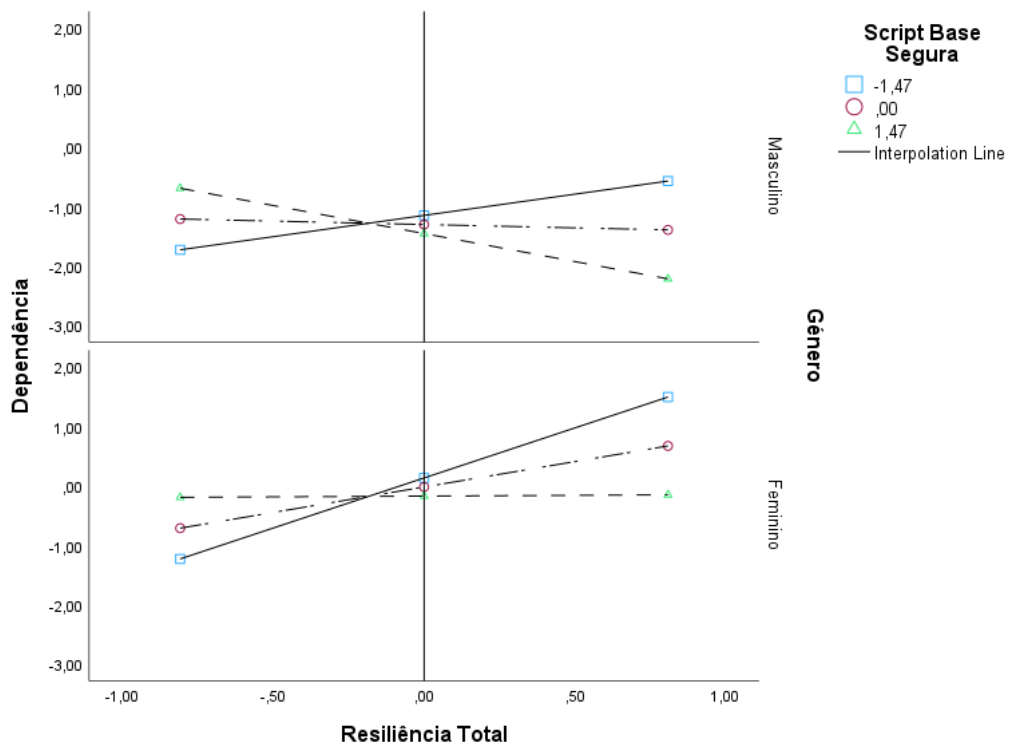


Tabela 4. Análise de Regressão prevendo a Dependência

Preditores	<i>b</i>	<i>ep</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	IC 95%	
constante	-2.58	.74	-3.48	.002 **	-4.12	-1.04
ERA (X)	-1.08	.89	-1.21	.238	-2.93	.77
SBS (W)	-.10	.16	-.67	.510	-.43	.22
INT 1 (X:W)	-.57	.22	-2.53	.019 *	-1.03	-.10
Género (Z)	1.28	.45	2.84	.009 **	.35	2.21
INT 2 (X:Z)	.97	.53	1.81	.084 +	-.14	2.07

Modelo

$R^2 = .42, F(5, 22) = 3.18 *$

INT 1: $\Delta R^2 = .17, F(1, 22) = 6.40 *$

INT 2: $\Delta R^2 = .09, F(1, 22) = 3.28 +$

AMBAS: $\Delta R^2 = .20, F(2, 22) = 3.69 *$

+ $p < .10$; * $p < .05$; ** $p < .01$

Na Análise de Regressão prevendo o Auto-Criticismo (ver Tabela 5), só o item ERA apresenta valor significativo. A magnitude de efeito do modelo também é média e igualmente pequena no diz respeito às interações.

Tabela 5. Análise de Regressão prevendo o Auto-Criticismo

Preditores	<i>b</i>	<i>ep</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	IC 95%	
constante	1.01	.59	1.70	.103	-.22	2.24
SBS (X)	-.19	.45	-.43	.670	-1.13	.74
ERA (W)	-.70	.22	-3.23	.004 **	-1.15	-.25
INT 1 (X:W)	.07	.17	.41	.684	-.29	.43
Género (Z)	-.35	.35	-1.00	.327	-1.07	.37
INT 2 (X:Z)	.20	.26	.77	.448	-.34	.74

Modelo
 $R^2 = .40, F(5, 22) = 2.92 *$
 INT 1: $\Delta R^2 = .01, F(1, 22) = .17$
 INT 2: $\Delta R^2 = .02, F(1, 22) = .60$
 AMBAS: $\Delta R^2 = .02, F(2, 22) = .31$

* $p < .05$; ** $p < .01$

Na análise de Regressão prevendo a Eficácia (ver Tabela 6), não existem efeitos significativos. A magnitude de efeito é pequena.

