

MESTRADO EM PSICOLOGIA
PSICOLOGIA DAS ORGANIZAÇÕES, SOCIAL E DO TRABALHO

Vinculação Paterna e Intimidade nas Relações de Namoro

Larissa Akemi Hirata Hayashida

M

2025



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

VINCULAÇÃO PATERNA E INTIMIDADE NAS RELAÇÕES DE NAMORO

Larissa Akemi Hirata Hayashida

Outubro, 2025

Dissertação apresentada no Mestrado de Psicologia das Organizações, Social e do Trabalho, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pelo Professor Doutor *José Albino Lima* (FPCEUP)

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações do autor no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o autor declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O autor declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, agradeço ao meu orientador, Professor Doutor José Albino Lima, pela sua disponibilidade, dedicação e orientação constante durante todo este percurso. A sua paciência e confiança na minha capacidade de produzir um trabalho com qualidade e rigor foram imprescindíveis para a concretização deste trabalho.

Aos meus pais, que mesmo à distância, me apoiaram incondicionalmente e acreditaram no meu potencial para me tornar uma psicóloga.

À minha irmã, por estar sempre presente em todos os desafios, por me ajudar a manter o foco e trazer leveza e alegria nos momentos mais difíceis.

Ao Ricardo, meu companheiro de todos os dias, que sempre acreditou em mim e que nunca me deixou desistir em momentos mais desafiantes. Obrigada por seres a minha calma.

À Carlinha, por colocares sempre o meu bem-estar em primeiro lugar e por me acolheres como família. Obrigada por seres o meu porto seguro e por estares sempre do meu lado.

À Inês Castro, minha irmã de outra mãe, pelas conversas diárias e pela amizade genuína - sempre pronta para rir ou chorar comigo.

Às minhas amigas de longa data, Bruna, Inês e Rita pelos momentos de gargalhadas e conversas reconfortantes que me ajudaram a seguir em frente.

Um agradecimento muito especial à Íris, o melhor que a faculdade me deu. Sem ti, este caminho teria sido bem mais difícil. Foste o meu apoio incondicional ao longo destes cinco anos – entre viagens, noites sem dormir e tardes dedicadas à tese, estiveste sempre lá.

Sem vocês não seria possível. Este trabalho também é vosso.

Resumo

Nos últimos 30 anos, os estudos sobre o envolvimento paterno têm aumentado significativamente. Apesar de se reconhecer a influência das primeiras relações de vinculação no desenvolvimento individual, continua a existir pouca informação sobre o impacto do envolvimento paterno nas primeiras relações amorosas.

O presente estudo teve como objetivo analisar de que forma a percepção da vinculação paterna se relaciona com a intimidade percebida nas relações de namoro.

A metodologia deste estudo foi de natureza quantitativa, envolvendo uma amostra de 143 participantes, com idades entre os 18 e os 25 anos, residentes em Portugal e que se encontravam numa relação de namoro. A recolha de dados foi realizada através de um questionário online composto por medidas sociodemográficas, pelo Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM; Matos & Costa, 2001) e pelo *Personal Assessment of Intimacy in Relationships* (PAIR; Schaefer & Olson, 1981; versão portuguesa: Moreira & Canavarro, 2007).

Os resultados demonstram que a percepção de uma vinculação paterna caracterizada por controlo e inflexibilidade tende a associar-se a comportamentos menos adaptativos, com impacto direto na intimidade estabelecida com os pares. Em contrapartida, uma percepção de vinculação segura ao pai relaciona-se com maior estabilidade e níveis superiores de intimidade. Além disso, a figura paterna desempenha um papel relevante em diversas dimensões, nomeadamente na autonomia, na forma como o indivíduo experiencia a intimidade e na gestão da ansiedade e das expectativas em relação aos outros.

Este estudo contribui para uma compreensão mais aprofundada da importância da vinculação paterna na qualidade das relações amorosas, reforçando a necessidade de desenvolver estratégias de prevenção que promovam vínculos saudáveis entre pais e filhos, com impacto positivo nas relações futuras.

Palavras-chave: envolvimento paterno; vinculação paterna; intimidade; relações de namoro, competências interpessoais

Abstract

Over the past 30 years, research on paternal involvement has increased significantly. Although the influence of early attachment relationships on individual development is well recognized, little is known about the impact of paternal involvement on early romantic relationships.

This study aimed to analyze how the perception of paternal attachment relates to perceived intimacy in dating relationships.

The methodology was quantitative, involving a sample of 143 participants aged 18 to 25 years, residing in Portugal, and currently in a dating relationship. Data were collected through an online questionnaire composed of sociodemographic measures, the Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM; Matos & Costa, 2001), and the Personal Assessment of Intimacy in Relationships (PAIR; Schaefer & Olson, 1981; Portuguese version: Moreira & Canavarro, 2007).

Results show that the perception of a paternal attachment characterized by control and rigidity is associated with less adaptive behaviors, directly impacting intimacy in relationships. In contrast, a perception of a secure paternal attachment is related to greater relational stability and higher levels of intimacy. Furthermore, the paternal figure plays a significant role in various dimensions, including autonomy, the way the individual experiences intimacy, and the management of anxiety and expectations in relationships.

This study contributes to a deeper understanding of the importance of paternal attachment in the quality of romantic relationships, highlighting the need to develop preventive strategies that foster healthy parent–child bonds, with a positive impact on future relationships.

Keywords: paternal involvement; paternal attachment; intimacy; dating relationships; interpersonal skills.

Introdução

Envolvimento Paterno

Nos últimos 30 anos os estudos em torno do envolvimento paterno têm aumentado significativamente. Por isso, nos dias de hoje existe literatura suficiente sobre a importância que o envolvimento paterno tem no desenvolvimento dos filhos e nos padrões comportamentais que estes apresentam nas suas relações interpessoais. Nos últimos anos, o interesse no papel do pai tem aumentado por diversos fatores, como por exemplo as mudanças das estruturas familiares, aumento das mulheres no mercado de trabalho e consequentemente a mudança na divisão das tarefas domésticas, entre outros (Marsiglio, 1995, como citado em Lima, 2005). Além disso, a forma como o papel paterno é encarado tem mudado com o passar dos anos, estando estes mais envolvidos na educação e no desenvolvimento dos filhos.

É possível distinguir três dimensões do envolvimento paterno: a *interação*, que está relacionada com o tempo que é passado com a criança, onde os pais realizam de forma direta com os seus filhos e.g., alimentar, brincar, ajudar nos trabalhos de casa); a segunda, a *disponibilidade* que está associada ao facto do pai estar presente e “disponível” para interações a qualquer momento, para as necessidades da criança (e.g., o adulto estar na cozinha enquanto a criança brinca na divisão ao lado); a última, a *responsabilidade* está ligada a que o pai assuma o compromisso pelos cuidados e bem-estar da criança (Lamb, Pleck, Charnov & Levine, 1985; 1987; Pleck, 1983, como citado em Lima, 2005). Desta forma, quando os pais demonstram ser prestadores de cuidados competentes, assumindo um papel ativo como pais, influenciam de forma positiva processo desenvolvimental dos filhos (Lamb, 1997). Além de contribuírem para o desenvolvimento cognitivo e social, também são particularmente importantes na regulação emocional das crianças (Gottman, Katz & Hooven (1997, como citado em Lima, 2005).

Alguns estudos demonstram que adolescentes com maior envolvimento paterno têm maior probabilidade de apresentar melhor autocontrolo, autoestima, competências sociais, caso o pai não revele ser autoritário, violento ou controlador (Mosley & Thomsom, 1995; Pleck & Masciadrelli, 2003). Desta forma, é possível verificar as consequências do envolvimento paterno no desenvolvimento e a forma como essa parentalidade é vivenciada.

Determinantes do envolvimento paterno

Segundo Pleck & Masciadrelli (2003) o envolvimento paterno é determinado por múltiplos fatores, que são essenciais para compreender a variação do grau de envolvimento: primeiramente existe a motivação que está associada à vontade do pai de estar envolvido; O segundo fator, as competências e autoconfiança, estão associadas a outro fator determinante do envolvimento paterno. A crença de possuir menos competências (e.g., ser desastrado) é o que muitas vezes se torna um impedimento para o envolvimento. Mas mais importante do que as competências é o desenvolvimento da confiança, uma vez que as habilidades podem ser adquiridas mais tarde. Este sentimento de autoconfiança pode ser desenvolvido ao passar cada vez mais tempo com os seus filhos, ao ponto de desfrutarem da sua companhia e consequentemente, sentirem cada vez mais autoconfiança. Lamb (1980) também considera que para além da autoconfiança, a sensibilidade também é essencial. A sensibilidade está relacionada com a capacidade do pai de compreender os sinais da criança, saber o que necessita e responder de forma adequada a isso. O terceiro fator que determina o envolvimento paterno é o apoio, principalmente o apoio da mãe. E por fim, as práticas institucionais (e.g., horários flexíveis) potencializam o envolvimento paterno e têm grande valor para os pais.

