



**ISPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

VINCULAÇÃO AOS PAIS,  
QUALIDADE DAS AMIZADES  
E SOLIDÃO

SUSANA FERNANDES ROSÁRIO

Orientador da Dissertação:

António José dos Santos

Professor de Seminário de Dissertação:

António José dos Santos

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

**MESTRE EM PSICOLOGIA**

Especialidade em Psicologia Clínica

2021

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

## **Agradecimentos**

Aos meus pais que sempre me apoiaram e incentivaram a seguir o ensino superior.

Ao meu marido, que mesmo com todas as dificuldades se empenhou em proporcionar-me todas as condições para que eu pudesse realizar este mestrado sem preocupações.

E finalmente ao professor António por se ter mostrado tão disponível e paciente comigo e, no geral, com toda a turma, o que nos permitiu levar o nosso trabalho avante de forma tranquila e ponderada.

## Resumo

A adolescência é a fase do desenvolvimento onde, para além das inúmeras alterações físicas, múltiplas e complexas mudanças sociais acontecem. Uma das principais mudanças sociais no adolescente está relacionada com a importância que as amizades vão assumindo, e como tal, é essencial que as mesmas se desenvolvam com qualidade. A teoria da Vinculação é uma teoria já utilizada para explicar a forma como o adolescente se desenvolve e lida com estas alterações sociais que ocorrem, e como tal, no presente estudo, com base nesta mesma teoria, pretendeu perceber-se de que forma a qualidade da vinculação aos pais pode influenciar a capacidade do adolescente de desenvolver amizades de qualidade. Para além deste aspeto, outro fator importante que pode afetar o adolescente é a solidão. É frequente o desenvolvimento de sentimentos de solidão na adolescência, e por essa razão este estudo pretendeu ainda perceber como a qualidade da vinculação aos pais, e também a qualidade das amizades poderá estar relacionada com o surgimento deste tipo de sentimentos.

Através dos resultados obtidos por uma amostra de 102 adolescentes, pôde verificar-se que efetivamente existem correlações entre a qualidade da vinculação aos pais e a qualidade das amizades do adolescente. Verificou-se ainda que ambas as variáveis se correlacionam com a terceira variável, a solidão, levando a concluir que melhor qualidade quer na vinculação aos pais como nas amizades se encontra relacionada a sentimentos de solidão reduzidos.

Palavras-chave: adolescência; vinculação; amizade; solidão

## **Abstract**

Adolescence is the stage of development where, in addition to numerous physical changes, multiple and complex social changes take place. One of the main social changes in adolescents is related to the importance that friendships assume, and as such, it is essential that these friendships develop with quality. Attachment Theory is a theory used to explain how adolescents develop and deal with these social changes that occur, and as such, in this study, based on this same theory, it was intended to understand how the quality of attachment to parents can influence the adolescent's ability to develop quality friendships. In addition to this aspect, another important factor that can affect adolescents is loneliness. The development of feelings of loneliness in adolescence is frequent, and for this reason this study also intended to understand how the quality of attachment to parents, and also the quality of friendships, may be related to the emergence of this type of feelings.

Our results obtained with a sample of 102 adolescents, revealed correlations between the quality of the attachment to the parents and the quality of the adolescent's friendships. It was also found that both variables were correlated with loneliness, leading to the conclusion that better quality both in attachment to parents and in friendships is related to reduced feelings of loneliness.

**Keywords:** adolescence; attachment; friendship; loneliness

## ÍNDICE

Agradecimentos .....	III
Resumo .....	IV
Abstract .....	V
Introdução .....	1
Teoria da Vinculação .....	1
Estilos de Vinculação .....	2
Vinculação e o Desenvolvimento da Criança .....	3
Relação com a Mãe e com o Pai .....	4
Vinculação e Competências Sociais .....	5
Relações Entre Pares na Adolescência .....	7
A Amizade .....	8
A Solidão .....	11
Dois Grandes Sistemas de Socialização - Família e Pares .....	13
Método .....	15
Participantes .....	15
Instrumentos .....	15
Ficha de Identificação .....	15
Security Scale .....	15
Questionário da Qualidade da Amizade .....	16
Relacional Provision Loneliness Questionnaire (RPQL) .....	16

Procedimento .....	17
Resultados .....	17
Qualidade da Vinculação ao Pai e à Mãe .....	17
Qualidade da Amizade .....	18
Dois Grandes Sistemas de Socialização .....	19
Solidão .....	20
Qualidade da Vinculação e a Solidão .....	21
Qualidade da Amizade e a Solidão .....	22
Discussão .....	23
Referências .....	28
Anexos .....	33
Anexo 1: Tabela - ANOVA da variância da Qualidade da Vinculação em função do Sexo .....	33
Anexo 2: Tabela - Diferenças entre pai e mãe como bases seguras e portos de abrigo .....	33
Anexo 3: Tabela - ANOVA da variância da Qualidade da Amizade em função do Sexo .....	34
Anexo 4: Tabela - ANOVA da variância da Solidão em função do Sexo .....	34
Anexo 5: Carta de Consentimento Informado aos pais .....	35

### **Lista de Tabelas**

Tabela 1: Qualidade da Vinculação em função do Sexo .....	18
---	----

Tabela 2: Qualidade da Amizade em função do Sexo .....	19
Tabela 3: Correlação entre a Qualidade da Vinculação e a Qualidade da Amizade .....	20
Tabela 4: Solidão em função do Sexo .....	21
Tabela 5: Correlação entre a Qualidade da Vinculação e a Solidão .....	22
Tabela 6: Correlação entre a Qualidade da Amizade e a Solidão .....	23

## **Introdução**

### **Teoria da Vinculação**

A Teoria da Vinculação surge numa altura em que o desenvolvimento da criança era visto como sendo inteiramente decorrente do intrapsíquico (Jones, 2015). Foi Bowlby, durante os anos 40, ao estudar os efeitos causados na criança pela sua separação dos seus pais, que introduziu este conceito de vinculação como um sistema motivacional com o intuito de proteger e reconfortar a criança, surgindo sempre associada à exploração da criança e aos cuidados das figuras significativas (Terenó & Matos, 2017). Para Bowlby, as relações primárias têm impacto na construção da personalidade da criança, não sendo este um processo inteiramente intrapsíquico.

Bowlby, ao estudar os efeitos da separação da criança dos seus pais, verificou o quanto esta separação demonstra ser um fator demasiado stressante e causador de um desencadear de comportamentos associados à angústia, desespero e, em última instância, desapego. A resposta da mãe (ou pai) à reação da criança após uma separação, isto é, o quão responsiva esta figura se apresenta perante a reação da criança, vai implicar o tipo de representações internas que a criança vai desenvolvendo. Deste modo, perante uma figura mais responsiva, uma boa “base segura” ou bom “porto de abrigo”, uma criança pode desenvolver representações internas de segurança - “sou digno do cuidado e atenção do meu cuidador” -, enquanto que a ausência desta “base segura” ou “porto de abrigo” pode promover o desenvolvimento de representações internas mais negativas - “não sou digno da atenção e do cuidado”. A distinção entre “base segura” e “porto de abrigo” está relacionada com a procura da criança, isto é, em situações mais stressantes a criança procura um “porto de abrigo”, ou seja, procura nos pais a sua capacidade de cuidar e reconfortar, enquanto que em situações não stressantes a criança procura ter nos pais uma “base segura” para que possa explorar em segurança (Scharfe, 2017; Martins, 2016).

Foi Ainsworth, com a criação do Paradigma da Situação Estranha - um sistema de avaliação, em laboratório, da qualidade da vinculação pais-criança -, que desenvolveu este conceito de “base segura”. Segundo a autora, numa relação, são os pais quem assumem o papel de “base segura”, mostrando-se disponíveis à criança para que esta consiga sentir-se confiante em explorar o meio. Deste modo, a responsividade e sensibilidade de resposta destas figuras à

criança, no primeiro ano de vida da mesma, vai delinear a qualidade da relação de vinculação entre a criança e as mesmas (Jones, 2015; Tereno & Matos, 2017).

Verifica-se então que o estabelecimento de vinculações seguras com as figuras significativas da criança permite à mesma a construção de um modelo interno dinâmico caracterizado por expectativas sociais positivas, que por sua vez promovem a exploração do meio e a interação com outras crianças (Torres et al., 2008; Boling et al., 2011). Em contrapartida, vinculações inseguras vão tornar a criança mais sensível a comportamentos de rejeição e hostilidade, originando mais respostas de evitamento e agressão por parte da mesma (Torres et al., 2008). Deste modo, a teoria da vinculação pressupõe que crianças seguras possam possuir uma maior capacidade de auto-regulação do que crianças inseguras, graças à maior capacidade de regulação do afeto, da excitação e das emoções, adquirida pelo desenvolvimento de um modelo interno dinâmico seguro (Stams et al., 2002). Resumindo consoante a responsividade das figuras significativas, diferentes tipos de vinculação se podem desenvolver entre a mesma e a criança, cada um impactando de forma diferente o desenvolvimento desta última.

### ***Estilos de Vinculação***

Foi também Ainsworth, no fim dos anos 70, quem instrumentalizou os três estilos de vinculação - Segura, Insegura-Evitante e Insegura-Resistente (Scharfe, 2017).

Uma Vinculação Segura remete para a internalização de expectativas sociais positivas resultantes da existência de uma boa base segura, sendo que uma criança com uma vinculação segura, que se depare numa situação de separação, procurará o conforto e responsividade da sua mãe e conseguirá retornar à sua atividade depois de reconfortada (Scharfe, 2017).

Quando não existe uma base segura que permita internalizações positivas, desenvolve-se uma Vinculação Insegura. Na Vinculação Insegura Evitante, há um desenvolvimento na criança da crença de que a própria não poderá recorrer às suas figuras significativas na busca de conforto aquando de uma situação de separação. Crianças com este tipo de vinculação, quando colocadas em situações stressantes de separação, não conseguem regular as suas emoções negativas precisamente por evitarem a aproximação à sua figura significativa. Na Vinculação Insegura Resistente há a internalização da crença de que a responsividade da mãe (ou pai) será sempre imprevisível, o que faz com que a criança, numa situação stressante de sepa-

ração realize uma busca pelo conforto desta figura de forma inconstante, mostrando-se também incapaz de regular as suas emoções negativas, não conseguindo ser reconfortada, independentemente da reação dessa figura significativa (Scharfe, 2017).

