



UC/FPCE\_2018

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto:  
Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-  
Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade**

Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues  
(e-mail: [sabryfig@hotmail.com](mailto:sabryfig@hotmail.com))

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento  
e Aconselhamento sob a orientação do Professor Doutor Joaquim  
Armando Ferreira e da Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias

*"Happiness and misery depend as much on  
temperament as on fortune"*

*La Rochefoucauld, 1640*

## **Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade**

### **Resumo**

O Desenvolvimento é um conceito multidimensional, contínuo no tempo e, mencionar desenvolvimento implica dizer que se trata de um processo de mudanças onde as nossas influências desenvolvimentais e comportamentais dependem de vários fatores. Esses fatores, como a hereditariedade, meio ambiente, estado económico, cultura, etnia e contexto histórico caracterizam as nossas diferenças individuais, mas as nossas experiências precoces são a chave para o estabelecimento de relações de vinculação e o ponto inicial do nosso entendimento de como as experiências e memórias de infância podem afetar o nosso Bem-estar na vida adulta.

Deste modo, a presente investigação propôs-se a estudar e analisar como a vinculação na infância e as memórias de experiências associadas a esse período influenciam o desenvolvimento emocional e o Bem-Estar na vida adulta, destacando os conceitos de Vinculação Adulta, Memórias e experiências de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade. No âmbito da pesquisa é ainda destacada a análise da relação entre alguns dos seis conceitos, tal como o efeito preditor destes relativo aos outros.

Os instrumentos utilizados para a recolha de dados numa amostra de 113 sujeitos (86 do sexo feminino e 27 do sexo masculino) foram os seguintes: Questionário Sociodemográfico; Escala de Satisfação com a Vida (SWLS); Memórias de Infância (EMBU); Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS); Escala da Vinculação do Adulto (EVA) e por último, Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21). Os resultados indicaram associações significativas (fortes, moderadas e baixas) entre a Satisfação com a Vida, Memórias de experiências educativas na Infância, tal como o Suporte Emocional Paterno e Materno, e associações de Bem-Estar Subjetivo ao Conforto com a Proximidade. Foram comprovadas igualmente associações negativas entre a Satisfação com a Vida, Afeto Positivo e Negativo com a Vinculação no Adulto, de acordo com o Conforto com a Proximidade, a Ansiedade experimentada pelo receio de abandono, tal como na qualidade de medida de saúde mental em adição ao Stress. Estes últimos constructos (Stress e Ansiedade), predizem 67% do Afeto Negativo da amostra, com o Stress a manter a posição de preditor com mais peso de uma das dimensões principais do Bem-Estar Subjetivo. A Depressão associada à Rejeição Paterna prediz 28% do Afeto Positivo, da mesma forma que a Satisfação com a Vida é prevista pela Depressão em 40%.

**Palavras-chave:** Vinculação na Infância, Vinculação no Adulto, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.

## **Childhood Attachment and Adult Development: The Study of the relationship between Childhood Memories, Subjective Well-Being, Depression, Stress and Anxiety**

### **Abstract**

Development is a multidimensional concept, continuous in time, implying an evolutionary process where our developmental and behavioral influences depend on several factors. These factors, such as heredity, environment, economic status, culture, ethnicity, and historical context, characterize our individual differences.

Our early experiences are the key to establishing attachment relationships and are a starting point to our understanding of how childhood experiences and memories can affect our Subjective Well-being as an adult.

Thus, the present study aims to analyze how childhood attachment and memories of experiences influence emotional development and adult well-being, highlighting the concepts of Adult Attachment, Memories and Childhood experiences, Subjective Well-Being, Depression, Stress and Anxiety. In the scope of the research, the analysis of the relationship between several of the six concepts, as well as the predictive effect of these relative to one another are highlighted.

The measures used to collect data on the sample of 113 subjects (86 females and 27 males) were the following: Sociodemographic Questionnaire; Life Satisfaction Scale (SWLS); Childhood Memories (EMBU); Positive and Negative Affects Scale (PANAS); Adult Attachment Scale (EVA) and, lastly, Anxiety, Depression and Stress Scales (EADS-21).

The results indicated significant associations (strong, moderate and low) between Satisfaction with Life, Memories of educational experiences in early Childhood, such as Paternal and Maternal Emotional Support and associations of Subjective Well-Being to Comfort with Proximity to others. Negative associations were also found between Positive and Negative Affect and Satisfaction with Life with Adult Attachment, according to Comfort with Proximity to others, and Anxiety experienced by fear of abandonment, as well as in the quality of a mental health measure in addition to Stress. These latter constructs (Stress and Anxiety) predict 67% of the Negative Affect of the sample, with Stress maintaining the position of greater predictor of one of the main dimensions of Subjective Well-Being. Depression associated with Paternal Rejection predicts 28% of Positive Affect, just as Satisfaction with Life is predicted by Depression by 40%.

**Key-Words:** Childhood Attachment, Adult Attachment, Childhood Memories, Subjective Well-Being, Depression, Stress and Anxiety

## **Agradecimentos**

A conclusão de uma etapa de vida tão aguardada chegou com a elaboração desta dissertação.

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer aos meus orientadores, Professor Doutor Joaquim Armando e à Professora Doutora Maria da Luz, pelo apoio incansável, partilha de conhecimentos e incentivos à finalização deste trabalho.

Quero agradecer à minha querida Mãe Cecília por ficar sempre orgulhosa do meu trabalho e me incentivar sempre que encontro um obstáculo, lembrando-me das minhas capacidades.

Gostaria de agradecer ao meu Pai Eduardo por se entusiasmar com todos os meus projetos e por me ouvir durante as minhas frustrações, dando-me uma palavra amiga e de apoio quando mais preciso.

Ao meu irmão, Ricardo, por me incentivar a querer ser um motivo de orgulho, dando asas ao meu esforço de modo a concretizar este objetivo por ele.

Quero lembrar com muita saudade a minha mais que tudo Avó Célia, e o meu adorado Avó Amaral por se orgulharem de mim e serem os meus maiores apoiantes, estando felizes por mim, independentemente das minhas falhas. Dedico este esforço a vocês.

Quero especialmente agradecer ao meu marido Dionatan, que testemunhou toda a minha preparação e trabalho com um apoio incondicional e com um ombro de conforto para os momentos que pareciam insolucionáveis.

Gostaria de agradecer também à Ana por me ajudar a manter positiva e lembrar que tudo o que é bom vem com o tempo e tudo o que é importante requer paciência.

Finalmente, quero agradecer à D. Mónica, ao Daniel e ao Mateus, que mesmo do outro lado do Atlântico têm fé que tudo correrá bem e que no final de contas, quem espera sempre alcança.

## Índice

Introdução .....	2
I – Enquadramento conceptual .....	3
1. Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto .....	3
1.1. Vinculação na Infância .....	3
1.2. Vinculação no Adulto .....	6
2. Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade .....	9
2.1. Memórias de Infância e Vinculação .....	9
2.2. Bem-Estar Subjetivo e Vinculação .....	11
2.3. Depressão, Stress, Ansiedade e Vinculação .....	14
II – Objetivos e Hipóteses .....	16
III – Metodologia .....	17
1. Caracterização da Amostra .....	17
1.1. Questionário Sociodemográfico .....	20
1.2. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) .....	21
1.3. Memórias de Infância (EMBU) .....	21
1.4. Escala de Vinculação do Adulto (EVA) .....	22
1.5. Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS) .....	23
1.6. Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) .....	23
2. Procedimentos .....	24
2.1. Procedimentos de Recolha de Dados .....	24
2.2. Procedimentos de Análise de Dados .....	25
IV – Resultados .....	25
1. Análise Descritiva .....	25
2. Análise da Consistência Interna .....	28
3. Análise das Hipóteses em estudo .....	31
V – Discussão .....	41
VI – Conclusões .....	48
Bibliografia .....	51
Anexos .....	63
1. Protocolo de Investigação .....	64
1.1. Consentimento Informado .....	64
1.2. Questionário Sociodemográfico .....	65
1.3. SWLS.....	66
1.4. EMBU .....	67
1.5. EVA .....	69
1.6. PANAS .....	70
1.7. EADS – 21 .....	71

## Índice de Tabelas

Tabela 1: Distribuição dos sujeitos em Função do Sexo .....	17
Tabela 2: Características gerais em relação à Idade da amostra total .....	17
Tabela 3: Análise Descritiva da variável Estado Civil .....	18
Tabela 4: Distribuição dos sujeitos em função das variáveis Habilitações Literárias e Situação Profissional.....	18
Tabela 5: Caracterização do Agregado Familiar da Amostra .....	19
Tabela 6: Caracterização da amostra em função do acompanhamento Psiquiátrico/Psicológico e Medicação .....	20
Tabela 7: Descrição da amostra em função do Abuso de Substâncias .....	20
Tabela 8: Análise Descritiva das Variáveis .....	27
Tabela 9: Consistência Interna da Escala Memórias de Infância .....	28
Tabela 10: Consistência Interna da Escala de Afetividade Positiva e Negativa.....	29
Tabela 11: Consistência Interna da Escala de Satisfação com a Vida .....	29
Tabela 12: Consistência Interna da Escala de Vinculação do Adulto .....	30
Tabela 13: Consistência Interna da Escala de Ansiedade e Stress .....	30
Tabela 14: Matriz de Correlações entre a Escala de Vinculação Adulta e Bem-Estar Subjetivo .....	32
Tabela 15: Matriz de Correlações entre Vinculação Adulta e Memórias de Infância .....	33
Tabela 16: Matriz de Correlações entre Memórias de Infância e Bem-Estar Subjetivo .....	34
Tabela 17: Matriz de Correlações entre Memórias de Infância, Depressão, Stress e Ansiedade .....	35
Tabela 18: Sumário da regressão para a variável dependente Satisfação com a Vida .....	36
Tabela 19: Coeficientes de regressão para a variável dependente Satisfação com a Vida .....	37
Tabela 20: Sumário da regressão para a variável dependente Afeto Positivo .....	38
Tabela 21: Coeficientes de regressão para a variável dependente Afeto Positivo....	39
Tabela 22: Sumário da regressão para a variável dependente Afeto Negativo .....	40
Tabela 23: Coeficientes de regressão para a variável dependente Afeto Negativo....	40

## Introdução

Como se processa o desenvolvimento humano? Sabemos que este é um conceito multidimensional, contínuo no tempo e, mencionar desenvolvimento implica dizer que se trata de um processo de mudanças onde as nossas influências desenvolvimentais e comportamentais dependem de vários fatores (Blumberg, Freeman, & Robinson, 2010).

Esses fatores, como a hereditariedade, meio ambiente, estado económico, cultura, etnia e contexto histórico caracterizam as nossas diferenças individuais que vão aumentando com a idade (Piaget, 1964; Bowlby 1958; Ainsworth 1978; Erikson, Paul, Heider & Gardner 1959; Bandura, 1986, 2002; Ceci & Bronfenbrenner 1985).

Mas será esse desenvolvimento, com componentes hereditárias, cognitivas, emocionais e comportamentais ditado maioritariamente pelo nosso estilo de vinculação na infância? E será esse estilo de vinculação um preditor do nosso Bem-Estar subjetivo, Depressão, Stress ou Ansiedade na fase adulta?

Segundo Erikson (1950), o nosso desenvolvimento está categorizado em estádios com início no nosso nascimento até à velhice. Tudo cresce em função de um plano de base, a partir do qual se adicionam partes formando um todo em funcionamento. Este funcionamento provém de uma interação pessoa-meio (Bronfenbrenner, 1994). O mais importante para o desenvolvimento é o ambiente conforme ele é percebido (Bronfenbrenner, 1994), logo os contextos de desenvolvimento, bem como as relações que o indivíduo estabelece com as pessoas que o constituem, como a dinâmica familiar e a relação com os pais/família, são fatores de desenvolvimento centrais que comportam diferenças individuais para além do fator hereditário (Ceci & Bronfenbrenner, 1985).

As nossas experiências precoces são a chave para o estabelecimento de relações de vinculação (Erikson, 1950) e o ponto inicial do nosso entendimento de como as experiências e memórias de infância podem afetar o nosso Bem-Estar na vida adulta (Bowlby 1958, 1969, 1977, 1988), tal como sentimentos de insegurança baseados em experiências repetidas nas quais o medo e a ansiedade não foram aliviados de modo adequado pelas intervenções de figuras vinculativas (Soares, 2001).

Deste modo, a presente investigação propôs-se a estudar e analisar como a vinculação na infância e as memórias de experiências associadas a esse

período influenciam o desenvolvimento emocional e o Bem-Estar na vida adulta, destacando os conceitos de Vinculação Adulta, Memórias e experiências de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.

No âmbito da pesquisa é ainda destacada a análise da relação entre os seis conceitos, tal como o efeito preditor de alguns deles relativo aos outros.

Relativamente à estrutura, este estudo encontra-se dividido em seis partes.

No primeiro momento será feito o enquadramento teórico-conceitual, onde se apresenta uma revisão da literatura relativamente à Vinculação na Infância e na vida Adulta, tal como a apresentação dos modelos teóricos e as suas relações ao Bem-Estar Subjetivo e à Depressão, Stress e Ansiedade. De seguida são descritos os objetivos desta investigação, tal como as hipóteses em estudo.

A terceira parte visa apresentar a Metodologia da Investigação com a caracterização da amostra e dos instrumentos utilizados, bem como a descrição dos procedimentos de recolha e análise de dados. Na quarta parte serão apresentados os resultados das hipóteses em estudo e, na quinta parte serão discutidos esses mesmos resultados. Na sexta e última parte, as conclusões finais do estudo serão sintetizadas, respetivas implicações teórico-práticas indicadas, aspetos positivos, limitações e algumas linhas de investigação futuras.

## **I – Enquadramento conceptual**

### **1. Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto**

#### **1.1. Vinculação na Infância**

De modo a explicar qual o papel da vinculação em qualquer fase da vida, é necessário mencionar John Bowlby e Mary Ainsworth. Estes foram dois investigadores proeminentes que avançaram a Teoria da Vinculação relativa ao desenvolvimento humano.

O trabalho de John Bowlby e de Mary Ainsworth destaca as diferenças individuais na forma como as pessoas regulam o conflito interior e se relacionam com os outros.

A sua história desenvolvimental começa na década de 1930, com o crescente interesse de Bowlby na ligação entre a perda ou privação materna e

posterior desenvolvimento da personalidade e com o interesse de Ainsworth na teoria da segurança.

As contribuições de John Bowlby para a teoria da formação da vinculação são fortemente influenciadas pela etologia (o estudo científico do comportamento humano e animal), incluindo uma ênfase nas origens evolucionárias e fins biológicos do comportamento. De acordo com Bowlby, as crianças estão biologicamente predispostas a desenvolver uma vinculação aos cuidadores como resultado genético (Bowlby, 1969).

John Bowlby introduziu a ideia de prestador de cuidados como uma “base segura” para a criança, e que essa base segura pode ou não ter sido criada com sucesso durante a infância. Bowlby demonstrou que a acessibilidade das figuras/cuidadores parentais é singularmente capaz de sustentar os sentimentos de segurança das crianças e usou o termo “vinculação” para se referir à ligação relacional responsável (Bowlby, 1969, 1973, 1977).

Bowlby (1980) concebeu a sua teoria da vinculação como forma de explicar o comportamento humano de criar laços, conceitualizando os comportamentos de vinculação e a procura de proximidade como vantajosa de um ponto de vista evolutivo. Quando o bebé sente medo ou perigo, o bebé procura sentir-se próximo do cuidador, que proporciona segurança e conforto. O conforto proporcionado pelo cuidador assegura o bebé que este responderá em momentos de stress e ansiedade. A acumulação de interações e experiências com o cuidador é a base que fornece ao bebé informações que eventualmente serão utilizadas para organizar as expectativas do indivíduo relativo aos outros e compreender as normas de funcionamento do meio que o envolve.

Pensa-se que o vínculo que se desenvolve devido à relação bebé-cuidador forma a base para a dinâmica das relações futuras. Ainsworth descreveu três estilos principais de vinculação: a vinculação segura, vinculação insegura-ambivalente e vinculação insegura-evitante. Mais tarde, os investigadores Main e Solomon (1986) acrescentaram um quarto estilo de vinculação chamada vinculação insegura-desorganizada baseada nos seus estudos.

Estes estilos de vinculação não só descrevem os padrões de comportamento de um indivíduo, como também representam a organização das expectativas em relação aos outros na resposta à procura de conforto ou de uma garantia.

Os bebês que têm uma vinculação segura utilizam o seu cuidador como base segura aquando da exploração de novos meios; esses bebês procuram o contacto e são reconfortados pelos cuidadores após uma separação; os bebês descritos como inseguros-ambivalentes têm dificuldade em utilizar o cuidador como base segura; estas crianças procuram, e depois resistem, o contacto com o cuidador após a separação. Em seguida, as crianças com um estilo de vinculação insegura-evitante não apresentam angústia na separação e não procuram o contacto após o regresso do cuidador. E, finalmente, os bebês com um estilo de vinculação insegura/desorganizada geralmente exibem uma combinação de comportamentos inconsistentes e contraditórios, estando desorientados, atordoados ou confusos. As crianças podem tanto evitar como resistir aos pais. Certos investigadores acreditam que a falta de um padrão claro de vinculação está provavelmente relacionada a comportamentos inconsistentes dos cuidadores. Em tais casos, os pais podem servir tanto como fonte de conforto como de medo, levando a um comportamento desorganizado.

As medidas tradicionais de vinculação (ex., Hazan & Shaver, 1987) normalmente avaliam a vinculação com base nestes quatro estilos vinculativos. No entanto, desenvolvimentos mais recentes na área da avaliação da vinculação indicam que a vinculação é concetualizada de melhor forma ao utilizar duas dimensões (Mikulincer & Shaver, 2007).