Face a isto, é possível concluir a importância que o envolvimento paterno tem no desenvolvimento dos indivíduos e que este não depende apenas de um fator. Além disso, alguns estudos demonstram que crianças cujos pais são envolvidos, têm maior probabilidade de apresentarem uma vinculação segura com os mesmos (Cox, Owen, Henderson, & Margand, 1992). Acrescentando a isso, outras pesquisas revelam que um maior envolvimento paterno durante o crescimento de uma criança tem sido associado a aspetos positivos na qualidade das relações e no sucesso profissional que, de acordo com a Teoria de Vinculação, é durante a infância que são desenvolvidos os modelos cognitivos internos sobre si mesmo e sobre a qualidade das relações com os outros. Este sistema de vinculação é ativado durante todo o ciclo da vida e orienta o indivíduo nas suas relações de proximidade emocional (Bowlby, 1973; Simpson, 1990). O comportamento de vinculação é instintivo, sendo aquilo que permite à espécie de evoluir e se preservar, e não apenas um reflexo das necessidades fisiológicas. O vínculo afetivo desenvolve-se através da consistência do cuidado, responsividade e sensibilidade dos cuidadores e também das capacidades cognitivas e emocionais da criança. A imagem interna que é criada dos cuidadores torna-se assim a base para os relacionamentos íntimos futuros, uma vez que existe uma tendência de recriação, nas relações atuais do indivíduo, do padrão de modelo interno da vinculação primária. Sendo assim o conceito de

qualidade do laço emocional que o indivíduo tem nas suas primeiras relações está intimamente ligado com os seus relacionamentos futuros. O conceito de vinculação definido por Bowlby (1969/1982) e Ainsworth (1967) é definido como um laço emocional que a criança desenvolve com os seus cuidadores primários no contexto das interações do quotidiano, no sentido de procurar proximidade com a sua figura de vinculação. Vinculação é um dos aspetos da relação entre os pais e a criança que tem como objetivo que esta se sinta segura e protegida. Numa relação de vinculação segura, com uma boa qualidade do laço emocional, a criança estabelece com a sua figura de vinculação uma *base segura*, a partir da qual tem liberdade de explorar e ao mesmo tempo, uma *fonte de segurança* onde pode regressar em caso de perigo ou desconforto (Bowlby, 1969). A criação desta base segura é crucial para o desenvolvimento da independência e consequentemente da criação da individualidade da criança. É esta capacidade de usar a figura de vinculação como base segura que define a segurança na vinculação (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). Contudo, se a figura de vinculação for percebida pelo indivíduo como (e.g., controladora), isso pode levar à restrição da exploração do indivíduo, o que reflete o próprio conceito de Inibição da Exploração e Individualidade.

Ainsworth e colaboradores (1978) foram os responsáveis por descrever os padrões de resposta das crianças aos episódios de separação e reunião com os seus cuidadores através da utilização do procedimento de “Situação Estranha”. Assim, foram identificados, inicialmente, três categorias de vinculação com base no comportamento que as crianças demonstravam durante a separação e reunião com os seus cuidadores no procedimento de “Situação Estranha”. Crianças com vinculação segura que são caracterizados por procurar contato visual e físico com o seu cuidador, envolver-se a explorar e brincar enquanto interagem com o seu cuidador. Contudo, estes demonstram desconforto quando são separados do cuidador e, quando se reúnem, este recebe-o com alegria e responde positivamente ao colo e inicia contacto com o mesmo. Além disso, as crianças com vinculação segura recuperam rapidamente após reunirem com o seu cuidador, envolvendo-se novamente no comportamento exploratório do ambiente a sua volta, com grande interesse.

Por outro lado, as crianças com vinculação evitante têm maior tendência em demonstrar menos desconforto durante a separação e evitam proximidade com o cuidador ao reunir com o mesmo. Já as crianças com vinculação ambivalente são menos propícias a envolver-se em comportamentos exploratórios na presença da figura de vinculação, e demonstram fortes respostas emocionais à separação, demonstrando padrões de comportamento ambivalentes (revelam comportamentos conflituosos de aproximação e evitamento simultaneamente).

Assim, o conceito de Ansiedade de Separação e Dependência surge quando a criança se sente desconfortável face a ausência do cuidador. Quando a criança não desenvolve uma base segura, como nos padrões de vinculação evitante, ambivalente e desorganizado, esta pode apresentar sinais de ansiedade ao separar-se da figura de vinculação.

Vinculação e Relações amorosas

Apesar dos processos de vinculação terem início na infância, Bowlby (1979) considerava que as relações amorosas que aconteciam na vida adulta funcionavam como laços de vinculação recíprocos, em que cada parceiro servia como uma figura de vinculação para o outro.

Alguns estudos revelam que as diferenças individuais na vinculação adulta são normalmente descritas/reduzidas a duas dimensões: ansiedade e evitamento.

A vinculação ansiosa está relacionada à preocupação que um indivíduo tem em ser rejeitado, medo de ser abandonado e as dúvidas que este apresenta relativamente ao seu valor dentro da relação. Além disso, uma ansiedade mais elevada reflete um sistema de vinculação demasiado ativado que pode ser o resultado de um cuidado por parte da figura de vinculação inconsistente ou demasiado protegida. A vinculação evitante refere-se até que ponto um indivíduo evita desenvolver intimidade, não gosta de estar dependente de outros e não reconhece a importância das relações. O evitamento reflete um sistema de vinculação desativado que pode ser o resultado de um cuidado por parte da figura de vinculação frio e distante (Ainsworth et al., 1978; Shaver & Mikulincer, 2002). Por esta razão, o evitamento é a estratégia adaptativa referida como “autossuficiência compulsiva” que o indivíduo utiliza para manter distância da sua figura de vinculação, sem processar os sinais de rejeição (Bowlby, 1973).

Quanto à vinculação segura, esta é caracterizada por apresentar níveis baixos de ansiedade e evitamento. A segurança refere-se a um sistema de vinculação flexível, resultado de experiências consistentes de cuidado por parte das figuras de vinculação. Face a isto, o nível de ansiedade e de evitamento de um indivíduo têm uma grande influência na sua aproximação e aceitação a relações próximas (Hepper & Carnelley, 2012).

A necessidade de manter relações interpessoais próximas e íntimas é uma componente motivacional humana fundamental e que contribui para o seu bem-estar. Um dos componentes

que constituem uma relação interpessoal próxima é a intimidade (Clark & Reis, 1988; Mitchell et al., 2008; Prager, 1995).

Verifica-se que existe uma grande diversidade de perspectivas na forma que a intimidade tem sido conceptualizada. Assim, Hook, Gerstein, Detterich e Gridley (2003, como citado em Moreira & Canavarro, 2007) consideram que um dos aspetos mais importantes da intimidade é a presença de amor e afeto, em que o indivíduo se sente à vontade para partilhar os seus sentimentos. A validação pessoal que está relacionada com o sentimento de que se é aceite e compreendido pelo outro, o que potencia uma maior abertura. Outro componente relevante no conceito de intimidade é a confiança, que é a característica que permite ao indivíduo sentir-se apto e seguro para partilhar assuntos pessoais. E por fim, a autorrevelação de aspetos íntimos é uma componente relevante para o estabelecimento de uma relação íntima.

Schaefer e Olson (1981) consideram que a intimidade é um conceito multidimensional que se desenvolve ao longo do tempo, nunca estando completamente finalizado, desenvolvendo-se à medida que os indivíduos de uma relação constroem formas positivas de se relacionarem e também da partilha de experiências íntimas.

O presente estudo

Como é possível verificar no enquadramento teórico apresentado anteriormente, a vinculação ao pai tem um papel crucial durante o desenvolvimento da criança, estando esta associada a aspetos positivos na qualidade das suas relações futuras.

Ao longo da vida, o ser humano estabelece diferentes tipos de relações interpessoais, entre as quais se destaca a relação de namoro, geralmente iniciada no início da idade adulta. Esta ligação distingue-se das restantes pelo grau de intimidade que tende a ser desenvolvido entre os parceiros.

Apesar de se saber a influência que as primeiras relações de vinculação têm no desenvolvimento os indivíduos, existe pouca informação sobre o impacto do envolvimento paterno nas primeiras relações de namoro.

Compreender de forma mais aprofundada a importância que a vinculação ao pai tem na qualidade das relações amorosas do indivíduo é crucial para a criação de estratégias de prevenção e intervenção durante a infância, entre pais e filhos, para que futuramente tenham relações de qualidade com os seus pares.

Assim, tendo em conta a literatura revisada, o estudo em questão é orientado pela seguinte questão de investigação: *“De que forma a percepção de vinculação paterna se relaciona com a intimidade percebida nas suas relações amorosas?”*.

Desta forma, o presente estudo tem como objetivo analisar a relação entre o padrão de vinculação ao pai, tal como é percecionado na idade adulta, e o grau de intimidade percebida nas relações amorosas. Parte-se do pressuposto de que a percepção da vinculação estabelecida com a figura paterna exerce uma influência significativa sobre a capacidade do indivíduo para desenvolver e partilhar experiências íntimas com o parceiro, afetando, por conseguinte, o nível de intimidade percebido na relação.

Método

Participantes

Participaram 143 pessoas¹ (63.6% do sexo feminino) entre os 18 e 25 anos, que se encontram numa relação de namoro. A amostra é composta por indivíduos de nacionalidade portuguesa (99.3%) e brasileira, todos residentes em Portugal.

Instrumentos

O instrumento utilizado para a recolha de dados foi um questionário online (Anexo 1), criado através do *Qualtrics*. Neste questionário foram incluídas as seguintes questões sociodemográficas: sexo, estado civil e nacionalidade.

Para avaliar a perceção de vinculação e a intimidade percebida na relação de namoro, o presente questionário foi elaborado com base em instrumentos validados e adaptados para a população portuguesa.