Tabela 6. Análise de Regressão prevendo a Eficácia

Preditores	<i>b</i>	<i>ep</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	IC 95%	
constante	-.83	.84	-.99	.333	-2.58	.91
ERA (X)	.06	1.01	.06	.951	-2.03	2.16
SBS (W)	-.09	.18	-.51	.614	-.46	.28
INT 1 (X:W)	.07	.25	.26	.794	-.46	.59
Género (Z)	.28	.51	.54	.593	-.78	1.33
INT 2 (X:Z)	-.01	.61	-.02	.988	-1.26	1.25

Modelo
 $R^2 = .03, F(5, 22) = .15$
 INT 1: $\Delta R^2 = .00, F(1, 22) = .07$
 INT 2: $\Delta R^2 = .00, F(1, 22) = .00$
 AMBAS: $\Delta R^2 = .00, F(2, 22) = .04$

Na Análise de Regressão prevendo Subescalas da Dependência (ver Figuras 2 a 5 e Tabela 7), obteve-se efeitos significativos na regressão para a Dependência imatura (ou anaclítica). O modelo apresenta uma magnitude de efeito média. Quanto à regressão para o Relacionamento, não existem valores significativos. O modelo apresenta uma magnitude de efeito pequena, assim como das interações. Relativamente à subescala da Necessidade, também não existem valores significativos, mas apresenta uma tendência para a moderação pelo SBS

da relação entre a resiliência e a Necessidade. Também existe uma tendência do gênero a prever a Necessidade. O modelo demonstra uma magnitude de efeito pequena, tal como das interações. Por último, a regressão para a subescala da Conexão não apresenta valores significativos, mas existe moderação pelo SBS da relação entre a resiliência e a Conexão. O modelo apresenta uma magnitude de efeito pequena, tal como é possível observar nas interações.