Na sua análise fatorial de grande escala de todas as medidas de autoavaliação conhecidas, Brennan, Clark e Shaver (1998) encontraram que os itens nessas escalas enfatizavam dois fatores: a ansiedade e o evitamento.

Indivíduos descritos como ansiosos são caracterizados pela ansiedade e medo de rejeição, enquanto indivíduos descritos como evitantes são caracterizados pelo desconforto com a proximidade. Assim, o estilo vinculativo de um indivíduo pode ser descrito como pertencente à dimensão ansiosa (ansiedade baixa ou elevada) e à dimensão evitante (evitamento baixo ou elevado) num espaço bidimensional.

Embora influências situacionais e novas experiências interpessoais possam afetar a segurança vinculativa a diversos níveis, resultados sugerem que há um nível moderado de estabilidade na segurança vinculativa nos relacionamentos ao longo do tempo. Um estudo longitudinal com a duração de doze anos demonstrou que o estilo de vinculação infantil predizia significativamente o estilo de vinculação na adolescência (Hamilton, 2000).

Dito isto, a teoria da vinculação descreve a dinâmica das relações a longo prazo entre seres humanos e o desenvolvimento da vinculação entre pais e filhos como um processo complexo que leva a uma vinculação cada vez mais profunda à medida que a criança envelhece. A vinculação no bebê é principalmente um processo de procura de proximidade a uma “base segura” identificada em situações de stress ou alarme percebido com o objetivo de sobreviver. Por outras palavras, o bebê desenvolve uma vinculação aos seus cuidadores - dos quais são dependentes - como um meio de sobrevivência. Essa vinculação (ou falta desta) tem implicações para toda a vida à medida que a criança atinge a idade adulta, como nas relações futuras e no bem-estar percebido.

## 1.2. Vinculação no Adulto

Parece que, uma vez que atingimos a idade adulta, as nossas habilidades para a solução de problemas muda, ao tentar resolver algum problema ou conflito, temos uma tendência a analisar várias áreas das nossas vidas de uma forma aprofundada, tal como relações afetivas, o nosso trabalho e política (Labouvie-Vief & Diehl, 1999). Devido a essa habilidade, adultos têm a capacidade de utilizar e aproveitar experiências passadas na ajuda da resolução de novos conflitos.

De acordo com a perspectiva psicossocial de Erikson (1963), o nosso desenvolvimento é descrito ao longo da vida por conflitos a serem resolvidos e, e a sua resolução, leva-nos a um novo estágio na vida. As experiências passadas do indivíduo são significativas para o seu futuro e, existe uma continuidade no desenvolvimento, refletido por estádios de crescimento, onde o estágio anterior influencia o próximo. Estas incluem os nossos estilos vinculativos na infância e como estes se traduzem na criação de novos laços emocionais ou no evitamento da proximidade na vida adulta.

A teoria da vinculação (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1969, 1973, 1982, 1988; Cassidy & Shaver, 1999; Mikulincer & Shaver, 2000) foi originalmente desenvolvida para explicar os laços entre os bebês e os seus cuidadores. É um modo através do qual os indivíduos visualizam, interpretam e internalizam as interações sociais. Os adultos podem reconhecer, por exemplo, que o que parece ser uma solução ideal para um desentendimento com um colega de trabalho pode não ser a melhor solução

para um desentendimento com um parceiro romântico.

A consistência e a qualidade do conforto dado pelas figuras vinculativas são de extrema importância e moldam o nível de conforto e bem-estar que os bebês têm com os outros, bem como sua capacidade de confiar nos outros e exploração do meio. A teoria e investigações nos últimos vinte e cinco anos demonstraram que os processos de vinculação semelhantes aos observados nas crianças e nos seus cuidadores também ocorrem nos estádios da vida adulta, especificamente nas relações pessoais românticas (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer & Shaver, 2007; Pietromonaco & Beck, 2015).

Embora os processos sejam equiparáveis, não são idênticos e, em vez de alertas não-verbais de desconforto utilizado por bebês, os adultos são capazes de expressar e reagir ao seu próprio conflito de uma forma mais específica. Neste sentido, a teoria da vinculação explica a necessidade de procurar conforto e segurança num parceiro em momentos de conflito e stress.

A Teoria da Vinculação tem a sua aplicação às relações íntimas adultas, com base no efeito contínuo dos estilos vinculativos presente nos laços afetivos e comportamentos nas relações próximas.

Na idade adulta, Hazan e Shaver (1987) expandiram a teoria para abranger a vinculação adulta, que se supõe ser baseada nas experiências com figuras primárias de vinculação (ex., pais).

A vinculação no adulto pode se explicar como sendo:

“Uma tendência estável do indivíduo para manter a proximidade e o contacto com uma ou algumas figuras específicas, percecionadas como potenciais fontes de segurança física e/ou psicológica” (cit in Canavarro, 1999, p. 121).

Embora os estilos de vinculação exibidos na idade adulta não sejam necessariamente os mesmos da infância, estudos indicam que os vínculos no início de vida podem ter um impacto sério nos relacionamentos posteriores. Por exemplo, aqueles que tiveram uma vinculação segura na infância tendem a ter uma autoestima elevada, relações românticas e afetivas mais fortes e uma capacidade para a abertura com os outros. Como adultos, estes indivíduos tendem a manter relações saudáveis, felizes e duradouras. Esta é uma medida de Bem-Estar Subjetivo.

No entanto, a incapacidade de formar vínculos seguros no início da vida pode ter um impacto negativo sobre o comportamento nas crianças e ao longo da vida adulta. As crianças diagnosticadas com Perturbação de Oposição ou Desafio ou Perturbação de Stress Pós-Traumático, apresentam com frequência problemas vinculativos, possivelmente devido a maus tratos, negligência ou trauma (Alston, 2007).

Os estilos de vinculação adulta são também caracterizados pelas duas dimensões relativamente independentes, o evitamento e ansiedade (Fraley & Shaver, 2000). O evitamento de vínculo, refletido pelo desconforto com a proximidade e intimidade (Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Fraley, Davis, & Shaver, 1998; Fraley & Shaver, 1997), refere-se a autorregulação baixa, tentativas de desativar ou inibir a ativação do sistema vinculativo (Edelstein & Shaver, 2004). As diferenças individuais na vinculação nos adultos têm sido associadas aos comportamentos parentais, como por exemplo, o evitamento e a ansiedade elevada estão relacionados a modelos parentais e relações pai-filho negativas (ex., práticas disciplinares mais rígidas, relações mais frias com as crianças) (Rholes, Simpson & Blakely, 1995; Rholes, Simpson, Blakely, Lanigan & Allen, 1997).

Um indivíduo pode ter apenas um estilo vinculativo das duas dimensões ou ambos. Semelhante aos bebés, quando os adultos têm uma experiência de conforto constante e eficiente com um parceiro, estes desenvolvem um sentido de confiança nos outros e estão dispostos a revelar conflitos pessoais, o que os leva a procurar esse conforto nos outros de forma contínua na eventualidade de situações de stress. Os bebés que têm uma vinculação segura sentem-se mais confortáveis a explorar e a interagir com o seu meio ambiente, enquanto aqueles que apresentam uma vinculação insegura demonstram-se preocupados com a possibilidade dos cuidadores se ausentarem (vinculação ansiosa) ou ambivalentes aos seus cuidadores (vinculação evitante; Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall 1978).

De acordo com a pesquisa sobre a vinculação adulta, os resultados indicam que os adultos e crianças também exibem comportamentos semelhantes durante situações de stress interpessoal (Mikulincer & Shaver, 2007).

## **2. Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade**

### **2.1. Memórias de Infância e Vinculação**

A Teoria da Vinculação está altamente focada no modo como os indivíduos regulam estados emocionais e processam informações afetivas, sugerindo que pode ser útil no entendimento das diferenças individuais das recordações de memórias autobiográficas.

Dada a ênfase mais recente na exploração do método de relacionamento da vinculação ao processamento de informação na vida adulta, muitos investigadores têm examinado a ligação entre a vinculação e memória.

A evocação da memória é um processo ativo que possui uma reconstrução de eventos ocorridos e que se encontram presentes na consciência. (Kensinger, Garoff-Eaton, & Schacter, 2007; Schacter, Gallo, & Kensinger, 2007; Schacter & Wiseman, 2006). E grande parte da investigação sugere que o método de organização e recordação dessa informação por parte do sujeito encontra-se, maioritariamente, ligado aos traços de personalidade associados à regulação afetiva (Mayo, 1989) e ao estilo de vinculação (Bargh, Lombardi, & Higgins, 1988; Rusting, 1998; Sedikides & Skowronski, 1990).

As memórias dos sujeitos dão a conhecer o passado e são um forte contributo para a identidade e coerência nas suas vidas. Integram a personalidade do indivíduo e quem revela melhor as suas memórias, possui melhores capacidades sociais (Peterson & Nguyen, 2010). A investigação nesta área tem apontado para as variáveis sociais como influenciadoras nas memórias dos sujeitos, salientando-se a díade figura parental-criança. Desta díade as duas dimensões mais evidentes são o envolvimento dos pais na vida dos sujeitos e a afetividade dessas mesmas relações (Peterson, Smorti & Tani, 2008).

A noção de parentalidade assenta na visão de uma relação bidirecional entre figuras vinculativas e os filhos, sendo que crianças não podem ser consideradas meros recipientes das atitudes e comportamentos parentais, mas antes meios sociais e emocionais. Uma criança coordena o seu afeto e atenção entre cuidadores/figuras de vinculação, e consideram-se participantes ativos neste processo. A vinculação inclui-se na abordagem ao transmitir o impacto desta relação dual na vida do sujeito, influenciando componentes do estado psicossocial e bem-estar emocional que provêm da responsividade materna,

melhorando a confiança e a segurança do sujeito (Tuttle, Knudson-Martin, & Kim, 2012). Um estudo de Fivush e Vasudeva (2002), onde a maioria das díades figura materna-criança mencionavam a memória de experiências muito positivas, revelou que o estado de vinculação de díades figura materna-criança não tinha uma correlação significativa à sua tendência de partilhar e discutir emoções. Logo, orientações vinculativas demonstram ser mais importantes quando pais e crianças discutem experiências e emoções negativas (Bowlby, 1988).

Os cientistas têm, durante décadas, debatido os mecanismos subjacentes às memórias de experiências na infância consideradas stressantes. Acredita-se que a Teoria da Vinculação oferece uma estrutura explicativa viável para prever diferenças individuais importantes na memória de experiências angustiantes, relativo às que ativam o sistema de vinculação. Quando estamos assustados ou magoados, estamos biologicamente inclinados a procurar entes queridos que nos protejam. As expectativas sobre a possível receção de proteção podem permear a codificação, o armazenamento e/ou a recuperação de memórias de infância stressantes.

Outro estudo realizado por Mikulincer e Orbach (1995) com adultos demonstrou que, quando questionados sobre experiências precoces associadas a certas emoções, como a ansiedade, tristeza ou a felicidade, e solicitados a avaliar como se sentiram no momento do episódio, indivíduos com uma vinculação evitante relataram emoções menos intensas desse episódio ansioso ou triste do que indivíduos com uma vinculação ansiosa. Indivíduos considerados como ansiosos não foram capazes de recalcar o afeto negativo ou inibir a ligação emocional, enquanto pessoas com uma vinculação segura recordaram memórias negativas com facilidade, sem se sentirem dominadas. Isto porque, de uma forma global, as crianças e adolescentes que obtiveram ao longo do seu percurso de vida relações afetivas positivas, com abertura para o diálogo, com as suas figuras de vinculação possuem relacionamentos mais próximos, conseguem recordar facilmente eventos e relações parentais passadas e as suas memórias são ricas em detalhes e referências emocionais. Relativamente aos adultos que integram também este padrão de vinculação, estes manifestam, também, uma maior facilidade ao recordar memórias quando comparados a adultos de uma vinculação evitante, já que estes apresentam uma privação da recordação de memórias emotivas (Peterson & Nguyen, 2010).

No adulto, os conceitos passados são reconstruídos e recordados com

Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.

Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

influência de circunstâncias atuais, mas também com a ajuda da diversidade de eventos que ocorreram ao longo de uma vida.

Como exemplo, referenciando memórias de cuidados parentais, as investigações levadas a cabo por Rothbard e Shaver (1994) apresentam a seguinte visão: a memória materna como uma figura não ansiosa, revelando humor, traduzirá no sujeito adulto uma perspectiva de disponibilidade conjugada com presença de afeto e suporte. Por outro lado, uma visão na infância de uma mãe ansiosa e inquieta tende a uma alienação do sujeito. Deste modo, após a comparação de indivíduos inseguros com seguros, os últimos possuem uma recordação mais positiva das figuras de vinculação na infância e referem, enquanto adultos possuir a mesma condição positiva com as figuras vinculativas.

Podemos concluir que, as informações partilhadas por adultos no que respeita às suas histórias pessoais têm uma componente multifacetada, incluindo memórias percebidas, crenças passadas com atuais e teorias conjugadas com o estado psicológico (Fox, 1995).

A qualidade da relação construída entre pais/figuras vinculativas e filhos será refletida nas memórias autobiográficas dos mesmos e nas medidas de autorregulação e Bem-Estar atual (Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010).

## **2.2. Bem-Estar Subjetivo e Vinculação**

O Bem-Estar Subjetivo é complexo na sua definição. Este é influenciado por diversas variáveis como a idade, género, nível socioeconómico e pela cultura (Diener & Biswas-Diener, 2000; Diener, Sapyta, & Suh, 1998; Diener, Suh, & Oishi, 1997; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999).

O Bem-Estar Subjetivo é concetualizado como tendo uma componente cognitiva, caracterizada pela Satisfação com a Vida, e uma componente emocional/afetiva, esta caracterizada pelo equilíbrio de dois fatores: o Afeto Positivo e Afeto Negativo, ambos relatados pelo indivíduo (Albuquerque e Tróccoli, 2004; Diener & Biswas-Diener, 2000; Diener, 2000; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Galinha e Ribeiro, 2005a). Estes são fatores independentes que devem ser medidos e estudados separadamente (Andrews & Withey, 1976, Lucas et al., 1996), como no presente estudo.

Destaca-se ainda que a presença de Afeto Positivo não significa a ausência de Afeto Negativo e vice-versa. O Bem-Estar não é apenas a ausência

de mal-estar (Bradburn & Caplovitz, 1965).

Existem fatores adicionais à obtenção de uma vida com valor e uma saúde mental positiva, mas o Bem-Estar Subjetivo concentra-se nas avaliações individuais que cada pessoa faz da sua própria vida, e estas incluem memórias de vínculos e relações passadas. De modo a entender o conceito de Bem-Estar, tem de se procurar entender como o indivíduo é influenciado por afetos positivos e afetos negativos, assim como a qualidade da sua Satisfação com a Vida (Watson, Clark & Tellegen, 1988). Emoções como a satisfação, confiança e felicidade são preditores de Afeto Positivo, por outro lado, a solidão, a tristeza e a culpa transparecem o Afeto Negativo (Crawford & Henry, 2004).

A Satisfação com a Vida assume um papel importante na avaliação que o indivíduo faz de si, ou seja, o balanço entre expectativas e desejos e a perceção do estado atual (Diener, 2000). O sujeito julga a sua vida de uma forma mais ampla como um todo, incluindo domínios como relações pessoais românticas, de amizade e de trabalho, por exemplo. Uma vida social rica e gratificante e uma rede de apoio social próxima com a família e os amigos estão fortemente correlacionados com o Bem-Estar Subjetivo (Diener & Seligman, 2002).

Entre a Satisfação com a Vida e a Afetividade existe uma similaridade, na medida em que, quanto maior é o Afeto Positivo, maior é a Satisfação com a Vida. Por outro lado, quanto menor o Afeto Negativo, menor é a Satisfação com a Vida (Diener, Emmons, Larsen, & Griffen 1985; Singh & Jha, 2008). É de realçar que relações afetivas positivas construídas entre as figuras parentais e adolescentes aumentam o Bem-Estar psicológico, Satisfação com a Vida e reduz o mal-estar, pois estes terão melhores capacidades de *coping* quando experienciarem dificuldades na vida adulta (Siddiqui, Hägglöf, & Eisemann, 2000). O Bem-Estar psicológico vivenciado na infância espelha-se na idade adulta e, como tal, a qualidade afetiva das relações parentais influencia a construção e o desenvolvimento da autoestima. É então expectável que indivíduos que experienciaram afeto e proximidade desenvolvam padrões positivos do *self* e manifestem uma elevada autoestima.

Em estudos anteriores sobre o Bem-Estar Subjetivo, o foco é em quem é feliz (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), sejam estes indivíduos casados, ricos e espirituais, ou de outros grupos demográficos. No entanto, o foco recente alterou-se para o quando e por que razão as pessoas estão felizes e quais os processos que influenciam o Bem-Estar Subjetivo.

O temperamento e a personalidade demonstram ser fatores poderosos na influência do Bem-Estar das pessoas, em parte porque os indivíduos geralmente adaptam-se de algum modo a condições favoráveis e menos favoráveis. Os valores e objetivos pessoais do indivíduo demonstram estar intimamente ligados aos eventos que são percebidos como bons e maus, e, portanto, uma hipótese plausível é que a mudança de objetivos pessoais é um componente inerente da adaptação - *coping*.

O conceito de Bem-Estar Subjetivo enquadra-se na perspectiva *Hedónica* (Brickman & Campbell, 1971; Diner, 2000), que define fundamentalmente o Bem-Estar ou a felicidade como um meio de aumentar o prazer e evitar ou diminuir dor. Para isso, é necessária uma adaptação rápida a mudanças nos estilos de vida e voltar aos níveis básicos da definição individual de felicidade.

