

**Vinculação aos pais  
e Vinculação Amorosa em Casais Portugueses**

Inês G.B. Ribeiro

Professor Doutor António José dos Santos

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

Mestre em Psicologia Clínica

2009/10

Dissertação de mestrado realizada sob a orientação do Dr. António José dos Santos apresentada no Instituto Superior de Psicologia Aplicada para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica, conforme o despacho da DGES, N° 19673

Publicado em Diário da República 2ª série de 26 de setembro de 2006

## **Agradecimentos**

Agradecimentos a todos os que me possibilitaram cumprir esta etapa, com sucesso.

Ao meu orientador, Doutor António José dos Santos, um muitíssimo obrigada, pelo apoio na realização deste trabalho.

A todas as pessoas que participaram na realização dos questionários. Aos meus amigos que me incentivaram neste período tão importante da minha vida.

Ao Diogo, por todo o amor, carinho, apoio incondicional e tempo que me dedicou neste processo, de medo, descoberta, dúvida e desafio, com muita paciência e tolerância. Obrigada a todos!

## **Resumo**

Pelas investigações sobretudo de Hazan e Shaver na década de 80, evidenciou-se uma relação entre a vinculação aos pais e a vinculação romântica, segundo os mesmos protótipos da relação precoce, teorizada por Bowlby. Este estudo teve por base estas investigações e através dos questionários da vinculação aos pais e vinculação amorosa em jovens adultos, dos 20 aos 30 anos, investigou a relação entre as duas. Concluiu-se que existe de facto uma relação entre os níveis de exploração e ansiedade de separação aos pais e a dependência, ambivalência e evitamento ao par amoroso.

**Palavras-chave:** vinculação aos pais; vinculação romântica; jovens adultos.

## Índice

Introdução.....	1-20
Metodologia.....	21-23
Questões de investigação.....	21
Participantes.....	21
Instrumentos .....	21-22
Procedimento .....	23
Resultados.....	24- 39
Discussão.....	40-41
Anexos.....	42
Referências Bibliográficas.....	43-46

## **Introdução**

### **Vinculação**

Até 1958, na literatura psicanalítica e psicológica existiam quatro teorias principais sobre a natureza e a origem do vínculo infantil. Destas teorias, a mais suportada foi a teoria do impulso secundário, que se baseia na satisfação das necessidades fisiológicas da criança, sobretudo a alimentação e o conforto. Esta teoria tem por base a teoria do comportamento instintivo e pressupõe que o vínculo entre a criança e a mãe seja um resultado de determinados sistemas ou padrões comportamentais, desenvolvidos nos primeiros meses de vida, com o objectivo da proximidade com a mãe (Bowlby, J., 1984, 1998).

Contrariamente à teoria psicanalítica que postula um objecto relacional primitivo, Lorenz defendeu uma ligação da criança com a mãe sem ter como intermediário o alimento, dando um modelo alternativo ao tradicional, na linha da etologia. Bowlby seguiu este modelo, através da observação do comportamento das crianças em situações definidas e de uma classe de traumas de infância, tentando a partir daí desenvolver uma teoria de personalidade. A teoria de Harlow também foi um dos seus pressupostos e pontos de partida: ele verificou que os primatas macacos resus mostravam uma clara preferência pela mãe provedora de conforto, apesar da mesma não fornecer alimento, em detrimento da mãe provedora de alimento, mas não de conforto. Assim, Bowlby desenvolveu uma teoria da vinculação segundo a linha evolucionista, substituindo a teoria dos impulsos de Freud, a qual retratava uma criança necessitada e dependente da mãe pelos seus impulsos. Na linha evolucionista, a vinculação é concebida como resultado da aprendizagem e experiência com os cuidadores e ambiente externo, moldadas pela evolução natural das espécies (Bowlby, 1984, 1998).

Contudo e apesar da contrariedade das teorias dinâmicas, Freud defendeu que as origens da nossa vida emocional emergem da infância, havendo uma ligação inegável entre os acontecimentos dos primeiros anos de vida e a estrutura e funcionamento da personalidade. Ainda hoje, os psicanalistas concordam acerca da importância fulcral de uma relação estável e sã da criança com a mãe na infância.

O comportamento de vinculação faz parte da natureza humana, desenvolvendo-se na infância e continuando ao longo da vida. Define-se como qualquer comportamento que resulta na manutenção da proximidade de alguém que sendo responsivo e disponível promove uma base de segurança. Difere de outros sistemas motivacionais, como o sexual e a fome, tendo a sua motivação interna própria. (Bowlby, 1998). A vinculação é uma ligação afectiva, relativamente longa, sendo a figura vinculativa insubstituível, causando a sua distância ansiedade e a sua perda luto (Ainsworth, 1989). Este conjunto de comportamentos sociais tem como **função** garantir a sobrevivência, tendo sido anteriormente anunciada a função de protecção contra os predadores (Bowlby, 1964). É activado por sistemas comportamentais específicos, que se desenvolvem no bebé pela sua interacção com o meio ambiente e com a principal figura de vinculação, a mãe geralmente. Neste processo, cinco padrões de comportamento são essenciais na construção do vinculação: chorar, chamar, balbuciar, sorrir, agarrar-se, sugar e seguir. Estes padrões inicialmente têm como intuito a proximidade com a mãe, sendo posterior e gradualmente incorporados em sistemas mais amplos, denominados de comportamentos corrigidos para a meta (Bowlby, J., 1984).

O sistema de vinculação propriamente dito tem como objectivo estabelecer a proximidade com a figura de vinculação, através da monitorização da criança do seu ambiente imediato, cujas circunstâncias são interpretadas por ela e em caso de alarme, é procurada essa proximidade com a figura de vinculação. Os diferentes comportamentos do sistema de vinculação são portanto contextuais, pois a acção da criança deriva de um contexto específico que activa ou não o sistema de vinculação e em que são escolhidos determinados comportamentos, mais adequados a cada situação. . O sistema de vinculação é, desta forma, um sistema motivacional, permanente e estável, que varia consoante a idade e o nível de desenvolvimento da criança (Guedeney e Guedeney, 2004). Actualmente, deu-se uma complexificação da noção de comportamento de vinculação, remetendo não tanto para o comportamento em si, mas sim para uma unidade funcional de comportamento, onde o que importa é o como e a finalidade do mesmo. Isto significa que existe uma equivalência funcional dos comportamentos, isto é, todos os comportamentos diferentes que promovam a proximidade são comportamentos de vinculação, partilhando assim uma significação semelhante e funções comuns (Soufre e Waters, 1977).

É a interacção da criança com a mãe que vai modular o comportamento de vinculação, num equilíbrio dinâmico entre os cuidados da mãe e a exploração do meio pela criança, inibindo ou incentivandvinculação. O comportamento exploratório e a actividade lúdica manifesta-se de 3 formas: a resposta direccionada da cabeça e do corpo para o estímulo, a aproximação corporal do

estímulo e a manipulação do objecto. Este comportamento exploratório é desenvolvido por um conjunto de sistemas comportamentais, que são activados e finalizados por determinados estímulos: a novidade activa a exploração, ao passo que a familiaridade finaliza.

### **Fases do sistema de vinculação**

Ao nascimento, o bebé vem equipado por comportamentos específicos da espécie que promovem a proximidade ao cuidador, nomeadamente o choro que atrai a sua atenção. (Ainsworth, 1989). Aos 3 meses, o bebé apenas reconhece e diferencia a mãe das outras pessoas, mas o sistema de vinculação ainda não está estabelecido. É por volta dos **6 meses**, que a maioria dos bebés é capaz de distinguir a mãe de outras pessoas e acompanhá-la visual e auditivamente, o que permite o comportamento orientado e portanto o estabelecimento da vinculação. Segundo os estudos de Ainsworth (1963, 1967), é nesta altura que o comportamento de vinculação se estabelece. Com efeito, os seus estudos com bebés africanos e com bebés da tribo Ganda em Uganda concluíram que o comportamento de vinculação se manifesta através do choro da criança aquando do afastamento da mãe e pelo sorriso e gesticulação aquando do seu regresso. Entre os 3 e os 9 meses, o comportamento de vinculação é consolidado, manifestando-se cada vez mais. Nesta idade, vai ser formada a representação da principal figura de vinculação, baseada na compreensão de que a figura de vinculação existe mesmo quando não está presente, apaziguando assim a ansiedade de separação (Ainsworth, 1989). Aos 9 meses, o choro é substituído pelo seguir e agarrar a mãe, tornando o comportamento de vinculação mais activo e mais corrigido para a meta. (Bowlby, 1984; Ainsworth, 1989, Schaffer e Emerson, 1964) com crianças escocesas, apesar de um pequeno desfaseamento quanto à idade mais tardia destas crianças na manifestação dos comportamentos de vinculação (9 meses).

Depois do terceiro aniversário, a maioria das crianças passa a estar equipada com os sistemas corrigidos para a meta mesmo quando a figura vinculativa está em movimento. A ausência da mãe começa a ser aceite e há uma maior capacidade de sentir-se segura na presença de outras figuras diferentes da mãe, num local estranho, se a criança estiver familiarizada com essas figuras e souber que a ausência da mãe é breve. Nesta idade, o comportamento de vinculação torna-se menos frequente e intenso, apesar de continuar a estar presente no período de latência da criança. No terceiro e quarto ano da criança, ela torna-se capaz do que Bowlby (1982) denominou por relação de parceria de comportamento corrigido (Ainsworth, 1989), devido a mudanças

cognitivas significativas destas idades. A criança torna-se capaz de compreender a motivação dos outros e os seus planos, podendo influenciar os planos dos pais no sentido das suas intenções

Na adolescência, devido a várias mudanças hormonais, existe geralmente a procura de alguém da mesma faixa etária, usualmente do sexo oposto, envolvendo nesta procura os sistemas de vinculação, reprodução e prestação de cuidados. Na idade adulta, a autonomia face aos pais é normalmente atingida, sendo encontrada geralmente uma figura de vinculação nova, cuja ligação amorosa estabelecida não anula a vinculação aos pais. Nestas relações, apesar da importância da atracção sexual no início da relação, o sistema de caregiving e de vinculação tornam-se imperativos na longevidade das mesmas. Apesar das mudanças, o comportamento de vinculação estende-se até ao fim da vida, indo do “berço à sepultura”(Bowlby, J., 1984).