Figura 2. Análise de Regressão prevendo a Dependência imatura

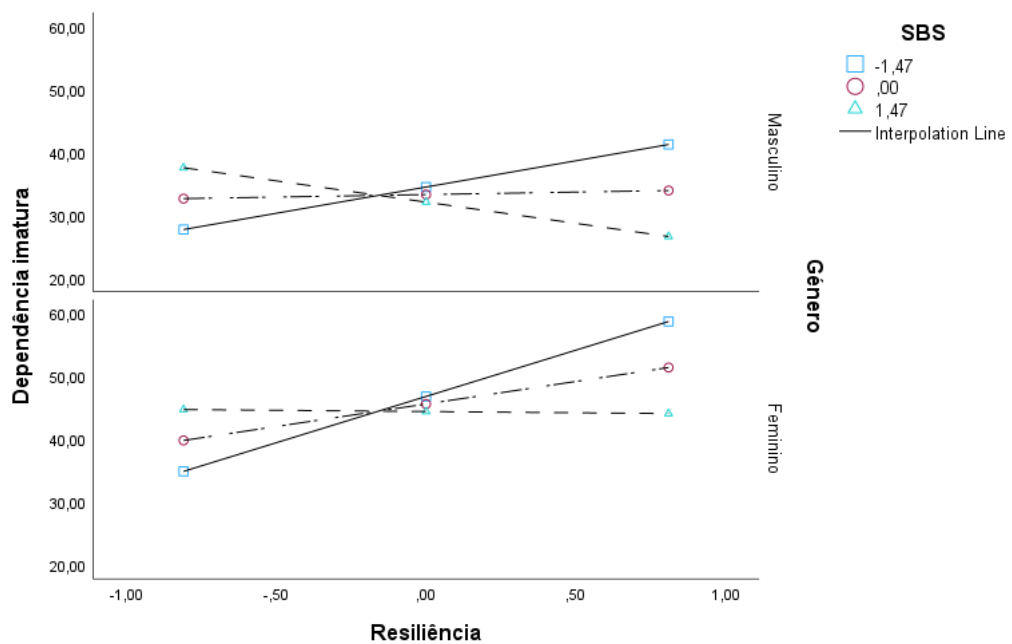


Figura 3. Análise de Regressão prevendo a Necessidade

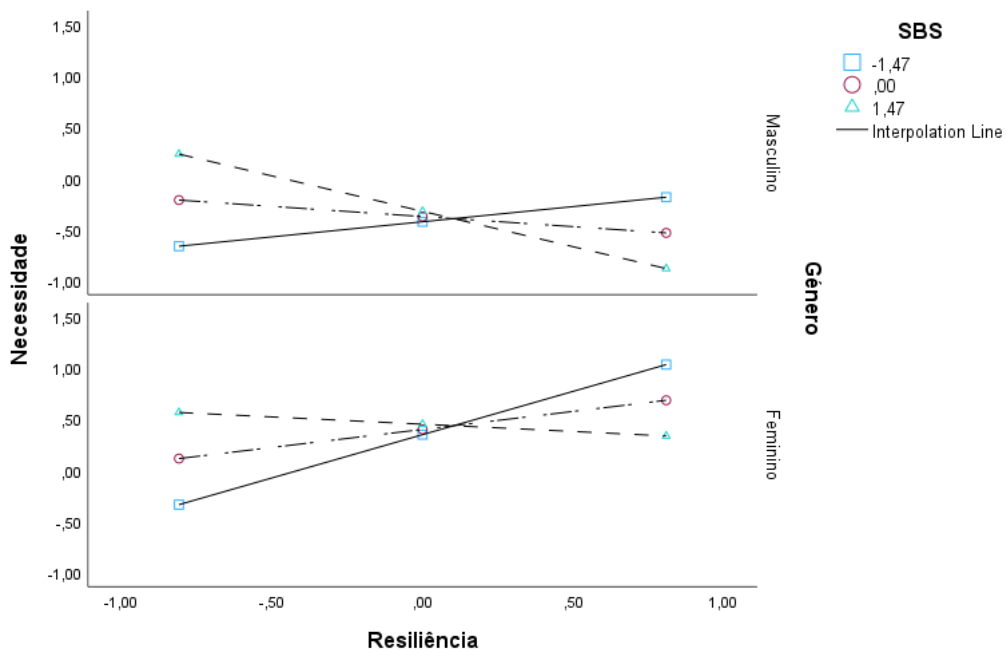


Figura 4. Análise de Regressão prevendo a Conexão

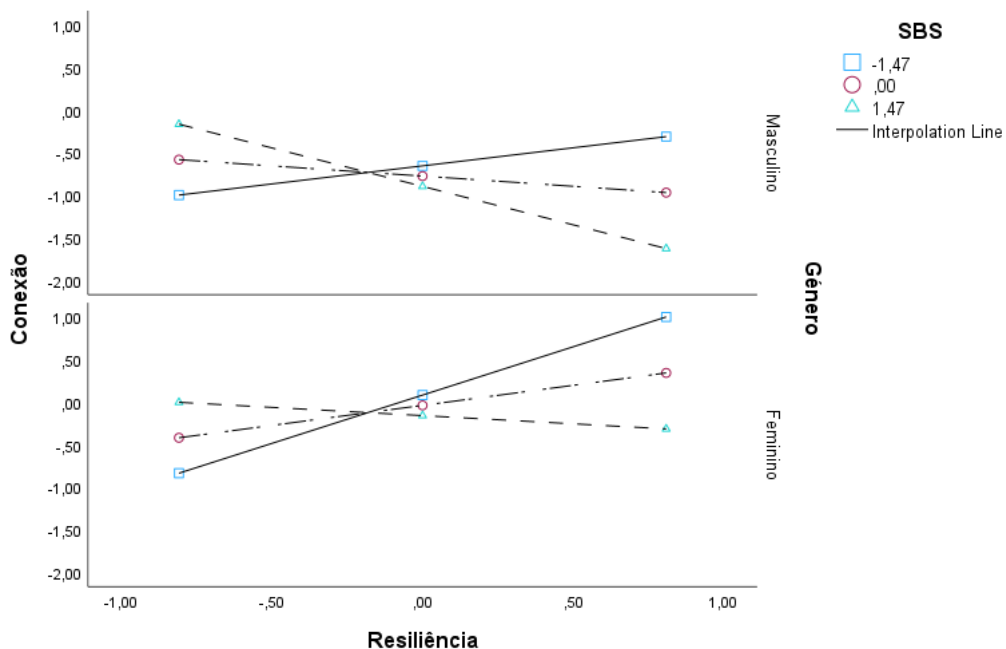


Tabela 7. Análise de Regressão prevendo Subescalas da Dependência

	Preditores	<i>b</i>	<i>ep</i>	95% IC	
Dependência (imatura)	constante	2.83*	7.41	5.45	36.20
	ERA (X)	-5.58	8.89	-24.02	12.86
	SBS (W)	-.82	1.55	-4.03	2.39
	INT 1 (X:W)	-5.16*	2.23	-9.79	-.54
	Gênero (Z)	12.39*	4.49	3.09	21.70
	INT 2 (X:Z)	6.38	5.33	-4.67	17.43
<i>Modelo</i>					
$R^2 = .38, F(5, 22) = 2.73^*$		INT 2: $\Delta R^2 = .04, F(1, 22) = 1.43$			
INT 1: $\Delta R^2 = .15, F(1, 22) = 5.37^*$		AMBAS: $\Delta R^2 = .16, F(2, 22) = 2.78^+$			
Relacionamento	constante	33***	6.31	20.11	46.29
	ERA (X)	-5.17	7.57	-2.87	1.53
	SBS (W)	.57	1.32	-2.17	3.30
	INT 1 (X:W)	-2.33	1.90	-6.26	1.61
	Gênero (Z)	3.42	3.82	-4.50	11.33
	INT 2 (X:Z)	4.37	4.54	-5.04	13.77
<i>Modelo</i>					
$R^2 = .17, F(5, 22) = .90$		INT 2: $\Delta R^2 = .04, F(1, 22) = .93$			
INT 1: $\Delta R^2 = .06, F(1, 22) = 1.50$		AMBAS: $\Delta R^2 = .07, F(2, 22) = .91$			
Necessidade	constante	-1,15	0,64	-2,48	0,18
	ERA (X)	-0,75	0,77	-2,34	0,84
	SBS (W)	0,04	0,13	-0,24	0,31
	INT 1 (X:W)	-0,34+	0,19	-0,74	0,06
	Gênero (Z)	0,77+	0,39	-0,03	1,58
	INT 2 (X:Z)	0,55	0,46	-0,40	1,50
<i>Modelo</i>					
$R^2 = .34, F(5, 22) = 2.22^+$		INT 2: $\Delta R^2 = .04, F(1, 22) = 1.44$			
INT 1: $\Delta R^2 = .09, F(1, 22) = 3.08^+$		AMBAS: $\Delta R^2 = .11, F(2, 22) = 1.73$			
Conexão	constante	-1,51*	0,71	-2,99	-0,03
	ERA (X)	-0,95	0,86	-2,73	0,83
	SBS (W)	-0,08	0,15	-0,39	0,23
	INT 1 (X:W)	-0,45*	0,22	-0,90	-0,01
	Gênero (Z)	0,74	0,43	-0,16	1,63
	INT 2 (X:Z)	0,71	0,51	-0,36	1,77
<i>Modelo</i>					
$R^2 = .27, F(5, 22) = 1.62$		INT 2: $\Delta R^2 = .06, F(1, 22) = 1.91$			
INT 1: $\Delta R^2 = .15, F(1, 22) = 4.45^*$		AMBAS: $\Delta R^2 = .16, F(2, 22) = 2.46$			