Personal Assessment of Intimacy in Relationships- PAIR

O instrumento PAIR (Schaefer & Olson, 1981; versão portuguesa: Moreira & Canavarro, 2007) que tem como objetivo avaliar o grau de intimidade percebida na relação.

O instrumento é um questionário de auto-resposta composto por 35 questões e realizado através de uma escala tipo Likert de 5 pontos (0- *Discordo fortemente* a 4- *Concordo fortemente*). Considerando a versão portuguesa de Moreira & Canavarro (2007) foi possível criar 3 fatores: Validação Pessoal (aspetos de intimidade associados ao sentimento de validação de opiniões, sentimentos e de aceitação por parte do companheiro. Além disso também está associada à proximidade emocional relativamente ao companheiro e com a sexualidade); Comunicação (capacidade do indivíduo de expressar os seus sentimentos, desejos e opiniões na relação); Abertura ao Exterior (associado à díade conjugal aos outros, nomeadamente aos

¹ O presente estudo contou com uma amostra inicial de 172 participantes. Foram eliminados 29 por não cumprirem os critérios pré-estabelecidos quanto ao estado civil e/ou pela existência de resposta omissa a qualquer uma das variáveis.

amigos em comum). E uma subescala de Convencionalidade (pretende avaliar o grau de desejabilidade social nas respostas dos indivíduos).

A Tabela 1 representa os itens enquadrados nos diferentes fatores.

Tabela 1

Distribuição dos itens do PAIR pelos 4 fatores²

Fatores	Itens
Validação Pessoal	8, 9, 10, 11, 13, 16, 21, 22, 25, 28, 29, 31, 32, 33
Comunicação	1, 3, 4, 5, 7, 15, 17, 19, 34, 35
Abertura ao Exterior	2, 14, 20, 23, 26
Subescala de Convencionalidade	6, 12, 18, 24, 30, 36

Na tabela 2 é possível verificar a consistência interna de cada um dos fatores do PAIR. Relativamente à consistência interna, os fatores apresentam valores adequados. Com exceção ao fator Abertura ao Exterior e a Escala de Convencionalidade.

Tabela 2

Consistência interna dos fatores do PAIR

Fatores	Alfa de Cronbach	Nº de itens
Validação Pessoal	0.71	14
Comunicação	0.72	10
Abertura ao Exterior	0.47	5
Subescala de Convencionalidade	0.20	6
Escala total		35

² Foi realizada a inversão de itens que estavam na sua forma negativa (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 21, 22, 25, 28, 29, 31, 32, 33, 36).

Com o objetivo de melhorar o valor de alfa que representa a confiabilidade do fator, foram detetados os itens que estariam a prejudicar a consistência interna dos fatores. No caso do fator Abertura ao Exterior, foi retirada a variável 14 “faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação – Temos poucos amigos em comum.”

Quanto à Escala de Convencionalidade, foi retirada a variável 36 “Faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação – Tenho algumas necessidades que não são preenchidas pela minha relação”.

Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe- QVPM

O Questionário QVPM (Matos & Costa, 2001) é um instrumento de autorrelato com objetivo de avaliar as representações de vinculação na relação com as figuras parentais. Este instrumento é composto por 30 itens e a resposta é realizada através de uma escala tipo *Likert* de 6 pontos desde o *discordo totalmente* até ao *concordo totalmente*.

Considerando a versão revista do estudo de Matos & Costa (2001), foi possível agrupar os itens do questionário em três fatores principais, cada um com 10 itens: Inibição da Exploração e Individualidade (que se refere a percepção que os indivíduos têm das restrições à sua autonomia e exploração da sua individualidade); Qualidade do Laço Emocional (relacionado com a percepção do indivíduo da qualidade da relação com os pais, ou seja, a importância que os indivíduos atribuem à estas figuras de vinculação, sendo percebidas como essenciais no seu desenvolvimento); Ansiedade de Separação e Dependência (associada com a experiência de ansiedade sentida pelo indivíduo resultante da separação das figuras de vinculação).

A tabela 3 indica a distribuição dos itens do QVPM pelos respectivos fatores. Note-se que, primeiramente, foi realizada a inversão de alguns itens (1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25 e 28), uma vez que apresentam a sua informação na forma negativa (e.g., Não vale muito a pena discutirmos, porque nem eu nem os meus pais damos o braço a torcer) para garantir a coerência na análise dos mesmos

Tabela 3*Distribuição dos itens do QVPM pelos 3 fatores*

Fatores	Itens
Inibição da Exploração e Individualidade	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25 e 28
Qualidade do Laço Emocional	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 27 e 30
Ansiedade de Separação e Individualidade	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 26 e 29

Na tabela 4 é possível verificar a consistência interna de cada um dos fatores do QVPM. A consistência interna dos 3 fatores apresentados anteriormente, estão adequados, tanto para as dimensões correspondentes à mãe como para o pai, o que indica que os itens estão bem relacionados entre si.

Tabela 4*Consistência interna dos fatores do QVPM*

Fatores	Alfa de Cronbach		Nº de itens
	Mãe	Pai	
Inibição da Exploração e Individualidade	0.86	0.91	10
Qualidade do Laço Emocional	0.97	0.92	10
Ansiedade de Separação e Individualidade	0.89	0.89	10
Escala total			30

Procedimento de Recolha de Dados

Para a divulgação do questionário e posterior análise dos dados, foi necessário pedir um parecer à Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (Ref.^a 2024-02-13), a qual foi emitido um parecer favorável (Anexo 2).

A divulgação do questionário foi realizada através do email dinâmico da UP e através das redes sociais.

A recolha de dados foi iniciada entre 24 de maio de 2024 e finalizada em 18 de março de 2025.

Procedimentos de Análise de Dados

A análise estatística foi realizada através do software IBM SPSS Statistics, versão 28. Os procedimentos estatísticos utilizados neste estudo foram os testes paramétricos (Correlação de *Pearson*, *Test t-student*) e testes não paramétricos (teste *Mann-Whitney U* e Correlação de *Spearman*).

Resultados

QVPM: Análise descritiva

Foi realizado um teste t de amostras emparelhadas com a finalidade de obter análise descritiva e comparação de médias dos diferentes fatores: Inibição da Exploração e Individualidade (Pai: $M = 2.31$, $DP = 0.98$; Mãe: $M = 2.33$, $DP = 1.07$) ($t(142) = -0.20$, $p = 0.84$, $d = 1.26$) indicando que não é possível aferir diferenças estatisticamente significativas entre o pai e a mãe na forma que os indivíduos percebem a Inibição da Exploração e Individualidade; Qualidade do Laço Emocional (Pai: $M = 5.11$, $DP = 1.21$; Mãe: $M = 5.44$, $DP = 0.74$) ($t(142) = -4.23$, $p < 0.001$, $d = 0.95$) revelando diferenças estatisticamente significativas, no sentido em que percebem uma qualidade do laço emocional maior com a mãe do que com o pai, sentindo-se emocionalmente mais ligados à mãe; Ansiedade de Separação e Dependência (Pai: $M = 2.66$, $DP = 1.01$; Mãe: $M = 3.12$, $DP = 1.13$) ($t(142) = -6.96$, $p < 0.001$, $d = 0.79$) o que demonstra que existem diferenças estatisticamente significativas, onde é possível concluir níveis mais baixos de ansiedade de separação e dependência em relação ao pai. Ou seja, os participantes experienciam uma maior ansiedade de separação e dependência em relação às suas mães do que aos seus pais, podendo significar diferentes padrões de vinculação entre as figuras parentais.

De seguida, foi realizada a correlação de *Pearson*, para verificar a existência de correlações entre os fatores. Após realizar a análise, verificou-se que existem correlações entre os 3 fatores, tanto para o pai como para a mãe.

Relativamente ao pai, verificou-se uma correlação negativa entre a Inibição da Exploração e Individualidade e a Qualidade do Laço Emocional ($r = -0.72$, $p < 0.001$), o que sugere que quanto maior a percepção de inibição da exploração e individualidade, menor é a qualidade do laço emocional com o pai percebida. Também se verificou que a Ansiedade de Separação e Dependência e Qualidade do Laço Emocional apresentaram uma correlação positiva forte ($r = 0.67$, $p < 0.001$) o que indica que quanto maior o nível de ansiedade de separação e dependência, maior a percepção da qualidade do laço emocional em relação ao pai. Além disso, verificou-se uma correlação negativa fraca entre o fator Inibição da Exploração e Individualidade e o fator Ansiedade de Separação e Dependência ($r = -0.27$, $p = 0.001$), o que indica que os indivíduos que percebem uma maior inibição da exploração e individualidade, tendem a apresentar menor ansiedade de separação em relação ao pai.

Relativamente à mãe, verificou-se uma correlação negativa entre a Inibição da Exploração e Individualidade e a Qualidade do Laço Emocional ($r = -0.53$, $p < 0.001$), o que indica que quanto maior a inibição da exploração e individualidade, menor a percepção da qualidade do laço emocional. Verificou-se também o fator de Ansiedade de Separação e Dependência correlaciona-se positivamente com a Qualidade do Laço Emocional ($r = 0.63$, $p < 0.001$), o que sugere que uma maior qualidade do laço emocional com a mãe está relacionada com uma maior ansiedade de separação e dependência com a mesma. Em adição, também se revelou uma correlação entre o Fator 1, Inibição da Exploração e Individualidade e o Fator 3, Ansiedade de Separação e Dependência ($r = -0.38$, $p < 0.001$) que através desta correlação negativa indica que quanto maior a inibição da exploração e individualidade, menor é a ansiedade de separação e dependência em relação à mãe.