### **Modelos de Vinculação**

O critério mais comum para classificar um comportamento de vinculação é, segundo Schaffer (1964), o protesto da criança quando a mãe se afasta por um período de tempo relativamente curto. Contudo, Ainsworth (1963) considerou este critério insuficiente, referindo que alguns bebés gandas que estavam seguramente vinculados às suas mães manifestavam pouco protesto ou ansiedade de separação e usavam-na como base segura para as suas explorações, ao contrário das crianças inseguras e ansiosas. Durante o primeiro ano de vida, Ainsworth e seus colegas estudaram crianças brancas de classe média da situação estranha, em situação laboratorial e como estudo longitudinal, observou-se a criança numa sala com brinquedos, não familiar para ela, primeiro em companhia da mãe, depois sem ela e por fim após o seu regresso. O objectivo era estudar as diferenças individuais no uso do bebé da pessoa cuidadora como base segura para exploração e o seu equilíbrio entre vinculação e exploração durante. Nos primeiros minutos, as crianças exploram a nova situação tendo em atenção os movimentos da mãe, sendo que a pessoa estranha apenas provocava uma diminuição da actividade de exploração. Quando a mãe se afastava, deixando a criança com a pessoa estranha, verificou-se que metade das crianças mudava a interacção bruscamente, dando respostas mais diferenciais. Ainsworth considerou então como dimensão de classificação da vinculação a segurança da criança, obtendo três grupos distintos (A, B e C). (Bowlby, 1984)

No grupo B, as crianças seguras foram descritas como as que exploravam livremente numa situação estranha, usando a mãe como base segura, não estranhando a presença de um estranho e

mostrando-se calma quando a mãe se ausentava, recebendo-a de forma agradável quando esta regressava. Estas crianças procuravam o contacto e conforto, quando estavam em aflição na sequência de uma separação breve. A este propósito, o conceito de **base segura** foi definido por Bowlby como sendo a segurança da criança para explorar o mundo à sua volta e regressar com a certeza de que será alimentado, amado, confortado e protegido do perigo, ao mesmo tempo que encorajado para se autonomizar (Ainsworth, 1979). É construída por volta dos 6-24 meses, em resultado do processo de vinculação (Bowlby, 1969, 1982; Waters, 2000), e da transformação das representação sensoriais motoras e efectivas em representações simbólicas.

Em oposição, as crianças inseguras não faziam explorações, mesmo na presença da mãe, mostrando-se ansiosos e inquietos na sua presença, bem como na ausência da mãe, ficando desamparados, perdidos e assustados, acolhendo-a por vezes sem expressões de satisfação. Enquanto as crianças seguras mostravam comportamentos corrigidos para a meta, as crianças inseguras ambivalentes e evitantes mostravam procura ou resistência e evitação na aproximação da mãe, no seu regresso. Na observação no lar, foram também encontradas diferenças entre as crianças: os bebés evitantes ou esquivos (grupo A) evidenciavam um conflito entre aproximação-evitação, revelavam comportamentos mais agressivos e hostis do que os outros, diringindo-a geralmente a outros objectos diferentes da mãe; os bebés ansiosos ambivalentes (grupo C) pareciam também ter um conflito entre aproximação e resistência, notando-se alguma passividade nas actividades exploratórias. (Bowlby, 1984)

Verificou-se que as mães das crianças seguras no primeiro ano eram mais sensíveis na responsividade dos sinais dos seus bebés do que as outras mães, cuja responsividade era má ou nula. Essa responsividade é fundamental na construção de expectativas que influenciam as reacções aos acontecimentos internos e externos: os modelos representacionais ou dinâmicos internos. O evitamento das crianças surge assim como um mecanismo defensivo resultante desses modelos internos, que impele a criança a manter-se a nível de proximidade limitado com a mãe. (Ainsworth, 1979) Conclui-se que as mães das crianças evitantes expressavam mais rejeição emocional e aversão ao contacto corporal do que as outras, como se verificou no estudo de Ainsworth, Bell e Stayton (1971). Elas exprimiam assim mais falta de amor e sentimentos de irritação, ressentimento e zanga com os seus bebés. (Ainsworth, 1981) Por sua vez, as mães de crianças ambivalentes são mais preocupadas consigo mesmas, mais sensíveis às suas necessidades do que às dos seus filhos e por vezes intrusivas e inconsistentes (Levy, Shaver e Blatt, 1998).

Estes padrões de comportamentos observados vão resultar das condições iniciais que o bebê e a mãe levam para a parceria e da sua interação e influência mútuas. O bebê vai nascer com determinadas características comportamentais que irão influenciar o comportamento materno, como a frequência do choro e horas de sono. O comportamento da mãe, por sua vez, deriva não só de tendências inatas, como também da sua história relacional, familiar e cultural, o que vai condicionar o seu grau de responsividade, que irá ter repercussões no comportamento da criança. Desta forma, a sensibilidade da mãe e sucesso de intervenções da criança na troca de iniciativas com a mãe resultará numa vinculação segura, ao passo que a ausência de tais condições conduzirá a atrasos significativos no desenvolvimento da criança, podendo culminar no autismo. (Bowlby, 1984).

Por sua vez, Main, discípula de Ainsworth, inicialmente adoptou o modelo tripartido, incluindo posteriormente uma outra categoria: autónomo, desligado, preocupado e “unresolved”, associada a perdas ou situações traumáticas. (Bartholomew e Horowitz, 1991). O estilo desorganizado ou não-resolvido caracteriza-se pela ausência de estratégias eficazes para lidar com a ansiedade e por uma mistura de ambivalência com evitamento. As investigações verificaram acerca deste estilo de vinculação que este derivava de cuidadores deprimidos, perturbados ou abusivos (Hazan & Shaver, 1994).

Bartholomew e Horowitz (1991, 1994) formularam um modelo com quatro categorias: seguro, preocupado e evitante-desligado (desinvestido) ou evitante-amedrontado. Assim, denomina-se vinculação segura, quando um adulto tem uma imagem de si como merecedor de amor e suporte por parte dos outros e uma imagem dos outros como dignos de confiança, aceitantes e responsivos às necessidades do self. Quanto ao tipo preocupado, este corresponde a uma imagem de si negativa (não merecedora de amor e atenção) e uma imagem positiva dos outros, estando o seu valor dependente da aceitação dos outros e causando nos outros um stress extremo quando as suas necessidades de proximidade não são satisfeitas. Este tipo de vinculação corresponde ao grupo ambivalente de Hazan e Shaver (1987) e ao padrão preocupado de Main (et all, 1985). No primeiro tipo evitante, o sujeito considera-se merecedor de amor e cuidados e os outros são representados como não disponíveis para responder a estas necessidades e indesejáveis como objecto de aproximação (baixa ansiedade e alto evitamento), ao passo que no segundo tipo evitante o sujeito percebe-se como não merecedor de afectos, vulnerável à negligência e ao abandono, sendo os outros indignos de confiança e rejeitantes (ansiedade alta e alto evitamento).

Com efeito, o primeiro tipo está associado a uma representação negativa dos outros, em que os sujeitos se protegem da desilusão pelo evitamento de relações próximas, pela independência e invulnerabilidade aparentes e pela desvalorização das relações próximas, enquanto que o segundo tipo a uma representação de si negativa, em que os sujeitos se protegem antecipando a rejeição dos outros e não se envolvendo, para evitarem a dor de uma rejeição ou perda potencial. Segundo os estudos, o grupo evitante-amedrontado foi descrito como tendo mais problemas interpessoais num domínio pouco afectivo e passivo, ao passo que o estilo evitante - desligado reportou mais problemas na esfera da empatia social (Bartholomew et Horowitz, 1991).

Para além do número de vinculações diferir segundo os autores, também as dimensões que as fundamentam são diversas, bem como a natureza dos modelos também é divergente. Com efeito, existem três tipos de abordagens conceptuais na avaliação da vinculação do adulto: concepções categoriais ou tipológicas, onde se incluem as de Ainsworth e Hazan e Shaver; concepções dimensionais, que pretenderam ultrapassar as dificuldades das anteriores, formuladas por Collins & Read e concepções prototípicas, que procuraram conciliar as anteriores (considerando quer a variabilidade individual, quer as características de um grupo), formuladas por Bartholomew e Horowitz (1991, 1994), cujas quatro categorias situam o sujeito positiva ou negativamente relativamente ao self e ao outro, segundo os modelos internos dinâmicos (Canavarro, C. et al, 2006).

### **Modelos internos**

Os modelos operantes internos (MOI) conceptualizados por Bowlby, definem os modelos mentais que a criança constrói em resultado da vinculação, orientando-a na compreensão, interpretação e comportamento em relação às relações interpessoais e formando um modelo de si (imagem de si, como merecedor de amor) e modelo dos outros (percepção dos outros como disponíveis para atender às necessidades de amor do próprio), com base num conjunto de expectativas (Miljkovitch, R., 2004). Estas expectativas que formam a base das representações mentais, incluindo crenças e sentimentos sobre o self (auto-estima global e social) e os outros influenciam quer o modo como a pessoa sente, pensa e se comporta no mundo, bem como o modo como o mundo a vai ver e responder às suas necessidades (Hazan & Shaver, 1994). Funcionam como esquemas afectivos - cognitivos que influenciam os sentimentos e comportamentos que vão caracterizar as relações interpessoais das pessoas, tendo uma parte consciente e outra inconsciente (Levy, Shaver e Blatt, 1998).

Assim, os modelos determinam as respostas da criança às separações e aproximações (reais ou imaginárias) da figura de vinculação. São considerados estáveis ao longo do tempo e dos diferentes contextos relacionais pela maioria dos autores, operando de forma automática; no entanto são considerados dinâmicos (“working” models), havendo a possibilidade de serem reformulados pelas experiências de vinculação significativas, confirmando experiências anteriores ou pelo contrário construindo mudanças nas representações do sujeito. No entanto, estes modelos têm mecanismos de processamento de informação, que tomando atenção a determinada informação em detrimento de outra, tendem a confirmar os modelos internos acerca do próprio e dos outros (Bartholomew e Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1994). Bartholomew e Shaver (1998) referem que ao longo da vida pode haver uma divergência de modelos internos dinâmicos das relações com os pais relativamente aos baseados nas relações amorosas ou amigos significativos e conseqüentemente um processo de integração destes modelos, transformando os modelos mais precoces.