Deste modo, o tipo de vinculação que se desenvolve entre a criança e os seus pais vai influenciar a forma como o indivíduo internaliza um sentimento de valor próprio (“sou ou não digno do amor do outro?”), bem como um sentimento de confiança no outro (“o outro é ou não capaz de me cuidar de me apoiar?”). Estas internalizações vão, por sua vez, definir o modelo interno dinâmico do sujeito, que acompanhará o mesmo o resto da sua vida (Scharfe, 2017).

Assim, e apesar de sabermos que a vinculação surge associada à capacidade de resposta e sensibilidade do cuidador durante o primeiro ano de vida da criança (Elicker et al., 1992), vários autores rastrearam o seu impacto muito além desse primeiro ano de vida.

### ***Vinculação e o Desenvolvimento da Criança***

Elicker e colaboradores (1992) demonstraram que, passados 10 anos, é ainda possível verificar sinais desta mesma vinculação com as figuras significativas da criança na autoconfiança e funcionamento social competente do pré-adolescente no seu grupo de pares. Tal facto confirma a premissa de que as crianças acabam por desenvolver padrões coerentes de adaptação a partir das experiências precoces de relacionamento, que mentalmente representadas, se generalizam e influenciam as expectativas, sentimentos e comportamentos em outros relacionamentos, resultando num ajustamento sucessivo da criança/adolescente ao ambiente social que a rodeia (Elicker et al., 1992; Scharfe, 2017). Logo, mesmo não estando presentes fisicamente, os pais estão sempre presentes enquanto experiências sociais primárias internalizadas. Também os autores Booth et al. (1998) confirmaram esta continuidade do modelo interno dinâmico da relação da criança com a mãe quando verificaram que “uma vinculação segura aos 4 anos está ligada a uma percepção de apoio emocional materno aos 8 anos.”

## *Relação com a Mãe e com o Pai*

As crianças interiorizam diferentes aspectos das relações com a mãe e com o pai. Enquanto uma vinculação segura com o pai ajuda a desenvolver aspectos como a gestão da agressividade e de afetos negativos, contribuindo para as construções iniciais de amizades (Veríssimo et al., 2010; Torres et al., 2008), uma vinculação segura com a mãe vai ajudar nas amizades mais significativas e psicologicamente mais abrangentes da adolescência (Veríssimo et al., 2011).

Segundo Grossmann et al. (2002), o pai, graças à sua sensibilidade lúdica nas brincadeiras exploratórias com a criança, parece contribuir para a segurança emocional da mesma. No estudo de Torres et al. (2008), os autores afirmaram ainda que esta sensibilidade paterna na brincadeira aos dois anos de idade da criança é um preditor longitudinal significativo da segurança do modelo interno da criança aos dez anos.

Já as mães parecem fornecer mais o conforto quando a criança sente estar em perigo (Grossmann et al., 2002). Os autores Stams et al. (2002), referem ainda a sensibilidade materna e a existência de uma vinculação segura à mãe, como preditores de um melhor desenvolvimento social e cognitivo quer na primeira infância, como nas idades mais avançadas. Uma interação mãe-criança que promova comportamentos de base segura, estimula ainda na criança, o desenvolvimento de habilidades necessárias ao estabelecimento de interações positivas com colegas (Szewczyk-Sokolowski & Bost, 2005). Crianças com uma vinculação segura têm expectativas sociais mais positivas relativamente aos pares, baseadas na capacidade da mãe corresponder de forma positiva às necessidades da criança. Ainda no que toca aos aspectos de saúde do adolescente, os autores Veppo e colaboradores (2020) verificaram também que uma vinculação segura à mãe modera a relação entre a aceitação social e a saúde do adolescente, uma vez que uma vinculação segura parece evitar a adoção de comportamentos mal adaptativos de saúde quando existe uma baixa aceitação social.

Esta ideia da diferente contribuição de uma vinculação segura à mãe e ao pai poder-se-á ainda incluir na noção psicodinâmica da relação triangular, fazendo-nos pensar que a capacidade da criança conseguir desenvolver vinculações seguras com a mãe e com o pai, poderá remeter para a aquisição de competências sociais de gestão de dinâmicas afetivas com complexidade superior às relações diádicas (Torres et al., 2008). Assim, é expectável pensar que a capacidade de gerir cognitivamente e emocionalmente a relação triádica – mãe, pai, filho – possa

ser um facilitador para a gestão de relações de pares mais complexas (com mais de duas crianças/adolescentes), facilitando, conseqüentemente, o ajustamento da criança e futuro adolescente no desenvolvimento da sua rede de relações, cada vez mais complexa. A coexistência de vinculações seguras com o pai e com a mãe parece ser, então, essencial para um bom desenvolvimento de competências sociais, cada vez mais necessárias à medida que a nossa rede de relacionamentos cresce e complexifica (Torres et al., 2008).

Podemos verificar assim, a importância da existência de uma vinculação segura, não só a uma das figuras significativas, mas sim a ambos os pais, já que ambas as relações, mãe-filho e pai-filho, parecem contribuir com diferentes aspetos para o desenvolvimento socio-cognitivo e emocional da criança, sendo ambas necessárias para um bom desenvolvimento e ajustamento social da criança e futuro adolescente.

### ***Vinculação e Competências Sociais***

A possibilidade de estabelecer vinculações seguras com as suas figuras significativas permite, então, à criança desenvolver sentimentos de autoestima e eficácia que eventualmente possibilitarão à criança criar, mais facilmente, relações com outros (Stams et al., 2002; Torres et al., 2008). Assim, é nestas relações iniciais que a criança vai, também, desenvolver as primeiras competências sociais e é na disponibilidade destas primeiras relações que encontra confiança para estabelecer outras relações ao longo da sua vida (Veríssimo et al., 2010).

Os autores Clark e Ladd (2000), referem a existência de duas componentes essenciais quando falamos de uma vinculação segura entre pais e filhos. Primeiramente a ligação pais-filho, que implica uma inter-relação entre as expressões emocionais do filho e dos seus pais e que promove na criança sentimentos de segurança e conforto, e em segundo lugar o apoio à autonomia da criança, ou seja, a capacidade e disponibilidade que os pais têm de avaliar opiniões, sentimentos e perspetivas da criança, o que promove na mesma segurança na exploração (Clark & Ladd, 2000).

Nos estudos de Boling e colaboradores (2011), os autores afirmam que crianças cuja autonomia é pouco estimulada pelas mães, apresentam características negativas associadas às suas amizades na adolescência, indo assim ao encontro do que nos sugere a teoria da vinculação, já que, não havendo um impulsionar por parte das mães para a autonomia na exploração

do meio, a criança não se afasta para explorar, não surgindo assim a oportunidade de internalização de segurança na exploração do mesmo. Consequentemente essas crianças/futuros adolescentes, não conseguirão internalizar uma “base segura” nem expectativas sociais positivas, o que fará com que as mesmas se tornem menos competentes socialmente, não conseguindo estabelecer e manter amizades de qualidade (Boling et al., 2011) .

Já quando a criança tem acesso a uma vinculação segura com os seus pais, e, por conseguinte apoio à sua autonomia tende a assumir uma orientação socioemocional mais empática, o que permite à mesma conseguir interpretar e responder a situações sociais, facilitando a construção de amizades com maior qualidade, e consequentemente a aceitação desta mesma criança por parte dos pares (Clark & Ladd, 2000; Elicker et al., 1992). Em contrapartida, um fraco desenvolvimento das competências sociais condicionado pela inexistência de uma relação de vinculação segura poderá resultar num retraimento social por parte da criança/adolescente. O retraimento social é algo que inevitavelmente potenciará dificuldades na relação com o grupo de pares, o que pode levar ao desenvolvimento de um fraco autoconceito e promover ainda mais o comportamento de retirada social, enquanto estratégia de fuga à exclusão e vitimização (Correia et al., 2014). Para além de desajustada, esta resposta vai acabar por destacar ainda mais a criança/adolescente pela negativa, colocando-o numa posição de maior vulnerabilidade para o desenvolvimento de problemas de carácter inter e intrapessoal (Rubin, 2008).

Outro aspeto a destacar na relação com os pais está relacionado com os padrões de comunicação. Quando estamos perante uma vinculação menos segura, com padrões de comunicação não responsivos entre pais e filhos, a comunicação com os pares é afetada, sendo a rejeição no grupo de pares uma possível consequência. Quando existem padrões de interação positivos com os pais desenvolvem-se na criança/adolescente estilos de comunicação que contribuem para futuras interações positivas com os próprios pais e com os pares. Uma vinculação segura, ao promover sentimentos de autoestima e competência, também torna a criança um parceiro social mais atrativo (Black & Logan, 1995).

A existência de uma vinculação segura parece então contribuir para o próprio relacionamento geral da criança e adolescente influenciando os seus padrões de resposta afetiva e consequentemente a forma como o mesmo é visto pelo outro (Szewczyk-Sokolowski & Bost, 2005). Assim, e sem esquecer o quão impactante é para o desenvolvimento a primeira vinculação estabelecida com a figura primária, podemos afirmar que a criança continuará a criar

laços com outros cuidadores e futuramente com pares, estabelecendo outras relações, mais ou menos importantes, ao longo da sua vida.

### **Relações entre Pares na Adolescência**

É, então, certo que desde cedo as crianças demonstram interesse em estabelecer contacto com o outro, principalmente com outras crianças, em socializar. Inicialmente, é a observação atenta e a reação ao comportamento do outro que determina a interação entre duas crianças, sendo que à medida que a mesma vai crescendo, a interação com outras crianças vai-se desenvolvendo e complexificando, promovendo, por conseguinte o desenvolvimento de competências sociais. Na idade pré-escolar é a brincadeira “faz de conta” que mais espelha a socialização existente nestas idades, demonstrando uma capacidade de tomada de perspectiva social e apresentação de comportamento social. Com o crescimento, desenvolve-se também a capacidade de compreender as manifestações emocionais e intenções sociais do outro, e com isso surge uma crescente preocupação em ser aceite pelo outro, pelo grupo. Esta preocupação emerge na idade escolar, altura em que a interação entre pares se caracteriza essencialmente pelo aparecimento dos mexericos/intrigas, *bulling* e vitimização. Atingindo a adolescência passam a ser a intimidade e a auto-revelação a caracterizar a interação entre pares e consequentemente a formação de amizades (Rubin et al., 2008).