Outro procedimento que foi realizado foi a criação de duas novas variáveis *Vinculação Parental Segura* (constituída pela variável de Qualidade do Laço Emocional) e *Vinculação Parental Insegura* (constituída pelas variáveis Inibição da Exploração e Individualidade e Ansiedade de Separação e Dependência) no sentido de compreender o nível de vínculo emocional com os pais (pai e mãe) que os indivíduos apresentavam. Após a implementação de um teste t de amostras emparelhadas da Vinculação Parental Segura ($M = 5.28$, $DP = 0.88$) e da Vinculação Parental Insegura ($M = 2.61$, $DP = 0.53$) ($t(142) = 32.87$, $p < 0.001$, $d = 0.97$) o que indica que existe uma predominância do padrão de vinculação segura na amostra.

Face a isto, com base nas análises, verificou-se que aos indivíduos percebem que a vinculação à mãe ($M = 5.44$, $DP = 0.74$) é mais forte do que a vinculação com o pai ($M = 5.11$, $DP = 1.21$) ($t(142) = -4.23$, $p < 0.001$, $d = 0.95$) esta sugere uma vinculação menos segura em relação ao pai em comparação com a mãe. Contudo, a maior dispersão na vinculação com o pai pode ser um indicador de que alguns indivíduos podem ter uma vinculação muito forte com o seu pai, enquanto outros apresentam uma vinculação muito fraca.

Uma vez que os pressupostos de normalidade não se verificam, foi aplicado o Teste de Mann-Whitney verificar se existiam diferenças na vinculação ao pai em relação ao sexo. Após a aplicação do teste e análise, verificou-se que entre o sexo feminino ($M = 74.88$) e o sexo masculino ($M = 66.95$) ($U = 2103.5$; $Z = -1.11$; $p = 0.27$) não existem diferenças estatisticamente significativas na vinculação ao pai. O mesmo se verifica na vinculação com a mãe ($U = 2095.5$; $Z = -1.15$; $p = 0.25$), não se verificando assim diferenças estatisticamente significativas entre homens ($M = 66.80$) e mulheres ($M = 74.97$) na vinculação à mãe.

Tabela 5*Comparação de Médias Entre Pai e Mãe Face aos Itens do Questionário*

Itens	M Pai	M Mãe	P
1. Os meus pais estão sempre a interferir em assuntos que só têm a ver comigo.	2,03	2,30	<0.001
2. Tenho confiança que a minha relação com os meus pais se vai manter no tempo.	5,36	5,71	<0.001
3. É fundamental para mim que os meus pais concordem com aquilo que eu penso.	3,66	3,66	1.000
4. Os meus pais impõem a maneira deles de ver as coisas.	2,45	2,67	0.161
5. Apesar das minhas divergências com os meus pais, eles são únicos para mim.	5,35	5,85	<0.001
6. Penso constantemente que não posso viver sem os meus pais.	4,24	4,24	0.959
7. Os meus pais desencorajam-me quando quero experimentar uma coisa nova.	2,77	2,00	<0.001
8. Os meus pais conhecem-me bem.	4,36	4,75	<0.001
9. Só consigo enfrentar situações novas se os meus pais estiverem comigo.	1,83	2,84	<0.001
10. Não vale muito a pena discutirmos, porque nem eu nem os meus pais damos o braço a torcer.	3,50	2,68	<0.001
11. Confio nos meus pais para me apoiarem em momentos difíceis da minha vida.	5,19	5,31	<0.001
12. Estou sempre ansioso(a) por estar com os meus pais.	2,99	3,50	<0.001
13. Os meus pais preocupam-se demasiadamente comigo e intrometem-se onde não são chamados.	1,58	2,38	<0.001
14. Em muitas coisas eu admiro os meus pais.	5,30	5,70	0.006
15. Eu e os meus pais é como se fôssemos um só	2,28	2,80	<0.001

16. Em minha casa é problema eu ter gostos diferentes dos meus pais.	1,84	1,60	0.160
17. Apesar dos meus conflitos com os meus pais, tenho orgulho neles.	5,49	5,86	0.004
18. Os meus pais são as únicas pessoas importantes na minha vida.	1,50	1,70	<0.001
19. Discutir assuntos com os meus pais é uma perda de tempo e não leva a lado nenhum.	2,50	2,36	0.478
20. Sei que posso contar com os meus pais sempre que precisar deles.	5,24	5,54	0.088
21. Faço tudo para agradar aos meus pais.	2,45	2,67	0.072
22. Os meus pais dificilmente me dão ouvidos	2,36	2,34	0.889
23. Os meus pais têm um papel importante no meu desenvolvimento.	5,24	5,64	0.003
24. Tenho medo de ficar sozinho(a) se um dia perder os meus pais	3,13	3,86	<0.001
25. Os meus pais abafam a minha verdadeira forma de ser.	1,55	1,65	0.015
26. Não sou capaz de enfrentar situações difíceis sem os meus pais.	2,14	2,83	<0.001
27. Os meus pais fazem-me sentir bem comigo próprio(a).	4,67	4,92	<0.001
28. Os meus pais têm a mania que sabem sempre o que é melhor para mim.	2,53	3,34	<0.001
29. Se tivesse de ir estudar para longe dos meus pais, sentir-me-ia perdido(a).	2,44	3,12	<0.001
30. Eu e os meus pais temos uma relação de confiança.	4,87	5,15	<0.001

Nota. A comparação de médias entre pai e mãe face aos itens do questionário foi avaliada através da resposta a escalas de 5 pontos (0 = *Discordo fortemente* a 4 = *Concordo fortemente*). *M* = média; *p* = valor de significância (teste t de Student para amostras emparelhadas). Valores de $p < .05$ indicam diferenças estatisticamente significativas.

Após a análise da comparação de médias de cada item relativo ao pai e à mãe, concluiu-se que existem diferenças na forma como os pais e as mães são percebidos pelos participantes.

Inibição da Exploração e Individualidade

A diferença de médias que o item 1 apresenta ($p < 0.001$) indica que a mãe ($M = 2.30$) é percebida como a que interfere mais nos assuntos dos filhos, em relação ao pai ($M = 2.03$).

O item 7, em que o pai ($M = 2.77$) tem uma média superior, sugere que os participantes percebem o pai como uma fonte mais restritiva, ao contrário da mãe ($M = 2.00$) que pode ser percebida como mais permissiva ($p < 0.001$).

O item 10 a média foi maior para o pai ($M = 3.50$) em relação à mãe ($M = 2.68$) que dá a entender uma comunicação e autoridade mais inflexível por parte do pai ($p < 0.001$).

O item 13 a média também foi superior para a mãe ($M = 2.38$) do que para o pai ($M = 1.58$) o que realça alguns itens anteriores, esta maior interferência por parte da mãe ($p < 0.001$).

No item 28, a média da mãe ($M = 3.34$) foi superior à do pai ($M = 2.53$) indicando uma maior tentativa de controlar por parte das mães ($p < 0.001$).

Qualidade do Laço Emocional

O item 2 revela que a confiança na relação com a mãe ($M = 5.71$) é superior em relação ao pai ($M = 5.36$, $p < 0.001$).

O item 5 revela uma média inferior para o pai ($M = 5.35$) em relação à mãe ($M = 5.85$), o que pode indicar uma qualidade de laço emocional maior e por isso mais forte, dando uma grande relevância à mesma ($p < 0.001$).

No item 11, a média do pai ($M = 5.19$) foi inferior à da mãe ($M = 5.31$, $p < 0.001$) que indica um sentimento maior e confiança em relação à mãe.

O item 17 a média foi superior para a mãe ($M = 5.86$) em relação ao pai ($M = 5.49$) o que indica a percepção de orgulho, mesmo na existência de conflitos, o que sugere uma forte vinculação emocional com a mesma, apesar dos conflitos ($p < 0.004$).

O item 23 a média da mãe ($M = 5.64$) foi superior à do pai ($M = 5.24$) e indica que a mãe é percebida como uma fonte vital de orientação e encorajamento no desenvolvimento do indivíduo ($p < 0.003$).

O item 27, em que a média foi maior para a mãe ($M=4.92$) do que para o pai ($M=4.67$), indica que a figura materna desempenha um papel relevante na construção e desenvolvimento da autoestima do indivíduo ($p<0.001$).

O item 30 em que a média da mãe ($M=5.15$) foi mais alta do que do pai ($M=4.87$) sugere uma maior confiança e vínculo seguro com a mãe ($p<0.001$).

Ansiedade de Separação e Individualidade

No item 9 a mãe ($M=2.84$) apresenta uma média superior à do pai ($M=1.83$, $p<0.001$) que pode indicar que o indivíduo tem uma maior percepção de apoio por parte da mãe, como uma figura de referência em momentos de incerteza.

No item 12 a média foi superior para a mãe ($M=3.50$) do que para o pai ($M=2.99$), o que revela um laço emocional mais intenso com a mãe ($p<0.001$).

No item 15, onde a média foi maior para a mãe ($M=2.80$), indica uma maior proximidade com a mãe em relação ao pai ($M=2.28$, $p<0.001$).

O item 18, superior para a mãe ($M=1.70$) em relação ao pai ($M=1.50$, $p<0.001$), pode ser interpretado como a percepção da mãe como figura de estabilidade e estrutural na vida do indivíduo.