Isto demonstra que o nível de Bem-Estar subjetivo de uma pessoa não é incontrolável (Lykken e Tellegan de 1996), A combinação de força de vontade (o que o indivíduo pode fazer para melhorar o seu Bem-Estar Subjetivo) e as circunstâncias (fatores demográficos e situacionais), para além de a personalidade influenciar o Bem-Estar Subjetivo na predisposição de um indivíduo a comportar-se de uma determinada forma, esforços pessoais também são importantes.

Diener & Diener (1996), explicam que sentir emoções agradáveis a maior parte do tempo e raramente sentir emoções desagradáveis, é suficiente para que existam níveis elevados de felicidade. Embora a maioria das pessoas respondem que estão acima de um nível afetivo neutro a maior parte do tempo, experiências positivas intensas são raras mesmo entre os indivíduos mais felizes (Diener, Sandvik, & Pavot 1991). Conclui-se que, se indivíduos procuram o êxtase a maior parte do tempo, seja numa carreira profissional ou num relacionamento amoroso, provavelmente ficarão desiludidos.

Estas diferenças no Bem-Estar Subjetivo estão também presentes culturalmente. Culturas individualistas, por exemplo, enfatizam a importância do indivíduo e os seus pensamentos, escolhas e sentimentos. Em contraste, nas culturas coletivistas, as pessoas estão mais dispostas a sacrificar seus desejos pessoais pela vontade do grupo. Diener e Diener (1995) descobriram que a autoestima se correlacionou mais fortemente com a Satisfação com a Vida em sociedades individualistas do que coletivistas, enquanto a Satisfação na Vida se

correlacionou em culturas coletivistas com o Bem-Estar de todos. As variações nas influências culturais do Bem-estar Subjetivo parecem resultar de variações no otimismo e positividade, apoio social, estratégias de *coping* e o nível de regulação de desejos individuais (Diener, 2000).

Ponderar a ideia se já vivemos uma vida satisfatória não é incomum, mas sim uma parte essencial de ser humano. Avaliar a Satisfação com a Vida envolve experiências passadas e expectativas futuras. Envolve ter emoções agradáveis, um baixo nível de afetividade negativa e muitos outros traços pessoais, culturais e sociais.

### 2.3. Depressão, Stress, Ansiedade e Vinculação

O objetivo da vinculação é a procura de segurança. À luz da Teoria da Vinculação (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969, 1973, 1982, 1988; Cassidy & Shaver, 1999; Mikulincer & Shaver, 2000), o desenvolvimento humano torna-se consideravelmente saudável diante de vínculos seguros estabelecidos com as figuras primordiais de afeto, geralmente, representadas pelos pais. Tanto a figura materna como a paterna dão o seu contributo para a construção de sujeitos com uma segurança e confiança envolvente tão forte que os faz enfrentar e superar as adversidades que a vida lhes presenteia.

Demonstrando a sua capacidade de resiliência, a sua resistência, força e atitude perante a vida, a perceção dos filhos das figuras parentais enquanto bases seguras demonstra-se um contributo para o desenvolvimento desse processo resiliente, recriando sentimentos de segurança, autoestima e autoconfiança, que se refletem no Bem-Estar psicológico do indivíduo.

No entanto, ao falar de vinculação insegura, esta por si só não causa psicopatologia, mas a vinculação na infância, o contexto familiar e outras experiências sociais podem moldar a probabilidade de um indivíduo seguir certos padrões desenvolvimentais. Numerosos estudos associaram a insegurança vinculativa à sintomatologia depressiva em adultos (Hankin, Kassel, & Abela, 2005; Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005; Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004; Bifulco, Moran, Ball, & Lillie, 2002; Roberts, Gotlib, & Kassel, 1996; Scharfe, 2007), como a baixa autoestima, atitudes disfuncionais (crenças irracionais sobre si e outros) e trauma (Roberts et al., 1996; DeVito, 2014).

Esses indivíduos com sintomas depressivos que apresentam uma

vinculação insegura (nomeadamente ansiosa e evitante) (Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994; Simpson, Rholes, Campbell, Tran, & Wilson, 2003) têm uma tendência a vivenciar mais emoções negativas do que positivas nas suas relações íntimas e pessoais (Simpson, Collins, Tran, & Haydon, 2007).

Durante fases de stress interpessoal, o apoio emocional, ou a falta deste, pode ser particularmente importante na influência do desenvolvimento de sintomas depressivos. Num estudo entre casais idosos, a perceção de níveis mais altos de apoio emocional demonstrou estar relacionada a níveis mais baixos de sintomas depressivos (Ko & Lewis, 2010). Contrariamente a esta visão, uma relação sem proximidade possibilita a presença de depressão, suicídio ou até abuso de substâncias (Sable, 2008).

Vários estudos também demonstram que a vinculação insegura está associada à ansiedade e à hipervigilância em adultos (Fraleay, Niedenthal, Marks, Brumbaugh, & Vicary, 2006; Hankin et al., 2005; Davila, Ramsay, Stroud & Steinberg, 2005; Safford, Alloy, Crossfield, Morocco, & Wang, 2004; Eng, Heimberg, Hart, Schneier, & Liebowitz, 2001) e, de forma específica a atitudes disfuncionais (Beck, 1987) onde indivíduos demonstram estar mais dependentes da noção de valor dos outros como pessoa do que da sua própria impressão.

As dinâmicas da vinculação são teorizadas para moldar os esquemas e as expectativas de um indivíduo em relação a outros, bem como afetar as avaliações cognitivas de eventos interpessoais. A Teoria da Vinculação, onde a hipótese baseada na relação entre o bebé e o cuidador é formada, é semelhante à vulnerabilidade cognitiva que Beck propôs na sua Teoria Cognitiva da Depressão. Beck (1987) teorizou que os esquemas da depressão filtram e enviesam negativamente informação recebida. As atitudes disfuncionais são os produtos cognitivos que então se manifestam como resultado desses esquemas. Diversos estudos apoiam as atitudes disfuncionais como preditor da depressão e autoestima baixa nos adultos (Abramson et al., 2002; Scher, Ingram, & Segal, 2005) tal como da ansiedade nos adultos (Burns & Spangler, 2001; Hankin, Abramson, Miller, & Haeffel, 2004; Hankin et al., 2005; Roberts et al., 1996). A autoestima baixa está relacionada com sintomas depressivos mais elevados.

Relativo à ansiedade, Hankin et al. (2005), descobriram que a vinculação insegura predizia mudanças nos sintomas de ansiedade ao longo de dois anos e, esses resultados sugerem, que a vinculação insegura pode de fato agir como um fator de risco, e não apenas como uma correlação à depressão e ansiedade.

Logo, a dinâmica vinculativa que se desenvolve entre o bebê e o cuidador pode ser utilizada no entendimento do papel das cognições e expectativas dos outros num contexto interpessoal.

A rejeição de outros é naturalmente associada à depressão (Coyne, 1976) e patologias ansiosas têm uma taxa de prevalência de aproximadamente 20%, exibindo um grau significativo de estabilidade ao longo da vida (Costello, Egger & Angold, 2005). A baixa autoestima está associada de igual modo a uma diminuição na Satisfação com a Vida e a impulsos suicidas (Jordan, et al., 2013), tal como a violência e o abuso de substâncias (Sable, 2008), que contribuem também para uma ruptura nos laços afetivos, fobias sociais e baixa autoestima (Ferguson & Xie, 2012).

Concluindo, indivíduos com sintomatologia depressiva ou ansiosa exibem diferentes padrões de regulação emocional e estratégias de *coping* durante momentos stressantes que dependem das orientações vinculativas (Simpson & Rholes, 1994). Como resultado, a vinculação insegura considera-se fortemente correlacionada à disfunção psicológica e à experiência da emoção negativa (Mikulincer & Shaver, 2007).

## II – Objectivos e Hipóteses

Após o enquadramento conceptual e descrição da Vinculação na Infância, no Adulto e como esta se relaciona com os seis conceitos centrais deste estudo, destacam-se dois objetivos essenciais ao conhecimento da complexidade desenvolvimental do ser humano e o seu Bem-Estar Individual.

Propõe-se com a presente dissertação com o primeiro objetivo: entender o nível de associação entre os conceitos centrais do estudo, Vinculação no Adulto, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo e Depressão, Stress e Ansiedade, e com o segundo objetivo principal: clarificar qual o efeito preditor entre as mesmas variáveis de Vinculação no Adulto, Memórias de Infância associadas à Vinculação materna e paterna e o de Bem-Estar Subjetivo (Satisfação com a Vida, Afeto Positivo e Afeto Negativo) e conseguintes níveis de Depressão, Stress e Ansiedade.

Deste modo, colocam-se as seguintes hipóteses de investigação:

**H1** – Existem Relações de associação entre os constructos em estudo:

**H1.1** – Existem relações de associação entre Vinculação Adulta e Bem-Estar Subjetivo.

**H1.2.** – Existem Relações de associação entre Vinculação Adulta e Memórias de Infância.

**H1.3.** – Existem Relações de associação entre Memórias de Infância e Bem-Estar Subjetivo.

**H1.4.** – Existem Relações de associação entre Memórias de Infância, Depressão, Stress e Ansiedade.

**H2** – As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditores da Satisfação com a Vida do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.

**H3** – As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditoras da Afetividade Positiva do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.

**H4** – As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditoras da Afetividade Negativa do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.

### III - Metodologia

#### 1. Caracterização da Amostra

A amostra utilizada no presente estudo é constituída por 113 sujeitos, sendo que 23.9% dos sujeitos são do sexo masculino ( $n=27$ ) e 76.1% do sexo feminino ( $n=86$ ) (cf Tabela 1).

Os participantes integravam as faixas etárias entre os 18 anos de idade e os 62 anos de idade, sendo que a média de idades se situa nos 36 anos ( $DP=11.913$ ) (cf Tabela 2).

**Tabela 1. Distribuição dos sujeitos em função do Sexo**

	N	%
Sexo		
Masculino	27	23.9
Feminino	86	76.1
Total	113	100

**Tabela 2. Características gerais em relação à Idade da amostra total**

	N	Mínimo	Máximo	Média	DP
Idade	113	18	62	36.53	11.913

Relativamente ao Estado Civil, verificou-se que a maior parte da amostra é solteira com um total de 46.9%, no entanto 34 participantes são casados (30.1%), 17 vivem em união de facto (15%), e apenas 8% da amostra classificou-se como divorciado, separado ou viúvo (cf Tabela 3).

**Tabela 3. Análise descritiva da variável Estado Civil**

	N	%
Estado Civil		
Solteiro(a)	53	46.9
Casado(a)	34	30.1
União de Facto	17	15.0
Divorciado(a)/Separado(a)/Viúvo(a)	9	8.0
Total	113	100

Quanto à distribuição dos sujeitos consoante as suas habilitações literárias e situação profissional atual é possível constatar que a amostra é composta maioritariamente por sujeitos que completaram o Mestrado ou Doutoramento (42.5%) ou o Ensino Superior (28.3%), destacando-se 74.3% da amostra como atualmente empregada e apenas 25.7% está desempregada (cf Tabela 4).

Foi também possível recolher informação adicional relativa às áreas de formação, onde se destacam 50 sujeitos formados na área da Psicologia (41.7%) de um total de 29 áreas de formação diferentes.

**Tabela 4. Distribuição dos sujeitos em função das variáveis Habilitações Literárias e Situação Profissional**

	N	%
Habilitações Literárias		
1º Ciclo Ensino Básico (1º ao 4ºano)	7	6.2
2º Ciclo Ensino Básico (5º ao 6ºano)	5	4.4
3º Ciclo Ensino Básico (7º ao 9ºano)	4	3.5
Ensino Secundário (10º ao 12ºano)	17	15.0
Ensino Superior/Licenciatura	32	28.3
Mestrado/Doutoramento	48	42.5
Total	113	100
Situação Profissional		
Empregado	84	74.3
Desempregado	29	25.7
Total	113	100

Neste estudo, que detém a Vinculação e as Memórias de Infância como constructos centrais, achou-se pertinente a caracterização do Agregado Familiar da amostra durante a infância ou enquanto criança.

Descobriu-se que a maioria dos sujeitos, (93.8%) da amostra total, viveram com a mãe enquanto crianças e 85% da amostra teve o pai presente durante a sua infância. É de salientar que 23 sujeitos viveram inclusivamente ou exclusivamente com a Avó e 13 sujeitos com o Avô. Apenas 3 participantes tiveram o Padrasto presente e 1 sujeito viveu com Madrasta; 10% da amostra incluiu outros familiares como parte integrante do Agregado Familiar, salientado os mais frequentes como Tios ou Primos (cf Tabela 5).

**Tabela 5. Caracterização do Agregado Familiar da amostra**

	N	N Total	%	% Total
Agregado Familiar na Infância		113		100
Pai	96		85	
Mãe	106		93.8	
Padrasto	3		2.7	
Madrasta	1		0.9	
Avô	13		11.5	
Avó	23		20.4	
Outros (Primos/Tios)	12		10	

Por último, e de acordo com os objetivos do presente estudo, achou-se pertinente recolher informação relativo ao historial de acompanhamento psiquiátrico/psicológico, à toma de medicação atual e ao uso atual ou passado de substâncias ou outros comportamentos aditivos (de excesso, vícios).

Comprovou-se que relativamente ao acompanhamento psiquiátrico/psicológico que menos de metade da amostra (36.3%) encontra-se em acompanhamento atual ou já foi acompanhada no passado e, curiosamente, também se verificou que aproximadamente 32% da amostra total toma medicação diariamente. (cf Tabela 6).

**Tabela 6. Caracterização da amostra em função do Acompanhamento Psiquiátrico/Psicológico e Medicação**

	N	%
Acompanhamento Psiquiátrico/Psicológico		
Sim	41	36.3
Não	72	63.7
Total	113	100
Medicado (a)		
Sim	36	31.9
Não	77	68.1
Total	113	100

No que concerne ao uso atual ou passado de substâncias, nesta questão os participantes tinham a possibilidade de selecionar mais que uma substância utilizada e, verificou-se que aproximadamente metade da amostra já usou ou usa atualmente uma substância (46%), sendo que o Tabaco é a substância mais consumida ( $n=46$ ); 18 sujeitos admitiram ao uso de drogas legais, como o Álcool, e 10 sujeitos ao uso de drogas ilegais (cf Tabela 7.)

**Tabela 7. Descrição da amostra em função do Abuso de Substâncias**

	N	%
Uso Atual ou Passado de Substâncias		
Sim	52	46.0
Tabacco	(46)	
Drogas Legais	(18)	
Drogas Ilegais	(10)	
Não	61	54.0
Total	113	100

### 1.1. Questionário Sociodemográfico (cf. Anexo 1.2.)

O questionário sociodemográfico elaborado para a caracterização da amostra desta investigação é composto por duas partes complementares. A primeira parte comporta questões relativas a características dos sujeitos (sexo, idade, nacionalidade, estado civil, agregado familiar), região geográfica (concelho de residência), e dados educacionais (habilitações literárias do sujeito, habilitações literárias dos pais, área de formação, situação profissional e profissão exercida). A segunda parte pede informação relativa ao historial de

acompanhamento terapêutico do sujeito (se o sujeito foi ou está a ser acompanhado, porque razão e duração do acompanhamento) e do uso de substâncias ou comportamentos aditivos (descrição das substâncias e subsequente procura de tratamento).

### 1.2. Escala de Satisfação coma Vida (SWLS) (cf. Anexo 1.3.)

A escala *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), foi originalmente elaborada e validada por Diener, Emmons, Larsen e Griffin em 1985, com o objetivo de avaliar a Satisfação com a Vida do indivíduo como um todo, sendo inerente a esta, o constructo de Bem-Estar Subjetivo.

A escala utilizada no presente estudo é uma adaptação portuguesa de Simões (1992) dessa escala original. Esta é uma escala de 5 itens com o propósito da medição pessoal critica global e cognitiva da satisfação da vida, sem ser uma medida apenas de Afeto Positivo ou de Afeto Negativo (Diener et al., 1985).

A escala Likert tem cinco alternativas de resposta: *discordo muito* (1); *discordo um pouco* (2); *não concordo nem discordo* (3); *concordo um pouco* (4) e *concordo muito* (5). Os resultados totais são obtidos através da soma dos pontos totais que podem oscilar entre um mínimo de 5 e um máximo de 25 pontos, indicando uma maior satisfação com a vida quanto mais elevada a pontuação (Simões, 1992).

### 1.3. Memórias de Infância (EMBU) (cf. Anexo 1.4.)

A escala *Egna Minnen Beträffande Uppfostran* (EMBU) de Perris, Jacobsson, Lindström, von Knorring & Perris (1980) é uma escala Likert de memórias de práticas educativas do adulto ocorridas durante a infância e adolescência. A primeira versão da escala era composta por um total de 81 itens dispersos em 14 dimensões.

No presente estudo é utilizada a adaptação portuguesa de M. C. Canavarro (1996, 1999) e este instrumento na população portuguesa designa-se Memórias de Infância que contém 23 itens com quatro alternativas de resposta que variam entre: *Não, nunca* (1); *Sim, ocasionalmente* (2); *Sim, frequentemente* (3) e *Sim, a maior parte do tempo* (4).

A avaliação é feita de forma separada para o Pai e para a Mãe, e os 23 itens estão subdivididos em três fatores que medem o nível de 1) *Rejeição*, que

se relaciona com a constância de determinadas ações como castigos físicos, afastamento de objetos/regalias ou uso da força de forma direta com o objetivo da mudança do comportamento; 2) *Sobreproteção* que comporta uma forte vigilância parental sobre o comportamento do filho, não permitindo a sua emancipação e 3) *Suporte Emocional* que traduz comportamentos parentais percebidos pelo sujeito na sua recordação como agradáveis, como por exemplo, a aprovação, encorajamento, ajuda, compensação, expressão verbal e física de amor e carinho (Canavarro, 1996).

#### 1.4. Escala de Vinculação do Adulto (EVA) (cf. Anexo 1.5.)

A Vinculação do Adulto no presente estudo foi avaliada através da Escala de Vinculação do Adulto (EVA) de Canavarro (1997), versão portuguesa do *Adult Attachment Scale-R* de Collins e Read (1990).