Deste modo, para além de uma boa vinculação com os pais, a aceitação pelos pares também tem um enorme impacto na construção da identidade do indivíduo e no seu ajustamento (Greca, 2005; Bagwell et al., 1998). A rejeição por parte dos pares, bem como experiências negativas com os mesmos são grandes causadores do desenvolvimento de ansiedade social nos adolescentes. Já a pertença a um grupo, relações positivas com pares, e relacionamentos amorosos protegem o adolescente do aparecimento de sintomatologia ansiosa e depressiva (Greca, 2005). Os autores Veppo e colaboradores (2020) verificaram ainda associações significativas entre a aceitação social e resultados de saúde numa amostra de pré-adolescentes. Deste modo, adolescentes socialmente aceites apresentam menos problemas de saúde, e relatam ainda que a sua saúde influenciou positivamente as suas capacidades de funcionamento social (Veppo et al., 2020).

Posto isto, pode então afirmar-se que vinculações seguras com os pais, mas também relações positivas com pares permitem à criança e adolescente uma maior consciência emoci-

onal, uma maior capacidade de expressão do afeto positivo e maior capacidade de serem mais empáticos e pró-sociais (Laible, 2007), podendo assim constatar-se que o desenvolvimento social e ajustamento da criança e do adolescente não é só influenciado pelo tipo de relação existente entre filho e pais, como também entre o sujeito e os seus pares e amigos.

A principal diferença entre as relações entre filhos e pais e entre pares rege-se na sua orientação, sendo as relações entre pais e filhos relações verticais, enquanto as relações entre pares são horizontais, implicando uma igualdade e reciprocidade entre os membros envolvidos (Freitas et al., 2018; Laible, 2007). Uma relação vertical implica que um dos membros da díade tenha maior conhecimento e poder social que o outro, o que acontece nas relações que envolvam crianças e adultos, nomeadamente a relação pais-filho. Nestas relações as trocas são essencialmente complementares, baseando-se em cuidados e comportamentos de controle por parte dos pais e de submissão e solicitação de auxílio por parte da criança. Já uma relação horizontal implica uma igualdade de poder social entre os membros da díade, o que acontece nas relações de pares e amizades. Este tipo de relações é marcado pela reciprocidade e expectativas equivalentes. Enquanto as relações pais-filho, relações verticais, fornecem proteção e segurança nos primeiros anos de vida da criança, sendo responsáveis pelo desenvolvimento das primeiras competências sócio-cognitivas, as relações entre pares e principalmente as amizades, relações horizontais, fornecem um contexto onde as crianças poderão elaborar e desenvolver essas competências sócio-cognitivas adquiridas nas relações primárias (Hartup, 1989).

### *A Amizade*

Uma amizade distingue-se da mais geral relação de pares por se caracterizar pela maior existência de diálogo entre os intervenientes, assim como pela maior cooperação e afeto positivo (Freitas et al., 2018). Para se afirmar a existência de uma amizade é necessário que a mesma seja voluntária e reconhecida pelos dois membros da díade, e que haja afeto mútuo entre ambos, sem interesses instrumentais como motivação primária da relação (Rubin et al., 2004; Rubin et al., 2008). Assim, uma amizade implica o reconhecimento da mesma de ambas as partes, sendo que quando o mesmo não acontece, ou quando existem perceções incoerentes, podemos estar perante a existência falhas na capacidade de relacionamento e consequente desajustamento, por parte de um ou ambos os membros da díade (Rubin et al., 2008; Burk & Laursen, 2005). Para além destes aspetos centrais, na adolescência, uma amizade também

implica a existência de apoio, intimidade e lealdade, bem como a adoção de comportamentos pró-sociais por parte de ambos os membros da díade (Berndt, 2002). Uma amizade é então uma base segura fora do ambiente familiar, isto é, uma outra forma segura de explorar os efeitos dos nossos comportamentos no próprio e no outro (Freitas et al., 2018). Deste modo podemos afirmar que, à medida que a criança se desenvolve e principalmente na adolescência, a existência de boas amizades seguras acaba por tornar-se quase tão importante quanto a qualidade da relação pais-filhos, no desenvolvimento sócio-emocional do indivíduo e no seu ajustamento.

Segundo os autores Rubin e colaboradores (2008), parece haver uma tendência para estabelecer amizades com outras crianças/adolescentes com as mais variadas semelhanças (raça, idade, comportamento, etc), no entanto é a satisfação de necessidades e não propriamente a existência de semelhanças entre os membros da díade o fator que mais influencia a manutenção de uma amizade. Há que realçar que esta satisfação poderá não ser recíproca, mas sim complementar, isto é, cada membro “dá” aquilo que melhor sabe dar, não necessitando de ser o mesmo de ambas as partes sendo que, desde que a díade se mantenha satisfeita com o que cada um dá e recebe, a amizade prevalecerá (Rubin et al., 2008).

Mas, mais importante do que conseguir estabelecer relações de amizade é a qualidade dessas amizades. A qualidade da amizade, que se distingue pelos elevados níveis de características positivas na relação e baixos níveis de características negativas, está positivamente relacionada com o desenvolvimento da criança e do adolescente (Berndt, 2002). Os autores Freitas e colaboradores (2018) confirmaram ainda que esta qualidade da amizade surge também positivamente associada a um bom ajustamento social, sendo que adolescentes que relataram ter amizades de qualidade foram caracterizados pelo grupo como menos retraídos, excluídos e vitimizados, e mais pró-sociais e populares, o que nos indica que a qualidade das amizades influencia a forma de ver e ser visto pelos pares, promovendo contactos positivos entre crianças/adolescentes, que levam à melhor qualidade das amizades (Freitas et al., 2018; Berndt, 2002). Do mesmo modo a inexistência de amizades de qualidade pode tornar-se altamente prejudicial ao ajustamento e bem-estar psicológico da criança/adolescente (Rubin et al., 2008), já que uma amizade caracterizada por aspetos negativos promove a adoção de comportamentos desajustados, como comportamentos desagradáveis ou perturbadores, dificultando a interação do próprio com o outro, mesmo fora dessa amizade (Berndt, 2002).

Estudos de Rubin e colaboradores (2004) verificaram também que, pelo menos para as adolescentes, a existência de amizades com alguma qualidade permite o aumento dos sentimentos de dignidade e percepção de competência desenvolvidos no seio de uma relação de vinculação segura com ambos os pais. Os autores verificaram ainda que para o caso das adolescentes com baixo suporte materno, quando na presença de amizades de alta qualidade, tinham as dificuldades geradas por esse baixo suporte amortecidas, sendo vistas como menos ansiosas, deprimidas e/ou retraídas quer pelos seus colegas como pelas próprias mães (Rubin et al., 2008).

Autores como Correia e colaboradores (2014) e Freitas e colaboradores (2019), verificaram ainda que adolescentes mais retraídos socialmente, que não tenham pelo menos uma amizade recíproca, são significativamente mais excluídos e vitimizados, e conseqüentemente mais isolados. Ainda, Burgess e colaboradores (2006), ao estudarem o impacto da amizade nos comportamentos desajustados de crianças retraídas e agressivas verificaram que as mesmas apresentavam reações mais ajustadas quando a situação stressante envolvia um amigo chegado. Deste modo os autores verificaram que em circunstâncias stressantes e ambíguas que envolviam uma amizade de qualidade, as crianças agressivas controlavam a sua tendência de esperar hostilidade por parte do outro conseguindo ver boas intenções na ação do mesmo (Burgess et al., 2006). Também as crianças retraídas demonstraram um comportamento diferente do usual, mostrando-se menos propensas a fazer atribuições internas de culpa nestas mesmas situações ambíguas e stressantes que envolviam uma amizade de qualidade. A capacidade de regular as suas respostas emocionais, quer da criança retraída como da criança agressiva, em situações ambíguas que envolvam uma boa amizade acabam por espelhar que a existência de uma boa amizade de qualidade pode ajudar a criança a contornar estratégias mais desadaptativas de enfrentamento, adotando um comportamento social mais ajustado (Burgess et al., 2006). Tais factos parecem demonstrar que a existência de pelo menos uma amizade de qualidade pode oferecer o suporte necessário à criança/adolescente para diminuir algumas dificuldades sócio-cognitivas e emocionais e, assim, permitir que a mesma consiga enfrentar os dilemas interpessoais com mais confiança, exibindo deste modo um comportamento social mais adequado e ajustado (Correia et al., 2014; Rubin et al., 2008).

## **A Solidão**

Percebendo a importância que a aceitação social tem para o ser humano, principalmente na fase da adolescência, podemos afirmar que sentimentos de pertença são essenciais predi-

tores de uma saúde mental de qualidade. Em contrapartida, sentimentos de solidão poderão promover uma saúde mental fragilizada (Mellor et al., 2008). Assim, podemos especular uma relação entre o aparecimento deste tipo de sentimentos e o tipo de comportamento social adotado, já que um comportamento mais pró-social impulsionado pela existência de aceitação por parte dos pares, pode ser um fator importante na redução de sentimentos de solidão. Já estes, podem desmotivar o adolescente, reduzindo os seus comportamentos pró-sociais e com isso “contaminar” a aceitação pelos pares (Woodhouse, 2012).

Podemos assim, perceber que sentimentos de pertença e de solidão estão altamente relacionados. Segundo os autores Mellor e colaboradores (2008), é através do surgimento de sentimentos de solidão que as necessidades de pertença não atendidas afetam o bem-estar psicológico. Assim, quando as necessidades de pertença do sujeito não são satisfeitas, sentimentos de solidão surgem, e conseqüentemente, são estes que vão afetar o bem-estar psicológico do indivíduo (Mellor et al., 2008).