Desta forma, a criança opera no mundo exterior com o modelo formado, que se constitui como um filtro para a interpretação dos acontecimentos, o que pode conduzir a enviesamentos se o ambiente não for familiar à criança. É desejável haver um ajustamento do MOI às situações novas da vida, actualizando-se gradualmente. Contudo, pode haver aspectos que não permitam essa actualização, como a organização defensiva da pessoa. Bowlby refere a esse respeito a noção de “exclusão defensiva” para nomear o mecanismo de não tratamento da informação inconsistente para o sistema de vinculação e a sua exclusão do sistema de representação. Assim, dá-se uma cristalização dos modelos operantes internos às experiências que não estão de acordo com o sistema de representação já estabelecido, resistindo à mudança. Esta impermeabilidade condiciona a adaptação da pessoa a ambientes relacionais novos, tanto nas relações amorosas, como na relação com os filhos e conduz à recriação dos mesmos tipos de interacção passados da sua infância (Miljkovitch, R., 2004).

Quando as estratégias defensivas estão em consonância com os padrões cognitivos e comportamentais aprendidos, como na vinculação insegura, a mudança torna-se difícil. Mudar de um estilo evitante para um seguro implica tomar consciência de todas as inseguranças reprimidas e para isso é preciso passar pela fase intermédia de ambivalência. Apesar da estabilidade dos modelos, é importante serem plásticos de forma a haver adaptação (Hazan & Shaver, 1994).

## **Semelhanças e Diferenças da Vinculação ao longo da vida**

Segundo Bowlby (1979), há congruência deste sistema ao longo da vida, isto é, a vinculação na idade adulta com os pares e companheiros românticos é idêntica à da infância. Weiss (1982, 1991) apontou como elementos de congruência entre a vinculação na infância e na idade adulta os seguintes aspectos: a semelhança das características emocionais e comportamentais do sistema de vinculação, como a manutenção da ligação apesar da inconstância da confiança e do gostar, a inacessibilidade dos sentimentos ao controlo consciente, a organização dos sentimentos e comportamentos acerca de uma pessoa que é tida como insubstituível, o desejo de proximidade à figura de vinculação, a ansiedade face a separação ou indisponibilidade da mesma, o conforto na sua presença, reacções de luto perante perdas e por outro lado, a ligação temporal entre os fenómenos, dado o aumento da centralidade dos pares como figuras de vinculação, em detrimento dos pais como figuras de vinculação. Weiss refere também que o aspecto indicador de uma relação de vinculação será a reacção após a separação quando uma relação termina ou é interrompida: se há ansiedade de separação ou não. São vários os autores que estabelecem uma ligação entre a vinculação da infância e da idade adulta, referindo como a última é moldada pela família de origem na infância servindo de um padrão preponderante para as relações interpessoais (Dinero et al, 2008):

Como factores diferenciadores da vinculação nos dois períodos, Weiss (1982, 1991) refere o facto das relações de vinculação adultas serem estabelecidas maioritariamente com pares, donde existe uma relação de igualdade e semelhança, em que a sobrevivência não está em jogo, ao passo que na infância a vinculação é assimétrica nas necessidades e responsividade. Por outro lado, a segurança das crianças depende de uma constante garantia por parte do cuidador presente, ao passo que nas relações adultas só em situações especiais é que tal ocorre. A este propósito, Main (et al, 1985) refere que a vinculação passa do contacto físico para crenças e expectativas representadas. Por sua vez, Hinde e Stevenson-Hinde (1986) referem a este respeito: a necessidade de haver aspectos indutores de stress mais fortes para activar o sistema de vinculação no adulto, dada a capacidade de representação da figura de vinculação e a maior autonomia para lidar com situações adversas. Contudo, a diferença mais destacada na literatura é a natureza recíproca das relações de vinculação adultas, onde a prestação de cuidados é alternada, consoante as necessidades e contexto de cada um, em contraste com a natureza complementar da vinculação infantil. Na relação de adultos, é esperado haver um equilíbrio flexível entre procurar e fornecer segurança e conforto ao outro, isto é, entre experienciar o outro como base segura e

constituir-se como base segura para o outro, desenvolvendo intimidade, com base na partilha e pertença (Matos, M. et Costa, E., 2002)

## Vinculação amorosa

Na década de 70 e 80, inúmeras investigações foram levadas a cabo partindo da teoria da vinculação de Bowlby para estudar o amor. Verificou-se uma associação entre uma infância problemática e as relações amorosas atribuladas. Alguns investigadores verificaram que muitos adultos solitários reportavam uma infância problemática e relações distantes amorosas, pelo que se denotou uma associação entre a história de vinculação e a solidão na idade adulta. Além disso, outros investigadores denotaram variabilidade na abordagem das pessoas quanto às relações amorosas, desde a preocupação extrema até ao evitamento, o que levou ao desenvolvimento de medidas que caracterizassem esta variabilidade (Fraley e Shaver, 2000).

Existem com efeito muitos aspectos em comum nas vinculações da infância e adulta. Partilham ambas as mesmas dinâmicas emocionais e comportamentais do sistema biológico da vinculação, dado que o parceiro amoroso serve como base segura como os pais à criança, sentindo-me mais seguro quando o parceiro está acessível e é responsivo. Em circunstâncias de doença, stress ou ameaça, o parceiro é usado como base segura, fonte de conforto e protecção. Por outro lado, os comportamentos e emoções de ambas as vinculações partilham o mesmo tipo de actividades e dinâmicas (desde o “baby talk” ao contacto ventral), tendo as mesmas condições activantes e finalizadoras do sistema de vinculação. As diferenças individuais nas duas vinculações são também idênticas, dado que as mesmas categorias descritas por Ainsworth são conceptualmente idênticas aos tipos de amor de Lee e os parágrafos feitos por Hazan & Shaver para avaliar a vinculação amorosa. Esses parágrafos foram feitos com base na tipologia de Ainsworth acerca dos estilos vinculativos, de forma aos indivíduos se identificarem com as frases descritas, nas suas relações amorosas. Por outro lado, os modelos internos dinâmicos da teoria de vinculação são resultado de crenças e expectativas formadas na infância, pelo que eles influenciam as relações amorosas. No início, os sinais exógenos dominam o sistema vinculativo, nos primeiros meses de vida, sendo posteriormente substituídos pelos sinais endógenos, derivados dos modelos internos dinâmicos, que regulam a vinculação. São estes modelos que, sendo estáveis e resistentes à mudança, se mantêm nos modos relacionais das pessoas, tendo influência das experiências precoces. Por último, o amor romântico envolve uma interacção de sistemas, como o da vinculação, o sexual e o caregiving. (Fraley e Shaver, 2000). A reacção à separação é também idêntica ao período da infância, como Bowlby descreveu: o período de protesto face à separação

é seguido de uma tristeza profunda (ruminação) e posteriormente de desespero e depressão, e gradual desvinculação ao parceiro (Hazan & Shaver, 1994).

A grande transformação prende-se, segundo Atger, com o facto do sistema de vinculação baseado nas relações assimétricas tornar-se, no final da adolescência, simétrico entre os sujeitos que tenham atingido o mesmo nível de desenvolvimento psicológico, estabelecendo-se com base na reciprocidade: cada parceiro do casal, dá e recebe apoio, atenção e segurança, tornando-se numa figura de vinculação para o parceiro e tornando-o numa figura de vinculação. Nas relações adultas, as relações amorosas desempenham um papel fundamental e diferente das relações de amizade, ao passo que estas últimas se constituem como figuras de vinculação auxiliares, as primeiras constituem-se como figuras de vinculação principais ao fim de certo período de tempo, por volta de 2 ou 3 anos (Mintz, A.S., 2004).

A teoria de vinculação postula que a idade adulta se caracteriza pela estabilidade dos comportamentos de vinculação, os quais se organizam nos modelos operantes internos construídos na infância. Na idade adulta, dá-se uma reactualização destes aspectos nas relações amorosas, entre outras. Bowlby (1958) refere que todas as relações seriam moldadas do modelo da relação com a figura de vinculação principal, considerando todos os laços de vinculação como uma dimensão do funcionamento psíquico operante desde o nascimento até à morte. (Mintz, A.S., 2004). Assim, a vinculação com figuras de vinculação na infância cria expectativas para a relação com os outros e influencia as estratégias de regulação emocional perante relações de proximidade relacional, que se baseiam nos modelos representacionais construídos na infância (Matos, M., 2002).

De acordo com pesquisas realizadas, os estilos de vinculação são preditores fortes do modo de sentir, pensar e comportar de uma pessoa nas suas relações amorosas (Brennan & Shaver, 1995; Collins & Read, 1990; Simpson, 1990). Estudos empíricos anteriores indicam que sujeitos seguros nas suas relações românticas recordam os pais como sendo aceitantes, carinhosos e respeitadores; os sujeitos evitantes tendem a referir-se à mãe como rejeitante e fria e à figura paterna como inflexível, intolerante, instável e indisponível; os sujeitos ambivalentes, por sua vez, referem-se a vivências de injustiça, intrusividade e controlo (Matos, M., 2002). Por sua vez, Hazan e Shaver (1987, 1994) postulam que o padrão relacional de uma pessoa numa relação é influenciado pela sua história de interações com as suas figuras de vinculação. Nos seus estudos retrospectivos, estes autores verificaram que os adultos seguros nas suas relações românticas tinham tendência a considerar as suas relações com os pais mais afectuosas, cuidadoras e tolerantes também. Os

sujeitos seguros descrevem a sua mãe como responsiva e carinhosa, ao passo que os evitantes descrevem-na como fria e rejeitante e os ansiosos como uma mistura de experiências positivas e negativas. É de salientar que, apesar da estabilidade e continuidade dos padrões de vinculação ao longo da vida e da influência do relacionamento com os pais na qualidade das relações românticas, novas experiências podem moldar os padrões de vinculação (Fraley & Shaver, 2000).