A EVA é composta por 18 itens, cada com uma escala de Likert de 5 pontos que variam entre: *Nada característico em mim* (1); *Pouco Característico em Mim* (2); *Característico em mim* (3) e *Extremamente característico em mim* (4).

A cotação da escala permite classificar a vinculação predominante de cada sujeito organizando-se em três dimensões: (1) *Ansiedade*, que manifesta o grau de ansiedade que é experimentado pelo sujeito, inclusivo o receio de abandono ou de não ser amado; (2) *Conforto com a Proximidade*, que apresenta o nível de conforto aquando da aproximação/intimidade e (3) *Confiança nos Outros*, que constitui o nível de confiança que o indivíduo mantém em relação a outros e a sensibilidade destes quando o indivíduo necessita de auxílio. Cada dimensão comporta seis itens da escala, obtendo-se o resultado através da sua soma (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

Para obter as pontuações nas três dimensões da EVA, os itens da escala devem ser cotados de 1 a 5, tendo em atenção que os itens de cotação inversa. Após a cotação dos itens, deverá ser efetuada a soma do conjunto de itens que compõe cada dimensão, dividindo a pontuação obtida pelo número de itens (6); (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

### **1.5. Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS) (cf. Anexo 1.6.)**

Entre os demais instrumentos disponíveis para avaliar as duas dimensões de Afetividade, a *Positive and Negative Affect Scale* (PANAS) de Watson, Clark e Tellegen, (1988) surgiu da necessidade de obter uma medida breve, válida e acessível na sua aplicação. Com este objetivo, Watson, Clark e Tellegen (1988) desenvolveram um instrumento que comporta 20 itens na sua totalidade com duas sub-escalas de 10 itens cada que classificam o: (1) *Afeto Positivo* e (2) *Afeto Negativo* (Galinha e Ribeiro, 2005a).

A PANAS é uma escala Likert de 5 pontos de medida do Bem-Estar Subjetivo. As repostas variam entre: *Nada ou muito ligeiramente* (1); *Um pouco* (2); *Moderadamente* (3); *Bastante* (4) e *Extremamente* (5). A cotação é feita através da soma dos dez itens pertencentes a cada dimensão afetiva e cada total (duas subescalas) mede a intensidade desse afeto específico (Watson, et al., 1988).

No presente estudo, pedimos aos participantes que preenchessem a escala de acordo com as emoções experienciadas “*durante as últimas semanas*”.

### **1.6. Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) (cf. Anexo 1.7)**

Este instrumento, cujo nome original é *Depression Anxiety and Stress Scales* (DASS) é da autoria de Lovibond e Lovibond, (1995), sendo adaptado para a versão portuguesa primeiro por Alves, Carvalho e Batista, (1999) e depois por Pais-Ribeiro, Honrado e Leal (2004a, 2004b).

A versão portuguesa tem o nome de Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) e esta organiza-se em três dimensões: (1) *Depressão*; (2) *Ansiedade* e (3) *Stress*, cada uma delas composta por sete itens para um total de 21 itens.

Cada item consiste numa afirmação, que remete para sintomas emocionais negativos relativos à “*semana passada*” do sujeito. Para cada afirmação da escala existem quatro possibilidades de resposta, apresentadas numa escala tipo Likert (0-3). Os sujeitos avaliam o nível de vivência de cada sintoma das afirmações durante a última semana, numa escala de 4 pontos de gravidade ou frequência: *não se aplicou nada a mim* (0); *aplicou-se a mim*

*algumas vezes (1), aplicou-se a mim muitas vezes (2) e aplicou-se a mim a maior parte das vezes (3).* Os resultados de cada escala são determinados pela soma dos valores dos sete itens. A escala fornece três notas, uma por sub-escala, em que o mínimo é “0” e o máximo “21”. As notas mais elevadas em cada escala correspondem a estados afetivos mais negativos (Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004).

## **2. Procedimentos**

### **2.1. Procedimentos de recolha de dados**

Os dados recolhidos junto da amostra de conveniência do presente estudo foram reunidos entre maio de 2018 e agosto de 2018, através de questionários em papel (33) e *online* (80).

Num primeiro momento, após a obtenção das autorizações para a utilização dos instrumentos junto dos respetivos autores para o processo de recolha, foram contactadas Unidades de Saúde, Instituições e Comunidades Terapêuticas pertencentes ao distrito da Guarda e de Coimbra, com o intuito de se obter autorização para a recolha de amostra. O pedido foi estabelecido pessoalmente ou via correio eletrónico. Das instituições que aceitaram colaborar no estudo, agendou-se uma reunião para apresentação do estudo, explicação da colaboração pretendida e passagem dos questionários. As autorizações obtidas foram escassas devido à natureza pessoal e sensível do tema do protocolo, sendo que a recolha presencial foi realizada num número reduzido de casos.

Foi fornecido um documento de apresentação do estudo com as informações relevantes e necessárias à participação no mesmo: âmbito, finalidade, responsável pela investigação, carácter voluntário da participação, e anonimato e confidencialidade das respostas.

Os sujeitos que aceitaram participar, estes foram instruídos a assinar uma declaração de consentimento informado, de forma a garantir o anonimato (APA, 2010; Ordem dos Psicólogos, 2011). As respostas *online*, e maioritárias, foram obtidas através da rede informal de contactos da investigadora (e-mail e redes sociais).

## 2.2. Procedimentos de análise de dados

De forma a realizar a análise estatística dos dados obtidos nesta investigação, usou-se o programa SPSS – *Statistical Package of Social Science* – versão 22.0.

As análises efetuadas tiveram como base os objetivos apresentados *a priori* para o estudo.

Anterior à utilização da estatística descritiva, designadamente cálculo de frequências e percentagens, bem como determinação de médias e desvios-padrão, conforme as variáveis em estudo, procedeu-se à recodificação dos itens de classificação invertida para a Escala EMBU (item 17) e na EVA (item 5, 8 e 13).

A fidelidade das escalas implicadas na investigação, foi testada através do *Alpha de Cronbach* e para interpretar os resultados, os valores de *Alpha de Cronbach* de Nunally (1978) foram utilizados como método de comparação: valores superiores a .90 são considerados excelentes, entre .80 e .90 indicam uma boa consistência; entre .70 e .80 indicam uma precisão razoável; entre .60 e .70 apresentam uma consistência fraca, e menores que .60 são considerados inaceitáveis para a investigação. De forma a testar as relações entre as variáveis (Vinculação Adulta, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade), foi utilizado o Coeficiente de Correlação de Spearman. Quanto à sua interpretação das correlações, foram seguidas as normas de Pallant (2005), que sugerem que: um  $r$  entre .10 e .29 ou -.10 e -.29 indica uma correlação baixa; um  $r$  entre .30 e .49 ou -.30 e -.49 uma correlação moderada e um  $r$  entre .50 e 1 ou -.50 e -1 uma correlação forte. Para testar o papel preditivo das variáveis, foi utilizado o Modelo de Regressão Linear Múltipla para estudar a relação entre uma variável dependente contínua e um conjunto de variáveis independentes, organizadas em dois modelos.

## IV - Resultados

### 1. Análise Descritiva

A tabela 8 representa os dados obtidos das estatísticas descritivas para as três subescalas que constituem a escala de Memórias de Infância (EMBU), para a medida do constructo Bem-Estar Subjetivo, constituída pelas duas subescalas

que compõem a (PANAS) e a Escala de Satisfação com a Vida (SWLS), para as três subescalas que constituem a Escala de Vinculação do Adulto (EVA), e para as três subescalas e total das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21). Analisando os dados obtidos para a escala EMBU, observa-se para a subescala de Suporte Emocional Paterno uma média de 17.71 ( $DP=5.54$ ), com pontuações que variam entre 7 e 28, e para a mesma subescala relativa à Mãe, uma média de 19.41 ( $DP=4.92$ ) e pontuações que oscilam entre o 8 e 28. Para a segunda subescala EMBU, a Sobreproteção, para o Pai obtém-se uma média de 11.02 ( $DP=3.49$ ) e para a Sobreproteção Materna, uma média de 12.58 ( $DP=3.68$ ), com pontuações para ambos a oscilar entre o mínimo, 6, e 23. Referente à última subescala EMBU, a Rejeição Paterna, observa-se uma média de 10.68 ( $DP=3.26$ ) com pontuações entre 8 e 27. Para a Rejeição Materna obteve-se uma média de 12.26 ( $DP=4.23$ ), com pontuações entre os valores 8 e 28. Estes resultados revelam um nível médio alto de Suporte Emocional tanto Paterno como Materno para a amostra em estudo, dado que o valor mínimo destas dimensões é 7, e o máximo 28; concernente à subescala Sobreproteção, o valor mínimo para a dimensão era de 6 e com um valor máximo de 24. Os resultados obtidos confirmam um nível médio de Sobreproteção Materna da amostra total, mas ligeiramente mais elevado do que a Sobreproteção Paterna. Para a última subescala EMBU, o valor mínimo de pontuação é de 8 e máximo de 32. A Rejeição Materna, apesar de apresentar um resultado médio baixo, destaca-se ligeiramente relativamente ao Pai com uma média mais elevada de 12.26, ao invés da Rejeição Paterna (média=10.68).

Na escala PANAS observamos uma média de Afeto Negativo (AN), para a amostra, de 19.46 ( $DP=8.01$ ) e com pontuações que variam entre 10 e 46, e para o Afeto Positivo (AP) uma média de 30 ( $DP=8.80$ ) e com pontuações que variam entre 12 e 50. A terceira medida que completa o Bem-Estar Positivo, a SWLS obteve uma média de 17.59 ( $DP=4.81$ ), com pontuações que variam entre 5 e 25. Relativamente ao AN, os resultados revelam-se médio baixos, para a amostra em estudo. Por outro lado, o AP e a Satisfação com a Vida, demonstram médias mais altas. No que diz respeito à Vinculação no Adulto (EVA), dividida em três subescalas, verificamos que é o Conforto com a Proximidade que tem uma média mais elevada de 18.15 ( $DP=2.8$ ), com pontuações a variar entre 9 e 24; a Confiança nos Outros com a segunda média de respostas mais elevada, 14.64 ( $DP=3.17$ ) e pontuações a variar entre 9 e 22; já a última subescala da Ansiedade, apresenta uma média de respostas de 12.25

( $DP=4.20$ ), com pontuações a variar entre o mínimo (6) e o máximo (24). Podemos dizer que, ambas as dimensões, Confiança nos Outros e Conforto com Proximidade na amostra estudada, apresentam um resultado médio mais alto ao nível da Vinculação Adulta, enquanto a Ansiedade apresenta um resultado mais baixo de receio de abandono ou de não ser amado. Por último, na EADS-21, compreende-se que é a subescala Stress a que apresenta maior média 6.27 ( $DP=4.98$ ), com pontuações a variar entre 0 e 21 (mínimo e máximo para as subescalas EADS-21), seguida da Depressão com uma média de 3.60 ( $DP=4.49$ ), com pontuações a variar entre 0 e 20, e por fim a Ansiedade 2.92 ( $DP=4.04$ ) que varia entre 0 e 16. Qualquer uma das dimensões obteve uma média baixa na amostra em estudo, salientando-se como valor mais elevado, o Stress.

**Tabela 8. Análise Descritiva das Variáveis**

	Mínimo	Máximo	Média	DP	Nº Itens
<sup>1</sup> EMBU_Suporte Emocional_Paterno	7	28	17.71	5.54	7
EMBU_Suporte Emocional_Materno	8	28	19.41	4.92	7
EMBU_Sobreproteção_Paterna	6	23	11.02	3.49	6
EMBU_Sobreproteção_Materna	6	23	12.58	3.68	6
EMBU_Rejeição_Paterna	8	27	10.68	3.26	8
EMBU_Rejeição_Materna	8	28	12.26	4.23	8
<sup>2</sup> PANAS_AfetoPositivo	10	50	30	8.80	10
PANAS_AfetoNegativo	10	46	19.46	8.01	10
<sup>3</sup> SWLS	5	25	17.59	4.81	5
<sup>4</sup> EVA_Ansiedade	6	24	12.25	4.20	6
EVA_Confiança_Outros	9	22	14.64	3.17	6
EVA_Conforto_Proximidade	9	24	18.15	2.80	6
<sup>5</sup> EADS_Stress	0	21	6.27	4.98	7
EADS_Depressão	0	20	3.60	4.49	7
EADS_Ansiedade	0	16	2.92	4.04	7

<sup>1</sup>EMBU – Memórias de Infância

<sup>2</sup>PANAS – Positive and Negative Affect Scale

<sup>3</sup>SWLS – Satisfaction with Life Scale

<sup>4</sup>EVA – Escala de Vinculação no Adulto

<sup>5</sup>EADS-21 – Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress

## 2. Análise de Consistência Interna

Conforme explicitado nos Procedimentos, procedeu-se à análise da consistência interna das dimensões caracterizantes das escalas neste estudo utilizando o *Alpha de Chronbach*. Valores superiores a .90 são considerados excelentes, entre .80 e .90 são bons; entre .70 e .80 são razoáveis; entre .60 e .70 são fracos, e menores que .60 são considerados inaceitáveis (Nunnally, 1978).

Ao analisar a consistência interna da Escala EMBU (cf Tabela 9), verificou-se que a subescala de Sobreproteção tanto Paterna como Materna mantinha um *alpha* de valor baixo  $\alpha=.50$  e  $\alpha=.55$ , respetivamente. Verificou-se que o valor *alpha* do item 17 da subescala não apresenta ser uma boa medida do constructo que pretende avaliar, logo procedeu-se à exclusão do item alterando os valores globais e fatores individuais do *Alpha de Chronbach* para  $\alpha=.70$  nas duas dimensões. Supõe-se que por se tratar de um item invertido “*Os meus pais não se preocupavam muito com as minhas saídas*”, tenha gerado alguma confusão na sua interpretação por parte dos sujeitos da amostra.

Relativo à dimensão de Suporte Emocional, ambos os fatores Paterno e Materno apresentam uma boa consistência interna com  $\alpha=.89$  e  $\alpha=.84$ . Por fim, a Rejeição Paterna apresenta um *alpha* menor ( $\alpha=.75$ ) à Rejeição Materna, a qual tem uma consistência interna boa ( $\alpha=.81$ ), ainda a se considerar razoável.

Referente à consistência interna global das variáveis Paternas, esta apresenta um valor de  $\alpha=.70$ , resultado superior ao estudo realizado por Canavarro (1996), e as variáveis Maternas Globais apresentam um valor ligeiramente menor ( $\alpha=.65$ ) que o estudo realizado por Canavarro (1996).

**Tabela 9. Consistência Interna da Escala de Memórias de Infância**

	Alpha de Chronbach	Canavarro, 1996
Valor Global Paterno	.70	.54
Valor Global Materno	.65	.66
<sup>1</sup> EMBU_Suporte Emocional_Paterno	.89	
EMBU_Suporte Emocional_Materno	.84	
EMBU_Sobreproteção_Paterna	.70	
EMBU_Sobreproteção_Materna	.70	
EMBU_Rejeição_Paterna	.75	
EMBU_Rejeição_Materna	.81	

<sup>1</sup>EMBU – Memórias de Infância

Ao comparar os resultados da consistência interna das subescalas PANAS (cf. Tabela 10) com os estudos anteriores, verifica-se que esta apresenta um bom *Alpha de Cronbach* para os dois fatores (Afeto Positivo  $\alpha=.90$  e Afeto Negativo  $\alpha=.89$ ), superiores a investigações anteriores. Quanto à SWLS (cf Tabela 11), revela-se também boa quanto à sua consistência interna  $\alpha=.87$ , um resultado superior ao de Simões (1992) e equivalente ao de Diener et al. (1985).

**Tabela 10. Consistência Interna da Escala de Afetividade Positiva e Negativa**

	Alpha de Chronbach	Watson, Clark & Tellegen, 1988	Galinha & Pais-Ribeiro, 2005b
<sup>2</sup> PANAS_AfetoPositivo	.90	.87	.89
PANAS_AfetoNegativo	.89	.88	.86
Valor Global PANAS	.84		

<sup>2</sup>PANAS – Positive and Negative Affect Scale

**Tabela 11. Consistência Interna da Escala de Satisfação com a Vida**

	Alpha de Chronbach	Diener et al., 1985	Simões, 1992
<sup>3</sup> SWLS	.87	.87	.77

<sup>3</sup>SWLS – Satisfaction with Life Scale

A Tabela 12 apresenta os indicadores de fiabilidade para as sub-escalas da EVA e para o total da escala. Analisando o *Alfa de Cronbach* Global para a Escala da Vinculação do Adulto ( $\alpha=.62$ ) (cf. Tabela 12), percebemos que o valor é fraco, comparativamente com o valor encontrado por Canavarro, Dias e Lima (2006). A sub-escala Ansiedade apresenta um valor elevado de  $\alpha=.83$ , próximo do valor encontrado por Canavarro e melhor que o valor da escala original de Collins & Read (1990). O mesmo não acontece com as sub-escalas Conforto com a Proximidade e sobretudo com a Confiança nos Outros, que apresentam valores de  $\alpha=.55$  e de  $\alpha=.54$ , respetivamente, constituindo valores inferiores ao desejável.

Apesar da baixa fiabilidade global, as subescalas são bons elementos na construção de estilos de vinculação consistentes com a Teoria da Vinculação do

Adulto (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987), sugerindo que a maioria dos seus conteúdos são pertinentes em termos da vinculação do adulto (Canavarro, Dias & Lima, 2006).