Os autores Woodhouse e colaboradores (2012), verificaram que foram os adolescentes mais populares e controversos quem menos sentimentos de solidão relataram, afirmando que tal se deverá, muito provavelmente, ao facto dos mesmos terem acesso a mais oportunidades de socializar, e com isso mais probabilidades de satisfazerem as suas necessidades de pertença. Por outro lado, e indo ao encontro desta linha de pensamento, foram os adolescentes com mais comportamentos de retirada social quem mais sentimentos de solidão relataram, já que com estes, as oportunidades de socializar são escassas e portanto, mais facilmente as suas necessidades de pertença não serão atendidas (Woodhouse, 2012; Ferreira et al., 2013).

O conceito de solidão representa a falta de relacionamentos próximos com pessoas significativas (Ribeiro et al., 2019), e, portanto, o sentimento de solidão surge exatamente quando as nossas expectativas de contacto social não corresponderem ao que realmente acontece (Goossens & Beyers, 2002), o que faz com que as nossas necessidades sociais não sejam satisfeitas, quer pela quantidade como também pela qualidade dos relacionamentos existentes (Houghton et al., 2013).

É comum surgirem sentimentos de solidão na adolescência devido às grandes mudanças quer nas expectativas sociais, como nos papéis desempenhados e tipos de relacionamentos que se vão desenvolvendo (Houghton et al., 2013; Maes et al., 2017). Um adolescente tem em si a inquietante luta entre querer pertencer a um grupo e estabelecer relações mais próximas ao

mesmo tempo que quer ter a sua independência, e por vezes a falta de equilíbrio entre estes dois polos pode causar o surgimento destes sentimentos de solidão. Também o facto da grande importância do suporte parental ir sendo transferida para as relações de pares pode representar um potenciador do surgimento de sentimentos de solidão, já que tal não implica que o adolescente não continue a precisar do suporte dos seus pais, podendo com isto desenvolver-se sentimentos de solidão na relação com os mesmos (Maes et al., 2015; Maes et al., 2017).

Deste modo, existem fatores fundamentais a ter em conta quando falamos de solidão nos adolescentes. Primeiramente o tipo de relação onde surgem esses sentimentos de solidão, isto é, existindo diferentes tipos de relacionamentos que podemos desenvolver, a solidão também vai assumir diferentes formas (Ribeiro et al., 2019; Goossens et al., 2009), sendo que quando falamos em adolescentes, inevitavelmente as relações principais serão sempre as relações com os pais e com os pares (Goossens & Beyers, 2002). Outro aspeto importante a ter em conta diz respeito ao tipo de solidão experienciado, isto é, se estamos perante solidão social e/ou emocional, sendo que a solidão social está relacionada com a incapacidade de integração em meios e redes sociais, enquanto que a solidão emocional está associada à incapacidade de estabelecer relações com intimidade (Ribeiro et al., 2019; Ferreira et al., 2013). Há que ter em consideração que, apesar de podermos encontrar estes dois tipos de solidão, quer na relação com pares como no ambiente familiar, é geralmente mais fácil para o adolescente fazer a distinção entre estes dois tipos de solidão quando falamos na relação de pares e não tão fácil quando nos referimos à relação familiar (Ribeiro et al., 2019).

Em suma, é visível como relações saudáveis e de qualidade com os pares e também com a família, ao implicarem o desenvolvimento das competências sociais e promoverem a aceitação social, permitindo a integração do adolescente e o desenvolvimento de relações de intimidade, podem ser determinantes na compreensão do aparecimento de sentimentos de solidão nos mesmos. Assim, detetar e trabalhar as fragilidades nestes dois sistemas de socialização pode ser essencial no combate ao aparecimento de sentimentos de solidão na adolescência.

## **Dois Grandes Sistemas de Socialização: Família e Pares**

Podemos assim constatar que as amizades são de extrema importância quando falamos de um desenvolvimento sócio-cognitivo adequado e que promova um bom ajustamento social

da criança/adolescente, sendo que a existência de pelo menos uma boa amizade já demonstrou promover a adoção de respostas adequadas e ajustadas por parte das crianças e adolescentes (e.g. Correia et al., 2014; Rubin et al., 2008; Burgess et al., 2006). Mas sabemos também que o desajustamento e inexistência de competências sociais adequadas, em primeira instância, impedem a criança/adolescente de estabelecer relações de pares saudáveis e, por conseguinte amizades (e.g. Black & Logan, 1995; Correia et al., 2014). Então, a qualidade da vinculação das relações com os pais, e o desenvolvimento das competências sociais que as mesmas proporcionarão na criança, são essenciais para a possibilidade de estabelecimento das primeiras relações de pares e amizades saudáveis, que por sua vez, também assegurarão o contínuo desenvolvimento sócio-cognitivo e emocional da criança e futuro adolescente.

Deste modo, este estudo tem como objetivo principal, perceber o impacto que a qualidade da vinculação com os pais tem na capacidade do adolescente de estabelecimento de relações de amizade de qualidade. Surge assim a questão de investigação deste trabalho: A qualidade da relação de vinculação entre o adolescente e os seus pais poderá influenciar a sua capacidade de estabelecer relações de amizade de qualidade.

Pelo facto de vários investigadores como Veríssimo e colaboradores (2010) e Torres e colaboradores (2008) considerarem que uma vinculação segura à mãe e ao pai trazem diferentes contribuições para o desenvolvimento sócio-cognitivo da criança e do adolescente, como segundo objetivo deste estudo surge a necessidade de verificar as diferenças entre o impacto da qualidade da vinculação à mãe e da vinculação ao pai na capacidade de estabelecimento de amizades de qualidade.

Alguns estudos demonstram ainda a existência de diferenças entre sexos em questões relacionadas com as relações parentais e de amizade, como é o caso dos autores Furman e Buhrmester (1985), que verificaram que pré-adolescentes do sexo feminino relataram maior intimidade, afeto e valorização nas suas amizades, comparativamente aos pré-adolescentes do sexo masculino, e maior intimidade nas relações parentais, enquanto que os rapazes não fizeram essa distinção. Surge assim, como terceiro objetivo, verificar se existem ou não diferenças significativas entre sexos quando falamos do impacto da qualidade das relações parentais na capacidade do adolescente estabelecer amizades de qualidade.

Finalmente, uma das grandes consequências das fragilidades quer nas relações com os pais, como também com os pares é o desenvolvimento de sentimentos de solidão. Este tipo de

sentimentos pode ser um impulsionador do desenvolvimento das mais variadas psicopatologias, nomeadamente a depressão (Maes et al., 2017). Assim, como objetivo final, surge ainda a necessidade de perceber como a qualidade da relação com os pais e com os pares pode ser impulsionadora do surgimento de sentimentos de solidão.

## Método

### Participantes

Os participantes deste estudo são 102 adolescentes do terceiro ciclo escolar (7º, 8º e 9º anos), com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos ( $M= 14,09$ ,  $DP=0.92$ ). Relativamente ao sexo, 59 crianças pertencem ao sexo feminino e 43 ao sexo masculino. A recolha foi feita nas escolas, Colégio Rainha Dona Leonor e Externato Cooperativo da Benedita. As mães dos participantes tinham em média 44 anos ( $DP=5.27$ ), já os pais tinham em média 46.2 anos ( $DP=4.91$ ). Quanto ao nível educacional as mães apresentam em média 11 anos de escolaridade e os pais 10 anos de escolaridade.

### Instrumentos

#### *Ficha de Identificação*

Questionário sociodemográfico, pedindo informação acerca do nome, idade, data de nascimento, género, nome da escola, ano escolar e turma do participante. Este primeiro questionário inquiria ainda o adolescente acerca do número de irmãos e respetiva idade, agregado familiar, idade dos pais, situação civil dos pais e habilitações literárias dos mesmos.

#### *Security Scale*

A *Security Scale*, ou Escala de Segurança, é um questionário desenvolvido por Kerns (2001; 2015) e validado para a população portuguesa por Martins (2016), que avalia a perceção das crianças acerca da sua vinculação às figuras materna e paterna. É um questionário que acede a ambas as dimensões da vinculação - “Base Segura” (relacionado com a exploração da criança) e “Porto de Abrigo” (capacidade de cuidar e reconfortar a criança). Existem 21 questões em cada extensão do questionário – mãe e pai – cada uma com 15 itens acerca do Porto de abrigo e seis itens relativos à Base Segura. Os itens do Porto de Abrigo são 1,3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 18, 9, 21 e os itens da Base Segura são 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20.

São apresentadas duas frases em cada item com base em duas crianças (A e B), sendo que o adolescente terá de selecionar com qual das crianças é mais parecido. Um exemplo de item é “Algumas crianças acham fácil confiar na sua mãe MAS Outras crianças não têm a certeza se podem confiar na sua mãe”. Para as respostas é utilizada uma escala de Likert de 1 a 4 – (1) A criança A é exatamente como eu; (2) A criança A é mais ou menos como eu; (3) A

criança B é mais ou menos como eu; (4) A criança B é totalmente como eu – podendo esta ordem ser invertida em alguns itens (itens de ordem invertida: 1, 3, 4, 5, 8, 12, 13, 14, 17, 18, 20, 21). O resultado para cada uma das dimensões será a média das respostas aos itens de cada uma dessas dimensões.

### ***Questionário da Qualidade da Amizade***

O Questionário de Qualidade da Amizade, inicialmente desenvolvido por Parker & Asher (1993) e validado para a população portuguesa por Freitas et al. (2013), é um questionário de auto-relato com o propósito de avaliar as percepções da criança/adolescente acerca das características qualitativas da relação com o seu melhor amigo. Tem na sua composição quarenta itens divididos nas seis subescalas descritas por Freitas e colaboradores (2013) como – “Companheirismo e Recreação (os amigos passam tempo de forma agradável quando estão juntos dentro ou fora da escola); Validação e Cuidado (a relação é caracterizada por aspectos como o cuidar, o apoio e o interesse); Partilha de Intimidade (a relação é baseada na partilha de informações pessoais ou sentimentos); Ajuda e Orientação (esforços de ambos para se ajudarem mutuamente ou para desempenharem tarefas desafiantes); Conflito e Traição (grau de discussões, discordância, aborrecimento ou desconfiança); Resolução de Conflitos (eficiência e razoabilidade na resolução das divergências na relação)”. A escala de resposta varia em 5 pontos – (1) nada verdadeiro a (5) muito verdadeiro – estando a cotação invertida em sete itens (3, 9, 20, 21, 27, 31, 37). Pode ainda obter-se uma pontuação global de qualidade da amizade pela combinação de todas as subescalas de valência positiva.