Segundo Hazan e Shaver (1994) nas relações românticas o sistema sexual é possivelmente o primeiro impulsionador na procura de proximidade no desenvolvimento da vinculação. Nessa procura, a base segura desenvolve-se, passando a atracção e a paixão sexual para segundo plano e o suporte e conforto emocional para primeiro plano ao longo do tempo. Se essas necessidades emocionais não forem atendidas, a relação não será duradoura. Estes autores defendem que os tipos de vinculação das relações românticas são os mesmos que o da infância, como já foi referido. Assim sendo, os sujeitos ansiosos ambivalentes associam-se a preocupações obsessivas com a responsividade do parceiro; empenham um grande esforço na manutenção da proximidade dos outros; apaixonam-se facilmente, são muito ciumentos, são facilmente dominados pelos sentimentos de medo, ansiedade e solidão, têm uma baixa auto-estima, geralmente experienciam mais separações, não têm empatia pelos sentimentos do parceiro e expressam geralmente a zanga de forma disfuncional. São menos auto-confiantes e sentem-se geralmente menos compreendidos pelos outros (Collins & Read, 1990). Revelam menos níveis de felicidade nas interações românticas e usam menos tácticas de sucesso durante as discussões (Dinero et al, 2008). Os sujeitos evitantes têm medo da intimidade e por isso mantêm-se distantes dos parceiros, com visões pessimistas da relação, evitam a abertura emocional; envolvem-se mais facilmente em relações sexual sem compromisso e abusam de substâncias para atenuar a tensão (Simpson, J., 1990). Têm menos contacto visual com os parceiros e exibem menos prazer e interesse pelo seu parceiro (Dinero et al, 2008). Por sua vez, os sujeitos seguros consideram fácil a proximidade com os outros e a dependência mútua e não ficam ansiosos com a possibilidade de serem abandonados pelo parceiro (Simpson, J., 1990). As suas relações são caracterizadas pela felicidade, confiança, amizade (Collins & Read, 1990). Estão geralmente mais satisfeitos, mais confiantes e reportam menos conflito na relação amorosa, sendo que os acontecimentos negativos da vida pouco impacto têm sobre os sentimentos positivos da relação. Este estilo é associado também a uma parentalidade positiva, mesmo em mães altamente stressadas. É no fundo uma combinação entre representações de base segura da infância, juntamente com representações actuais e específicas da relação amorosa que formam uma vinculação adulta de base segura, com efeitos positivos na relação e parentalidade. (Waters et al, 2004).

Quanto ao **suporte**, os sujeitos inseguros tendem a perceber as mensagens do parceiro como menos úteis e menos bem-intencionadas e portanto são mais insatisfeitos quanto ao suporte dado pelo parceiro (Feeney, 2004). Especificamente, os sujeitos evitantes demonstram menos disponibilidade aos parceiros, ao passo que os sujeitos ambivalentes/ansiosos demonstram mais interferência e menos encorajamento nas explorações do parceiro, reflectindo as suas preocupações de rejeição, abandono e indisponibilidade dos outros. A conjugação destes dois estilos, no estilo amedrontado, é o estilo que menos encoraja o parceiro para a exploração e menos responsividade demonstra para com o parceiro, em situações de stress. Este estilo tende a estar com parceiros menos disponíveis para eles, dada a sua extrema necessidade de proximidade que resulta na indisponibilidade dos parceiros, ao passo que o estilo desinvestido tende a estar com parceiros que encorajam menos as suas explorações, dada a sua independência e desejo de distanciamento emocional. Assim, quer num tipo, quer noutra, as expectativas confirmam-se, numa profecia perpétua (Feeney, 2010). O estilo seguro, por sua vez, facilita os processos de adaptação de suporte, o ser base segura (Davila e Kashy, 2009).

O tipo de prestação de cuidados tende a ser diferente consoante os estilos de vinculação. Os indivíduos com estilos seguros e preocupados com os seus pais tendem a preferir maior prestação emocional dos seus parceiros, ao passo que os indivíduos evitantes tendem a preferir maior prestação instrumental, cujas memórias não são desagradáveis. Ao contrário do que é previsto, os sujeitos desinvestidos não responderam mais negativamente às formas físicas da prestação de cuidados do que os seguros.

Foram vários os trabalhos que estudaram a relação entre a vinculação infantil e amorosa, sendo que os resultados foram divergentes. Conger et al (2000) referem uma ligação entre a relação pais-filhos e a relação romântica. Segundo Waters et al (2002), o casamento não foi um factor decisivo na mudança das representações de vinculação: os seguros mantiveram-se estáveis antes e depois do casamento, ao passo que os desinvestidos mudaram menos do que os preocupados. Feeney et Collins (2004) verificaram a importância da predisposição dos sujeitos para sentir as experiências de suporte de determinada forma, consoante os modelos internos de vinculação já construídos, especialmente em situações ambíguas, bem como Feeney e Thrush (2010) que no seu estudo também verificaram como as actividades de exploração dos casais eram preditivas do seu estilo de vinculação. Num estudo qualitativo correlacional com os objectivos de analisar: as associações entre a vinculação aos pais e ao par romântico adolescente, nomeadamente as diferenças de género do adolescente e da figura parental nas representações da vinculação; foram utilizadas duas entrevistas (family attachment interview e peer attachment interview de

Bartholomew e Horowitz, 1991) numa amostra de 82 adolescentes; os resultados apontaram que os adolescentes com vinculações seguras aos pais relacionam-se de um modo mais seguro com o par romântico, verificando representações mais positivas de si próprio e dos outros; não foram observadas diferenças significativas de género nos padrões de vinculação, sendo a relação com a mãe mais preocupada para os rapazes e raparigas e relação com o pai mais desinvestida apenas para os rapazes. Outro estudo de Levy, Shaver e Blatt (1998) com 189 jovens, em que foram avaliados os tipos de vinculação amorosa e as representações mentais acerca dos pais, concluiu-se que os homens ambivalentes representavam a sua mãe como mais ambivalente do que os outros grupos, ao passo que as mulheres evitantes representavam a sua mãe como mais ambivalente do que os outros grupos; o grupo amedrontado tende a ser maioritariamente mulheres, e o grupo despreocupado homens.

Apesar da importância da infância na vinculação amorosa, existem alguns estudos que verificam mudanças na vinculação em resultado dos parceiros, das experiências, da idade e duração das relações. Por outro lado, como alguns estudos vêm referir, o casamento cria um ambiente de caregiving novo, baseado numa distância física e psicológica dos pais, com mudanças subsequentes nas representações da vinculação (Crowell et al, 2002). Nos seus estudos, Steinberg, Davila e Fincham (2006) verificaram que a vinculação insegura se relacionava com a compreensão do conflito entre os pais e experiências românticas negativas. Também Simpson et al (2007) referem a relação entre a vinculação infantil e a qualidade emocional das relações amorosas ser mediada pela competência social na primária e amizades na adolescência. Kirkpatrick e Hazan (1994) verificaram que a estabilidade da vinculação romântica estava relacionada com o início ou fim das relações num período de 4 anos, sendo que este fim resultaria em insegurança nos indivíduos. Waters et al (2000) também verificaram que a estabilidade do tipo de vinculação dependia dos eventos negativos durante a vida, como a morte de um pai, doenças, abuso sexual, entre outros. Noutro estudo, Waters et al (2002) verificaram também que os acontecimentos da relação antes do casamento seriam de extrema importância na estabilidade da vinculação. Também Davila et Kashy (2009) verificaram uma influência na segurança da vinculação entre parceiros das experiências diárias de suporte e caregiving. Assim pode-se concluir que apesar da influência directa das interacções familiares na segurança da vinculação, essa influência desvanece-se e as experiências românticas tomam um lugar central. Conclui-se que a influência da família é indirecta na vinculação, sendo mediada pelas interacções românticas. Esta conclusão verificou-se no estudo de Dinero et al (2007), cujos resultados apontaram para uma estabilidade da vinculação segura entre os 25 e os 27 anos por influência das

relações amorosas, sendo que a vinculação aos 25 anos teria sido anteriormente influenciada maioritariamente pelas interações com os pais na adolescência (9 ou 10 anos antes). Denotou-se assim uma clara influência das relações próximas, como as românticas e de amizade, nas representações da vinculação, em detrimento da influência da família na vinculação, que vai decrescendo ao longo do tempo (Dinero et al., 2007). Por sua vez, Crowell et al., no seu estudo acerca dos efeitos da transição para o casamento nas representações da vinculação, incluindo o status do parceiro, a ocorrência de eventos relevantes e stress associado. Concluíram que nos padrões seguros a estabilidade da vinculação manteve-se mesmo com parceiros inseguros, ao passo que nos padrões preocupados, o casamento promoveu mudanças, paralelamente com a capacidade de abertura à experiência, discussão das experiências passadas, influência de emoções positivas e cognições seguras e coerentes dentro da relação amorosa, baseadas em experiências e percepções de base segura. O estilo desorganizado, por sua vez, mostrou-se vulnerável aos acontecimentos de vida stressantes e voláteis nas suas respostas relacionais.

### **Diferenças de género, combinações de tipos de vinculação amorosa e satisfação relacional**

Os sujeitos tendem a ter relações com pessoas, cujas crenças e sentimentos são idênticos quanto à proximidade aos outros, intimidade e dependência dos outros. Os sujeitos ansiosos tendem por isso a procurar parceiros que se sentissem desconfortáveis quanto à proximidade emocional, de forma a confirmar as expectativas e crenças próprias (Collins & Read, 1990).

As descrições dos pais do sexo oposto predisseram as dimensões de vinculação do parceiro: para os homens, a descrição da mãe predisse se a parceira era ansiosa, ao passo que nas mulheres, o pai predizia se o parceiro se sentia à vontade com a proximidade e dependência, ou seja, se o parceiro era evitante. Desta forma, conclui-se a importância do pai do sexo oposto nas crenças e expectativas acerca das relações amorosas heterossexuais, sendo que os indivíduos escolhem os seus ambientes sociais de maneira a confirmarem os seus modelos internos e manterem os seus padrões vinculativos ao longo da vida (Collins & Read, 1990).

Em relação às diferenças de género, verificou-se em estudos que as mulheres associam-se mais ao estilo ansioso ambivalente, ao passo que os homens mais ao estilo evitante (Hazan & Shaver, 1994). Verificou-se que as mulheres ansiosas namoravam frequentemente com homens evitantes (Simpson, 1990; Feney, 2010) e os homens ansiosos namoravam com mulheres ansiosas ou

evitantes (Simpson, 1990). No estudo de Kirkpatrick e Davis (1994), combinações entre sujeitos ambos ansiosos ou evitantes foram improváveis, dadas as expectativas de sujeitos evitantes e ansiosos acerca do seu parceiro ser exigente e dependente e evitar a intimidade, sendo rejeitante, respectivamente. O estilo ansioso tende a combinar-se com o evitante, para se dar uma confirmação dos modelos internos operantes.