No item 24, a média também foi superior para a mãe ($M=3.86$) em relação ao pai ($M=3.13$, $p<0.001$), sugerindo uma maior dependência emocional com a mesma, indicando um maior medo da sua perda.

No item 26 a média mais alta para a mãe ($M=2.83$) em relação ao pai ($M=2.14$, $p<0.001$) indica a percepção que os indivíduos atribuem à mãe como fonte de segurança em momentos difíceis.

O item 29, em que a média foi maior para a mãe ($M=3.12$) do que para o pai ($M=2.44$, $p<0.001$) reforça novamente uma maior laço afetivo e dependência com a mãe.

Em suma, embora os resultados das diferenças entre as médias indiquem que a mãe é percebida como tendo um papel de apoio e proximidade com o indivíduo, a relevância do pai revela-se através dos resultados do fator relacionado com a Inibição e Exploração da Individualidade, o que sugere que o pai tem uma grande influência na regulação comportamental dos indivíduos.

Além disso, esta diferença de médias não indicam uma ausência de vínculo por parte do pai, mas sim uma forma de envolvimento parental diferente, neste caso através da imposição de regras e de um comportamento mais restritivo.

PAIR - Análise descritiva

Foi realizada a análise descritiva dos diferentes fatores: Validação Pessoal ($M= 1.55$, $DP= 0.40$) que indica que os participantes apresentavam níveis moderados de validação pessoal na sua relação de namoro; Comunicação ($M= 4.32$, $DP= 0.52$) que indicam que existe uma comunicação boa e eficaz com os seus parceiros; Abertura ao Exterior ($M= 0.81$, $DP= 0.21$) que indica que a abertura para experiências externas e interações com os outros é razoável, podendo haver espaço para melhorias. E em relação à Escala da Convencionalidade ($M=0.71$, $DP= 0.09$) que pode significar que existe uma conscientização sobre a pressão social para responder às questões, mas também indica uma abertura para responder com sinceridade, e o desvio padrão indica que a maioria dos participantes partilha de uma visão semelhante.

Após realizar a análise descritiva, foi aplicada a correlação de *Pearson*, onde se verificou a existência de correlações entre os mesmos. Verificou-se uma correlação negativa forte ($r= -0.698$, $p<0.001$) entre o fator de Validação Pessoal e o fator de Comunicação, ou seja, quanto maior for o valor de validação pessoal, menor comunicação haverá entre o casal. Isto sugere que os indivíduos que procuram mais validação pessoal, tendem a perceber menos comunicação na relação.

Também foi encontrada uma correlação moderada negativa ($r= -0.29$, $p<0.001$) entre a Validação Pessoal e a Abertura ao Exterior que pode sugerir que quanto maior a necessidade de receber validação do seu parceiro na relação, menos dispostas podem estar a participar em novas experiências.

Por fim, verificou-se uma correlação positiva forte ($r=0.57$, $p<0.001$) entre o fator de Comunicação e o fator de Abertura ao Exterior que pode indicar que a medida que a comunicação melhora, ou seja, os seus valores aumentam, a abertura ao exterior tende a aumentar também. Isto implica que indivíduos que se comunicam de forma mais eficaz, sentem-se mais seguros na busca por novas experiências.

Os itens relativos à Escala de Convencionalidade não foram incluídos na análise uma vez que não são indicadores do construto em questão, a intimidade, apenas avaliar a desejabilidade social dos participantes.

De seguida, foi criada uma variável *Grau de Intimidade Percebida* para compreender o grau que cada indivíduo se sente íntimo nas diferentes dimensões da sua relação. Após a análise descritiva da variável ($M = 2.22$, $DP = 0.17$) verificou-se que de forma geral, os indivíduos percebem um grau moderado de intimidade com os seus parceiros nas suas relações amorosas.

Além disso, também foi realizada uma análise, através do teste de *Mann-Whitney U* para verificar se existiam diferenças desta variável em relação ao sexo. Assim, concluiu-se que entre o sexo feminino ($M = 77.8$) e o sexo masculino ($M = 61.9$) ($U = 1839.5$; $Z = -2.56$; $p = 0.01$) existem diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres. Revelando assim que o Grau de Intimidade Percebida no sexo feminino é superior ao que é percebido pelo sexo masculino.

Correlação entre QVPM e PAIR

No que diz respeito à correlação entre a relação entre o QVPM e o PAIR, foi realizada uma Correlação de *Pearson* entre as variáveis *Qualidade do Laço Emocional Pai* e *Grau de Intimidade Percebida*.

Concluiu-se assim uma correlação muito fraca ($r = -0.045$, $p = 0.594$), pelo que não é possível afirmar que existe correlação entre as duas variáveis.

Por este motivo foi explorado outro tipo de análises. Uma delas foi a correlação da variável Qualidade do Laço Emocional e cada um dos fatores de intimidade (Validação Pessoal, Comunicação e Abertura ao Exterior).

Após realizar a análise foi possível encontrar apenas uma correlação estatisticamente significativa, entre os fatores Qualidade Laço Emocional Pai e o Fator 3 relativo à Abertura ao Exterior ($r = -0.209$, $p = 0.012$) que através de uma correlação negativa, sugere que, quanto maior a qualidade do laço emocional com o pai, menor a abertura ao exterior. Relativamente a correlação entre a Qualidade Laço Emocional Pai e o Fator 1 Validação Pessoal ($r = -0.063$, $p = 0.456$) que indica que não existe correlação entre as variáveis. E por fim, a correlação entre a Qualidade Laço Emocional Pai e o Fator 2 Comunicação ($r = -0.006$, $p = 0.939$) que também indica que não se verifica nenhuma correlação estatisticamente significativa entre as variáveis.

Por outro lado, também foi realizada as mesmas análises aplicadas às variáveis Qualidade Laço Emocional Mãe e Grau de Intimidade Percebida ($r = -0.65$, $p = 0.441$) que indica que não existe correlação entre as variáveis em questão.

Semelhante ao que foi feito para a Qualidade Laço Emocional Pai, foi aplicado o Teste de Correlação de *Pearson* para a variável Qualidade Laço Emocional Mãe e cada um dos fatores de Intimidade (Validação Pessoal, Comunicação e Abertura ao Exterior).

Após a realização da correlação, verificou-se que nenhum dos fatores apresentava correlações estatisticamente significativas: Validação Pessoal ($r=-0.147$, $p=0.079$), Abertura ao Exterior ($r=-0.125$, $p=0.136$), Comunicação ($r=0.132$, $p=0.116$) uma vez que os valores apresentados não são estatisticamente significativos.

Posteriormente foi realizada uma análise comparativa através do Teste t de *Student* entre as variáveis Qualidade Laço Emocional Pai, Qualidade Laço Emocional Mãe e Grau de Intimidade Percebida em função dos grupos criados (alto e baixo) com base na mediana destas variáveis.

Primeiramente, o teste t de *Student* foi aplicado para verificar a existência de diferenças significativas na Qualidade Laço Emocional Pai entre os grupos do Grau de Intimidade Percebida (alto e baixo). Verificou-se assim as médias e respectivos desvios padrão para a Qualidade Laço Emocional Pai para o grupo baixo ($M = 1.50$, $DP = 0.50$) e para o grupo alto ($M = 1.43$, $DP = 0.50$). O teste t de *Student* demonstrou $t(141) = 0.80$, $p = 0.43$ onde é possível verificar que não existem diferenças significativas na Qualidade do Laço Emocional com o Pai entre os grupos de Grau de Intimidade Percebida.

O mesmo foi feito para verificar a existência de diferenças significativas na Qualidade Laço Emocional Mãe entre os grupos do Grau de Intimidade Percebida (alto e baixo). Verificou-se as médias e respectivos desvios padrão para a Qualidade Laço Emocional Mãe para o grupo baixo ($M = 1.50$, $DP = 0.50$) e para o grupo alto ($M = 1.40$, $DP = 0.49$). O teste t de *Student* constatou $t(141)=1.16$, $p=0.25$, que indica que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, o que sugere que não há evidência que a qualidade do laço emocional em relação à mãe tenha alguma influência no grau de intimidade percebida na relação amorosa.

Também foi realizada uma maior exploração dos outros dois fatores da vinculação (Inibição da Exploração e Individualidade e Ansiedade de Separação e Dependência) com o Grau de Intimidade Percebida.

Assim começou-se por realizar uma correlação de *Spearman* entre as variáveis Inibição da Exploração e Individualidade Pai e Grau de Intimidade Percebida ($r=-0.056$, $p=0.508$) indicando assim a inexistência de correlação entre as variáveis.

Também foi aplicada a Correlação de *Pearson* entre a variável Ansiedade de Separação e Dependência Pai e o Grau de Intimidade Percebida ($r=-0.178$, $p=0.034$), que sugere que os indivíduos com uma maior dependência emocional e medo de separação em relação ao pai pode se refletir numa percepção de intimidade mais baixa com o seu parceiro.

De seguida realizou-se a correlação entre a variável Inibição da Exploração e Individualidade Pai e os fatores de intimidade (Validade Pessoal, Comunicação e Abertura ao Exterior), onde se verificaram correlações significativas com os 3 fatores em questão.

Com fator 1, Validação Pessoal ($r=0.167$, $p=0.047$) que indica que quanto maior for a inibição da exploração e individualidade em relação ao pai, maior tende a ser a validação do indivíduo na sua relação.