### ***Relational Provision Loneliness Questionnaire (RPQL)***

O RPQL é um questionário multidimensional que mede a solidão. Foi inicialmente desenvolvido por Hayden-Thomson, em 1989, ainda que não publicado, e foi validado para a população portuguesa por Ribeiro et al. (2019). O RPQL tem por objetivo conseguir avaliar quer a solidão social como emocional do adolescente, em dois grandes contextos relacionais, isto é, a família e o grupo de pares (Ribeiro et al., 2019). Esta escala é composta por quatro subescalas, a Integração entre Pares, a Intimidade Pessoal entre Pares, a Integração Grupo-Família, e a Intimidade Pessoal com a Família. O questionário tem um total de 28 itens de auto-relato, sendo que cada subescala compreende sete itens. As respostas são dadas numa escala de *Likert* de cinco pontos, de 1-nada verdadeiro a 5-sempre verdadeiro, sendo que maiores valores apontarão para maior solidão e vice-versa.

## **Procedimento**

Numa primeira fase foram contactadas várias escolas da zona oeste com o intuito de divulgar o presente projeto e os seus objetivos e atrair participantes para o mesmo. Deste contacto surgiram duas escolas interessadas em participar, o Colégio Rainha Dona Leonor, em Caldas da Rainha, e o Externato Cooperativo da Benedita, em Alcobça.

Consoante a autorização e decisão do(a) diretor(a) da escola, todo o processo de entrega e recolha de consentimentos

informados foi feito em formato *on-line*, sendo que, foi enviado primeiramente aos pais estes mesmos consentimentos antes de haver qualquer contacto com os adolescentes. Posteriormente a recolha de dados no Colégio Rainha Dona Leonor foi feita na escola, ocupando aulas onde havia acesso a computadores, já que a aplicação dos questionários foi feita em formato *on-line*. Já no Externato Cooperativo da Benedita a recolha de dados foi totalmente feita à distância devido à situação atual de pandemia, sendo o *link* para os questionários fornecido aos diretores de turma que posteriormente encaminhavam aos alunos. Os questionários foram aplicados num mesmo momento a pedido das escolas, por falta de tempo e para minimizar contactos desnecessários devido à pandemia.

## **Resultados**

Após a recolha de dados procedeu-se à análise dos resultados, elaborados através do software SPSS Statistics.

### **Qualidade da Vinculação ao pai e à mãe**

Relativamente à qualidade da vinculação aos pais, podemos observar, através da análise das médias e desvios-padrão da *Security Scale*, representados na Tabela 1, que no geral, os resultados mostraram-se acima do valor médio da escala, o que parece indicar que estes adolescentes vêem os seus pais como bases seguras e portos de abrigo.

Tendo em conta a distinção entre as médias de rapazes e raparigas, os valores mantiveram-se relativamente próximos, sendo que as raparigas apresentaram sempre valores ligeiramente superiores aos dos rapazes (Tabela 1). A maior discrepância encontra-se na visão do

pai como base segura, o que parece demonstrar uma visão do pai como base segura mais expressa nas raparigas do que nos rapazes ( $M_{\text{pai como base segura/raparigas}} = 2.94$ ;  $M_{\text{pai como base segura/rapazes}} = 2.72$ ), no entanto, e através da realização de uma ANOVA, não se encontraram diferenças significativas em função do sexo em nenhuma das categorias da variável “Qualidade da Vinculação” (ver Anexo 1).

Tabela 1: Qualidade da Vinculação em função do Sexo

Qualidade da Vinculação	Feminino			Masculino		
	N	Média	DP	N	Média	DP
Mãe como base segura	59	3.10	0.77	43	2.92	0.65
Mãe como porto de abrigo	59	3.02	0.72	43	2.86	0.55
Pai como base segura	59	2.94	0.78	43	2.72	0.63
Pai como porto de abrigo	59	2.83	0.69	43	2.72	0.53

Quanto à distinção entre pai e mãe como bases seguras e portos de abrigo, conclui-se que rapazes e raparigas apresentam diferentes resultados. Enquanto que para as raparigas apenas se verificam diferenças significativas entre pai e mãe como portos de abrigo ( $t(57) = 2.185$   $p < 0.05$ ), nos rapazes é na visão do pai e da mãe como bases seguras onde surgem diferenças significativas ( $t(43) = 2.140$   $p < 0.05$ ) (ver Anexo 2).

### Qualidade da amizade

Através do Questionário da Qualidade da Amizade, podemos verificar a relevância atribuída pelo adolescente aos comportamentos do “melhor amigo”, nos diferentes aspetos qualitativos da amizade, podendo assim, perspectivar um grau de qualidade de amizade existente nas relações de pares desses mesmos adolescentes. Deste modo, e tal como mostra a Tabela 2, no geral, os valores mantiveram-se acima do valor médio da escala, o que nos aponta para a existência de amizades com qualidade nestes adolescentes. Nesta variável já foi possível denotar alguma diferença entre as médias do sexo feminino e do sexo masculino, sendo que as

raparigas apresentaram sempre médias relativamente superiores. Ainda assim, através do teste ANOVA (ver Anexo 3), só se verificaram diferenças significativas entre sexos nas categorias “Partilha e Intimidade” ( $F(1,100) = 16.295, p < 0.001$ ) e “Conflito e Traição” ( $F(1,100) = 9.575, p < 0.01$ ), ou seja, as raparigas caracterizaram as suas amigas como menos conflituosas e mais íntimas do que os rapazes.

Tabela 2: Qualidade da Amizade em função do Sexo

<u>Qualidade da Amizade</u>	<u>Feminino</u>			<u>Masculino</u>		
	N	Média	DP	N	Média	DP
Companheirismo e Recreação	59	3.47	0.95	43	3.16	0.76
Validação e Cuidado	59	3.79	0.89	43	3.47	0.74
Ajuda e Orientação	59	3.71	0.89	43	3.39	0.74
Partilha e Intimidade	59	3.89	0.99	43	3.10	0.97
Resolução de Conflito	59	3.65	0.89	43	3.50	1.10
Conflito e Traição	59	4.50	0.64	43	4.03	0.87

## Dois Grandes Sistemas de Socialização

Analisando agora a relação entre as duas variáveis acima exploradas, isto é, a Vinculação aos Pais e a Qualidade da Amizade, podemos verificar, tal como mostra a Tabela 3, que parece existir de facto uma correlação entre as mesmas. Encontraram-se, então, valores muito significativos de correlação entre “Conflito e Traição” e todas as categorias da variável Qualidade da Vinculação ( $r = 0.25, p < 0.01$ , para “Mãe como base segura”;  $r = 0.28, p < 0.01$ , para “Mãe como porto de abrigo”;  $r = 0.40, p < 0.01$ , para “Pai como base segura” e  $r = 0.34, p < 0.01$ , para “Pai como porto de abrigo”), o que parece demonstrar que a existência de vinculações seguras ao pai e à mãe está relacionada com menos conflitos nas amizades dos adolescentes. Encontraram-se ainda valores significativos de correlação entre “Companheirismo e Recreação” e “Mãe como porto de abrigo” ( $r = 0.20, p < 0.05$ ), “Pai como base segura” ( $r = 0.19, p < 0.05$ ) e “Pai como porto de abrigo” ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), demonstrando que tanto

uma vinculação segura à mãe como ao pai ajudam na capacidade de socialização do adolescente; “Validação e Cuidado” e “Mãe como porto de abrigo” ( $r = 0.23$ ,  $p < 0.05$ ), o que pode espelhar o facto de a existência de cuidado e apoio por parte da mãe se transporem, depois para as relações de amizade; “Ajuda e Orientação” e “Pai como base segura” ( $r = 0.20$ ,  $p < 0.05$ ) e “Pai como porto de abrigo” ( $r = 0.21$ ,  $p < 0.05$ ), o que parece apontar para uma maior relação da vinculação ao pai com aspetos relacionados com a interajuda nas amizades dos adolescentes, algo com bastante peso na socialização, por ser símbolo da reciprocidade; e finalmente entre “Resolução de Conflito” e “Pai como porto de abrigo” ( $r = 0.19$ ,  $p < 0.05$ ), que mais uma vez nos leva a perspetivar uma relação entre a vinculação ao pai e aspetos de gestão de emoções, essenciais à socialização.

Tabela 3: Correlação entre a Qualidade da Vinculação e a Qualidade da Amizade

	Mãe como Base Segura	Mãe como Porto de Abrigo	Pai como Base Segura	Pai como Porto de Abrigo
Companheirismo e recreação	0.16	0.20*	0.19*	0.23*
Validação e cuidado	0.16	0.23*	0.19	0.18
Ajuda e orientação	0.09	0.14	0.20*	0.21*
Partilha de intimidade	0.07	0.06	0.13	0.07
Resolução de conflito	0.03	0.16	0.13	0.19*
Conflito e traição	0.28**	0.28**	0.40**	0.34**

\*0.05 \*\*0.01

### Solidão

Tendo em conta a nossa última variável, a Solidão, verificou-se, tal como mostra a Tabela 4, que no geral as médias apresentadas encontram-se abaixo do valor médio da escala, apontando para baixos níveis de sentimentos de solidão nos adolescentes da amostra. Quanto às diferenças entre sexo, após realização de uma ANOVA, não se verificaram diferenças significativas (ver Anexo 4). Ainda assim podemos notar que nos tópicos de integração são as raparigas quem apresenta maiores valores de média, enquanto que nos tópicos relativos à intimidade são os rapazes a apresentar médias superiores. Tal facto pode evidenciar, ainda que

não de forma significativa, uma maior facilidade na integração nos rapazes em comparação com as raparigas, e uma maior facilidade em desenvolver intimidade nas relações por parte das raparigas em comparação com os rapazes.