Quanto à avaliação da relação, ambos os membros do casal classificam a relação negativamente, se a mulher tiver um estilo ansioso, ao passo que só o homem a classifica como tal, se for evitante (Kirkpatrick e Davis, 1994; Simpson, 1990; Collins & Read, 1990). As mulheres de homens evitantes reportaram mais paixão e menos conflito, do que as com parceiros ansiosos. Esta relação entre mulheres ansiosas e homens evitantes tende a ser tão estável quanto as relações de sujeitos seguros, ao passo que relações de mulheres evitantes com homens ansiosos tendem a ser as que menos duram, dado o factor da mulher ser o elemento que, geralmente, começa e acaba as relações. Na primeira relação a mulher dispõe de capacidade para manter a relação com empenho e o homem tende a evitar conflitos e tem baixas expectativas acerca da parceira, pelo que a estabilidade projecta-se a longo prazo (Kirkpatrick e Davis, 1994). Como Feeney refere (1994), o estilo ansioso do homem no casamento é mais destrutivo dado que ataca o estereótipo masculino, ao passo que o comportamento ansioso da mulher é mais aceitável socialmente, embora para o homem não o seja, se este for evitante e não suportar emocionalmente a mulher. Este facto deve-se, segundo a literatura, aos papéis tradicionais do género: a possessividade da mulher e a busca de liberdade e autonomia do homem. Segundo o estudo de Waters et al (2004), as combinações inseguros com inseguros são reportadas como sendo as mais vulneráveis a nível de conflito, dada a desconexão entre sentimentos e comportamento. A combinação inseguro com seguro antes e depois de 6 anos de casamento aparentam funcionar bem, contudo o seu comportamento de base segura não é suficiente para manter as emoções positivas quando o stress invade a relação, como nas relações seguras.

Por outro lado, verificou-se que uma boa comunicação nos homens é factor predictor de satisfação na relação, ao passo que na mulher não o é (Collins & Read, 1990). No estudo de Simpson (1990), também se verificou que a vinculação amorosa segura é caracterizada por níveis de interdependência, confiança, comprometimento e satisfação elevados, ao contrário do grupo ansioso e evitante. O grupo evitante reportou ter menos comprometimento e interdependência do que o grupo ansioso, o qual reporta ter menos confiança. Os sujeitos de vinculação segura têm uma afectividade mais positiva e relações mais ajustadas, em relação aos outros grupos; são mais auto-resilientes, menos ansiosos e hostis. Desta forma, têm estilos de amor mais adaptativos, maior auto-estima e auto-confiança. Contrariamente, os sujeitos evitantes são menos auto-

resilientes, mais hostis e os sujeitos ansiosos menos auto-resilientes e mais ansiosos. Quanto ao terminar das relações, os homens evitantes não experienciam tanto stress emocional, do que os ansiosos. Já as mulheres evitantes não são assim, dado o maior confronto com o conflito e expressão de emoções fortes característicos do sexo feminino (Simpson, J., 1990).

Também o estudo qualitativo correlacional da vinculação em 7 casais, avaliando a relação entre o nível representacional das relações de casal e o nível comportamental no casal; os resultados apontaram para uma associação entre a qualidade da organização da representação e comportamentos específicos da vinculação na idade adulta no contexto amoroso, pelo recurso à entrevista de relações íntimas e a tarefa de interação do casal. Verificam-se correlações negativas entre as escalas da Idealização e Desenvolvimento Pessoal e a qualidade de Prestação de Cuidados e correlações positivas entre a Coerência e Desenvolvimento Pessoal, a nível representacional; correlações positivas entre a escala de equilíbrio entre Desenvolvimento do Indivíduo e Desenvolvimento da Relação e a escala de Base Segura. Por sua vez, o estudo qualitativo correlacional; com uma amostra de 264 casais heterossexuais em coabitação com a instrução de preencherem os questionários separadamente, sem troca de impressões; instrumentos: experiências em relações próximas, inventário da qualidade das relações, “relationship rating form”; escala de desiderabilidade social e escala de satisfação da relação; resultados: correlação positiva entre a vinculação evitante e o Conflito e negativa entre o primeiro e o Apoio, Profundidade e Satisfação conjugal; correlações positivas entre a vinculação preocupada e o Conflito; graus elevados de vinculação preocupada nos homens associados a maior Profundidade da relação e Paixão, ao passo que quando são as mulheres a apresentarem essa característica, os homens percebem menos qualidade na relação, isto é, a vinculação evitante no sexo masculino tem efeitos negativos mais pronunciados para o parceiro, acontecendo o mesmo para a vinculação preocupada no sexo feminino.

Estudo sobre o efeito dos estilos de vinculação e a qualidade das relações românticas em estudantes espanhóis (891); utilizaram-se duas medidas do estilo de vinculação do adulto: o questionário relacional e um questionário sobre aspectos da relação; os resultados apontaram para uma correlação positiva entre vinculação segura e todas as medidas de bom funcionamento da relação (satisfação, intimidade, estabilidade, compromisso e expressão de sentimentos ao parceiro); os dois grupos evitantes estiveram negativamente correlacionados com as medidas indicativas de relações positivas e positivamente correlacionados com a medida de “rompimento”; o grupo que obteve correlações significativas mais baixas foi o preocupado; os grupos seguro e preocupado foram os que demonstraram atitudes mais positivas de abertura e

expressão de aspectos íntimos e sentimentos. Por fim, no estudo de Crowell et al (2002), acerca dos estilos de expressão dos comportamentos de base segura, verificou-se que as mulheres expressavam a agressão mais na procura de suporte ou em acontecimentos stressantes do que quando estavam zangadas, ao contrário dos homens.

### **Fases de vinculação amorosa**

Por sua vez, Zeifman e Hazan (1997) formulam diferentes fases de desenvolvimento deste laço de vinculação ao longo dos dois ou três anos referidos, sendo eles: a pré-vinculação, que consiste no período inicial do flirt entre os parceiros, em que o laço de vinculação não está ainda formado e a natureza da relação é de cariz físico e sexual, podendo favorecer a construção de um laço de vinculação; a vinculação em vias de constituição, uma vez que a proximidade é motivada já não apenas pela atracção sexual, mas pela necessidade de segurança, em que os parceiros partilham as suas emoções e história pessoal, tornando-se um suporte emocional mútuo; o laço de vinculação, cujas trocas emocionais ocupam um lugar de destaque e em que a repetição de experiências dessas trocas se associa a uma diminuição de stress biologicamente e à noção de porto seguro e por último, a fase da parceria corrigida quanto ao objectivo (“pós-romance”), em que a necessidade de proximidade sofre uma diminuição e a energia psíquica é redireccionada para o exterior, dada a garantia da existência do laço de vinculação (Mintz, A.S., 2004).

### **Atracção**

Acerca da atracção pelo parceiro, geralmente esta surge por necessidades de suporte, carinho e gratificação sexual. São muitas as características que suscitam a atracção, nomeadamente as atitudes, valores e opiniões e mesmo características físicas comuns aos sujeitos. Por outro lado, escolhemos pessoas acessíveis a nós, as que vivem ou trabalham perto de nós geralmente. Também as pessoas que sorriem mais, que são bem-humoradas e que nos fazem rir são mais atractivas para nós, bem como o seu nível de familiaridade e resposta positiva. A atracção por outro lado é influenciada pelo tipo de relação procurada e das necessidades que se pretende preencher. Desta forma, o amor adulto pode ser visto como uma junção de vários sistemas: o de

vinculação, o sexual e o de caregiving, já referido, resultando assim a atracção da possibilidade dessa pessoas responder às nossas necessidades sexuais, vinculativas e de caregiving. Por outro lado, para haver uma relação vinculativa, é necessário haver forças que promovam a proximidade física. Na idade adulta, essas forças derivam do sistema sexual de atracção, que como primeiro impulsionador da proximidade, é a base da formação da vinculação. O “safe heaven” ou base segura é desenvolvido no contexto desta proximidade física, sendo que o primeiro se torna gradualmente mais importante do que a paixão ou atracção mútua. Se os parceiros não contribuírem para esse suporte ou conforto emocional, surge a insatisfação, ao passo que se essa contribuição for contínua, a base segura é criada como na relação com os pais na infância. Desta forma, a sequência da vinculação infantil e amorosa é igual, excepto a primeira motivação. A base segura, permite a satisfação das necessidades e portanto prediz uma relação geralmente duradoura, baseada na confiança da responsividade e disponibilidade do parceiro e na resolução de conflitos positiva. Se os parceiros perderem confiança um no outro, e por consequência não comunicarem os seus pensamentos e sentimentos abertamente e resolverem os seus conflitos, a relação provavelmente não será duradoura. (Hazan & Shaver, 1994)

O presente estudo tem como amostra jovens adultos (dos 20 aos 30 anos), dado que: é no final da adolescência que os relacionamentos românticos se tornam mais estáveis e com mais significado, havendo um balanceamento entre a construção da identidade e da intimidade simultaneamente e ainda é nesta idade que a influência dos modelos de vinculação da infância nos relacionamentos amorosos tem um peso maior, pois é suposto que a maioria dos sujeitos não tenha uma história de relacionamentos que lhes permita alterar os modelos representacionais acerca de si e dos outros. Com efeito, à medida que os sistemas de vinculação e prestação de cuidados se tornam mais importantes numa relação amorosa (como no caso das relações no final da adolescência e início da idade adulta), também a influência da relação parental é maior, em contraste com idades mais jovens, em que as influências do grupo de pares (motivações afiliativas) e atracção interpessoal são mais significativas, em detrimento da relação com os pais (Matos, M., 2002.).

## **METODOLOGIA**

### **Questões de Investigação**

Os objectivos deste estudo são verificar que relações é que existem entre a vinculação aos pais e vinculação amorosa, isto é, se é possível encontrar padrões. Por outro lado, pretende-se verificar ainda se existem padrões repetidos no casal, acerca do seu estilo de vinculação com o parceiro(a). Por último, pretende-se verificar os padrões existentes entre o parceiro e o pai do mesmo sexo, de forma a verificar-se a influência desta relação com a escolha do parceiro e relacionamento.