Com o fator 2, Comunicação ($r=-0.252$, $p=0.002$) que revela que quanto maior a inibição da exploração e individualidade em relação ao pai, menor tende a ser a comunicação do indivíduo na sua relação amorosa.

E por fim, o fator 3, Abertura ao Exterior ($r=0.168$, $p=0.045$) que sugere que quanto maior for a inibição da exploração e individualidade em relação ao pai, maior tende a ser a abertura ao exterior do indivíduo na sua relação.

Os mesmos testes foram aplicados para as variáveis relacionadas com a Mãe. Desta forma, foram realizadas correlações entre a variável Grau de Intimidade Percebida e os outros dois fatores da vinculação (Inibição da Exploração e Individualidade Mãe e Ansiedade de Separação e Dependência Mãe).

Após a análise, apenas se verificou uma correlação estatisticamente significativa com o fator 1, Inibição da Exploração e Dependência Mãe ($r=0.432$, $p<0.001$) que indica que quanto maior a inibição da exploração e dependência, maior é o grau de intimidade percebida na relação.

Por outro lado, o fator 3, Ansiedade de Separação e Dependência não revelou nenhuma correlação estatisticamente significativa com a variável Grau de Intimidade Percebida ($r=-0.137$, $p=0.103$), pelo que não é possível concluir relação entre as variáveis.

De seguida, foi realizada a correlação entre a variável Inibição da Exploração e Individualidade Mãe e os fatores de intimidade (Validade Pessoal, Comunicação e Abertura ao Exterior).

Nesta análise verificou-se uma correlação estatisticamente significativa com o fator 1 Validação Pessoal ($r=0.368$, $p<0.001$) que sugere que quanto maior for a inibição da exploração e individualidade em relação à mãe, maior tende a ser a validação pessoal do indivíduo;

Além disso, também se verificou correlação com o fator 3 Abertura ao Exterior ($r=0.359$, $p<0.001$) que indica que quanto maior a inibição da exploração e individualidade em relação à mãe, maior tende a ser a abertura ao exterior.

Desta forma, o único fator em que não se verificou nenhum tipo de correlação foi o fator 2, Comunicação ($r=-0.005$, $p=0.954$).

De seguida, foi realizada uma análise comparativa através do Teste t de *Student* entre as variáveis Inibição da Exploração e Individualidade Pai, Inibição da Exploração e Individualidade Mãe e Grau de Intimidade Percebida em função dos grupos criados (alto e baixo) com base na mediana destas variáveis.

Verificou-se assim as médias e respetivos desvios padrão para a Inibição Exploração e Individualidade Pai para o grupo baixo ($M = 1.37$, $DP = 0.49$) e para o grupo alto ($M = 1.43$, $DP = 0.50$). O teste t de *Student* demonstrou $t(141)=-0.78$, $p=0.44$ que sugere que a inibição da exploração e individualidade não está associada ao grau de intimidade percebida.

O mesmo foi feito para a variável Inibição da Exploração e Intimidade Mãe, onde foi possível verificar as médias e respetivos desvios-padrão para o grupo baixo ($M = 1.45$, $DP = 0.50$) e para o grupo alto ($M = 1.45$, $DP = 0.50$). O teste t de *Student* demonstrou $t(141)=-0.005$, $p=0.996$ o que também não indica diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Relativamente à variável Ansiedade de Separação e Dependência relativa ao pai começou-se por realizar a correlação de *Pearson* juntamente com o Grau de Intimidade Percebida ($r=-0.178$, $p=0.034$) que indica uma correlação negativa e significativa sugerindo assim, quanto maior a ansiedade de separação e dependência em relação ao pai, menor tende a ser o grau de intimidade percebida na relação amorosa.

De seguida foi realizada a correlação de *Pearson* entre a variável Ansiedade de Separação e Dependência e os fatores de intimidade (Validação Pessoal, Comunicação e Abertura ao Exterior) em que se verificou correlação com os 3 fatores.

O fator 1, Validação Pessoal ($r=0.244$, $p<0.003$) que indica que quanto maior a ansiedade de separação e dependência em relação ao pai, menor tende a ser a validação pessoal do indivíduo.

Relativamente ao fator 2, Comunicação ($r=-0.233$, $p=0.005$) que sugere que quanto maior a ansiedade de separação e dependência em relação ao pai, menor tende a ser a comunicação na relação de namoro com o seu parceiro.

Quanto ao fator 3, Abertura ao Exterior ($r=-0.312$, $p<0.001$) que demonstra que quanto maior a ansiedade de separação e dependência em relação ao pai, menor tende a ser a abertura ao exterior.

A análise comparativa do Teste t de *Student* entre as variáveis Ansiedade de Separação e Dependência Pai e o Grau de Intimidade Percebida em função dos grupos criados (alto e baixo) com base na mediana das mesmas resultou na verificação das médias e respetivos desvios padrão: para o grupo baixo ($M = 1.50$, $DP = 0.50$) e para o grupo alto ($M= 1.48$, $DP =0.50$). O teste t de *Student* revelou $t(141)=0.27$, $p=0.79$ que indica que não existem diferenças entre os grupos.

Por fim, foram realizados os mesmos procedimentos na variável Ansiedade de Separação e Dependência relativa à mãe, onde foi realizada a correlação de *Pearson* entre a variável em questão e o Grau de Intimidade Percebida ($r=-0.137$, $p=0.103$) que indica que não existe correlação significativa entre as variáveis.

Para verificar a correlação entre a variável Ansiedade de Separação e Dependência Mãe e os três fatores da intimidade, foi realizada outra correlação de *Pearson* que revelou correlações com os seguintes fatores: o fator 3, Abertura ao Exterior ($r=-0.199$, $p=0.017$) que indica que quanto maior a ansiedade de separação e dependência em relação à mãe, menor tende a ser a abertura ao exterior. Também se verificou uma correlação com o fator 1, Validação Pessoal ($r=-0.169$, $p=0.044$) que sugere que quanto maior a ansiedade de separação em relação à mãe, menor tende a ser a validação pessoal do indivíduo. Por fim, o único fator que não apresentou nenhum tipo de correlação com a variável em questão, foi o fator 2, Comunicação ($r=0.077$, $p=0.362$).

Por fim, a análise comparativa do Teste t de *Student* entre as variáveis Ansiedade de Separação e Dependência Mãe e o Grau de Intimidade Percebida em função dos grupos criados (alto e baixo) com base na mediana das mesmas resultou na verificação das médias e respetivos desvios padrão: para o grupo baixo ($M =1.46$, $DP = 0.50$) e para o grupo alto ($M = 1.49$, DP

=0.50). O teste t de *Student* revelou $t(141)=-0.38$, $p=0.71$ que indica que, tal como observado em relação ao pai, não foi possível verificar uma relação entre a ansiedade de separação e dependência em relação à mãe com o grau de intimidade percebida.

Discussão

O objetivo deste tudo foi aprofundar de que forma a percepção que os jovens têm da vinculação paterna impacta a intimidade percebida nas suas relações amorosas. Através deste estudo, foi possível perceber que os diferentes padrões de vinculação ao pai, estão associadas com determinados padrões de intimidade na relação amorosa. Estes resultados reforçam, que para além do papel da figura materna, o pai revela um papel imprescindível no desenvolvimento das competências interpessoais na idade adulta.

Relativamente aos itens que se referem à Inibição da Exploração e Individualidade, o pai revelou médias superiores à mãe, o que sugere que os indivíduos percebem a figura paterna como sendo mais restritiva e menos flexível. Este comportamento é fundamentado com a literatura, que descreve a figura paterna como mais controladora, em particular no domínio da exploração e autonomia, o que pode levar à inibição do desenvolvimento de competências relacionadas com a comunicação e com a confiança na expressão das suas necessidades (Bretherton, 2000; Mikulincer & Shaver, 2016).

Por outro lado, verificou-se que a inibição da exploração e individualidade por parte do pai está associada a níveis mais altos de validação pessoal do indivíduo na sua relação romântica. Isto pode ser interpretado através da *Affiliative Conflict Theory* que através dos conceitos de forças de aproximação (e.g., necessidade de feedback, reciprocidade e necessidade do sentimento de pertença) e de afastamento (e.g., medo de ser exposto ao olhar do outro, medo de demonstrar os próprios estados emocionais e o receio das possíveis reações de rejeição ou de crítica dos outros) (Argyle & Dean, 1965). Desta forma, esta teoria pode ser relacionar com os resultados do estudo, pois sugere que esta necessidade de pertença que muitas vezes se traduz numa procura de validação no seu par, pode funcionar como mecanismo de regulação emocional do indivíduo, face à sua experiência de limitação precoce (neste caso, da inibição da exploração e individualidade por parte da figura paterna).

Adicionalmente, a Inibição da Exploração e Individualidade revelou estar associada a menor comunicação com o parceiro na relação amorosa. Este resultado enquadra-se na Teoria da Vinculação de Bowlby (1982), em que este explica o impacto que as experiências precoces têm nas representações internas dos indivíduos. Neste caso, é possível afirmar que as experiências de vinculação precoces de vinculação restritiva por parte do pai desencadeiam

representações internas negativas no indivíduo relativas à reciprocidade do outro, o que pode levar a padrões de menor partilha afetiva com os outros e autoexposição.