Tabela 4: Solidão em função do Sexo

<u>Solidão</u>	<u>Feminino</u>			<u>Masculino</u>		
	N	Média	DP	N	Média	DP
Integração no Grupo de Pares	59	2.28	1.02	43	2.18	0.81
Intimidade Pessoal com Pares	59	1.71	0.92	43	1.93	0.84
Integração na Família	59	2.00	1.00	43	1.89	0.79
Intimidade Pessoal na Família	59	1.83	1.02	43	1.93	0.79

### Qualidade da Vinculação e a Solidão

Relativamente à análise de correlação entre as variáveis “Qualidade de Vinculação” e “Solidão”, tal como mostra a Tabela 5, encontram-se várias correlações negativas com significância estatística entre as diferentes categorias. Estas correlações demonstram-se negativas, pois maiores valores na qualidade da vinculação apontam para menores valores de sentimentos de solidão.

Assim, primeiramente podemos verificar uma correlação significativa entre a “Integração na Família” e todas as categorias da variável “Qualidade da Vinculação” ( $r = -0.32$ ,  $p < 0.01$ , para “Mãe como base segura”;  $r = -0.46$ ,  $p < 0.01$ , para “Mãe como porto de abrigo”;  $r = -0.37$ ,  $p < 0.01$ , para “Pai como base segura” e  $r = -0.46$ ,  $p < 0.01$ , para “Pai como porto de abrigo”), bem como correlações significativas e muito significativas entre a “Intimidade Pessoal na Família” e todas as categorias da variável “Qualidade da Vinculação” ( $r = -0.25$ ,  $p < 0.05$ , para “Mãe como base segura”;  $r = -0.42$ ,  $p < 0.01$ , para “Mãe como porto de abrigo”;  $r = -0.30$ ,  $p < 0.01$ , para “Pai como base segura” e  $r = -0.37$ ,  $p < 0.01$ , para “Pai como porto de abrigo”). Tais resultados acabam por demonstrar que quanto melhor a qualidade das vinculações ao pai e à mãe, menos sentimentos de solidão surgirão no seio familiar. Já a “Integração

no Grupo de Pares” demonstra-se significativamente correlacionada com “Mãe como porto de abrigo” ( $r = -0.30, p < 0.01$ ) e “Pai como porto de abrigo” ( $r = -0.29, p < 0.01$ ), o que demonstra que havendo um bom porto de abrigo que cuide e acarinhe a criança, sentimentos de autoestima se desenvolverão, facilitando a integração social e conseqüentemente reduzindo sentimentos de solidão. Finalmente, a “Intimidade Pessoal com Pares” apresenta correlação muito significativa com “Mãe como porto de abrigo” ( $r = -0.27, p < 0.01$ ), “Pai como base segura” ( $r = -0.28, p < 0.01$ ) e “Pai como porto de abrigo” ( $r = -0.26, p < 0.01$ ), o que mais uma vez poderá estar a espelhar o desenvolvimento de sentimentos de autoestima e também expectativas sociais positivas devido à existência de bons portos de abrigo, e boa gestão de emoções, nomeadamente as mais negativas, relacionada com a boa vinculação ao pai, e que facilita o desenvolvimento de intimidade nas amizades.

Tabela 5: Correlação entre a Qualidade da Vinculação e a Solidão

	Base Segura Mãe	Porto de Abrigo Mãe	Base Segura Pai	Porto de Abrigo Pai
Integração no grupo de pares	-0.14	-0.30**	-0.19	-0.29**
Intimidade pessoal com pares	-0.17	-0.27**	-0.28**	-0.26**
Integração na Família	-0.32**	-0.46**	-0.37**	-0.46**
Intimidade Pessoal na família	-0.25*	-0.42**	-0.30**	-0.37**

\*0.05 \*\*0.01

### Qualidade da Amizade e a Solidão

Quando estudamos a correlação entre a qualidade das amizades e o surgimento de sentimentos de solidão, também várias correlações significativas se identificam. Uma vez mais estas correlações demonstram-se negativas, pois quanto maior a qualidade da amizade, menos são os sentimentos de solidão relatados.

Assim, e como mostra a Tabela 6, podemos verificar correlações significativas e muito significativas entre praticamente todas as categorias das variáveis “Qualidade da Amizade” e “Solidão”, à exceção da categoria “Conflito e Traição”, que não está significativamente correlacionada a nenhuma das categorias da variável “Solidão”, ou seja, a inexistência de conflito não está diretamente relacionada com a redução de sentimentos de solidão, e das categorias “Inte-

gração na Família” e “Partilha de Intimidade” que também não estão correlacionadas, isto é, a capacidade de integração no seio familiar do adolescente, não está significativamente correlacionada com a capacidade do adolescente conseguir ter momentos de partilha e intimidade no seio das relações de amizade.

Os nossos resultados indicam como a existência de amizades de qualidade pode estar relacionada com os sentimentos de solidão reduzidos, tanto entre pares como também com os pais.

Tabela 6: Correlação entre a Qualidade da Amizade e a Solidão

	Companheirismo e Recreação	Validação e Cuidado	Ajuda e Orientação	Partilha de Intimidade	Resolução de Conflito	Conflito e Traição
Integração no grupo de pares	-0.45**	-0.35**	-0.41**	-0.25**	-0.29**	-0.01
Intimidade pessoal com pares	-0.55**	-0.62**	-0.63**	-0.57**	-0.49**	-0.18
Integração na Família	-0.31**	-0.31**	0.23**	-0.19	-0.22*	-0.10
Intimidade Pessoal na Família	-0.33**	-0.31**	-0.37**	-0.21*	-0.23*	-0.18

\*0.05 \*\*0.01

## Discussão

A qualidade da vinculação entre a criança (e futuro adolescente) e os seus pais é fundamental, capacitando o sujeito de desenvolver boas representações internas, que por sua vez permitem o desenvolvimento de sentimentos de autoestima e autoeficácia, ferramentas essenciais na socialização (Scharfe, 2017; Martins, 2016). Na adolescência, as amizades tornam-se quase tão importantes quanto a relação com os pais no desenvolvimento socioemocional do sujeito, e como tal, a existência de qualidade nestas mesmas amizades torna-se imprescindível (Greca, 2005). Por esta mesma razão, é muito importante que sejam desenvolvidas ferramentas nas primeiras relações da criança, que permitam posteriormente o adolescente desenvolver essas mesmas ferramentas em mais complexas redes de socialização, as amizades.

Com o intuito de melhor aprofundar esta temática, este estudo investigou a relação entre a qualidade da vinculação do adolescente aos pais e a qualidade das suas amizades. Como

objetivo adicional tentou ainda perceber-se o impacto que estes dois sistemas de socialização no surgimento de sentimentos de solidão nesta fase da adolescência.

Deste modo, resumindo os resultados obtidos, podemos verificar que, de facto, é visível uma relação entre a qualidade da vinculação nas relações parentais e a qualidade das relações de amizade do adolescente. Em primeiro lugar, foi possível constatar que a existência de vinculações seguras aos pais se relaciona com a existência de menos conflitos nas amizades dos adolescentes e mais companheirismo. Tais resultados vão ao encontro de outros estudos anteriores, que demonstram como a capacidade de estimulação e segurança por parte dos pais, inerente a uma vinculação segura, é fundamental no desenvolvimento de ferramentas sociais que permitem um melhor ajustamento e funcionamento social da criança e adolescente (Bolling et al., 2011; Elicker et al., 1992; Scharfe, 2017).

Foi ainda possível verificar diferentes impactos de uma boa vinculação à mãe e ao pai na qualidade das amizades. Primeiramente, verificou-se que a capacidade da mãe de cuidar e reconfortar a criança, ou seja, ser um bom “porto de abrigo”, se transpõe para a vida social do adolescente, promovendo maior capacidade no mesmo de cuidar e apoiar as suas amizades, o que também corrobora estudos anteriores que afirmam que a boa capacidade de resposta da mãe, inerente a uma vinculação segura entre a mesma e a criança, promove expectativas sociais mais positivas dos pares, e desenvolvimento de competências necessárias ao estabelecimento de interações positivas com os mesmos (Veppo et al., 2020; Szewczyk-Sokolowski et al., 2005).

Uma vinculação segura ao pai mostrou ainda estar relacionada com a capacidade de interajuda do adolescente, algo bastante importante no desenvolvimento de boas amizades com qualidade, por estar diretamente relacionado com a reciprocidade. Para além deste facto, a capacidade do pai de cuidar e apoiar, ou seja, de ser um bom “porto de abrigo”, mostrou-se ainda relacionada com melhores capacidades do adolescente na resolução de conflitos e divergências nas suas amizades, o que vai ao encontro de estudos anteriores que comprovaram como uma vinculação segura ao pai está relacionada com aspetos de gestão de emoções, especialmente emoções e afetos negativos, contribuindo para uma segurança emocional que permite um melhor ajustamento nas relações de amizade (Veríssimo et al., 2010; Torres et al., 2008; Grossmann et al., 2002).

Outro objetivo deste estudo, que surge mais como objetivo exploratório, foi verificar se existiriam diferenças entre sexos, isto é, se rapazes e raparigas teriam diferentes visões da

qualidade das relações com os seus pais e pares, já que em estudos anteriores foi possível verificar algumas diferenças, nomeadamente uma maior intimidade e afeto nestas mesmas relações relatada por raparigas em comparação com os rapazes (Furman & Buhrmester, 1985). Deste modo foi possível verificar que quer para rapazes como para raparigas as relações com ambos os pais foram vistas como vinculações seguras, no entanto, enquanto as raparigas vêm a mãe mais como um “porto de abrigo” do que o pai, os rapazes não fazem esta distinção. Já estes vêm a mãe mais como uma “base segura” do que o pai, enquanto que nas raparigas essa distinção não se verifica. Quando às relações de amizade, os relatos dos adolescentes apontam para a existência de qualidade nas suas relações de amizade, sendo as únicas diferenças encontradas nas categorias “partilha de intimidade” e “conflito e traição”, mostrando que as raparigas caracterizaram as suas amigadas como menos conflituosas e mais íntimas do que os rapazes.