### **Participantes**

Colaboraram no estudo 46 casais. As idades variam entre um mínimo de 20 anos e um máximo de 33 anos. A média de idades dos homens é de 25,0 anos e a das mulheres de 23,5 anos. A idade mais frequente nos homens é 23 anos (23,9%) e nas mulheres os 21 e os 23 anos (17,4%), conforme se pode constatar pela observação do gráfico nº 1.

A maioria dos casais inquiridos encontra-se casada (61,0%), seguindo-se depois os divorciados (34,0%) e os solteiros (3,0%). Os viúvos representam apenas 2,0%. No que se refere ao estado civil dos pais dos casais, a maioria é casada (60,0%). Os solteiros representam 34,0%. A habilitação literária predominante na amostra corresponde ao 12º ano (59,0%), seguindo-se os casais com licenciatura (28,0%). Os sujeitos com escolaridade igual ou inferior ao 11º ano totalizam 13,0%. O tempo de relação dos casais varia entre um mínimo de 1 ano e um máximo de 10 anos. A média é de 3,1 anos (DP=2,3 anos).

### **Instrumentos**

Foram utilizados dois questionários: o questionário de vinculação à mãe e ao pai e o questionário de vinculação amorosa, das autoras Paula Mena Matos e Maria Emília Costa (2001).

O **Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe** (QVPM, Matos & Costa, 2001, versão revista) é um questionário de auto-relato que pretende aceder às percepções que os sujeitos acerca das relações de vinculação com cada um dos seus pais. Este instrumento foi construído

tendo por base teórica os trabalhos de Bowlby e Ainsworth e embora assente numa abordagem dimensional, é um questionário que pode também ser utilizado com recurso a uma perspectiva tipológica da vinculação tendo em conta o posicionamento teórico de Kim Bartholomew (Bartholomew & Horowitz, 1991). Na sua versão actual (versão III de investigação, Matos & Costa, 2001) o instrumento é composto por 30 itens, sendo o formato de resposta em Likert de seis pontos (de Discordo completamente a Concordo completamente; Matos, 2002; Matos & Costa, 2004).

**O Questionário de Vinculação Amorosa** (QVA, Matos & Costa, 2001) é um instrumento de auto-relato com cinquenta e dois itens que procurou conciliar uma abordagem dimensional a uma abordagem prototípica da vinculação. Esta aliança aspira delimitar o constructo da Vinculação amorosa através de uma sólida abordagem teórica às componentes definidoras da relação tendo em conta a “possibilidade de coexistência de manifestações de vários padrões de vinculação simultaneamente” (Matos & Costa, 2001).

### **Procedimentos**

QVPM: No que concerne a instruções, cada jovem era solicitado a “ler atentamente cada uma das frases”, indicando em colunas separadas para cada um dos elementos da parentalidade o modo como “se sentem relativamente a cada um dos seus pais”.

A escala Likert usada no instrumento era de seis pontos, indicativa das opções de resposta que variam entre Discordo completamente a Concordo completamente.

QVA: Relativamente a instruções de preenchimento cada participante foi solicitado “ler atentamente cada uma das frases”, indicando a resposta “que melhor exprime o modo como se sente na relação com o(a) seu(sua) namorado(a)”. A escala de resposta foi construída num Likert de seis pontos (de Discordo completamente a Concordo completamente), e porque se trata de avaliar idades onde as realidades amorosas têm pouca permanência temporal, mas onde as distinções efectuadas pelos jovens remetem para uma nomenclatura clara, foi ainda solicitado que “identifique as respostas que melhor exprimem o modo como se sente na relação com o(a) seu(sua) namorado(a)”, pelo que o questionário se centra numa relação específica, podendo esta ser a actual ou aquela que no passado foi mais duradoira. Caso os participantes não tenham ainda tido uma relação que considerem de namoro, são instruídos a responder “imaginando como gostaria que fosse uma relação com um(uma) namorado(a)”. Por último, é ainda dada a hipótese

aos participantes de responderem ao questionário na ausência de relações de namoro, reportando-se porém a relações em que tenham curtido (Matos et al., 2001, p. 99).

## Apresentação e Análise de Resultados

### Fidelidade dos Instrumentos

A consistência interna dos instrumentos utilizados no presente estudo foi analisada com o coeficiente Alfa de Cronbach. Os valores encontrados para as dimensões da vinculação amorosa (Questionário de Vinculação amorosa, Matos & Costa, 2001) variam entre um mínimo de 0,79 (razoável) e um máximo de 0,90 (excelente).

Tabela 1 – Vinculação amorosa

	Cronbach's Alpha	Nº de itens
Confiança	0,900	13
Dependência	0,822	13
Evitamento	0,791	13
Ambivalência	0,829	13

Os valores encontrados para as dimensões da vinculação aos pais (Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe, Matos & Costa, 2001) variam entre um mínimo de 0,823 (bom) e um máximo de 0,937 (excelente).

Tabela 2 – Vinculação ao pai e à mãe

---

Cronbach's Alpha

---

	V. Mãe	V. Pai	Nº de itens
Inibição da exploração e individualidade	,848	,823	10
Qualidade do laço emocional	,900	,937	10
Ansiedade de separação e dependência	,842	,853	10

### **RELAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO AMOROSA E A VINCULAÇÃO AOS PAIS (PAI E MÃE)**

A análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a dimensão de Inibição da exploração e individualidade relativamente à Mãe apresentou uma correlação positiva com a dependência e ambivalência amorosas e correlação negativa com a confiança no parceiro amoroso; a dimensão da Ansiedade de separação e dependência relativamente à Mãe obteve uma correlação positiva com a dependência amorosa; por fim a dimensão da Qualidade do laço emocional com a Mãe obteve uma correlação positiva com a confiança e negativa com a ambivalência amorosas.

A análise das correlações entre as dimensões da vinculação amorosa evidencia: a dimensão do Evitamento correlaciona-se de forma negativa e moderada com a confiança, negativa e fraca com a dependência e de forma positiva e moderada com a ambivalência; a Dependência, correlaciona-se de forma negativa e fraca com o evitamento; a Confiança, correlaciona-se de forma negativa e moderada com o evitamento e de forma negativa e elevada com a ambivalência e a Ambivalência, correlaciona-se de forma negativa e elevada com a ambivalência e de forma positiva e moderada com o evitamento.

A análise das correlações entre as dimensões da vinculação à mãe evidencia que Ansiedade de separação e dependência à mãe apresenta uma correlação positiva e fraca com a qualidade do laço

emocional à mãe, ao passo que a Inibição de exploração e individualidade relativamente à mãe obteve uma correlação negativa e moderada com a qualidade do laço emocional à mãe.

Tabela 4 Vinculação amorosa e vinculação à mãe

	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência	Inibição e	Ansiedade
					Mãe	Mãe
Dependência	,08					
Evitamento	-,54**	-,27*				
Ambivalência	-,73**	,09	,37**			
Inibição Mãe	-,21*	,29**	,19	,26*		
Ansiedade Mãe	,01	,32**	,05	-,02	-,01	
Qualidade Mãe	,27**	-,17	-,14	-,37**	-,41**	,38**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

A análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação ao pai evidenciou as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à exploração e individualidade relativamente ao Pai apresentou uma correlação positiva com a dependência ao parceiro amoroso, a Ansiedade de separação relativamente ao Pai obteve uma correlação positiva com a dependência amorosa e a Qualidade do laço emocional ao Pai evidenciou uma correlação negativa com o evitamento ao parceiro amoroso.

A análise das correlações entre as dimensões da vinculação amorosa evidencia: o **Evitamento** correlaciona-se de forma negativa e moderada com a confiança, negativa e fraca com a dependência e de forma positiva e fraca com a ambivalência; a **Dependência**, correlaciona-se de forma negativa e fraca com o evitamento; a **Confiança**, correlaciona-se de forma negativa e moderada com o evitamento e de forma negativa e elevada com a ambivalência e a **Ambivalência**, correlaciona-se de forma negativa e elevada com a ambivalência e de forma positiva e fraca com o evitamento.

A análise das correlações entre as dimensões da vinculação ao pai evidencia: a Ansiedade de separação e dependência ao pai obteve uma correlação positiva e moderada com a qualidade do laço emocional ao pai.

Tabela 5 – Vinculação amorosa e vinculação ao pai

	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência	Inibição Pai	Ansiedade Pai
Dependência	,08					
Evitamento	-,54**	-,27				
Ambivalência	-,73**	,09	,37**			
Inibição Pai	-,11	,25*	,13	,14		
Ansiedade Pai	-,03	,28**	,03	-,01	,12	
Qualidade Pai	,12	-,03	-,22*	-,17	-,06	,46**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

## **RELAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO AO PAI E A VINCULAÇÃO À MÃE**

A análise das correlações entre a vinculação ao pai e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à exploração e individualidade relativamente à Mãe obteve uma correlação negativa com qualidade da vinculação do laço emocional à mãe e ao pai e correlação positiva com a inibição à exploração e individualidade relativamente ao pai; a Ansiedade de separação e dependência à Mãe apresentou uma correlação positiva com qualidade do laço emocional à mãe e ansiedade de separação e dependência ao pai; a Qualidade do laço emocional à Mãe obteve uma correlação negativa com inibição à exploração e individualidade relativamente ao pai e correlação positiva com ansiedade de separação e qualidade da vinculação ao pai.

Por sua vez, a Inibição à exploração e individualidade relativamente ao Pai apresentou uma correlação negativa com qualidade da vinculação à mãe e positiva com inibição da exploração e individualidade relativamente à mãe; a Ansiedade de separação e dependência ao Pai obteve correlações positivas com ansiedade de separação e dependência à mãe e com a qualidade da vinculação ao pai e à mãe e a Qualidade da vinculação a Pai evidenciou uma correlação negativa com inibição à exploração e individualidade relativamente à mãe e correlações positivas com a ansiedade de separação e dependência à mãe e ao pai e com a qualidade da vinculação à mãe.

Tabela 6 – Vinculação ao pai e à mãe.

	Inibição Ansiedade		Qualidade Inibição		Ansiedade
	Mãe	Mãe	Mãe	Pai	Pai
Ansiedade Mãe	-,01				
Qualidade Mãe	-,41**	,37**			
Inibição Pai	,69**	,01	-,30**		
Ansiedade Pai	-,04	,91**	,34**	,11	
Qualidade Pai	-,24*	,23*	,59**	-,08	,46**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

## RELAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO AO PAI E A VINCULAÇÃO À MÃE EM FUNÇÃO DO GÊNERO

### FEMININO

Na amostra do gênero feminino a análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à exploração e individualidade relativamente à Mãe obteve uma correlação positiva com a dependência.