**Tabela 12. Consistência Interna da Escala de Vinculação do Adulto**

	Alpha de Chronbach	Collins & Read, 1990	Canavarro, Dias & Lima, 2006
<sup>4</sup> EVA_Ansiedade	.83	.72	.84
EVA_Confiança_Outros	.54	.75	.54
EVA_Conforto_Proximidade	.55	.69	.67
Valor Global EVA	.62		.81

<sup>4</sup>EVA – Escala de Vinculação no Adulto

Por último, na EADS-21 (cf. Tabela 13), percebemos que a escala apresenta bons níveis de consistência interna para as dimensões Ansiedade, Depressão e Stress, com valores mais elevados que estudos anteriores, sendo que a primeira apresenta um valor *alpha* de  $\alpha=.88$ , seguida da Depressão e Ansiedade, ambas com um valor mais fiável de  $\alpha=.89$ . A fiabilidade da escala na sua totalidade é considerada excelente com um valor de *alpha* de  $\alpha=.95$ , mais alto que o valor de  $\alpha=.81$  encontrado por Pais-Ribeiro et al. (2004b).

**Tabela 13. Consistência Interna da Escala de Ansiedade, Depressão e Stress**

	Alpha de Chronbach	Pais-Ribeiro et al., 2004a	Pais-Ribeiro et al., 2004b
<sup>5</sup> EADS_Stress	.89	.88	.81
EADS_Depressão	.89	.93	.85
EADS_Ansiedade	.88	.83	.74
Valor Global EADS-21	.95		.81

<sup>5</sup>EADS-21 – Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress

### 3. Análise das Hipótese em Estudo

#### 3.1. Estudo das Relações entre Vinculação Adulta, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade

Para analisar as relações de associação entre a Vinculação Adulta, Memórias de Infância, o Bem-Estar Subjetivo e a Saúde Mental (Depressão, Stress e Ansiedade), procedeu-se à realização do Coeficiente de Correlação de Spearman, análise que permite obter o coeficiente de correlação entre variáveis contínuas em testes não-paramétricos (Pallant, 2005).

##### *Hipótese 1.1. – Existem Relações de associação entre Vinculação no Adulto e Bem-Estar Subjetivo.*

É possível observar (cf Tabela 14) que as correlações entre a Vinculação Adulta e o Bem-Estar Subjetivo foram consideradas baixas e moderadas. No caso específico da escala SWLS obteve-se uma correlação negativa baixa tanto para a subescala Ansiedade ( $r=-.20$ ) e Confiança nos Outros ( $r=-.21$ ), ambas estatisticamente significativas ( $p=.00$ ,  $p=.02$ ). Obteve-se para a SWLS uma correlação positiva moderada com a subescala Conforto com a Proximidade, mas resultado estatisticamente significativo ( $r=.30$ ,  $p=.00$ ), com o mesmo valor de correlação desta subescala para o Afeto Positivo (AP). A subescala Confiança nos Outros apresenta uma correlação negativa moderada com a subescala Ansiedade ( $r=-.39$ ) e Conforto com a Proximidade ( $r=-.37$ ), ambos valores estatisticamente significativos ( $p=.00$ ). Interessantemente, observa-se uma correlação positiva, ainda que baixa, entre a Confiança nos Outros e o Afeto Negativo ( $r=.21$ ), um resultado estatisticamente significativo ( $p=.02$ ). O AN tem ainda uma correlação moderada com a Ansiedade, estatisticamente significativa ( $r=.47$ ,  $p=.00$ ), e uma correlação baixa com o Conforto com a Proximidade com valor não significativo.

Por último, o AP detém o valor de relação estatisticamente significativo mais alto das correlações das escalas, esta à Satisfação com a Vida ( $r=.56$ ,  $p=.00$ ).

**Tabela 14. Matriz de Correlações entre a Escala de Vinculação Adulta, Escala de Afetividade Positiva e Negativa e Escala de Satisfação com a Vida**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> EVA_Ansiedade	-	-.39**	-.13	-.03	.47**	-.20**
(2) EVA_Confiança_Outros		-	-.37**	-.11	.21*	-.21*
(3) EVA_Conforto_Proximidade			-	.30**	.07	.30**
(4) <sup>2</sup> PANAS_AfetoPositivo				-	-.02	.56**
(5) PANAS_AfetoNegativo					-	-.14
(6) <sup>3</sup> SWLS						-

Sig. \*\* <.01  
Sig. \* <.05

<sup>1</sup>EVA – Escala de Vinculação Adulta

<sup>2</sup>PANAS – Escala de Afetividade Positiva e Negativa

<sup>3</sup>SWLS – Escala de Satisfação com a Vida

***Hipótese 1.2. – Existem relações de associação entre Vinculação Adulta e Memórias de Infância.***

As correlações entre a Vinculação Adulta e as Memórias de Infância foram consideradas baixas a moderadas (cf Tabela 15). Entre as sub-escalas das Memórias de Infância observou-se entre o Suporte Emocional Paterno e o Suporte Emocional Materno a correlação positiva mais alta com um valor de  $r=.78$ , o qual é estatisticamente significativo ( $p=.00$ ). As seguintes correlações positivas mais elevadas foram observadas entre a Rejeição Materna e Rejeição Paterna ( $r=.55$ ) e Sobreproteção Materna e Rejeição Materna ( $r=.55$ ), ambas as correlações estatisticamente positivas ( $p=.00$ ). Ainda na Sobreproteção Materna observamos uma correlação negativa moderada ao Suporte Emocional Materno ( $r=.41$ ) e Paterno ( $r=.35$ ), sendo estatisticamente significativas ( $p=.00$ ).

Relativo às subescalas da Vinculação Adulta, duas subescalas obtiveram uma correlação negativa e baixa ao Suporte Emocional Paterno, à Ansiedade e Confiança nos Outros, sendo que apenas a última é estatisticamente significativa ( $r=-.20$ ,  $p=.03$ ). A exceção pertenceu à subescala Conforto com a Proximidade com uma correlação positiva moderada ( $r=.41$ ) e estatisticamente significativa ( $p=.00$ ) ao Suporte Emocional Paterno.

Encontrou-se uma relação positiva baixa, mas estatisticamente significativa entre a Rejeição Materna e Ansiedade ( $r=.19$ ,  $p=.04$ ), mas com

um valor estatisticamente mais elevado de correlação para a Rejeição Paterna e Ansiedade ( $r=.29$ ,  $p=.00$ ). Ainda para a Ansiedade, encontrou-se uma correlação positiva moderada entre esta e a Confiança nos Outros.

Temos ainda uma correlação moderada entre o Suporte Emocional Materno e o Conforto com a Proximidade, sendo que o valor de correlação é mais elevado para o Pai ( $r=.41$ ) do que para a Mãe ( $r=.31$ ), ambos estatisticamente significativos ( $p=.00$ ).

Por último, observa-se uma correlação positiva, ainda que baixa, estatisticamente significativa entre a Rejeição Materna e a Confiança nos Outros ( $r=.24$ ,  $p=.01$ ).

**Tabela 15. Matriz de Correlações entre a Escala de Vinculação Adulta e Memórias de Infância**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
(1) <sup>1</sup> EMBU_Suporte Emocional_Paterno	-	.78**	.17	-.06	-.39**	-.35**	-.14	-.20*	.41**
(2) EMBU_Suporte Emocional_Materno		-	.11	-.09	-.28**	-.41**	.08	-.18	.31**
(3) EMBU_Sobreproteção_Paterna			-	.48**	.38**	.12	.16	.02	.07
(4) EMBU_Sobreproteção_Materna				-	.24*	.55**	.12	.11	-.15
(5) EMBU_Rejeição_Paterna					-	.55**	.29**	.18	-.15
(6) EMBU_Rejeição_Materna						-	.19*	.24*	-.07
(7) <sup>2</sup> EVA_Ansiedade							-	.39**	-.14
(8) EVA_Confiança_Outros								-	-.37**
(9) EVA_Conforto_Proximidade									-

Sig. \*\* <.01  
Sig. \* <.05

<sup>1</sup>EMBU – Memórias de Infância

<sup>2</sup>EVA – Escala de Vinculação Adulta

### ***Hipótese 1.3. Existem Relações de associação entre Memórias de Infância e Bem-Estar Subjetivo***

Na tabela 16, podemos conferir que existem correlações baixas entre as subescalas que medem o Bem-Estar Subjetivo (PANAS e SWLS) e Memórias de Infância (EMBU). Destacam-se as correlações positivas estatisticamente significativas do AP com o Suporte Emocional Paterno ( $r=.43$ ,  $p=.00$ ), Materno ( $r=.40$ ,  $p=.00$ ) e curiosamente relativo à Sobreproteção Paterna, apesar de baixa, mas estatisticamente significativa ( $r=.19$ ,  $p=.04$ ).

Para o AN temos uma relação positiva, embora baixa, estatisticamente

significativa com a Sobreproteção Paterna ( $r=.21, p=.02$ ), Rejeição Paterna ( $r=.29, p=.00$ ) e Rejeição Materna ( $r=.25, p=.00$ ).

Por fim, a correlação positiva mais alta entre as subescalas pertence ao Suporte Emocional Paterno e a Satisfação com a Vida com  $r=.46, p=.00$ ; e para o Suporte Emocional Materno uma correlação igualmente positiva moderada ( $r=.39, p=.00$ ), ambas estatisticamente significativas.

**Tabela 16. Matriz de Correlações entre a Escala de Memórias de Infância, Escala de Afetividade Positiva e Negativa e Escala de Satisfação com a Vida**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
(1) <sup>1</sup> EMBU_Suporte Emocional_Paterno	-	.78**	.17	-.06	-.39**	-.35**	.43**	.01	.46**
(2) EMBU_Suporte Emocional_Materno		-	.11	-.09	-.28**	-.41**	.40**	.14	.39**
(3) EMBU_Sobreproteção_Paterna			-	.48**	.38**	.12	.19*	.21*	.14
(4) EMBU_Sobreproteção_Materna				-	.24*	.55**	-.03	.17	-.04
(5) EMBU_Rejeição_Paterna					-	.55**	.02	.29**	-.01
(6) EMBU_Rejeição_Materna						-	-.11	.25**	-.06
(7) <sup>2</sup> PANAS_AfetoPositivo							-	-.02	.56**
(8) PANAS_AfetoNegativo								-	-.14
(9) <sup>3</sup> SWLS									-

Sig. \*\* <.01  
Sig. \* <.05

<sup>1</sup>EMBU – Memórias de Infância

<sup>2</sup>PANAS – Escala de Afetividade Positiva e Negativa

<sup>3</sup>SWLS – Escala de Satisfação com a Vida

#### ***Hipótese 1.4. – Existem Relações de associação entre Memórias de Infância, Depressão, Stress e Ansiedade.***

Na última análise de relações de associação entre as variáveis do estudo, destacamos correlações maioritariamente positivas, baixas a moderadas, entre as subescalas das Memórias de Infância e a Depressão, Stress e Ansiedade (cf Tabela 17).

Para ambas, Rejeição Paterna e Rejeição Materna, encontra-se uma correlação moderada e baixa com as subescalas Depressão ( $r=.31$ ;  $r=.25$ , respetivamente) e baixa ao Stress ( $r=.27$ ), obtendo valores estatisticamente significativos ( $p=.00$ ). Para a subescala Ansiedade observa-se uma correlação positiva moderada relativa à Rejeição Paterna ( $r=.35, p=.00$ ), e uma correlação baixa à Rejeição Materna ( $r=.22, p=.01$ ), sendo ambas estatisticamente significativas.

Por último, destacam-se ainda as relações de correlação entre Stress e Depressão ( $r=.69$ ); Stress e Ansiedade ( $r=.71$ ) e a Depressão com a Ansiedade ( $r=.70$ ), as quais apresentam valores de correlação elevados na amostra em estudo, e estatisticamente significativas ( $p=.00$ ).

**Tabela 17. Matriz de Correlações entre as Memórias de Infância e a Depressão, o Stress e a Ansiedade**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
(1) <sup>1</sup> EMBU_Suporte Emocional_Paterno	-	.78**	.17	-.06	-.39**	-.35**	-.09	-.10	-.11
(2) EMBU_Suporte Emocional_Materno		-	.11	-.09	-.28**	-.41**	-.04	.04	.005
(3) EMBU_Sobreproteção_Paterna			-	.48**	.38**	.12	.09	.04	.19*
(4) EMBU_Sobreproteção_Materna				-	.24*	.55**	.13	.18	.14
(5) EMBU_Rejeição_Paterna					-	.55**	.27**	.31**	.35**
(6) EMBU_Rejeição_Materna						-	.27**	.25**	.22*
(7) <sup>2</sup> EADS_Stress							-	.69**	.71**
(8) EADS_Depressão								-	.70**
(9) EADS_Ansiedade									-

Sig. \*\* <.01  
Sig. \* <.05

<sup>1</sup>EMBU – Memórias de Infância

<sup>2</sup>EVA – Escala de Vinculação Adulta

### 3.2. Estudo do efeito preditivo da Vinculação Adulta e Memórias de Infância sobre o Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade

**Hipótese 2 – As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditores da Satisfação com a Vida do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.**

Com o objetivo de explorar a predição da Vinculação Adulta e Memórias de Infância no Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade, recorreu-se à regressão linear múltipla. Realizaram-se três regressões, nas quais a Satisfação com a Vida, a Afetividade Positiva e a Afetividade Negativa (componentes do Bem-Estar Subjetivo) representaram as variáveis dependentes para dois modelos preditivos. O primeiro modelo com as medidas de Memórias de Infância (Suporte Emocional, Sobreproteção e Rejeição) e de Vinculação no Adulto (Ansiedade, Conforto com a Proximidade e Confiança nos Outros) como variáveis independentes e ao segundo modelo foram adicionadas, com variáveis independente, as subescalas da EADS-21 (Depressão, Stress e

Ansiedade).

A Tabela 18 apresenta o resultado da regressão após a entrada de cada um dos blocos de variáveis preditoras consideradas com a variável dependente *Satisfação com a Vida*.

O nível de significância associado a cada modelo ( $p=.000$ ) mostra que a contribuição das variáveis inseridas em cada bloco é significativa, deste modo, para a predição da Satisfação com a Vida.

Podemos ainda confirmar que as variáveis do primeiro bloco (Memórias de Infância e Vinculação Adulta) explicam: 26% da Satisfação com a Vida ( $R^2=.26$ ;  $p=.00$ ), no entanto as mesmas relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade explicam 40% da Satisfação com a Vida ( $R^2=.40$ ;  $p=.00$ ).

**Tabela 18. Sumário da regressão para a variável dependente Satisfação com a Vida**

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado <sup>2</sup>	F	$p$
1 <sup>a</sup>	.319	.258	5.246	.000
2 <sup>b</sup>	.469	.404	7.224	.000

Variável Dependente: Satisfação com a Vida (SWLS)

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

Na análise dos coeficientes de regressão, obtidos para cada uma das variáveis dependentes (cf Tabela 18), conseguimos examinar os valores de Beta ( $\beta$ ) para a comparação da contribuição de cada variável independente na explicação da variável dependente (Pallant, 2005).

Quando considerados todos os preditores (cf Tabela 19), observamos que as variáveis que apresentam coeficientes  $\beta$  mais elevados com valor significativo por ordem decrescente são: a Depressão ( $\beta=-.492$ ;  $p=.000$ ), Rejeição Paterna ( $\beta=.275$ ;  $p=.016$ ), e o Suporte Emocional Paterno ( $\beta=.323$   $p=.022$ ) no segundo modelo de variáveis preditoras; no primeiro modelo temos a Ansiedade ( $\beta=-.223$ ;  $p=.028$ ) e a Rejeição Paterna ( $\beta=.179$ ;  $p=.034$ ). Estes resultados, parecem indicar que a Depressão é a preditora com mais peso da Satisfação com a Vida, seguida pelas memórias de Rejeição Paterna na infância

<sup>2</sup> Este será o valor tomado como referência para a percentagem de variância explicada.  
 Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.  
 Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

e memórias de Suporte Paterno. A Ansiedade apresenta um efeito preditivo significativo, mas baixo, do nível de Satisfação com a Vida. Podemos então confirmar que a Depressão tem um efeito preditivo mais importante que as Memórias de Infância ou Vinculação Adulta.

**Tabela 19: Coeficientes de regressão para a variável dependente Satisfação com a Vida**

Modelo 1	$\beta$	Beta	t	$p$
PAI_SE	.291	.333	2.153	.194
PAI_RJ	.266	.179	1.463	.034
PAI_SP	.109	.079		.146
MÃE_SE	.209	.207	1.379	.502
MÃE_RJ	.179	.157	1.108	.171
MÃE_SP	-.169	-.129	-1.005	.270
ANS	-.254	-.223	-2.233	.028
CP	.141	.080	.801	.425
CO	-.084	-.56	-.567	.572
Modelo 2				
PAI_SE	.282	.323	2.329	.022
PAI_RJ	.408	.275	2.461	.016
PAI_SP	.054	.039	.373	.710
MÃE_SE	.267	.265	1.962	.053
MÃE_RJ	.180	.158	1.236	.220
MÃE_SP	-.091	-.070	-.600	.550
ANS	-.027	-.024	-.244	.808
CP	.182	.103	1.109	.270
CO	.052	.034	.381	.704
DP	-.528	-.492	-4.084	.000
ANS1	-.059	-.049	-.399	.691
STRESS	.057	.059	.498	.620

Variável Dependente: Satisfação com a Vida (SWLS)

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

**Hipótese 3 - As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditoras da Afetividade Positiva do que as variáveis relacionadas com a depressão, stress e ansiedade.**

Ao examinar o resultado da regressão com a variável dependente *Afeto Positivo* (AP), o nível de significância associado a cada modelo foi também significativo ( $p=.000$ ). Observa-se que as variáveis do primeiro bloco (Memórias de Infância e Vinculação Adulta) explicam: 19% do Afeto Positivo ( $R^2=.19$ ;  $p=.00$ ), e as mesmas relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade explicam 28% da do Afeto Positivo experimentado pela amostra ( $R^2=.28$ ;  $p=.00$ ).