Através da Análise de Regressão, é possível compreender a presença de uma moderação da relação entre a resiliência e a depressão por parte da vinculação. Assim sendo, e utilizando tanto as dimensões de Blatt- Dependência, Auto-criticismo e Eficácia- como o gênero e moderadores potenciais, foi demonstrado que para a variável Dependência, o modelo é significativo, havendo uma moderação pelo script de base segura da relação resiliência e depressão, pois há interação entre a resiliência e o script de base segura. É também possível observar um efeito do gênero na Dependência, havendo diferenças significativas entre os gêneros.

Na dimensão do Auto-criticismo, o modelo também se demonstra significativo, no entanto os efeitos não apresentam valores significativos, não revelando interação entre o script de base segura e o gênero, nem entre o script de base segura e a resiliência e por consequência moderação pela resiliência ou pelo gênero da relação de vinculação, mas somente um efeito principal entre a resiliência e o Auto-criticismo. Para a dimensão da Eficácia, o modelo não é significativo e não apresenta efeitos principais ou interações entre os preditores.

Relativamente às subescalas da Dependência, na regressão para a Dependência imatura, o modelo é significativo, existindo um efeito de interação entre a resiliência e o script de base segura, ou seja, há moderação pelo script de base segura da relação entre a resiliência e a Dependência imatura. Existe também um efeito principal significativo do gênero prevendo a Dependência imatura, que é maior no gênero feminino. Na regressão para a subescala do Relacionamento não é possível encontrar efeitos significativos, enquanto na regressão para a subescala da Necessidade é possível encontrar uma tendência na interação entre a resiliência e o script de base segura na Necessidade, apesar do modelo não ser significativo, tendo o gênero também uma tendência para ser um preditor da Necessidade. No que diz respeito à subescala da Conexão, apesar de o modelo não ser significativo, existe moderação pelo script de base segura da relação entre a resiliência e a Conexão.