Tabela 7- vinculação amorosa e vinculação à mãe.

	Depen	Evita	Ambi	Inibição e	Ansiedad	
	dência	mento	valência	Mãe	Mãe	
	Confiança					
Dependência	,14					
Evitamento	-,52**	-,26				
Ambivalência	-,69**	,01	,31*			
Inibição Mãe	-,19	,31*	,12	,24		
Ansiedade Mãe	,01	,27	-,04	-,14	,01	
Qualidade Mãe	,15	-,21	-,20	-,24	-,57**	,39**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

Na amostra do gênero feminino a análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação ao pai evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: **Inibição à** exploração e individualidade relativamente ao Pai apresentou uma correlação positiva com a dependência, ao passo que a Qualidade do laço emocional ao Pai obteve uma correlação positiva com a ansiedade de separação e dependência ao pai.

Tabela 8 – Vinculação amorosa e vinculação ao pai.

	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência	Inibição Pai	Ansiedade Pai
Dependência	,14					
Evitamento	-,52**	-,26				
Ambivalência	-,69**	,01	,31*			
Inibição Pai	-,22	,29*	,19	,17		
Ansiedade Pai	-,09	,19	,02	-,15	-,01	
Qualidade Pai	-,03	-,08	-,19	-,08	-,28	,59**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

A análise das correlações entre a vinculação ao pai e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à exploração e individualidade relativamente à Mãe obteve uma correlação negativa com qualidade da vinculação à mãe e qualidade da vinculação ao pai e correlação positiva com inibição à exploração e individualidade ao pai; a Ansiedade de separação e dependência à Mãe apresentou uma correlação positiva com qualidade da vinculação à mãe e ansiedade de separação e dependência ao pai e qualidade da vinculação ao pai; por sua vez a **Qualidade da vinculação à Mãe** obteve uma correlação negativa com a inibição de exploração e individualidade relativamente ao pai e correlação positiva com a ansiedade de separação e dependência e a qualidade da vinculação ao pai.

A Inibição de exploração e individualidade relativamente ao Pai obteve uma correlação negativa com qualidade da vinculação à mãe e positiva com inibição à exploração e individualidade relativamente à mãe; a Ansiedade de separação e dependência ao Pai apresentou correlações positivas com a ansiedade de separação à mãe e qualidade da vinculação à mãe; ao passo que a Qualidade da vinculação a Pai obteve uma correlação negativa com inibição à exploração relativamente à mãe e correlações positivas com ansiedade de separação e qualidade do laço emocional à mãe e ansiedade de separação ao pai.

Tabela 9 – Vinculação ao pai e à mãe

	Inibição Mãe	Ansiedade Mãe	Qualidade Mãe	Inibição Pai	Ansiedade Pai
Ansiedade Mãe	,01				
Qualidade Mãe	-,57**	,39**			
Inibição Pai	,64**	-,09	-,48**		
Ansiedade Pai	-,05	,92**	,38**	-,01	
Qualidade Pai	-,35*	,46**	,71**	-,28	,59**

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

## MASCULINO

Na amostra do género masculino a análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à

exploração e individualidade relativamente à Mãe apresentou uma correlação negativa com a confiança e positiva com o evitamento amorosos; a Ansiedade de separação e dependência à Mãe apresentou uma correlação positiva com a dependência amorosa; ao passo que a Qualidade da vinculação à Mãe evidenciou uma correlação positiva com a confiança e negativa com a ambivalência amorosas.

Tabela 10 – Vinculação amorosa e vinculação à mãe

	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência	Inibição e Mãe	Ansiedade Mãe
Dependência	,01					
Evitamento	-,55**	-,27				
Ambivalência	-,85**	,14	,45**			
Inibição Mãe	-,29*	,24	,29*	,24		
Ansiedade Mãe	-,02	,39**	,11	,05	-,04	
Qualidade Mãe	,39**	-,08	-,11	-,49**	-,21	,37*

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

Na amostra do género masculino a análise das correlações entre a vinculação amorosa e a vinculação ao pai evidenciou que a Ansiedade de separação e dependência ao Pai obteve uma correlação positiva significativa com a dependência amorosa.

Tabela 11 – Vinculação amorosa e vinculação ao pai

	Confiança	Dependência	Evitamento	Ambivalência	Inibição Pai	Ansiedade Pai
Dependência	,01					
Evitamento	-,55**	-,27				
Ambivalência	-,85**	,15	,46**			
Inibição Pai	-,06	,18	,13	,06		
Ansiedade Pai	,01	,38**	,05	,08	,20	
Qualidade Pai	,26	,03	-,25	-,25	,13	,33*

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

A análise das correlações entre a vinculação ao pai e a vinculação à mãe evidencia as seguintes associações estatisticamente significativas: a Inibição à exploração e individualidade relativamente à Mãe apresentou uma correlação negativa com a inibição à exploração e individualidade relativamente ao pai; a Ansiedade de separação e dependência à Mãe obteve uma correlação positiva com qualidade da vinculação à mãe e ansiedade de separação e dependência ao pai; a Qualidade da vinculação à Mãe correlacionou-se positivamente com a inibição à exploração, ansiedade de separação e qualidade de vinculação ao pai e ansiedade de separação e dependência à mãe.

Por sua vez, a Inibição da exploração e individualidade relativamente ao Pai apresentou uma correlação negativa com inibição à exploração relativamente à mãe; a Ansiedade de separação e dependência ao Pai obteve correlações positivas com a ansiedade de separação à mãe e a qualidade da vinculação ao pai e a Qualidade da vinculação a Pai apresentou correlações positivas com a qualidade da vinculação à mãe e ansiedade de separação ao pai.

Tabela 12 – Vinculação ao pai e à mãe

	Inibição Mãe	Ansiedade Mãe	Qualidade Mãe	Inibição Pai	Ansiedade Pai
Ansiedade Mãe	-,04				
Qualidade Mãe	-,21	,37*			
Inibição Pai	,75**	,08	-,11		
Ansiedade Pai	-,06	,90**	,30*	,20	
Qualidade Pai	-,12	,05	,46**	,13	,33*

\*\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,01$

\* Correlação significativa para um nível  $\leq 0,05$

### **Género e Vinculação Amorosa**

Encontrámos a seguintes tendências estatisticamente significativas:

Tabela 13 – Anova One-Way

	Feminino		Masculino		Sig.
	M	DP	M	DP	
Confiança	5,24	0,65	5,06	0,71	,204
Dependência	3,53	0,82	3,44	0,69	,586
Evitamento	2,00	0,49	2,13	0,62	,305
Ambivalência	2,65	0,68	2,38	0,76	,082 *

\*  $p \leq 0,10$

A Ambivalência,  $F(1, 90) = 3,092$ ,  $p=0,082$ , obteve valores mais elevados nas mulheres do que nos homens (2,65 versus 2,38).

Relativamente às restantes dimensões, as mulheres obtêm valores mais elevados em confiança e dependência e mais baixos em evitamento, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas.

### **Género e Vinculação à Mãe**

As mulheres obtêm valores mais elevados em inibição á exploração e ansiedade de separação e mais baixos na qualidade de vinculação, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas.

### **Género e Vinculação ao Pai**

Encontrámos a seguinte tendências:

Tabela 15 – Anova One-Way

	Feminino		Masculino		Sig.
	M	DP	M	DP	
Inibição Pai	2,63	0,85	2,31	0,83	,070 *
Qualidade Pai	4,77	1,10	4,82	1,08	,813
Ansiedade Pai	2,99	0,93	2,85	0,99	,471

\*  $p \leq 0,10$

A Inibição à exploração e individualidade,  $F(1, 90) = 3,363$ ,  $p=0,070$ , obteve valores mais elevados nas mulheres do que nos homens (2,63 versus 2,31).

Relativamente às restantes dimensões, as mulheres obtêm valores mais elevados em ansiedade de separação e mais baixos em qualidade do laço emocional, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas.

### **Vinculação Amorosa**

Foi efectuada uma análise de agrupamentos (clusters) para identificar o tipo de vinculação (segura ou insegura) de cada participante. Especificamente, foi utilizado um método combinatório. Os centróides iniciais foram obtidos com base no método hierárquico (Ward's method e Square Euclidean Distance) que subsequentemente serviram de base, através do método não-hierárquico (K-Means Cluster Analysis), ao apuramento dos centróides finais para os dois grupos. Posteriormente, e através do teste de Qui-Quadrado, verificou-se que a proporção de casais com o mesmo tipo de vinculação é superior aos valores esperados pelo acaso (teste exacto de Fisher,  $p < 0,05$ ). Aceita-se, portanto, que há uma associação significativa entre a vinculação amorosa feminina e masculina no casal.

Tabela – Vinculação amorosa feminina e masculina

		V masc		Total
V fem		Seguros	Inseguros	
Seguros	Freq. observada	29	9	38
	Freq. esperada	25,6	12,4	38,0
Inseguros	Freq. observada	2	6	8
	Freq. esperada	5,4	2,6	8,0
Total	Freq. observada	31	15	46
	Freq. esperada	31,0	15,0	46,0

### Vinculação Amorosa e Vinculação aos Pais

#### Vinculação à Mãe

Encontrámos a seguinte diferença estatisticamente significativa:

Tabela – Anova One-Way

	Seguros		Inseguros		Sig.
	M	DP	M	DP	
Inibição Mãe	2,63	0,97	2,76	0,73	0,557
Qualidade Mãe	5,32	0,7	4,85	0,89	0,011 *
Ansiedade Mãe	3,13	0,95	3,00	0,96	0,581

Qualidade da vinculação à Mãe,  $F(1, 90) = 6,693$ ,  $p < 0,05$ , os casais com vinculação amorosa de tipo seguro obtêm valores significativamente mais elevados do que os casais de vinculação amorosa de tipo inseguro (5,32 vs 4,85).