**Tabela 20. Sumário da regressão para a variável dependente Afeto Positivo**

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado <sup>3</sup>	F	$p$
1 <sup>a</sup>	.257	.191	3.886	.000
2 <sup>b</sup>	.363	.285	4.654	.000

Variável Dependente: Afeto Positivo

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

Para os coeficientes de regressão (cf Tabela 21), observamos que as variáveis que apresentam coeficientes  $\beta$ eta mais elevados com valor significativo por são apenas duas pertencentes ao segundo modelo: a Depressão ( $\beta=-.935$ ;  $p=.000$ ) e a Rejeição Paterna ( $\beta=.763$ ;  $p=.024$ ).

Estes resultados indicam novamente que é a Depressão a variável preditora mais importante do Afeto Positivo experienciado, seguida pelas Memórias de Rejeição Paterna na infância.

<sup>3</sup> Este será o valor tomado como referência para a percentagem de variância explicada.  
 Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.  
 Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

Tabela 21: Coeficientes de regressão para a variável dependente Afeto Positivo

Modelo 1	$\beta$	Beta	t	p
PAI_SE	.437	.273	1.694	.093
PAI_RJ	.598	.220	1.722	.088
PAI_SP	.191	.076	.621	.536
MÃE_SE	.360	.195	1.245	.216
MÃE_RJ	-.058	-.028	-.188	.851
MÃE_SP	-.107	-.045	-.334	.739
ANS	-.138	-.066	-.635	.527
CP	.459	.142	1.364	.176
CO	.099	.036	.348	.729
Modelo 2				
PAI_SE	.410	.256	1.685	.095
PAI_RJ	.763	.281	2.295	.024
PAI_SP	.071	.028	.245	.807
MÃE_SE	.451	.244	1.650	.102
MÃE_RJ	-.061	-.029	-.210	.834
MÃE_SP	.036	.015	.120	.905
ANS	.145	.069	.642	.523
CP	.590	.183	1.796	.076
CO	.315	.113	1.145	.255
DP	-.935	-.476	-3.605	.000
ANS1	.276	.127	.127	.353
STRESS	.032	.018	.018	.891

Variável Dependente: Afeto Positivo

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

***Hipótese 4 - As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores predictoras da Afetividade Negativa do que as variáveis relacionadas com a depressão, stress e ansiedade.***

A última hipótese do estudo procura comprovar qual o melhor preditor do *Afeto Negativo*, sendo esta a variável dependente da regressão efetuada, mantendo as variáveis independentes originais.

Podemos verificar facilmente ao observar os resultados da regressão (cf Tabela 22) que as variáveis inclusivas do segundo bloco demonstram ter um poder explicativo de 67% do Afeto Negativo ( $R^2=.67$ ;  $p=.00$ ) experienciado pela amostra, comparativamente às variáveis do primeiro bloco (Memórias de Infância e Vinculação Adulta) que apenas explicam 26% do Afeto Negativo ( $R^2=.26$ ;  $p=.00$ ).

**Tabela 22. Sumário da regressão para a variável dependente Afeto Negativo**

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado <sup>4</sup>	F	$p$
1 <sup>a</sup>	.324	.264	5.387	.000
2 <sup>b</sup>	.703	.667	19.359	.000

Variável Dependente: Afeto Negativo

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

Na análise dos coeficientes da regressão para a variável dependente Afeto Negativo (cf Tabela 23) constata-se que as variáveis com maior poder preditivo, pertencem ao segundo bloco de variáveis: o Stress ( $\beta=.684$ ;  $p=.000$ ) com a maior significância estatística; a Ansiedade ( $\beta=.540$ ;  $p=.004$ ) e por último, o Suporte Emocional da Mãe, com um valor estatístico baixo, mas significativo ( $\beta=.350$ ;  $p=0.42$ )

Por fim, relativo ao primeiro bloco de variáveis (vinculação adulta e memórias de infância), apenas um valor obteve significância estatística, sendo esta a Ansiedade pertencente à subescala da Vinculação Adulta com  $\beta=.664$  e  $p=.001$ .

**Tabela 23: Coeficientes de regressão para a variável dependente Afeto Negativo**

Modelo 1	$\beta$	Beta	t	$p$
PAI_SE	-.069	-.047	-.308	.759
PAI_RJ	.319	.129	1.056	.294
PAI_SP	.136	.059	.507	.613

<sup>4</sup> Este será o valor tomado como referência para a percentagem de variância explicada.  
 Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.  
 Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

MÃE_SE	.384	.230	1.538	.127
MÃE_RJ	.332	.174	1.233	.220
MÃE_SP	.018	.008	.064	.949
ANS	.664	.348	3.502	.001
CP	.400	.136	1.366	.175
CO	.221	.087	.891	.375
<hr/>				
Modelo 2				
PAI_SE	-.101	-.069	-.669	.505
PAI_RJ	-.036	-.015	-.174	.862
PAI_SP	.175	.076	.965	.337
MÃE_SE	.350	.208	2.058	.042
MÃE_RJ	.238	.125	1.310	.193
MÃE_SP	-.049	-.022	-.258	.797
ANS	.179	.094	1.272	.206
CP	.215	.073	1.048	.297
CO	-.147	-.058	-.854	.395
DP	.223	.124	1.378	.171
ANS1	.540	.271	2.928	.004
STRESS	.684	.422	4.743	.000

Variável Dependente: Afeto Negativo

<sup>a</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE<sub>a</sub>

<sup>b</sup>Preditores: (Constante), CO, Pai\_SP, Mae\_SE, CP, ANS, Mae\_RJ, Pai\_RJ, Mae\_SP, Pai\_SE, Stress, DP, ANS1<sub>b</sub>

## V – Discussão

A presente investigação teve como objetivo analisar as relações entre os constructos de Vinculação no Adulto, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade com o objetivo de aprofundá-las, ao clarificar o potencial efeito preditor da Vinculação no Adulto, das Memórias de Infância e da Depressão, Stress e Ansiedade sobre o Bem-Estar Subjetivo.

Os resultados desta investigação tiveram por base uma amostra composta por 113 sujeitos, 86 do sexo feminino e 27 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 18 e 62 anos e uma média de idades de 32 anos.

Em termos de fidelidade das escalas, obtiveram-se resultados consistentes, com a exceção do valor global materno da EMBU ( $\alpha = .65$ ) que se demonstrou baixo e com a Escala de Vinculação do Adulto que apresentou um valor global de  $\alpha = .62$ . No entanto, apesar da baixa fiabilidade global, as subescalas EVA são bons elementos na construção de estilos de vinculação

Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.

Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

consistentes com a Teoria da Vinculação do Adulto (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987), sugerindo que a maioria dos seus conteúdos é pertinente em termos da vinculação do adulto (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

Relativo à EMBU o valor global paterno foi razoável (.70), após a eliminação do item 17.

As restantes escalas, SWLS e PANAS obtiveram valores bons (.87 e .84, respetivamente) próximos de excelentes, e por fim a EADS-21 a apresentar uma fidelidade excelente (.95).

A primeira Hipótese colocada foi dividida em 4 sub-hipóteses, com vista a analisar as relações entre alguns dos seis constructos em estudo. Desta forma, procedeu-se à execução do Coeficiente de Correlação de Spearman, análise que permite obter o coeficiente de correlação entre variáveis contínuas.

Para a Hipótese 1.1. *Existem relações de associação entre Vinculação Adulta e Bem-Estar Subjetivo* – a literatura expõe que, embora os estilos de vinculação exibidos na idade adulta não sejam necessariamente os mesmos da infância, estudos indicam que os vínculos no início de vida podem ter um impacto sério nos relacionamentos posteriores. Por exemplo, aqueles que tiveram uma vinculação segura na infância tendem a ter uma autoestima elevada, relações românticas e afetivas mais fortes e uma capacidade para a abertura com os outros. Como adultos, estes indivíduos tendem a manter relações saudáveis, felizes e duradouras. Esta é uma medida de Bem-Estar Subjetivo. No presente estudo os resultados apontam para uma relação positiva entre a Satisfação com a Vida, o Afeto Positivo e a Confiança nos Outros. Logo quanto maior a Confiança nos Outros, maior a Satisfação com a Vida. Para além da Confiança nos outros, encontrou-se que quanto maior ao Conforto com a Proximidade (relações românticas ou afetivas enquanto adulto), maior a medida de Satisfação com a Vida e com o Afeto Positivo, ambas dimensões centrais ao Bem-Estar Subjetivo. A Confiança nos Outros também demonstrou estar correlacionada negativamente à Ansiedade, quanto maior a Ansiedade, menor será a Confiança nos Outros.

Interessantemente observou-se uma correlação positiva baixa entre a Confiança nos Outros e o Afeto Negativo nesta amostra, algo a explorar numa investigação futura.

Em suma, considerando o sentido de todas as correlações, poderemos dizer que os resultados tenderam para o esperado. De acordo com Diener &

Seligman (2004), pessoas com o Bem-Estar elevado parecem ter melhores relações sociais e afetivas do que pessoas que apresentam o Bem-Estar com níveis inferiores. Relações positivas mostram-se necessárias para o Bem-Estar, assim como se espera que o aumento de Afeto Negativo leve à diminuição dos níveis de confiança e a relações pobres dentro dos grupos (Diener & Seligman, 2004). Atendendo aos resultados estatisticamente significativos, aceita-se a H1.1., indo de encontro ao esperado no que se refere às relações entre o Conforto com a Proximidade e Confiança nos outros com a Satisfação com a Vida e o Afeto Positivo, dimensão cognitiva do Bem-estar Subjetivo, com a exceção da correlação positiva entre a Confiança e o Afeto Negativo, apesar de baixa.

Para a Hipótese 1.2. *Existem Relações de associação entre Vinculação Adulta e Memórias de Infância* – a seguinte hipótese foi elaborada com a intenção de compreender se as emoções e estilos de relações vinculativas experimentadas na idade adulta têm base nas Memórias de Infância de experiências educativas com as principais figuras de vinculação do indivíduo. As diferenças individuais na vinculação nos adultos têm sido associadas aos comportamentos parentais, como por exemplo, o evitamento e a ansiedade elevada estão relacionados a modelos parentais e relações pai-filho negativas (ex., práticas disciplinares mais rígidas, relações mais frias com as crianças) (Rholes, Simpson & Blakely, 1995; Rholes, Simpson, Blakely, Lanigan, & Allen, 1997).

Os presentes resultados indicam que existe uma correlação significativa entre os dois constructos, sendo que o Suporte Emocional Paterno tem uma correlação moderada com o Conforto com a Proximidade, e este uma correlação negativa com a Ansiedade. Entende-se com este resultado que o indivíduo sente menos ansiedade vinculativa enquanto adulto ao experienciar um suporte emocional paterno positivo.

Outras correlações a destacar são o facto que existe uma correlação positiva alta entre o Suporte Emocional Paterno e Suporte Emocional Materno, tal como uma relação significativa entre a Sobreproteção Materna e a Rejeição Materna. As restantes correlações são baixas, mas ainda assim destaca-se a Rejeição Materna que se correlaciona positivamente e de forma significativa com a Ansiedade, logo quanto maior a memória de Rejeição Materna na Infância, maior será o nível de Ansiedade experimentado nas relações de aproximação com os outros.

Curiosamente, ainda para a Ansiedade na Vinculação Adulta, encontrou-se uma correlação positiva moderada entre esta e a Confiança nos Outros, mas uma correlação negativa, ainda que baixa, com a Ansiedade e o Suporte Emocional Paterno. Estes resultados demonstram que há um grau de Ansiedade elevado na tentativa de Confiança nos Outros e na predição do seu auxílio para com o indivíduo. No entanto o Suporte Emocional Paterno positivo deveria aumentar esta Confiança. Os resultados contraditórios podem provavelmente ser explicados pela fidelidade baixa da escala EVA para a dimensão Confiança nos Outros ( $\alpha=.54$ ).

Os resultados levam a concluir que quanto maior o Suporte Emocional Paterno, mais Conforto com a Proximidade enquanto Adulto, e menor Ansiedade Vinculativa. Ainda relativo à dimensão da Ansiedade, esta ligada à Confiança nos Outros, os resultados demonstram um aumento de Ansiedade na vida adulta ao experienciar Rejeição Materna na infância, tal como uma confiança reduzida nos outros. Aceita-se a Hipótese 1.2. parcialmente, com a descoberta de diversas correlações moderadas bastante interessantes entre a Vinculação Adulta e Memórias de Infância, pois diferenças individuais na vinculação nos adultos têm sido associadas aos comportamentos parentais, como por exemplo, o evitamento de relações proximais e a ansiedade elevada em relação a estas estão relacionados a modelos parentais e relações pai-filho negativas.

Corroborar-se apenas parcialmente devido à existência de uma correlação negativa do Suporte Paterno associado à Confiança nos Outros, ainda que baixa, mas estatisticamente significativa para a amostra. Aspeto a rever numa investigação futura.

A terceira sub-hipótese: 1.3. *Existem Relações de associação entre Memórias de Infância e Bem-Estar Subjetivo*, pretendia avaliar qual o grau de envolvimento de experiências passadas na infância com o Bem-Estar individual.

No presente estudo foi encontrada uma correlação moderada e significativa do Afeto Positivo ao Suporte Emocional Paterno e Materno experienciado na infância, e curiosamente uma associação da dimensão do Afeto Positivo à Sobreproteção Paterna, apesar de baixa. Algo também a explorar no futuro, pois poderá um indivíduo percecionar a Sobreproteção, neste caso Paterna como gesto de afeição? Uma questão a investigar.

Foi encontrada, conforme esperado, uma correlação significativa entre Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.  
Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

o Afeto Negativo à Rejeição Paterna e Materna. Por fim, a correlação mais alta foi verificada para a dimensão de Suporte Emocional Paterno, concluindo-se que quanto maior for experienciado, maior é a Satisfação com a Vida. A correlação para o Suporte Materno e a Satisfação com a Vida também se demonstrou moderada e significativa, mas menor do que para a influência paterna na percepção do Bem-Estar.

Aceita-se então a hipótese 1.3 colocada, pois os resultados vão de encontro com a literatura e a noção de que o Bem-Estar subjetivo se concentra nas avaliações individuais que cada pessoa faz da sua própria vida, e entre a Satisfação com a Vida e a afetividade existe uma similaridade, na medida em que, quanto maior é o Afeto Positivo, maior é a Satisfação com a Vida. Por outro lado, quanto menor o Afeto Negativo, menor é a Satisfação com a Vida (Diener, Emmons, Larsen, & Griffen 1985; Singh & Jha, 2008).

O Bem-Estar psicológico vivenciado na infância espelha-se na idade adulta e, como tal, a qualidade afetiva das relações parentais influencia a construção e o desenvolvimento de autoestima, uma variável adicionada à percepção de Bem-Estar Subjetivo. É então expectável que indivíduos que experienciaram afeto e proximidade desenvolvam padrões positivos do *self* e manifestem uma elevada autoestima (Siddiqui, Hägglöf, & Eisemann, 2000).

A última sub-hipótese, Hipótese 1.4. *Existem Relações de associação entre Memórias de Infância, Depressão, Stress e Ansiedade*, foi criada como tentativa de corroborar a noção de que a nossa capacidade de resiliência, resistência, força e atitude perante a vida está ligada à percepção das figuras parentais enquanto bases seguras na infância, demonstrando-se um contributo para o desenvolvimento desse processo resiliente, recriando sentimentos de segurança, autoestima e autoconfiança, que se refletem no Bem-Estar psicológico do indivíduo.

O presente estudo concluiu que memórias de Rejeição Paterna e Materna se relacionam à Depressão de forma moderada, e o mesmo acontece para o Stress. No entanto, o nível de relação à Depressão no adulto mostrou-se mais elevado para a recordação da Rejeição Paterna para a amostra. Relativo à Ansiedade, esta verificou-se a um nível elevado aquando da Rejeição Paterna na Infância, mais do que para a Rejeição Materna, apesar de serem ambas significativas. Conclui-se que há um maior nível de ansiedade quando experienciada a Rejeição por parte do Pai.

Conclui-se ainda que quanto maior o nível de Ansiedade, maior a  
Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre  
Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo,  
Depressão, Stress e Ansiedade.  
Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

Depressão e, ainda, quanto maior o nível de Stress do indivíduo, maior é o grau de Ansiedade experimentado.

Os resultados vão de encontro ao esperado, pois durante fases de stress interpessoal, o apoio emocional, ou a falta deste, pode ser particularmente importante na influência do desenvolvimento de sintomas depressivos ou ansiosos.

Relações sem proximidade possibilitam a presença de depressão, suicídio ou até abuso de substâncias (Sable, 2008), e quanto à rejeição, a literatura confirma que a rejeição de outros está naturalmente associada à Depressão (Coyne, 1976) e patologias ansiosas têm uma taxa de prevalência de aproximadamente 20%, exibindo um grau significativo de estabilidade ao longo da vida (Costello, Egger & Angold, 2005). Logo, aceita-se a hipótese 1.4. na medida em que as Memórias de Infância influenciam de forma moderada a nossa saúde mental (depressão, stress e ansiedade).

As restantes três hipóteses colocadas, e centrais ao estudo, pretenderam clarificar qual o efeito preditor entre as mesmas variáveis de Vinculação no Adulto, Memórias de Infância associadas à Vinculação materna e paterna e o de Bem-estar Subjetivo (Satisfação com a Vida, Afeto Positivo e Afeto Negativo) e conseguintes níveis de Depressão, Stress e Ansiedade.