Discussão

Através dos resultados exibidos, foi possível compreender que o gênero feminino apreende o script de base segura com mais facilidade do que o gênero masculino, tanto no caso da mãe como no caso do pai, pois apresenta correlações mais elevadas, sendo que, apesar de uma das limitações do estudo ser a reduzida amostra, já é possível compreender que existe uma integração do modelo na adolescência.

No sentido contrário, na dimensão da Percepção de Self, em que a auto-eficácia, as expectativas realistas e a confiança nas capacidades e julgamentos são avaliadas (Pereira, Cardoso, Albuquerque, Janeiro, Alves, 2016), o gênero masculino apresentou valores mais elevados do que o gênero feminino.

Nas dimensões da Dependência (standard scoring), Dependência (McGill scoring), Dependência (imatura) e Necessidade, subescala da dependência, são mais elevados no gênero feminino, pois para o gênero masculino na adolescência é relevante demonstrar independência, enquanto o gênero feminino na adolescência desenvolve rapidamente um investimento nas relações interpessoais e no desenvolvimento e cuidado do outro, tornando-se algo central na definição da sua identidade (Blatt, 2004).

O gênero feminino e o masculino passam por processos de socialização diferentes, no sentido em que o primeiro é socializado para estar mais virado para a comunidade e o masculino para ser agente, sendo pressões impostas pela sociedade, quer sejam pais, amigos, os media. Block e Robins (1993) demonstraram que a capacidade de relacionamento com o outro de uma forma positiva promove a auto-estima no gênero feminino, enquanto para o gênero masculino esta questão não é tão importante, mas sim conseguir controlar a ansiedade social para que possam funcionar e manter uma identidade positiva. Assim sendo, Flynn, Felmler e Conger (2017) no seu estudo revelaram que adolescentes do gênero feminino têm amizades com níveis de maior qualidade do que o gênero masculino, apresentando interações repletas de apoio mútuo. O gênero masculino exibe competição nas suas relações, são mais diretivos e controladores, dando mais valor à sua independência, ao contrário do gênero feminino que exibe relações mais profundas, mais empáticas e expressivas (Galambos, 2004).

Através da Análise de Regressão foi possível compreender que existe moderação pelo script de base segura da relação resiliência e depressão (através da dimensão da Dependência), sendo observável também efeitos do gênero. Assim, quando existe um script de base segura abaixo da média (inseguros) e à medida que a Dependência Imatura aumenta no gênero

masculino, a resiliência aumenta. Desta forma, indivíduos dependentes utilizam estratégias associadas com a vinculação ansiosa, por exemplo, procurar apoio quando sentem mais stress, assim como proximidade e segurança (Blatt & Maroudas, 1992). Pode-se afirmar que esta utilização de estratégias para lidar com o stress é a definição de resiliência em que existe a utilização de estratégias para a resolução de problemas e adaptação às situações (Block & Block, 1980). Pelo contrário, quando existe um script de base segura acima da média (seguros), a Dependência Imatura diminui, mas a resiliência continua a aumentar, ou seja, indivíduos do género masculino seguros demonstraram-se menos dependentes e mais resilientes. Assim sendo, os indivíduos com um script seguro internalizado apresentam menos momentos de desamparo e medo de serem rejeitados nas suas relações, tal como menos receio de serem abandonados e, por isso, demonstram menor disposição para procurar a relação, mas continuam a apresentar estratégias para lidar com o stress e adversidades, não sendo subservientes ao mundo que os rodeia, sabendo adaptar-se às situações (Blatt, 2004; Block & Block, 1980). É relevante acrescentar que o género masculino já apresenta propensão para procurar a independência, pelo que um script de base segura parece ainda criar mais caminho para esta procura.

No caso do género feminino, a Dependência Imatura exhibe valores um pouco superiores e aumenta mais do que no caso do género masculino, funcionando da mesma forma no caso dos sujeitos inseguros, mas no caso dos sujeitos seguros, não há uma redução tão acentuada da Dependência Imatura, aumentando mesmo assim a resiliência. Esta redução pouco acentuada poderá ser explicada pelo facto de o género feminino ter mais tendência para procurar a relação do que o género masculino, que na adolescência procura um caminho de mais independência (Galambos, 2004).