Esta mesma dimensão também se relacionou positivamente com uma maior abertura ao exterior. Este fenómeno pode ser traduzido através da Teoria da Compensação Relacional (Rusbult & Van Lange, 2003) que sugere que existem necessidades que são adquiridas através das relações interpessoais que os indivíduos têm durante o seu percurso e que muitas vezes só são supridas através de uma díade (e.g., romântica). Assim, de acordo com esta teoria é possível afirmar que a insatisfação de necessidades básicas (e.g., autonomia) durante a infância, pode provocar no indivíduo uma procura, nas suas relações, de contextos que o permitam adquirir essa autonomia. O que neste caso, explicaria esta maior abertura e procura de experiências externas fora do núcleo familiar inicial. Desta forma, esta maior abertura ao exterior pode ser interpretada como uma estratégia de adaptação com o objetivo de suprir as limitações que foram vivenciadas na infância, através de comportamentos mais restritivos por parte do pai.

Relativamente à Ansiedade de Separação e Dependência em relação ao pai, os resultados indicaram uma associação negativa com a intimidade percebida na relação do indivíduo com o seu par. Este padrão, também descrito por Mikulincer et al. (2002), indica que se trata de um estilo de vinculação ansioso, em que existe uma demanda elevada de proximidade na relação que deriva do medo do abandono por parte do par. A presente investigação reforça a perspetiva apresentada pelo autor, pois fica claro que os níveis mais altos de ansiedade de separação e dependência em relação à figura paterna estão associados a níveis mais baixos de validação pessoal, comunicação e abertura ao exterior; o que consequentemente, está associado a uma menor perceção de intimidade global na relação amorosa. Esta perspetiva também é corroborada com Castillo (2007) e Feeney et al (2008) que sugerem que adultos emergentes com estilos de vinculação insegura tendem a serem mais defensivos e resistentes no desenvolvimento de relações de maior proximidade.

A qualidade do laço emocional em relação ao pai, indicador da vinculação segura no estudo, estava correlacionada de forma negativa com a abertura ao exterior. Apesar dos estudos sobre a Teoria da Vinculação indicarem que nas vinculações seguras os indivíduos apresentam-se mais confiantes para a exploração daquilo que é novo e estranho. Bowlby (1982), sugere que uma base segura interna reduz o desejo de procurar suporte e validação externa (fora da relação primária), uma vez que se sentem suficientemente apoiados pela figura de vinculação.

É importante salientar algumas limitações deste estudo que devem ser consideradas em investigações futuras. Uma primeira limitação prende-se com a restrição da amostra, o que

impossibilita a generalização dos resultados obtidos. Para além disso, a relação entre vinculação parental e intimidade romântica não ocorre de forma isolada. Tal como é apontado na literatura, é necessário considerar variáveis contextuais, como a perceção de conflitos interparentais. A exposição a conflitos não resolvidos pode contribuir para a formação de modelos internos de funcionamento marcados pela insegurança e pela desconfiança no outro. Estes fatores podem afetar a qualidade da vinculação parental e, por consequência, repercutir-se na dinâmica das relações amorosas subsequentes (Moura & Matos, 2008; Reese-Weber & Kahn, 2005).

Em termos conceptuais, os resultados deste estudo reforçam a ideia de que as experiências de vinculação precoces têm continuidade nos padrões relacionais estabelecidos na vida adulta (Hazan & Shaver, 1994; Matos & Costa, 1996; Mikulincer & Shaver, 2016). Contudo, conforme evidenciado no enquadramento teórico e confirmado pelos resultados, a vinculação não constitui um fenómeno estático, mas sim um processo dinâmico e em constante transformação ao longo da vida, influenciado por múltiplos fatores, entre os quais se destacam as experiências relacionais (Matos & Costa, 1996; Mikulincer & Shaver, 2016).

Na amostra deste estudo, verificou-se que a figura paterna desempenha um papel relevante em várias dimensões, nomeadamente na autonomia, na forma como o indivíduo experiencia a intimidade nas relações e na gestão da ansiedade e expectativas em relação aos outros.

Em síntese, embora os papéis maternos e paternos se diferenciem, ambos se revelam fundamentais para o desenvolvimento das competências relacionais do indivíduo. Os resultados indicam que a perceção de uma vinculação paterna caracterizada por controlo e inflexibilidade tende a associar-se a comportamentos menos adaptativos, com impacto direto na intimidade estabelecida com os pares. Por outro lado, a perceção de um pai que proporciona uma vinculação mais segura associa-se a relações amorosas marcadas por maior estabilidade e, consequentemente, por níveis mais elevados de intimidade.

Referências

- Argyle, M., & Dean, J. (1965). Eye-contact, distance and affiliation. *Sociometry*, 28(3), 289–304. <https://doi.org/10.2307/2786027>
- Beato, A. F. (2008). *Conflitos interparentais e vinculação aos pais: Impacto no ajustamento psicossocial dos adolescentes* [Tese de doutoramento, Universidade do Minho]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/8580>
- Bowlby, J. (1940). The influence of early environment in the development of neurosis and neurotic character. *International Journal of Psycho-Analysis*, 21, 1–25.
- Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home life. *International Journal of Psycho-Analysis*, 25, 107–127.
- Bowlby, J. (1969/1990). *Apego e perda: Apego – A natureza do vínculo* (Vol. 1). Martins Fontes.
- Bowlby, J. (1973/1980). *Apego e perda: Tristeza e depressão* (Vol. 3). Martins Fontes.
- Bowlby, J. (1973/1984). *Apego e perda: Separação* (Vol. 2). Martins Fontes.
- Bowlby, J. (1979/2001). *Formação e rompimento dos laços afetivos*. Martins Fontes.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Obra original publicada em 1969)
- Bowlby, J. (1989). *Uma base segura: Aplicações clínicas da teoria do apego*. Artes Médicas.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Bretherton, I. (2000). Emotional availability: An attachment perspective. *Attachment & Human Development*, 2(2), 233–241. <https://doi.org/10.1080/14616730050085581>
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (1999). Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 89–114). Guilford Press.

- Cassidy, J. (1999). The nature of the child's ties. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 3–20). Guilford Press.
- Castillo, J. T. (2007). The relationship between non-resident fathers' social networks and social capital and the establishment of child support orders. *Child and Family Social Work*, 12(4), 353–362. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2006.00478.x>
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., & Elder, G. H. (2000). Competence in early adult romantic relationships: A developmental perspective on family influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.2.224>
- Cunha, C. (2018). A vinculação nas relações amorosas: O papel moderador da regulação emocional. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 46(1), 101–113. <https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/379/142>
- Dalbem, J. X., & Dell'Aglio, D. D. (2018). Teoria do apego: Bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento. *Temas em Psicologia*, 26(1), 239–253. <https://doi.org/10.9788/TP2018.1-10>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Feeney, J. A., Noller, P., & Roberts, N. (2008). Attachment and close relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 456–481). Guilford Press.
- Fonagy, P., Target, M., & Gergely, G. (1999). The parent-infant dyad and the construction of the subjective self. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 688–712). Guilford Press.

- Givertz, M., & Segrin, C. (2014). The associations between overinvolved parenting, parent–child communication, and relationship quality in adulthood. *Journal of Family Communication*, 14(2), 86–103. <https://doi.org/10.1080/15267431.2013.873119>
- Harvey, M. (2000). Relationships between adolescents' attachment styles and family functioning. *Adolescence*.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1–22.
https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1
- Hepper, E. G., & Carnelley, K. B. (2012). Attachment and romantic relationships: The roles of working models of self and other. In P. R. Shaver & M. Mikulincer (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 157–182). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195398694.013.0010>
- Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security of infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of attachment theory and research* (pp. 66–106). University of Chicago Press.
- Kobak, R. R. (1993). Attachment and the problem of coherence: Implications for treating disturbed adolescents. *Adolescent Psychiatry*, 19, 137–149.
- Lee, J. A. (1973). *The colors of love: An exploration of the ways of loving*. New Press.
- Levy, M. B., & Davis, K. E. (1988). Lovestyles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(4), 439–471.
<https://doi.org/10.1177/0265407588054004>
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (1996). Vinculação e relações amorosas. *Análise Psicológica*, 14(4), 481–491. <https://doi.org/10.14417/ap.201>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2002). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 26(2), 77–102.
<https://doi.org/10.1023/A:1014573212175>
- Moura, O., & Matos, P. M. (2008). Conflitos interparentais: Impacto na vinculação e ajustamento dos filhos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 12(1), 97–112.
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (1997). Working models of attachment and daily social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1409–1423.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.6.1409>
- Ruhl, H., Dolan, E. A., & Buhrmester, D. (2015). Adolescent attachment trajectories with mothers and fathers: The importance of parent–child relationship experiences and gender. *Journal of Research on Adolescence*, 25(3), 427–442.
<https://doi.org/10.1111/jora.12144>
- Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. M. (2003). Interdependence, interaction, and relationships. *Annual Review of Psychology*, 54, 351–375.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145059>
- Simpson, J. A. (2012). Influence of attachment styles on romantic relationships [Tese de doutorado não publicada]. Texas A&M University.
- Sperling, M., & Berman, W. (1994). *Attachments in adults: Clinical and developmental perspectives*. Guilford Press.

Anexos

Anexo 1

Bloco de questões por defeito

No âmbito da conclusão do Mestrado em Psicologia na faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, na área de especialização de Psicologia das Organizações, Social e do Trabalho, solicitamos a sua participação no presente questionário.

O presente estudo tem como objetivo recolher, junto de jovens informação sobre o padrão de vinculação que é percecionado por eles e a forma como estes interagem nas suas relações de namoro – RETIRADO e passa para **as relações parentais e a forma que estes jovens interagem nas relações de namoro**

A sua participação é **voluntária e anónima** e os resultados são totalmente **confidenciais**, servindo unicamente a finalidades académicas. Não existem respostas certas, nem erradas, pelo que pedimos que responda de forma mais sincera possível.