### Vinculação ao Pai

Encontrámos a seguinte diferença estatisticamente significativa:

Tabela – Anova One-Way

	Seguros		Inseguros		Sig.
	M	DP	M	DP	
Inibição Pai	2,49	0,86	2,42	0,86	0,733
Qualidade Pai	4,93	1,08	4,41	1,04	0,047 *
Ansiedade Pai	2,96	0,97	2,81	0,95	0,515

Qualidade da vinculação ao Pai,  $F(1, 90) = 4,058$ ,  $p < 0,05$ , os casais com vinculação amorosa de tipo seguro obtêm valores significativamente mais elevados do que os casais de vinculação amorosa de tipo inseguro (4,93 vs 4,41).

## Discussão

O objectivo deste estudo baseou-se em investigar a vinculação amorosa em casais jovens adultos dos 20 aos 30 anos, de forma a ver as suas correlações dentro do casal e com a vinculação aos pais do sexo oposto e do mesmo sexo. Foram vários os resultados obtidos como vimos anteriormente, de maneira a determinar estas correlações.

Tal como foi analisado, é visível uma ligação entre a relação precoce com os pais com a relação amorosa, conforme os estudos anteriores também apontaram (Conger et al, 2000; Feeney et Collins, 2004; Feeney et Trush, 2010; Matos, 2002; Levy, Shaver e Blatt, 1998). Verificou-se de facto uma correlação positiva entre a inibição à exploração relativamente à mãe e a dependência e ambivalência amorosas e entre a ansiedade de separação e dependência e a dependência amorosa; relativamente ao pai, também a inibição à exploração e a ansiedade de separação e dependência esteve correlacionada positivamente com a dependência amorosa. Isto quer dizer que quanto mais os jovens adultos forem ansiosos e inibidos relativamente aos seus pais, mais dependentes serão dos seus namorados (as) e adicionalmente quanto mais inibidos forem quanto às suas mães, mais ambivalentes serão quanto aos seus parceiros amorosos. Esta conclusão vai de encontro com o já verificado nos estudos anteriores (Matos et al, 2002; Fraley e Shaver, 2000; Hazan e Shaver, 1987, 1994).

Quanto à distribuição de géneros nos tipos de vinculação e conforme estudos anteriores, as mulheres são mais ambivalentes do que os homens, mais dependentes, ao passo que os homens mais evitantes (Levy, Shaver e Blatt, 1998; Hazan & Shaver, 1994).

Observou-se que os casais tendem a ter o mesmo tipo de vinculação, o que está de acordo com os estudos anteriores. Com efeito, os sujeitos tendem a ter relações com pessoas, cujas crenças e sentimentos são idênticos quanto à proximidade aos outros, intimidade e dependência dos outros. Os sujeitos ansiosos tendem por isso a procurar parceiros que se sentissem desconfortáveis quanto à proximidade emocional, de forma a confirmar as expectativas e crenças próprias. Desta forma, os indivíduos escolhem os seus ambientes sociais de maneira a confirmarem os seus modelos internos e manterem os seus padrões vinculativos ao longo da vida (Collins & Read, 1990). Não nos foi possível no presente estudo verificar a combinação típica do estilo ansioso com o evitante, tal como verificado no estudo de Kirkpatrick e Davis (1994),

Simpson (1990) e Feeney (2010), dado que a análise de clusters não o permitiu. Contudo, verifica-se que de facto as combinações existentes assentam nos mesmos estilos seguro ou inseguro, pelo que os estilos ansioso e evitante (vinculação insegura) é uma das combinações verificadas.

Através da análise de clusters foi dividida a amostra em seguros e inseguros, de maneira a categorizar os tipos de vinculação e chegar a conclusões. Dado que esta categorização não se estendeu aos quatro tipos (seguro, preocupado, amedrontado e desligado), este aspecto pode ser apontado como uma limitação do estudo, que devido à dimensão da amostra não permitiu análises mais alargadas. Outra limitação que se pode apontar e que serve como directriz para estudos futuros, é a necessidade e importância de estudos longitudinais que investiguem a influência de experiências ao longo dos anos, como as amizades e acontecimentos marcantes, na vinculação amorosa, que a par das experiências precoces com os pais, influenciem as interações amorosas, tal como foi investigado e estudado em vários estudos referidos na revisão literária (Kirkpatrick e Hazan, 1994; Waters et al, 2000; Crowell et al, 2002; Steinberg, Davila e Fincham, 2006; Simpson et al, 2007; Dinero et al, 2007; Davila et Kashy, 2009).

Para ultrapassar estas limitações, existem outros instrumentos que medem os aspectos relacionais dentro da vinculação amorosa, que podem ajudar a avaliar este tipo de vinculação, como por exemplo o sistema de “scoring” de base segura. Este instrumento relaciona-se com a alegria e o comportamento agressivo dentro do casal na resolução de problemas e é útil no estudo das relações próximas, oferecendo informações para além dos aspectos comunicacionais/emocionais e das medidas de representação vinculativa geral, como o AAI (Adult Attachment Interview). Neste sentido, é importante distinguir representação de vinculação, medida pela AAI, de origem mais precoce e relação de vinculação, que pode ser alterada consoante as experiências relacionais ou maritais, medida pelo sistema de scoring de base segura. É neste sentido que as investigações longitudinais fazem todo o sentido nesta temática. Dado que quer as experiências e oportunidades, quer a distância física e psicológica dos pais potenciam mudanças na conceptualização das relações de vinculação da infância, é importante haver instrumentos que avaliem essa mudança, tais como o CRI. Este é outro instrumento que avalia os sentimentos, experiências e cognições sobre a vinculação dentro da relação com um determinado parceiro.

# **Anexos**

## Referências Bibliográficas

Ainsworth, M. (1979). Infant-mother attachment. *American psychologist*, 34, (10), 932-937;

Ainsworth, M. et Tracy, R. (1981). Maternal affectionate behaviour and infant-mother attachment patterns. *Child development*, 52, 1341-1343;

Ainsworth, M. (1989). Attachment beyond infancy. *American psychologist*, 44, (4), 709-716;

Bowlby, J. (1984). *O apego*, 1. Triologia apego e perda.

Bartholomew, K. et Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61, (2), 226-244;

Bartholomew, K. et Griffin, D. (1994). Models of the self and the other: fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67, (3), 430-445;

Canavarro, C. et all. (2006). A Avaliação da Vinculação do Adulto: uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população Portuguesa. *Psicologia*, 20, (1);

Collins & Read (1990). Adult Attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and social psychology*, 58, (4), 644-663;

Crowell et al (2002). Stability of Attachment Representations: The Transition to Marriage, *Developmental Psychology*, 38, 467-479;

Crowell et al (2002). Secure Base Behaviour in Adulthood: Measurement, Links to Adult Attachment Representations, and Relations to Couples' Communication Skills and Self-reports. *Developmental Psychology*;

Crowell, J. & Waters, E. (1994). Bowlby's theory grown up: the role of attachment in adult love relationships, 5, (1)

Dinero, R. et al (2008). Influence of family of origin and adult romantic partners on romantic attachment security. *Journal of family psychology*, 22, (3), 622-632;

Feeney, J. (1999). Adult romantic attachment and couple relationship. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. Cassidy, Jude (Ed.); Shaver, Phillip R. (Ed.); New York, NY, US: Guilford Press, pp. 355-377;

Feeney, B. et Collins, N. (2004). Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence From Experimental and Observational Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, (3), 363–383;

Feeney, B. et Trush, R. (2010). Relationship Influences on Exploration in Adulthood: The Characteristics and Function of a Secure Base. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, (1), 57–76;

Fraley & Shaver (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, (2), 132-154;

Guedeney, N. & A.(2004). Conceitos-chave da Teoria da Vinculação. *Vinculação: conceitos e aplicações*. 1ª edição, Climepsi. Lisboa;

Hazan, C. & Shaver, P. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychology Inquiry*, 5, (1), 1-22;

Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52, (3), 511-524;

Kirkpatrick, L. et Davis, K. (1994). Style, Gender, and Relationship Stability: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, (3), 502-512

Levy, K. et all (1998). Attachment styles and parental representations. *Journal of personality and social psychology*, 74, (2), 407-419;

Lima, V. et all (2006). Vinculação em casais: avaliação da representação da intimidade e da interação conjugal. *Revista da Associação Portuguesa Psicologia*, 20, (1), 51-63;

Mena, P. et Costa, E. (2006). Vinculação aos pais e ao par romântico em adolescentes. *Revista da Associação Portuguesa Psicologia*, 20, (1), 97-126;

Miljkovitch, R. (2004). A Vinculação ao nível das Representações. Em: Guedeney, N. & A. (Eds), *Vinculação: conceitos e aplicações*. 1ª edição, Climepsi. Lisboa;

Mintz, A.S., (2004). Vinculação, Casal e Família. Em: Guedeney, N. & A. (Eds), *Vinculação: conceitos e aplicações*. 1ª edição, Climepsi. Lisboa;

Moreira, J. (2006). Será o estilo de vinculação específico para cada relação? Um estudo utilizando a teoria da generalizabilidade. *Revista da Associação Portuguesa Psicologia*, 20, (1), 127-154.

Moreira, J. et all (2006). “Experiências em relações próximas”, um questionário de avaliação das dimensões básicas dos estilos de vinculação nos adultos: tradução e validação para a população. *Laboratório de psicologia*, 4, (1), 3-27;

Simpson, J. et al (2007). Working Models of Attachment and Reactions to Different Forms of Caregiving From Romantic Partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, (3), 466–477

Simpson, J. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of personality and social psychology*, 59, (5), 971-980;

Veríssimo, M. et al (2005). Coordenação entre o modelo dinâmico interno da mãe e o comportamento de base segura dos seus filhos. *Análise psicológica*, 2, (XXIII), 85-95;

Waters, E. et Cummings, M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child development*, 71, (1), 164-172;

Waters, E. et al (2000). Stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: a general introduction. *Child development*, 71, (3), 678-683;

Waters, E. et al (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. *Child development*, 71, (3), 684-689;

Waters, E. et al (2002). Stability of Attachment Representations: The Transition to Marriage. *Developmental Psychology*, 38, (4), 467–479;

Waters, E. et al (2004). When “New” Meets “Old”: Configurations of Adult Attachment Representations and Their Implications for Marital Functioning. *Developmental Psychology*, 40, (2), 295–314;

Weiss, R. (1994). Is the attachment system of adults a development of Bowlby’s attachment system of childhood? *Psychological Inquiry*, 1994, 5, (1)