É de grande relevância mencionar que pensar no conceito de resiliência implica perceber que os indivíduos não reagem às situações da mesma forma, ainda que os acontecimentos possam ser muito semelhantes, havendo mecanismos que levam a que existam variações nestas reações. Por conseguinte, algo que pode ser adaptativo ou protetor para um sujeito, pode não o ser para outro, devendo ser tido em conta estes processos. Block (1987) no seu estudo demonstrou que interações positivas com os cuidadores nos primeiros anos de vida levam a que os indivíduos desenvolvam ego-resiliência no futuro, no entanto foi possível compreender anteriormente que o sobrecontrolo e o subcontrolo pode funcionar de formas diferentes dependendo do indivíduo e da situação, pois um indivíduo sobrecontrolador pode ser mais disciplinado e mais diretivo, o que pode ser benéfico em algumas situações, no entanto pode ser prejudicial quando existe um controlo excessivo, impedindo a fruição pessoal ao atrasar a

gratificação e o prazer, sem justificação. Por outro lado, o indivíduo subcontrolador, de uma forma adaptativa, expressa-se de maneira a promover o estabelecimento de relações íntimas através do afeto, simpatia e espontaneidade, tendo mais capacidade para aproveitar as experiências, porém, de uma perspectiva mal adaptativa, pode tornar-se desorganizado e ter comportamentos erráticos e arriscados. Assim, sujeitos com níveis mais altos de ego-resiliência têm maior capacidade de alterar os seus níveis de controlo em qualquer direção, dependendo do que é pedido numa determinada situação, ao contrário de indivíduos com níveis mais baixos de ego-resiliência que não conseguem alterar o controlo, ainda que seja necessário (Letzring, Block, Funder, 2005). Rutter (2006) aborda o conceito de resiliência como uma resistência a situações de risco em que os sujeitos apresentam relativamente bons resultados em momentos em que seria expetável apresentarem sequelas.

Na subescala do Relacionamento não é possível encontrar efeitos significativos, pelo que se compreende que a resiliência e o script de base segura não ajudam a perceber a dimensão do Relacionamento, sendo melhores para ajudar a explicar a Dependência Imatura.

Na dimensão da Necessidade, que está relacionada com níveis baixos de aceitação social, medos, quer seja de separação, desamparo, rejeição ou experiências de frustração no geral, que não estão ligadas a uma relação específica (Blatt, 2004), é possível encontrar uma tendência na interação entre a resiliência e o script de base segura na Necessidade, tendo o género também uma tendência para ser um preditor da Necessidade. Os valores apresentados são marginais, não sendo o modelo significativo, pelo que é importante pensar se seria significativo caso a amostra fosse maior, tendo em conta que a amostra reduzida é uma das limitações. Desta forma, no género masculino, quando os sujeitos demonstram valores de script de base segura abaixo da média, à medida que a Necessidade aumenta, a resiliência também aumenta. Compreende-se que relações primárias com níveis de insegurança elevados levam a que se instalem conceitos de self distorcidos e que se tornarão nos modelos que o indivíduo poderá levar consigo para as suas relações futuras, algo que Blatt, Arieti e Bemporad e Bowlby conseguem concordar nas suas teorias (Blatt & Maroudas, 1992). Contrariamente, com valores de script de base segura acima da média, quando os sujeitos são mais resilientes, também demonstram níveis de Necessidade acentuadamente mais baixos.

O género feminino, em termos de script de base segura abaixo da média, aumenta mais acentuadamente do que o género masculino, sendo que à medida que a Necessidade aumenta, a resiliência também aumentará, no entanto, quando o script de base segura está acima da média, a Necessidade reduz de forma pouca significativa, continuando a haver um aumento da resiliência. Rude e Burnham (1995) afirmaram que a dimensão da Necessidade está mais

relacionada com a depressão no género feminino do que no masculino, tendo em conta que o género feminino se direciona mais para a relação e se há mais ansiedade nestas áreas, poderão sofrer mais sintomas depressivos do que o género masculino, tendo mais medo de serem rejeitados, abandonados pelos outros e dificuldade em serem independentes.

Relativamente ao item da Conexão, que indica maturidade por parte do indivíduo, demonstrando sensibilidade ao que o outro está a sentir e pela relação que têm em detrimento da sua própria gratificação (Blatt, 2004), existe moderação pelo script de base segura da relação entre a resiliência e a Conexão. Assim sendo, no género masculino, quando o script de base segura está abaixo da média, à medida que a Conexão aumenta, a resiliência também aumenta, ou seja, é possível afirmar-se que a resiliência ajuda o sujeito inseguro a conectar-se, sendo que o sujeito, apesar de inseguro, utiliza a sua capacidade para adaptar-se ao mundo à sua volta e lidar com o stress sem sucumbir ao mesmo (Block & Block, 1980) para criar relações saudáveis e maduras com os outros. Contrariamente, quando o script de base segura está acima da média, a Conexão diminui de forma acentuada, mas a resiliência aumenta, ou seja, um sujeito do género masculino seguro conecta-se menos com o outro, continuando a ser resiliente, recorrendo mais a estas suas próprias características do que aos outros, tornando-se mais individualista.