*Hipótese 2. As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditores da Satisfação com a Vida do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.*

Analisando o resumo dos coeficientes de regressão podemos refutar a Hipótese 2, pois foi evidente que o maior valor preditor de Satisfação com a Vida foi a Depressão, explicando 40% da Satisfação, sendo esta dimensão a com maior efeito preditivo da Satisfação com a Vida comparativamente às variáveis da Vinculação Adulta e Memórias de Infância, com um valor preditivo de apenas 26%. Seguida à Depressão temos a Ansiedade vinculativa e a Rejeição Paterna como variáveis preditoras da Satisfação com a Vida. Apesar de todos serem estatisticamente significativos, para a presente investigação podemos confirmar que a Depressão tem um efeito preditivo mais importante que as Memórias de Infância ou a Vinculação Adulta.

*Hipótese 3. As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores preditoras da Afetividade Positiva do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.*

Com o resultado da regressão para a predição de Memórias de Infância e Vinculação Adulta sobre a Afetividade positiva, os resultados mostram que estas predizem 19% do Afeto Positivo da amostra, sendo que as duas variáveis que predizem o Afeto Positivo para a presente amostra são, novamente, a dimensão da Depressão e a Rejeição Paterna com um valor preditivo de 28%.

No entanto, a preditora mais importante do Afeto Positivo experienciado foi a Depressão com um valor estatístico mais elevado, seguido pelas Memórias de Rejeição Paterna na infância.

Podemos então refutar a H3 pois, apesar de tanto uma componente associada às Memórias de Infância como uma da Saúde Mental (a Depressão) terem um efeito preditor sobre o Afeto Positivo, a variável com mais peso é novamente a Depressão, contribuindo para a percepção de uma das dimensões centrais ao constructo do Bem-Estar Subjetivo do Indivíduo.

*Hipótese 4. As variáveis de Vinculação Adulta e Memórias de Infância do pai e da mãe são melhores predictoras da Afetividade Negativa do que as variáveis relacionadas com a Depressão, Stress e Ansiedade.*

Para a última hipótese proposta para a presente investigação, os resultados da análise do resumo dos coeficientes de regressão demonstram que a predição maioritária, e com os valores mais altos de correlação comparativamente às anteriores regressões, foram do efeito preditivo do Stress e a Ansiedade sobre o Afeto Negativo, explicando 67% do Afeto Negativo da amostra. Para as dimensões de Memórias de Infância e Vinculação adulta, o Suporte Emocional da Mãe prediz ainda uma parte do Afeto Negativo da amostra, apesar de esta ser uma correlação baixa. Refuta-se então a Hipótese 4, com base nos resultados obtidos que apontam para as dimensões do Stress e Ansiedade como melhores preditores do Afeto Negativo, sendo o Stress o preditor com mais peso e, como consequência, de uma dimensão do Bem-Estar Subjetivo.

## **VI - Conclusões**

Um dos principais objetivos desta investigação foi entender o nível de associação entre os conceitos centrais do estudo, Vinculação no Adulto, Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo e Depressão, Stress e Ansiedade, e com o segundo objetivo principal: clarificar qual o efeito preditor entre as mesmas variáveis de Vinculação no Adulto, Memórias de Infância associadas à

Vinculação materna e paterna e o de Bem-estar Subjetivo (Satisfação com a Vida, Afeto Positivo e Afeto Negativo) e consequentes níveis de Depressão, Stress e Ansiedade.

Os resultados indicaram associações significativas (fortes, moderadas e baixas) entre a Satisfação com a Vida, Memórias de experiências educativas na Infância, tal como o Suporte Emocional Paterno e Materno, e associações de Bem-Estar Subjetivo ao Conforto com a Proximidade. Foram comprovadas igualmente associações negativas entre a Satisfação com a Vida, Afeto Positivo e Negativo com a Vinculação no Adulto, de acordo com o Conforto com a Proximidade, a Ansiedade experimentada pelo receio de abandono, tal como na qualidade de medida de saúde mental em adição ao Stress. Estes últimos constructos (Stress e Ansiedade), predizem 67% do Afeto Negativo da amostra, com o Stress a manter a posição de preditor com mais peso de uma das dimensões principais do Bem-Estar Subjetivo. A Depressão associada à Rejeição Paterna prediz 28% do Afeto Positivo, da mesma forma que a Satisfação com a Vida é prevista pela Depressão em 40%.

Os resultados desta investigação correlacionam-se com estudos anteriores e a literatura envolvente na medida em que sabemos que o Bem-Estar psicológico vivenciado na infância espelha-se na idade adulta e, como tal, a qualidade afetiva das relações parentais influencia a construção e o desenvolvimento da autoestima adulta, como verificado com os resultados obtidos. A autoestima baixa está relacionada com sintomas depressivos mais elevados.

Novamente, o equilíbrio de disciplina e amor que as crianças experienciam em todos os contextos, foi o que Bronfenbrenner (1985) argumentou, que determinam a associação de processos proximais específicos com resultados específicos. O desenvolvimento individual não é um processo isolado, bem como o Bem-Estar Subjetivo está dependente desse desenvolvimento.

Concluindo, indivíduos com sintomatologia depressiva ou ansiosa exibem diferentes padrões de regulação emocional e estratégias de *coping* durante momentos stressantes que dependem de orientações vinculativas (Simpson & Rholes, 1994), e memórias de infância positivas correlacionam-se com uma vinculação segura na infância, onde os indivíduos tendem a ter uma autoestima elevada, relações românticas e afetivas mais fortes, com a procura de conforto nos outros e a confiança. Com o presente estudo foram

comprovadas as ligações de Memórias de Infância à Saúde Mental, tal como relações entre estilos vinculativos nos adultos (Proximidade Afetiva, Confiança e Ansiedade Afetiva) e as suas memórias de infância (Suporte Parental e Rejeição Parental) e, por consequência o efeito preditor da saúde mental (Stress, Depressão e Ansiedade) no Bem-Estar Subjetivo.

O sujeito julga a sua vida de uma forma mais ampla como um todo, incluindo domínios como relações pessoais românticas, amizade e expectativas futuras com objetivos predefinidos. Uma vida social rica e gratificante e uma rede de apoio social próxima com a família e os amigos, tanto na infância como na vida adulta, estão fortemente correlacionados com o Bem-Estar subjetivo (Diener & Seligman, 2002).

Como pontos fortes podemos identificar o facto de nesta investigação se estudarem variáveis positivas e patológicas, acrescenta-se que se trata de uma amostra diversificada, não só de estudantes universitários. Destaca-se também o facto de os instrumentos apresentarem boas qualidades psicométricas e permitirem comparações transculturais, procedendo-se à avaliação das dimensões do Bem-Estar Subjetivo de forma individual no contexto da presente investigação.

Algumas limitações do presente estudo incluem: o número reduzido da amostra, esta amostra não é representativa da população não sendo adequada a generalizações; a amostra é uma amostra de conveniência não sendo homogénea; a informação recolhida foi exclusivamente através de questionários de autoresposta e, finalmente, existe uma desproporção entre o número de sujeitos do sexo masculino e sexo feminino da amostra, havendo uma maioria significativa feminina. A presente investigação poderia ter tido melhores resultados se o tamanho da amostra tivesse sido maior. Há alguma evidência disso no fato de que alguns resultados tenderam à significância e talvez com uma amostra de tamanho maior teriam sido resultados significativos. Além disso, uma amostra maior também teria permitido uma análise das diferenças de género por exemplo, porque a amostra atual contém apenas 27 sujeitos do sexo masculino.

Para investigações futuras, seria pertinente uma recolha de dados através de outras metodologias e com recurso a múltiplas fontes, pois as respostas obtidas exclusivamente através de instrumentos de autoresposta podem ser influenciadas por fatores situacionais, os tipos de escalas aplicadas, a ordem na qual os itens são apresentados e o estado emocional do sujeito no momento da

aplicação dos instrumentos. Seria importante aumentar o número de sujeitos na amostra e focar na coleta de dados homogêneos, tal como incluir uma análise na diferença de gêneros, influência do agregado familiar e estrutura familiar.

Seria interessante estudar estes mesmos constructos numa amostra adolescente, aferindo as diferenças em relação à população adulta. Por fim, abordar os resultados obtidos fora da normalidade da presente amostra numa amostra então mais diversificada e com maior número de sujeitos. Esses resultados incluem a correlação positiva baixa encontrada entre a Confiança nos Outros e o Afeto Negativo; uma correlação negativa significativa do Suporte Paterno associado à Confiança nos Outros e finalmente a associação da dimensão do Afeto Positivo à Sobreproteção Paterna, apesar de baixa. Algo também a explorar no futuro, pois poderá um indivíduo perceber a Sobreproteção, neste caso Paterna como gesto de afeição? Uma questão a investigar.

## Bibliografia

- Abramson, L. Y., Alloy, L. B., Hankin, B. L., Haeffel, G. J., MacCoon, D., & Gibb, B. E. (2002). Dysfunctional attitudes-stress models of depression in a self-regulatory and psychobiological context. In: Gotlib IH, Hammen CL, editors. *Handbook of depression* (pp. 295–313). New York: Guilford.
- Alves, G., Carvalho, M., & Baptista, A. (1999). Estudo das características psicométricas de uma escala de Depressão, Ansiedade e Stress em jovens adultos. In: Soares, A. P., Araújo, S., Caíres, S., Eds. *Avaliação psicológica: formas e contextos* (pp. 267-275). Braga: Apport.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being*. New York: Plenum Press.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachments and Other Affectional Bonds Across the Life Cycle. In: *Attachment Across the Life Cycle* (pp. 33-51). Parkes, C.M., Stevenson-Hinde, J., Marris, P., Eds. London: Routledge.
- Albuquerque, A. S., & Tróccoli, B. T. (2004). Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 153-164.
- Alston, J. F. (2007). The complex issue of Attachment Disorders. *Psychiatric Times*, 2(12).
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (2002). Social Cognitive Theory in Cultural Context. *Applied Psychology: An International Review*, 151, 269-290.
- Bargh, J. A., Lombardi, W. J., & Higgins, E. T. (1988). Automaticity of

chronically accessible constructs in person x situation effects on person perception: It's just a matter of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 599–605.

Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 1, 5–37.

Bifulco, A., Moran, P. M., Ball, C., & Lillie, A. (2002) Adult attachment style: It's relationship to psychosocial depressive vulnerability. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 37, 60-67.

Blumberg, M. S., Freeman, J. H., & Robinson, S. R. (Eds.). (2010). *Oxford library of neuroscience. Oxford handbook of developmental behavioral neuroscience*. New York, NY, US: Oxford University Press.

Bradburn, N., & Caplovitz, D. (1965). *Reports of happiness*. Chicago: Aldine.

Brennan, K. A., Clark, C. L., Shaver, P. R. (1988). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In: J. A. Simpson & W.S. Rholes, editors. *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford.

Bretherton, I. (1992) The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In International Encyclopedia of Education, Vol. 3, 2<sup>nd</sup>. Ed. Oxford: Elsevier. Reprinted in: M. Gauvin, & M. Cole (Eds.), *Readings on the development of children*, 2<sup>nd</sup> Ed. (1993, pp. 37-43). NY: Freeman.

Bowlby, J. (1958). The Nature of the Child's Tie to His Mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-371.

Bowlby, J. and Ainsworth, M. (1966). *Maternal care and mental health*. New York: Schocken Books.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety and Anger Vol. II*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1977). The Making and Breaking of Affectional Bonds: I. Aetiology and Psychopathology in the Light of Attachment Theory. *British Journal of Psychiatry*, 130(3), 201-210.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Volume 1 Attachment*. 2nd ed. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London, England: Routledge.
- Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the food society. In M. H. Appley, (Ed.), *Adaptation-level theory* (pp. 287-305). New York: Academic Press.
- Burns, D. D. & Spangler, D. L. (2001). Do changes in dysfunctional attitudes mediate changes in depression and anxiety in cognitive behavioral therapy? *Behavior Therapy*, 32, 337–369.
- Canavarro, M. C. (1996). A avaliação das práticas educativas através do EMBU: estudos psicométricos. *Psychologica*, 16, 5-18.
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações Afetivas e Saúde Mental* (1ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Canavarro, M., Dias, P., & Lima, V. (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 Online*, 20(1), 155-186.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1996). Attachment, caregiving, and relationship functioning in couples: Effects of self and partner. *Personal Relationships*, 3(3), 257-277.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (1999). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York, NY, US: Guilford Press.

- Ceci, S. J. and Bronfenbrenner, U. (1985). "Don't forget to take the cupcakes out of the oven": Prospective memory, strategic time-monitoring, and context. *Child Development*, 56, 152–164.
- Costello, E. J., Egger, H. L. & Angold A. (2005). The developmental epidemiology of anxiety disorders: Phenomenology, prevalence, and comorbidity. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 14, 631–648.
- Collins, L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large nonclinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 245-265.
- Darling, N. (2007). Ecological Systems Theory: The Person in the Center of the Circles, *Research in Human Development*, 4(3-4), 203-217.
- Davila, J., Ramsay, M., Stroud, C. B., & Steinberg, S. J. (2005). Attachment as Vulnerability to the Development of Psychopathology. In B. L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective* (pp. 215-242). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- DeVito, C. C., (2014). *"The Link Between Insecure Attachment and Depression: Two Potential Pathways"*. Masters Thesis. 11. [https://scholarworks.umass.edu/masters\\_theses\\_2/11](https://scholarworks.umass.edu/masters_theses_2/11).
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale, *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 119-139). New York: Pergamon.

- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999). Subjective Well-being: Three Decades of Progress. *American Psychological Association*, 125, 276-310.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2000). New Directions in Subjective Well Being Research: The Cutting Edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27, 21-33.
- Diener, E. & M. Seligman (2002). *Very happy people*. APA, January.
- Edelstein, R. S., & Shaver, P. R. (2004). Avoidant attachment: Exploration of an oxymoron. In D. Mashek, & A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 397-412). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*. 1(4), 365-380.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erickson, E. (1958). *Young man Luther: A study in psychoanalysis and history*. New York: Norton.

- Erikson, E. H., Paul, I. H., Heider, F., & Gardner, R. W. (1959). *Psychological issues (Vol. 1)*. International Universities Press.
- Erikson, E. H. (Ed.). (1963). *Youth: Change and challenge*. New York: Basic books.
- Erikson, E. H. (1964). *Insight and responsibility*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson E. H. (1982). *The life cycle completed*. New York, NY: Norton.
- Ferguson, K. M., & Xie, B. (2012). Adult Support and Substance Use Among Homeless Youths Who Attend High School. *Child and Youth Care Forum*, 41(5), 427-445.
- Fraley, R. C., Davis, K. E., & Shaver, P. R. (1998). Dismissing avoidance and the defensive organization of emotion, cognition, and behavior. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 249-279). New York, NY: Guilford Press.
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1080-1091.
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Fraley, C. R., Niedenthal, P.M., Marks, M., Brumbaugh, C., & Vicary, A. (2006). Adult attachment and the perception of emotional expressions: probing the hyperactivating strategies underlying anxious attachment. *Journal of Personality* 74(4),1163-1190.
- Fivush, R., & Vasudeva, A. (2002). Remembering to relate: Socioemotional correlates of mother-child reminiscing. *Journal of Cognition and Development*, 3, 73-90.
- Fox, N. A. (1995). Of the Way We Were: Adult Memories About Attachment Experiences and Their Role in Determining Infant- Parent
- Vinculação na Infância e Desenvolvimento Adulto: Estudo das relações entre Memórias de Infância, Bem-Estar Subjetivo, Depressão, Stress e Ansiedade.  
Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues (e-mail: sabryfig@hotmail.com) 2018

- Relationships: A Commentary on van Ijzendoorn (1995). *Psychological Bulletin*, 117(3), 404-410.
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71(3), 690-694.
- Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. (2005a). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): I – Abordagem teórica ao conceito de afecto. *Análise Psicológica*, 2, 209-218.
- Galinha, I. C., & Pais-Ribeiro, J. P. (2005b). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2, 219-227.
- Griffiths, P. E. & Hochman, A. (2015). *Developmental Systems Theory*. In: eLS. John Wiley & Sons, Ltd: Chichester.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Miller, N. & Haefffel, G. J. (2004). Cognitive vulnerability-stress theories of depression: Examining affective specificity in the prediction of depression versus anxiety in three prospective studies. *Cognitive Therapy and Research*. 28, 309–345.
- Hankin, B. L., Kassel, J. D., Abela, J. R. (2005). Adult attachment dimensions and specificity of emotional distress symptoms: prospective investigations of cognitive risk and interpersonal stress generation as mediating mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31(1), 136-51.
- Hazan, C., Shaver, P. J. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Jean Piaget (1964). Part I: Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal of Research and Science Teaching*, 2, 176-186.
- Jordan, C., Logel, C., Spencer, S. J., Zanna, M. P., Wood, J. V., & Holmes, J. G. (2013). Responsive Low Self-Esteem: Low Explicit Self-Esteem, Implicit Self-Esteem, and Reactions to Performance Outcomes.

- Kensinger, E. A., Garoff-Eaton, R. J., & Schacter, D. L. (2007). Effects of emotion on memory specificity: Memory trade-offs elicited by negative visually arousing stimuli. *Journal of Memory and Language*, 56, 575–591.
- Ko, L. M., & Lewis, M. A. (2010). The role of giving and receiving emotional support on depressive symptomology among older couples: An application of the actor-partner interdependence model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 83-99.
- Labouvie-Vief, G., & Diehl, M. (1999). Self and personality development. In J. C.avanaugh & S. K. Whitbourne (Eds.), *Gerontology: An interdisciplinary perspective* (pp. 238-268). New York: Oxford University Press.
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behavior Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (3), 367-384.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95-124). Westport, CT, US: Ablex Publishing.
- Mayo, P. R. (1989). A further study of the personality-congruent recall effect. *Personality and Individual Differences*, 10, 247–252.
- Merrel, K. (2008). *Behavioral, Social and Emotional Assessment of Children*

*and Adolescents*. NY: Lawrence Erlbaum Associates p.133-176.