Finalmente, relativamente ao objetivo final deste estudo, isto é, perceber o impacto destes dois sistemas de socialização, pais e pares, no surgimento de sentimentos de solidão, pôde verificar-se que no geral, tanto vinculações seguras como amigadas de qualidade promovem a redução de sentimentos de solidão. Primeiramente constatou-se que uma vinculação segura aos pais promove integração e intimidade na família, e conseqüentemente menos sentimentos de solidão no seio familiar, o que seria de esperar, já que uma boa relação com os pais, onde exista uma vinculação segura com os mesmos, promove a internalização de representações positivas e conseqüentemente expectativas sociais positivas, permitindo à criança (e adolescente) uma busca pelos pais quando há necessidade de reconforto, que sendo respondida contraria o surgimento de sentimentos de solidão nesta relação (Torres et al., 2008; Stams et al., 2002; Boling et al., 2011).

A integração no grupo de pares mostrou ser facilitada pela existência de um bom porto de abrigo, o que vai ao encontro de estudos anteriores, pois havendo um bom porto de abrigo que cuide e apoie a criança, sentimentos de autoestima e autoeficácia se desenvolverão, facilitando a integração social e conseqüentemente reduzindo sentimentos de solidão (Stams et al., 2002; Torres et al., 2008; Mellor et al., 2008). A intimidade no grupo de pares apesar de também associada à existência de um bom porto de abrigo, no geral, está ainda relacionada com a existência de uma vinculação segura ao pai, o que pode estar associado ao facto de uma vinculação segura ao pai promover o desenvolvimento de uma segurança emocional que permite um melhor ajustando social do adolescente, facilitando o desenvolvimento de intimidade nas relações de amizade (Veríssimo et al., 2010; Torres et al., 2008; Grossmann et al., 2002). Des-

te modo, o tipo de vinculação existente entre o adolescente e os seus pais tem impacto no surgimento de sentimentos de solidão nas relações de amizade.

Adicionalmente, a grande relação encontrada entre a qualidade da amizade e a solidão demonstra como a existência de amizades de qualidade reduz o aparecimento de sentimentos de solidão, não só nas relações de pares, como também na relação com os pais. Tal facto vai ao encontro de estudos anteriores que demonstraram como a existência de amizades com qualidade promove o ajustamento social do adolescente, pelo aumento de sentimentos de dignidade e competência, o que fomentando a diminuição de dificuldades sócio-cognitivas do sujeito, impacta positivamente também as relações com os pais (Rubin et al., 2004; Correia et al., 2014).

Finalmente foi ainda possível verificar que a inexistência de conflito nas relações de amizade não está diretamente relacionada com a redução de sentimentos de solidão, o que nos pode fazer pensar que a mesma não implica necessariamente capacidades de ajustamento e competências sócio-emocionais essenciais ao estabelecimento de relações saudáveis, já que não significa que haja um comportamento pró-ativo por parte do adolescente na relação, podendo esta inexistência dever-se simplesmente a uma falta de profundidade na relação. Deste modo, seria importante em futuros estudos aprofundar esta temática, e perceber o papel do conflito das relações de amizade.

Como limitações deste estudo há que apontar primeiramente o facto de todos os instrumentos utilizados serem de autorrelato, o que acarreta sempre o risco de obtermos respostas influenciadas pela desejabilidade social. Também o facto de termos tido acesso limitado às escolas devido à situação pandémica atual, fez com que os três questionários tivessem sido aplicados seguidamente, o que pode ter provocado cansaço nos participantes, levando a respostas menos ponderadas. Por último, a amostra também poderá considerar-se como limitativa uma vez que foi constituída por adolescentes de apenas duas escolas da zona oeste do país, sendo importante em futuros estudos ampliar a amostra a todas as regiões do país, com o intuito de melhor promover a generalização dos resultados encontrados.

Seria também interessante explorar as diferenças entre géneros nestes dois sistemas de socialização, e principalmente perceber de onde as mesmas surgem e o que leva às diferentes visões dos adolescentes e das adolescentes relativamente ao impacto de uma vinculação segura e uma amizade de qualidade.

Este estudo junta-se aos demais, como Freitas et al. (2018), Correia et al. (2014), Ferreira et al., (2013), com o intuito de explorar a temática da socialização na adolescência na população portuguesa, nomeadamente na forma a vinculação segura aos pais e amizades de qualidade impactam nas capacidades socio-emocionais do adolescente, podendo mesmo influenciar o aparecimento de sentimentos de solidão. Tal facto será importante transpôr para a prática clínica, já que ao trabalhar com adolescentes fragilizados emocionalmente, é importante olhar para estes sistemas de socialização e para a forma como estes estão a impactar o adolescente.

## Referências

- Bagwell, C, Newcomb, A. & Bukowski, W. (1998). Preadolescent Friendship and Peer Rejection as Predictors of Adult Adjustment. *Child Development*, 69(1), 140-153. <https://doi.org/10.4324/9781351153683-16>
- Berndt, T. (2002). Friendship Quality and Social Development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Black, B. & Logan, A. (1995). Links between Communication Patterns in Mother-Child, Father-Child, and Child-Peer Interactions and Children's Social Status. *Child Development*, 66(1), 255-271. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00869.x>
- Booth, C., Rubin, K., & Rose-Krasnor, L. (1998). Perceptions of emotional support from mother and friend in middle childhood: Links with social-emotional adaptation and preschool attachment security. *Child Development*, 69(2), 427-442. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1998.tb06200.x>
- Boling, M., Barry, C., Kotchick, B. & Loury, J. (2011). Relations Among Early Adolescents' Parent-Adolescent Perceived Social Competence and Friendship Quality. *Psychological Reports*, 109(3), 819-841. <https://doi.org/10.2466/02.07.09.21.PR0.109.6.819-841>
- Burgess, K., Rubin, J., Rose-Krasnor, L. & Booth-LaForce, C. (2006). Social Information Processing and Coping Strategies of Shy/Withdrawn and Aggressive Children: Does Friendship Matter? *Child Development*, 77(2), 371 – 383. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00876.x>
- Burk, W. & Laursen, B. (2005). Adolescent Perceptions of Friendship and Their Associations with Individual Adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 29(2), 156-164. <https://doi.org/10.1080/01650250444000342>
- Clark, K. & Ladd, G. (2000). Connectedness and Autonomy Support in Parent-Child Relationships: Links to Children's Socioemotional Orientation and Peer Relationships. *Developmental Psychology*. 36(4), 485-498. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.4.485>
- Correia, J., Santos, A., Freitas, M., Ribeiro, O. & Rubin, K. (2014). As relações entre pares de adolescentes socialmente retraídos. *Análise Psicológica*, 4(32), 467-479.

- Elicker, J., Englund, M., & Sroufe, L. A. (1992). Predicting peer competence and peer relationships in childhood from early parent-child relationships. In R. Parke & G. W. Ladd (Eds.), *Family and peer relationships: Modes of linkage* (pp. 77-106). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum
- Ferreira, D., Santos, A., Ribeiro, O., Freitas, M., Correia, J. & Rubin, k. (2013). Isolamento Social e Sentimento de Solidão em Jovens Adolescentes. *Análise Psicológica*, 2(31), 117-127. <https://doi.org/10.14417/ap.591>
- Freitas, M., Santos, A., Ribeiro, O., Pimenta, M. & Rubin, K. (2018). Qualidade da Amizade na Adolescência e Ajustamento Social no Grupo de Pares. *Análise Psicológica*, 2 (36), 219-234. <https://doi.org/10.14417/ap.1551>
- Freitas, M., Santos, A., Ribeiro, O., Daniel, J. & Rubin, K. (2019). Prosocial Behavior and Friendship Quality as Moderators of the Association Between Anxious Withdrawal and Peer Experiences in Portuguese Young Adolescents. *Frontiers in Psychology*, 9(2783), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02783>
- Freitas, M., Santos, A., Correia, J., Ribeiro, O. & Fernandes, E. (2013). Análise Fatorial Confirmatória do Modelo do Questionário da Qualidade da Amizade numa Amostra de Jovens Adolescentes Portugueses. *Laboratório de Psicologia*, 11(2), 163-175. <https://doi.org/10.14417/lp.11.2.655>
- Furman, W. & Buhrmester, D. (1985). Children's Perceptions of the Personal Relationships in Their Social Networks. *Developmental Psychology*, 21(6), 1016-1024. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.21.6.1016>
- Goossens, L. & Beyers, W. (2002). Comparing Measures of Childhood Loneliness: Internal Consistency and Confirmatory Factor Analysis. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 31(2), 252-262. [https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3102\\_10](https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP3102_10)
- Goossens, L., Lasgaard, M., Luyckx, K., Vanhalst, J., Mathias, S. & Masy, E. (2009). Loneliness and Solitude in Adolescence: A confirmatory factor analysis of alternative models. *Personality and Individual Differences*, 47, 890-894. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.07.011>

- Greca, A. (2005). Adolescent Peer Relations, Friendships, and Romantic Relationships: do They Predict Social Anxiety and Depression? *Journal of Clinical Child Adolescent Psychology*, 34(1), 49-61. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401\\_5](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_5)
- Grossmann, K., Grossmann, K., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheuerer-Englisch, H. & Zimmermann, P. (2002). The Uniqueness of the Child–Father Attachment Relationship: Fathers’ Sensitive and Challenging Play as a Pivotal Variable in a 16-year Longitudinal Study. *Social Development*, 11(3), 307-331. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00202>
- Hartup, W. (1989). Social Relationships and Their Developmental Significance. *American Psychologist*, 44(2), 120-126. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.2.120>
- Houghton, S., Hattie, J., Wood, L., Carroll, A., Martin, K & Tan, C. (2013). Conceptualising Loneliness in Adolescents: Development and Validation of a Self-report Instrument. *Child Psychiatry & Human Development*, 45(5), 1-14. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0429-z>
- Jones, S. (2015). Attachment Theory. *The International Encyclopedia of Interpersonal Communication*, 1-5. <https://doi.org/10.1002/9781118540190.wbeic0161>
- Kerns, K., Aspelmeier, J., Gentzler, A. & Grabill, C. (2001). Parent-Child Attachment and Monitoring in Middle Childhood. *Journal of Family Psychology*, 15(1), 69-81. <https://doi.org/10.1037//0893-3200.15.1.69>
- Kerns, K., Mathews, B., Koehn, A., Williams, C. & Siener-Ciesla, S. (2015). Assessing both Safe Haven and Secure Base Support in Parent-Child Relationships. *Attachment & Human Development*, 17(4), 1-17. <https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1042487>
- Laible (2007). Attachment With Parents and Peers in Late Adolescence: Links With Emotional Competence and Social Behavior. *Personality and Individual Differences*, 43, 1185-1197. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.010>
- Maes, M., Vanhalst, J., Noortgate, W. & Goossens, L. (2017). Intimate and Relational Loneliness in Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 26(8), 2059-2069. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0722-8>