No género feminino, quando o script de base segura está abaixo da média, há uma subida acentuada dos níveis de Conexão e aumento da resiliência. Quando o script de base segura está acima da média, há um decréscimo dos níveis de Conexão, mas de forma pouco significativa, continuando a haver um aumento da resiliência. No caso do género feminino, apesar de haver um decréscimo dos valores da Conexão, a tendência é para que procurem a relação com o outro, ao contrário do género masculino, e a resiliência pode ajudar nesta procura. O género feminino tem uma perspetiva coletivista independentemente de sentir-se seguro ou inseguro, enquanto o género masculino torna-se individualista quando seguro e procura suporte dos outros quando inseguro.

Este estudo demonstrou algumas limitações, sendo que uma delas foi a amostra reduzida. Os dados foram recolhidos num colégio, pelo que limita o estudo, pois a amostra torna-se pouco representativa. Outra limitação que foi possível compreender através do estudo do género e avaliação dos adolescentes relaciona-se com o teste do conhecimento do script de base segura, pois não está adaptado para avaliar adolescentes que estão inseridos em famílias com cuidadores do mesmo género, só mostrando histórias mãe-pai, sendo interessante no futuro pensar como poderiam ser integradas as várias estruturas familiares. Também não tem em conta adolescentes que não se identifiquem com o género masculino nem com o feminino, pois as

instruções falam sobre histórias para rapazes ou para raparigas, não existindo instruções para o género não-binário. Seria, então, interessante pensar para estudos futuros criar testes mais inclusivos, tendo em conta estas estruturas familiares e os diferentes géneros. Os estudos futuros deveriam ser pensados no âmbito de uma amostra maior e mais representativa da população adolescente, tendo em conta que seria interessante ter acesso a uma representação maior e mais variada da população adolescente.

A relação que os adolescentes têm com os seus cuidadores é bastante importante para o seu desenvolvimento, sendo que as interações criadas e mantidas produzem modelos que poderão ser levados para as relações futuras com os outros e com o self, como foi possível compreender pelo estudo. Ao abordar o tema da vinculação e depressão torna-se claro que é relevante não só trabalhar com os adolescentes, mas também com os cuidadores, apostando em abordagens que envolvam o sistema. Fica também evidente que é essencial compreender as diferenças entre os géneros e a forma como os indivíduos são socializados para poder colmatar as necessidades implicadas em cada um deles. Compreende-se o papel da resiliência através do estudo e quão essencial é ter flexibilidade para lidar com as situações desafiantes impostas e de forma adequada ao que é pedido na situação.

Referências

- Abelson, R. P. (1981). Psychological status of the script concept. *American Psychologist*, 36 (7), 715–729. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.36.7.715>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- Arieti, S. (1977). Psychotherapy of severe depression. *The American Journal of Psychiatry*, 134 (8), 864-868. <https://doi.org/10.1176/ajp.134.8.864>
- Arieti, S., & Bemporad, J. R. (1980). The psychological organization of depression. *The American Journal of Psychiatry*, 137 (11), 1360-1365. <https://doi.org/10.1176/ajp.137.11.1360>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression*. The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1991). Ethological light on psychoanalytical problems. *The development and integration of behaviour: Essays in honour of Robert Hinde*, 301-313.
- Bowlby, J. (1998). *A Secure Base*. Routledge.
- Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *Psychoanalytic Study of the Child*, 29, 107-157. <https://doi.org/10.1080/00797308.1974.11822616>
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: Theoretical, clinical, and research perspectives*. American Psychological Association.
- Block, J., & Block, J. H. (1977). The Developmental Continuity of Ego Control and Ego Resiliency: Some Accomplishments.
- Blatt, S. J., & Maroudas, C. (1992). Convergences among psychoanalytic and cognitive-behavioral theories of depression. *Psychoanalytic Psychology*, 9 (2), 157-190. <https://doi.org/10.1037/h0079351>
- Blatt, S. J., & Shichman, S. (1983). Two primary configurations of psychopathology. *Psychoanalysis & Contemporary Thought*, 6 (2), 187–254. <https://doi.org/10.1037/11749-006>
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In *Minnesota symposia on child psychology* (Vol. 13, pp. 39-101).
- Block, J. (1987). Longitudinal Antecedents of Ego-Control and Ego-Resiliency in Late Adolescence.

- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of personality and social psychology*, 70 (2), 349. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Block, J., & Robins, R. W. (1993). A longitudinal study of consistency and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood. *Child development*, 64 (3), 909-923.
- Block, J., & Turula, E. (1963). Identification, ego control, and adjustment. *Child Development*, 34 (4), 945–953. <https://doi.org/10.2307/1126537>
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the society for research in child development*, 3-35. <https://doi.org/10.2307/3333824>
- Campos, R. C. (2000). Adaptação do Questionário de Experiências Depressivas (de Sidney Blatt e colegas) para a população portuguesa. *Análise Psicológica*, 18 (3), 285- 309. <https://doi.org/10.14417/ap.400>
- Coimbra de Matos, A. (2002). O adolescente: Príncipe Édipo e Rei Narciso. In Góis Santos, A., Fonseca, F., Velez, M., Gonçalves, J., *Adolescência: O triunfo do pensamento e a Descoberta do amor* (p.147). Climpesi Editores.
- Campos, R. C. (2016). Questionário de Experiências Depressivas: Manual Técnico- Edição Atualizada e Revista. Centro de Investigação em Educação e Psicologia da Universidade de Évora (CIEP-EU).
- Carbonell, D. M., Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Stashwick, C. K., Paradis, A. D., & Beardslee, W. R. (2002). Adolescent protective factors promoting resilience in young adults at risk for depression. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 19, 393-412. <https://doi.org/10.1023/A:1020274531345>
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2007). Attachment and the processing of social information in adolescence. In *Attachment in adolescence: Reflections and new angles*. (pp. 41–56). Jossey-Bass. <https://doi.org/10.1002/cd.193>
- Dykas, M. J., Woodhouse, S. S., Cassidy, J., & Waters, H. S. (2006). Narrative assessment of attachment representations: Links between secure base scripts and adolescent attachment. *Attachment & Human Development*, 8 (3), 221-240. <https://doi.org/10.1080/14616730600856099>
- Flynn, H. K., Felmlee, D. H., & Conger, R. D. (2017). The social context of adolescent friendships: Parents, peers, and romantic partners. *Youth & Society*, 49 (5), 679-705. <https://doi.org/10.1177/0044118X14559900>

- Freud, S. (1917). Mourning and Melancholia. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works, 237-258
- Galambos, N. L. (2004). Gender and gender role development in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 233-262. <https://doi.org/10.1002/9780471726746.ch8>
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1996). Adult attachment interview. http://www.cmap.polytechnique.fr/~jingrebeccali/research/nlp_files/AAI_Scoring.pdf
- Letzring, T. D., Block, J., & Funder, D. C. (2005). Ego-control and ego-resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. *Journal of Research in Personality*, 39 (4), 395-422. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.06.003>
- Nivison, M. D., Roisman, G. I., Dagan, O., Booth-LaForce, C., & Waters, T. E. A. (2023). Caregiving antecedents of secure base script knowledge inferred from the Adult Attachment Interview: A comparative, pre-registered analysis. *Infant and Child Development*. <https://doi.org/10.1002/icd.2410>
- Pereira, M., Cardoso, M., Albuquerque, S., Janeiro, C., & Alves, S. (2016). Escala de Resiliência para adultos (ERA). *Instrumentos de avaliação familiar*, 2, 37-62.
- Radó, S. (1928). The Problem of Melancholia. *International Journal of Psycho-Analysis*, 9, 420–438.
- Rutter, M. (2006). The Promotion of Resilience in the Face of Adversity. In *Families count: Effects on child and adolescent development*. (pp. 26–52). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511616259.003>
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and psychopathology*, 24 (2), 335-344. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>
- Rude, S. S., & Burnham, B. L. (1995). Connectedness and neediness: Factors of the DEQ and SAS dependency scales. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 323-340. <https://doi.org/10.1007/BF02230403>
- Waters, T. E. A. (2021). Representational measures of attachment: A secure base script perspective. In *Attachment: The fundamental questions*. (pp. 78–85). The Guilford Press.
- Waters, H. S., & Rodrigues-Doolabh, L. (2001, April). Are attachment scripts the building blocks of attachment representations. In *biennial meeting of the Society for Research in Child Development*, Washington, DC. http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/srcd2003/posters/SRCD2001_hsw.pdf

- Waters, H., & Waters, E. (2006). The attachment working models concept: Among other things, we build script-like representations of secure base experiences. *Attachment & Human Development, 8* (3), 185–197. <https://doi.org/10.1080/14616730600856016>
- Wright, J. H., & Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: Theory and practice. *Psychiatric Services, 34* (12), 1119-1127. <https://doi.org/10.1176/ps.34.12.1119>