- Mikulincer, M. & Orbach, I. (1995). Attachment Styles and Repressive Defensiveness: The Accessibility and Architecture of Affective Memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 917-925.
- Mikulincer, M., Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric theory* (2<sup>a</sup>eds). New York: McGraw-Hill.
- Pais-Ribeiro, J., Honrado, A., & Leal, I. (2004a). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de Depressão Ansiedade Stress de Lovibond e Lovibond. *Psychologica*, 36, 235-246.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A. & Leal, I. (2004b). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 5(2), 229-239.
- Pallant, J. (2005). *SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using SPSS for Windows* (Version 12) (2nd ed.). Austrália: Allen & Unwin.
- Perris, C., Jacobsson, L., Lindström, H., von Knorring, L. & Perris, H. (1980). Development of a new inventory assessing memories of parental rearing behavior. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 61(4), 265-274.
- Perrone, M. K., Wright, L. S. (2010). An examination of the role of attachment and efficacy in life satisfaction. *The Counseling Psychologist*, 38(6), 796-823.
- Peterson, C., Smorti, A. & Tani, F. (2008). Parental Influences on earliest memories. *Memory*, 16(6), 569-578.
- Peterson, C. & Nguyen, D. (2010). Parent-Child relationship quality and infantile amnesia in adults. *British Journal of Psychology*, 101(4), 719-737.

- Pietromonaco, P. R., & Beck, L. A. (2015). Attachment processes in adult romantic relationships. In M. Mikulincer, P. R. Shaver, J. A. Simpson, & J. F. Dovidio (Eds.), *APA handbook of personality and social psychology, Volume 3: Interpersonal relations*. (pp. 33–64). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Blakely, B. S. (1995). Adult attachment styles and mothers' relationships with their young children. *Personal Relationships, 2*, 35-54.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Blakely, B. S., Lanigan, L., & Allen, E. A. (1997) Adult attachment styles, the desire to have children, and working models of parenthood. *Journal of Personality, 65*, 357-385.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H., Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: the mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(2), 310-20.
- Rothbard, J., & Shaver, P. (1994). Continuity of attachment across life span. In M. B. Sperling & N. H. Berman (Eds.) *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*, 32-40. New York: Guilford.
- Rusting, C. L. (1998). Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: Three conceptual frameworks. *Psychological Bulletin, 124*, 165–196.
- Sable, P. (2008). What is adult attachment? *Clinical Social Work Journal, 36*, 21-30.
- Safford, S. M., Alloy, L. B., Crossfield, A.G., Morocco, A.M., & Wang, J.C. (2004). The relationship of cognitive style and attachment style to depression and anxiety in young adults. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 18*, 25–41.
- Schacter, D. L., & Wiseman, A. L. (2006). Reducing memory errors: The distinctiveness heuristic. In James B. Worthen & Reed R. Hunt (Eds.), *Distinctiveness and memory* (pp. 89–107). New York: Oxford

University Press.

- Schacter, D. L., Gallo, D. A., & Kensinger, E. A. (2007). The cognitive neuroscience of implicit and false memories: Perspectives on processing specificity. In James S. Nairne (Ed.), *The foundations of remembering: Essays in honor of Henry L. Roediger, III* (pp. 353–377). New York: Psychology Press.
- Schaffer, H. R., Emerson, P. E. (1964). The Development of Social Attachments in Infancy. *Monographs of the Society for Research in Child Development*; 29(3), 94.
- Scharfe, E. (2007). Cause or consequence?: Exploring causal links between attachment and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), 1048-1064.
- Scher, C. D., Ingram, R. E. & Segal, Z. V. (2005). Cognitive reactivity and vulnerability: empirical evaluation of construct activation and cognitive diatheses in unipolar depression. *Clinical Psychology Review*, 25(4), 487-510.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31(3), 343-59
- Sedikides, C., & Skowronski, J. J. (1990). Towards reconciling personality and social psychology: A construct accessibility approach. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 531–546.
- Siddiqui, A., Eisemann, M. & Hägglöf, B. (2000). The stability of maternal interpretation of infant's facial expressions during pre-and postnatal period and its relation with prenatal attachment. *Early Child Development & Care*, 162, 41-50.
- Simões, A. (1992). Ulterior Validação de uma Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXVI(3), 503-515.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (1994). Stress and secure base relationships in adulthood. In K. Bartholomew, D. Perlman (Eds.), *Attachment*

*processes in adulthood* (pp. 181-204). London England: Jessica Kingsley Publishers.

- Simpson, J. A., Rholes, W., Campbell, L., Tran, S., & Wilson, C. L. (2003). Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1172-1187.
- Simpson, J. A., Collins, W., Tran, S., & Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 355-367.
- Singh, K., & Jha, S. (2008). Positive and Negative Affect, and Grit as predictors of Happiness and Life Satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34, 40-45.
- Soares, I. (2001). Vinculação e cuidados maternos: Segurança, proteção e desenvolvimento da regulação emocional no 3 contexto da relação mãe-bebé. In C. Canavarro (Ed.), *Psicologia da Gravidez e da Maternidade* (pp. 75-104). Coimbra: Quarteto.
- Tani, F., Bonechi, A., Peterson, C. & Smorti, A. (2010). Parental Influences on Memories of Parents and Friends. *The Journal of Genetic Psychology*, 17(4), 300-329.
- Tuttle, A. R., Knudson-Martin, C. & Kim, L. (2012). Parenting as Relationship: A Framework for Assessment and Practice. *Family Process*, 51(1), 73-89.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W. & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.



# 1. Protocolo de Investigação

## 1.1. Consentimento Informado

64



FPCEUC FACULDADE DE PSICOLOGIA  
E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

### PEDIDO DE COLABORAÇÃO EM INVESTIGAÇÃO E CONSENTIMENTO INFORMADO

Eu, Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues, mestranda em Psicologia da Educação, Aconselhamento e Desenvolvimento pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, sob orientação da Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias e Professor Doutor Joaquim Armando Ferreira, venho pedir que participe neste estudo, sobre Vinculação na infância, Desenvolvimento e Bem-estar nos adultos, no contexto da minha tese de Mestrado.

O objetivo principal consiste em entender de que forma a relação de vinculação no início de vida com figuras primárias de afeto se correlaciona diretamente com o bem-estar e comportamentos de risco futuros ou história de perturbações psiquiátricas. Para o concretizar, será necessário aplicar questionários a adultos ou idosos com idades compreendidas entre os dezoito e sessenta e cinco anos.

Neste âmbito, peço a sua colaboração neste estudo através da resposta aos questionários que se seguem. Será assegurado o completo anonimato e confidencialidade da informação recolhida e os dados apenas serão utilizados para efeito da presente investigação.

Muito obrigada pela sua colaboração!

Com os nossos melhores cumprimentos,

(Prof. Doutora Maria da Luz Vale Dias)

(Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues)

#### CONTACTOS:

Maria da Luz Vale Dias – 96051548 ([valedias@fpce.uc.pt](mailto:valedias@fpce.uc.pt))

Sabrina Amaral Figueiredo Rodrigues – 969303387 ([2010161544@student.uc.pt](mailto:2010161544@student.uc.pt))

Eu, \_\_\_\_\_, declaro ter sido suficientemente informado/a, aceitando participar nesta investigação.

Coimbra, \_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

Assinatura: \_\_\_\_\_

ID: 

65

**Universidade de Coimbra**  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
**QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO**

1. Idade (anos): \_\_\_\_\_ 2. Distrito de Residência: \_\_\_\_\_
3. Sexo:  Feminino  Masculino 4. Nacionalidade: \_\_\_\_\_
5. Estado Civil:  Solteiro/a  União de Facto  Casado/a  
 Divorciado(a)/Separado(a)  Viúvo/a

**6. Habilitações Literárias:**

	Não frequentou o sistema de ensino formal	1º Ciclo do Ensino Básico (1º ao 4ºano)	2º Ciclo do Ensino Básico (5º ao 6ºano)	3º Ciclo do Ensino Básico (7º ao 9ºano)	Ensino Secundário (10º ao 12º ano)	Ensino Superior/ Licenciatura	Mestrado/ Doutoramento
<b>Próprio</b>							
<b>Pai</b>							
<b>Mãe</b>							

7. Qual a sua área de formação? \_\_\_\_\_

8. Encontra-se desempregado/a atualmente?  Sim  Não

8.1. Se respondeu não, que profissão exerce atualmente? \_\_\_\_\_

9. Constituição do agregado familiar quando era criança [coloque uma cruz na(s) opção(ões) correta(s)]:

- Pai  Mãe  
 Padrasto  Madrasta  
 Irmão(s)  Irmã(s)  
 Avô  Avó  
 Outros: Quem? \_\_\_\_\_

## INFORMAÇÃO RELATIVA AO ACOMPANHAMENTO TERAPÊUTICO

10. Toma alguma medicação?  Sim  Não

Se sim, indique qual (que medicamentos) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11. Está atualmente ou já foi acompanhado/a por algum Psicólogo/Psiquiatra?  Sim  Não

Se sim, há quanto tempo e porque razão? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

12. Uso atual ou passado de Substâncias/Adições?  Sim  Não

Se sim, quais?  Tabaco  
 Drogas Ilegais  
 Drogas legais (ex: Álcool)  
 Outro: \_\_\_\_\_

12.1. Já procurou tratamento?  Sim  Não

13. Outros comportamentos aditivos (de excesso, vícios)?  Sim  Não

Se sim, quais?  Comida  
 Jogo  
 Exercício  
 Sexo  
 Outro: \_\_\_\_\_

13.1. Já procurou tratamento?  Sim  Não

### 1.3. Escala de Satisfação com a Vida (SWLS)

Esta escala compreende cinco frases com as quais poderá concordar ou discordar. Utilize a escala de 1 a 5 e marque com uma cruz (X) no quadrado que melhor indica a sua resposta.

	Discordo muito (1)	Discordo um pouco (2)	Não concordo, nem discordo (3)	Concordo um pouco (4)	Concordo muito (5)
1. A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que fosse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. As minhas condições de vida são muito boas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Estou satisfeito(a) com a minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Se eu pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## EMBU

(C. Perris, L. Jacobsson; H. Lindstrom; L. Von Knorring & H. Perris; 1984)

Umea University (Department of Psychiatry & WHO Collaborating Centre for Research and Training in Mental Health); Groningen University (Department of Psychology); Universidade Técnica de Lisboa (Departamento de Educação Especial e Reabilitação); Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia (Departamento de Terapêutica do Comportamento).

### *Memórias de Infância*

**INSTRUÇÕES:** Em seguida ser-lhe-ão colocadas algumas questões relativas à sua infância e adolescência

É importante lembrar-se dos comportamentos dos seus pais em relação a si, tal como os recorda, até ter a idade de 16 anos. Mesmo que às vezes seja difícil lembrar como é que o nossos pais se comportavam em relação a nós, quando eramos crianças e adolescentes, cada um de nós tem certas memórias dos princípios por eles utilizados na nossa educação.

Leia cada questão cuidadosamente e considere qual a resposta que melhor se aplica ao seu caso. Responda separadamente, em relação ao comportamento da sua mãe e do seu pai, colocando, para cada questão, uma X num dos quadrados em frente a **Pai**, para avaliar o comportamento do seu pai e outra num dos quadrados em frente a **Mãe**, para avaliar o comportamento da sua mãe.

Por exemplo:

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
Os meus pais eram amáveis comigo		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
1. Os meus pais eram severos ou zangavam-se comigo sem me explicarem porquê		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Os meus pais elogiavam-me		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Desejava que os meus pais se preocupassem menos com o que eu fazia		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Os meus pais deram-me mais castigos físicos do que eu merecia		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Quando chegava a casa tinha de contar tudo o que tinha feito		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Os meus pais contribuíram para que a adolescência fosse uma época de aprendizagens importantes, na minha vida.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Os meus pais criticavam-me à frente dos outros		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Os meus pais proibiam-me de fazer coisas que a outras crianças eram permitidas por terem medo que me pudesse acontecer alguma coisa		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
9. Os meus pais incentivavam-me a sobressair em tudo o que eu fazia	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Através do seu comportamento, parecendo tristes, por exemplo, os meus pais faziam-me sentir culpado por os tratar mal	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Eu penso que a ansiedade dos meus pais de que alguma coisa me pudesse acontecer era exagerada	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Se as coisas me corressem mal, eu sentia que os meus pais me tentavam confortar e encorajar	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Eu era tratado(a) como a «ovelha ranhosa» ou como o «bode expiatório» da família	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Os meus pais mostravam com gestos e palavras que gostavam de mim	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Eu sentia que os meus pais gostavam mais do(s) meu(s) irmão(s) e/ou irmã(s) do que de mim	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Os meus pais faziam-me sentir vergonha de mim mesmo	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Os meus pais não se preocupavam muito com as minhas saídas.	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Sentia que os meus pais interferiam com tudo aquilo que eu fazia	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Sentia que havia ternura, entre mim e os meus pais.	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Os meus pais estipulavam limites sobre o que me era permitido e sobre o que não me era permitido fazer, que seguiam rigorosamente	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Os meus pais castigavam-me mesmo por pequenos erros	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Os meus pais é que decidiam sobre como eu me devia vestir ou parecer	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Eu sentia que os meus pais ficavam orgulhosos quando eu era bem sucedido(a) em qualquer coisa na qual me havia empenhado	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="margin-right: 10px;">Pai</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">Mãe</div> <div style="margin-right: 10px;"><input type="checkbox"/></div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-right: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> </div>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 1.5. Escala de Vinculação do Adulto

69

Por favor leia com atenção cada uma das afirmações que se seguem e assinale o grau em que cada uma descreve a forma como se sente em relação às relações afetivas que estabelece. Pense em todas as relações (passadas e presentes) e responda de acordo com o que geralmente sente. Se nunca esteve afetivamente envolvido com um parceiro, responda de acordo com o que pensa que sentiria nesse tipo de situação.

	Nada Característico em mim (1)	Pouco Característico em mim (2)	Característico em mim (3)	Extremamente Característico em mim (4)
1. Estabeleço, com facilidade, relação com as pessoas.				
2. Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros.				
3. Costumo preocupar-me com a possibilidade dos meus parceiros não gostarem verdadeiramente de mim.				
4. As outras pessoas não se aproximam de mim tanto quanto gostaria.				
5. Sinto-me bem dependendo dos outros.				
6. Não me preocupo pelo fato das pessoas se aproximarem muito de mim.				
7. Acho que as pessoas nunca estão presentes quando são necessárias.				
8. Sinto-me de alguma forma desconfortável quando me aproximo das pessoas.				
9. Preocupo-me frequentemente com a possibilidade dos meus parceiros me deixarem.				
10. Quando mostro os meus sentimentos, tenho medo que os outros não sintam o mesmo por mim.				
11. Pergunto frequentemente a mim mesmo se os meus parceiros realmente se importam comigo.				
12. Sinto-me bem quando me relaciono de forma próxima com as pessoas.				
13. Fico incomodado(a) quando alguém se aproxima emocionalmente de mim.				
14. Quando precisar, sinto que posso contar com as pessoas.				
15. Quero aproximar-me das pessoas mas tenho medo de ser magoado(a).				
16. Acho difícil confiar completamente nos outros.				
17. Os meus parceiros desejam frequentemente que eu esteja mais próximo deles do que eu me sinto confortável em estar.				
18. Não tenho a certeza de poder contar com as pessoas quando precisar delas.				

## 1.6. Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS)

70

Esta escala consiste num conjunto de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Indique em que medida sentiu cada uma das emoções **durante as últimas semanas** utilizando a escala de 1 a 5 e marcando com uma cruz (X) no quadrado que melhor indica a sua resposta.

	1 Nada ou muito Ligeiramente	2 Um Pouco	3 Moderadamente	4 Bastante	5 Extremamente
1. Interessado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Perturbado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Excitado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Atormentado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Agradavelmente Surpreendido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Culpado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Assustado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Caloroso (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Repulsa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Entusiasmado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Orgulhoso (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Irritado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Encantado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Remorsos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Inspirado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Nervoso (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Determinado (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Trémulo (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Ativo (a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Amedrontado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Por favor leia cada uma das afirmações abaixo e assinale 0, 1, 2 ou 3 para indicar quanto cada afirmação se aplicou a si *durante a semana passada*. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo a indicar a sua resposta em cada afirmação.

*A classificação é a seguinte:*

- 0 – não se aplicou nada a mim
- 1 – aplicou-se a mim algumas vezes
- 2 – aplicou-se a mim de muitas vezes
- 3 – aplicou-se a mim a maior parte das vezes

1	Tive dificuldades em me acalmar	0	1	2	3
2	Senti a minha boca seca	0	1	2	3
3	Não consegui sentir nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
4	Senti dificuldades em respirar	0	1	2	3
5	Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer coisas	0	1	2	3
6	Tive tendência a reagir em demasia em determinadas situações	0	1	2	3
7	Senti tremores (por ex., nas mãos)	0	1	2	3
8	Senti que estava a utilizar muita energia nervosa	0	1	2	3
9	Preocupei-me com situações em que podia entrar em pânico e fazer figura ridícula	0	1	2	3
10	Senti que não tinha nada a esperar do futuro	0	1	2	3
11	Dei por mim a ficar agitado	0	1	2	3
12	Senti dificuldade em me relaxar	0	1	2	3
13	Senti-me desanimado e melancólico	0	1	2	3
14	Estive intolerante em relação a qualquer coisa que me impedisse de terminar aquilo que estava a fazer	0	1	2	3
15	Senti-me quase a entrar em pânico	0	1	2	3
16	Não fui capaz de ter entusiasmo por nada	0	1	2	3
17	Senti que não tinha muito valor como pessoa	0	1	2	3
18	Senti que por vezes estava sensível	0	1	2	3
19	Senti alterações no meu coração sem fazer exercício físico	0	1	2	3
20	Senti-me assustado sem ter tido uma boa razão para isso	0	1	2	3
21	Senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3

*Muito obrigado/a pela sua colaboração.*