- Maes, M., Vanhalst, J., Spithoven, A., Noortgate, W. & Goossens, L. (2015). Loneliness and Attitudes Toward Aloneness in Adolescence: A Person-Centered Approach. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 547-567. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0354-5>
- Martins, M. (2016). *Validação da Security Scale para a População Portuguesa: Análise Fatorial Confirmatória e Estudo Empírico da Vinculação na Pré-Adolescência* (Dissertação de Mestrado). ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y. & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45, 213-218. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.020>
- Parker, J. & Asher, S. (1993). Friendship and Friendship Quality in Middle Childhood: Links With Peer Group Acceptance and Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611-621. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.29.4.611>
- Ribeiro, O., Santos, A., Freitas, M., Rosado, A. & Rubin, K. (2019). Loneliness in adolescence: Confirmatory factor analysis of the relational provisions loneliness questionnaire (RPLQ) in a Portuguese sample. *International Journal of Behavioral Development*, 43(5), 457–465. <https://doi.org/10.1177/0165025419850893>
- Rubin, K., Bukowski, W., Parker, J. & Bowker, J. (2008). Peer Interactions, Relationships, and Groups. In Damon, W. & Lerner, R. (Eds), *Development Psychology: An Advanced Course*. New York: Wiley.
- Rubin, K., Dwyer, K., Booth-LaForce, C., Kim, A., Burgess, K. & Rose-Krasnor, L. (2004). Attachment, Friendship, and Psychosocial Functioning in Early Adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 24(4), 326-356. <https://doi.org/10.1177/0272431604268530>
- Rubin, K., Fredstrom, B. & Browker, J. (2008). Future Directions in... Friendship in Childhood and Early Adolescence. *Blackwell Publishing, Ltd*, 1085-1096. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00445.x>
- Scharfe, E. (2017). Attachment Theory. In Shackelford, T. & Weekes-Shackelford, V. (Eds), *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6\\_3823-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6_3823-1)

- Stams, G., Juffer, F. & Ijzendoorn, M. (2002). Maternal Sensitivity, Infant Attachment, and Temperament in Early Childhood Predict Adjustment in Middle Childhood: The Case of Adopted Children and Their Biologically Unrelated Parents. *Developmental Psychology*, 38(5), 806-821. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.806>
- Szewczyk-Sokolowski, M. & Bost, K. (2005). Attachment, Temperament, and Preschool Children's Peer Acceptance. *Social Development*, 14(3), 379-397. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2005.00307.x>
- Tereno, S. & Matos, I. (2017). Contributos da teoria da vinculação para a prática clínica desenvolvimental. *Análise Psicológica*, 4(35), 409-423. <https://doi.org/10.14417/ap.1115>
- Torres, N., Santos, A. & Santos, O. (2008). Qualidade da vinculação ao pai e à mãe e o desenvolvimento da amizade recíproca em crianças de idade pré-escolar. *Análise Psicológica*, 3 (26), 435-445. <https://doi.org/10.14417/ap.506>
- Veppo, F., Perpétuo, C., Ribeiro, O. & Veríssimo, M. (2020). Aceitação Social E Comportamentos De Saúde: A Vinculação Como Variável Moderadora. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 21(1), 38-44. <https://doi.org/10.15309/20psd210107>
- Veríssimo, M., Santos, A., Vaughn, B., Torres, N., Monteiro, L. & Santos, O. (2011). Quality of attachment to father and mother and number of reciprocal friends. *Early Child Development and Care*, 181(1), 27-38. <https://doi.org/10.1080/03004430903211208>
- Veríssimo, V., Fernandes, C., Santos, A., Peceguina, I., Vaughn, B. & Bost, K. (2010). A Relação entre a Qualidade da Vinculação à Mãe e o Desenvolvimento da Competência Social em Crianças de Idade Pré Escolar. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(2), 292-299.
- Woodhouse, S., Dykas, M. & Cassidy, j. (2012). Loneliness and Peer Relations in Adolescence. *Review of Social Development*, 21(2), 273-293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>

## Anexos

### Anexo 1 – Teste ANOVA da variância da Qualidade da Vinculação em função do Sexo

Qualidade da Vinculação		Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	Z	Sig
Base Segura Mãe	<u>Entre Grupos</u>	.804	1	.804	1.554	.216
	<u>Nos grupos</u>	51.758	100	.518		
	<u>Total</u>	52.562	101			
Porto de Abrigo Mãe	<u>Entre Grupos</u>	.581	1	.581	1.352	.248
	<u>Nos grupos</u>	42.988	100	.430		
	<u>Total</u>	43.569	101			
Base Segura Pai	<u>Entre Grupos</u>	1.163	1	1.163	2.242	.137
	<u>Nos grupos</u>	51.859	100	.519		
	<u>Total</u>	53.022	101			
Porto de Abrigo Pai	<u>Entre Grupos</u>	.349	1	.349	.881	.350
	<u>Nos grupos</u>	39.629	100	.396		
	<u>Total</u>	39.979	101			

\*0.01 \*\*0.001

### Anexo 2 – Diferenças entre pai e mãe como bases seguras e portos de abrigo

		Média	Erro Padrão	Erro Padrão da Média	95% Intervalo de Confiança da Diferença		t	df	Sig.
					Inf	Sup			
Feminino	BSMãe– BSPai	.1376	.71607	.09402	-.0506	.3258	1.463	57	.149
	PAMãe - PAPai	.1672	.58306	.07656	.0139	.3205	2.185	57	.033
Masculino	BSMãe– BSPai	.1839	.57017	.08596	.0106	.3573	2.140	43	.038
	PAMãe - PAPai	.1480	.48631	.07331	.0002	.2959	2.020	43	.050

Anexo 3 - Teste ANOVA da variância da Qualidade da Amizade em função do Sexo

Qualidade da Amizade		Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	F	Sig
Companheirismo e Recreação	<u>Entre Grupos</u>	2.491	1	2.491	3.225	.076
	<u>Nos grupos</u>	77.237	100	.772		
	<u>Total</u>	79.727	101			
Validação e Cuidado	<u>Entre Grupos</u>	2.613	1	2.613	3.781	.055
	<u>Nos grupos</u>	69.110	100	.691		
	<u>Total</u>	71.723	101			
Ajuda e Orientação	<u>Entre Grupos</u>	2.627	1	2.627	3.794	.054
	<u>Nos grupos</u>	69.248	100	.692		
	<u>Total</u>	71.875	101			
Partilha de Intimidade	<u>Entre Grupos</u>	15.809	1	15.809	16.295	.000
	<u>Nos grupos</u>	97.018	100	.970		
	<u>Total</u>	112.827	101			
Resolução de Conflito	<u>Entre Grupos</u>	.631	1	.631	.655	.420
	<u>Nos grupos</u>	96.297	100	.963		
	<u>Total</u>	96.928	101			
Conflito e Traição	<u>Entre Grupos</u>	5.326	1	5.326	9.575	.003
	<u>Nos grupos</u>	55.624	100	.556		
	<u>Total</u>	60.950	101			

\*0.01 \*\*0.001

Anexo 4 - Teste ANOVA da variância da Solidão em função do Sexo

Solidão		Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	F	Sig
Integração no grupo de pares	<u>Entre Grupos</u>	.226	1	.226	.259	.612
	<u>Nos grupos</u>	87.391	100	.874		
	<u>Total</u>	87.617	101			
Intimidade pessoal com pares	<u>Entre Grupos</u>	1.245	1	1.245	1.588	.210
	<u>Nos grupos</u>	78.365	100	.784		
	<u>Total</u>	79.610	101			
Integração na Família	<u>Entre Grupos</u>	.290	1	.290	.343	.559
	<u>Nos grupos</u>	84.422	100	.844		
	<u>Total</u>	84.712	101			
Intimidade Pessoal na família	<u>Entre Grupos</u>	.248	1	.248	.289	.592
	<u>Nos grupos</u>	86.051	100	.861		
	<u>Total</u>	86.299	101			

\*0.01 \*\*0.001

## Anexo 5: Carta de Consentimento Informado aos Pais



### CONSENTIMENTO INFORMADO

O presente estudo surge no âmbito de uma dissertação de mestrado em Psicologia Clínica, no ISPA - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. O seu objetivo incide sobre a qualidade das relações de amizade na adolescência, e o impacto que a qualidade das relações com os pais tem nas mesmas. A dissertação é realizada pela aluna Susana Rosário ([susanafrosario96@gmail.com](mailto:susanafrosario96@gmail.com)), sob a orientação do Professor Doutor António José dos Santos ([asantos@ispa.pt](mailto:asantos@ispa.pt)), que poderá contactar caso lhe surja alguma dúvida ou deseje mais esclarecimento.

A participação neste estudo é estritamente voluntária, sendo que o aluno, pode sempre interromper a participação em qualquer momento sem ter de prestar qualquer justificação. Para além de voluntária, a participação é também confidencial. Os dados destinam-se apenas a tratamento estatístico e nenhuma resposta será analisada ou reportada individualmente. A participação do aluno no estudo, que será muito valorizada, consiste no simples preenchimento de três questionários (aproximadamente 30 minutos para o preenchimento de cada questionário), aplicados em três momentos diferentes, através do acesso a um link fornecido pela aluna Susana Rosário. Para tal, a mesma terá acesso a três momentos de aulas on-line (para a aplicação dos três questionários), onde disponibilizará os links e acompanhará o preenchimento dos mesmos, caso surja alguma dúvida. Não existem riscos associados à participação no estudo. A participação do aluno vai contribuir para o desenvolvimento do conhecimento nesta área.

Com os melhores cumprimentos

  
ISPA - Instituto Universitário  
R. Jardim do Tabaco, 34 1149-041 Lisboa  
Tel. +351 21 886 09 54  
[www.ispa.pt](http://www.ispa.pt) Email: [info@ispa.pt](mailto:info@ispa.pt)  
(Professor Catedrático, ISPA)