Poderá participar neste estudo qualquer **cidadão português ou estrangeiro, com idades entre 18-25 anos de idade, que resida em Portugal e que esteja numa relação de namoro.**

O preenchimento do presente questionário não prevê qualquer compensação nem prevê qualquer risco, podendo desistir do estudo a qualquer momento.

Para qualquer esclarecimento ou questões adicionais, pedimos-lhe que contacte:

- A estudante, Larissa Hirata, através do seguinte email:

up201909750@fpce.up.pt

- O professor, José Albino Lima, através do seguinte email: albino@fpce.up.pt

Desde já agradecemos a sua colaboração!

Declaro que li e concordo com as informações mencionadas acima.

☐ Sim

☐ Não

Questões sociodemográficas

Sexo

☐ Feminino

☐ Masculino

Estado civil

- ☐ Solteiro(a)
- ☐ Numa relação de namoro
- ☐ Casado(a) / Em união de facto
- ☐ Divorciado
- ☐ Viúvo

Nacionalidade

Bloco 2

Nesta secção vai encontrar um conjunto de afirmações sobre as relações familiares. Leia atentamente cada uma das frases e **assinale as respostas que melhor exprimem o modo como se sente com os seus pais. Caso não resida com os seus pais, pedimos-lhe que se reporte sobretudo ao tempo em que viveu com eles.**

Responda, tendo em conta as seis alternativas que se

seguem:

Discordo Totalmente	Discordo	Discordo Moderadamente	Concordo Moderadamente	Concordo	Concordo Totalmente
1	2	3	4	5	6

Clicar para escrever o texto da pergunta

	1	2	3	4	5	6
O meu pai está sempre a interferir em assuntos que só têm a ver comigo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tenho confiança que a minha relação com o meu pai se vai manter no tempo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
É fundamental para mim que o meu pai concorde com aquilo que eu penso.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai impõe a maneira dele de ver as coisas.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Apesar das minhas divergências com o meu pai, ele é único para mim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Penso constantemente que não posso viver sem o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai desencoraja-me quando quero experimentar uma coisa nova.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai conhece-me bem.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Só consigo enfrentar situações novas se o meu pai estiver comigo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Não vale a pena discutirmos, porque nem eu nem o meu pai damos o braço a torcer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Confio no meu pai para me apoiar em momentos difíceis da minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Estou sempre ansioso(a) por estar com o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	1	2	3	4	5	6
O meu pai preocupa-se demasiadamente comigo e intromete-se onde não é chamado.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Em muitas coisas eu admiro o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Eu e o meu pai é como se fôssemos um só.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Em minha casa é problema eu ter gostos diferentes do meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Apesar dos meus conflitos com o meu pai, tenho orgulho nele.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai é a única pessoa importante na minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Discutir assuntos com o meu pai é uma perda de tempo e não leva a lado nenhum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sei que posso contar com o meu pai sempre que precisar dele.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Faço tudo para agradar o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai dificilmente me dá ouvidos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai tem um papel importante no meu desenvolvimento.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tendo medo de ficar sozinho(a) se um dia perder o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai abafa a minha verdadeira forma de ser.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Não sou capaz de enfrentar situações difíceis sem o meu pai.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai faz-me sentir bem comigo próprio(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐
O meu pai tem a mania que sabe sempre o que é melhor para mim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Se tivesse de ir estudar para longe do meu pai, sentir-me-ia perdido(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Eu e o meu pai temos uma relação de confiança.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	1	2	3	4	5	6
A minha mãe está sempre a interferir em assuntos que só têm a ver comigo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tenho confiança que a minha relação com a minha mãe se vai manter no tempo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
É fundamental para mim que a minha mãe concorde com aquilo que eu penso.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe impõe a maneira dele de ver as coisas.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Apesar das minhas divergências a minha mãe, ele é único para mim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Penso constantemente que não posso viver sem a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe desencoraja-me quando quero experimentar uma coisa nova.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe conhece-me bem.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Só consigo enfrentar situações novas se a minha mãe estiver comigo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Não vale a pena discutirmos, porque nem eu nem a minha mãe damos o braço a torcer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Confio na minha mãe para me apoiar em momentos difíceis da minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Estou sempre ansioso(a) por estar com a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe preocupa-se demasiadamente comigo e intromete-se onde não é chamado.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Em muitas coisas eu admiro a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Eu e a minha mãe é como se fôssemos um só.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Em minha casa é problema eu ter gostos diferentes da minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Apesar dos meus conflitos com a minha mãe, tenho orgulho nela.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe é a única pessoa importante na minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	1	2	3	4	5	6
Discutir assuntos com a minha mãe é uma perda de tempo e não leva a lado nenhum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sei que posso contar com a minha mãe sempre que precisar dele.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Faço tudo para agradar a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe dificilmente me dá ouvidos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe tem um papel importante no meu desenvolvimento.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tendo medo de ficar sozinho(a) se um dia perder a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe abafa a minha verdadeira forma de ser.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Não sou capaz de enfrentar situações difíceis sem a minha mãe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe faz-me sentir bem comigo próprio(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A minha mãe tem a mania que sabe sempre o que é melhor para mim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Se tivesse de ir estudar para longe da minha mãe, sentir-me-ia perdido(a).	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Eu e a minha mãe temos uma relação de confiança.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Bloco 3

Agora as afirmações que se seguem dizem respeito à intimidade que experiênciamos na relação com o seu parceiro(a). Faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação em que

(1- Não me descreve nada, nem a minha relação e 5- Descreve-me e a minha relação muito bem).

Clicar para escrever o texto da pergunta

	1	2	3	4	5
Na minha relação o meu parceiro(a) escuta-me quando preciso falar com alguém.	☐	☐	☐	☐	☐
Na minha relação gostamos de passar tempo com outros casais.	☐	☐	☐	☐	☐
Estou satisfeito(a) com a nossa vida sexual.	☐	☐	☐	☐	☐
O meu parceiro(a) ajuda-me a clarificar os meus pensamentos.	☐	☐	☐	☐	☐
Gostamos de fazer as mesmas atividades de lazer.	☐	☐	☐	☐	☐
Meu parceiro(a) tem todas as qualidades que sempre desejei num companheiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Posso demonstrar os meus sentimentos sem que ele/ela fique na defensiva.	☐	☐	☐	☐	☐
Normalmente isolamo-nos dos outros.	☐	☐	☐	☐	☐
Eu sinto que a nossa atividade sexual é apenas uma rotina.	☐	☐	☐	☐	☐
Quando temos uma conversa séria, parece que temos pouco em comum.	☐	☐	☐	☐	☐
Partilho poucos interesses do meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Existem momentos em que não sinto amor e afeto pelo meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Sinto-me muitas vezes distante do meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Temos poucos amigos em comum.	☐	☐	☐	☐	☐
Sou capaz de dizer ao meu parceiro(a) quando pretendo ter relações sexuais.	☐	☐	☐	☐	☐

	1	2	3	4	5
Sinto-me humilhado(a) / diminuído(a) quando tenho uma conversa séria com o meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Gostamos de nos divertir juntos.	☐	☐	☐	☐	☐
Todas as coisas que aprendi sobre o meu parceiro(a) agradaram-me.	☐	☐	☐	☐	☐
O meu parceiro(a) consegue compreender os meus sofrimentos e alegrias.	☐	☐	☐	☐	☐
Passar tempo em conjunto com amigos é uma parte importante das nossas atividades em comum.	☐	☐	☐	☐	☐
Eu contenho o meu interesse sexual porque o meu parceiro(a) faz-me sentir desconfortável.	☐	☐	☐	☐	☐
Sinto que é inútil discutir alguns assuntos com o meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Gostamos de realizar atividades ao ar livre juntos.	☐	☐	☐	☐	☐
Eu e o meu parceiro(a) compreendemo-nos um ao outro.	☐	☐	☐	☐	☐
Por vezes sinto que não sou importante para o meu parceiro(a).	☐	☐	☐	☐	☐
Muitos dos amigos próximos do meu parceiro(a) são também os meus amigos mais próximos.	☐	☐	☐	☐	☐
Expressão sexual é uma parte essencial da nossa relação.	☐	☐	☐	☐	☐
O meu parceiro(a) tenta frequentemente mudar as minhas ideias.	☐	☐	☐	☐	☐
Raramente temos tempo para fazer coisas divertidas juntos.	☐	☐	☐	☐	☐
Penso que possivelmente ninguém pode ser mais feliz do que eu e o meu parceiro(a) quando estamos juntos.	☐	☐	☐	☐	☐
Por vezes sinto-me sozinho(a) quando estamos juntos.	☐	☐	☐	☐	☐
O meu parceiro(a) desaprova alguns dos meus amigos.	☐	☐	☐	☐	☐
O meu parceiro(a) parece desinteressado em ter relações sexuais.	☐	☐	☐	☐	☐
Temos inúmeros assuntos sobre os quais conversar.	☐	☐	☐	☐	☐
Sinto que partilhamos alguns interesses em comum.	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5
Tenho algumas necessidades que não são preenchidas pela minha relação.	☐	☐	☐	☐	☐

Anexo 2



COMISSÃO DE ÉTICA

PARECER (Ref.º 2024-02-13b)

A Comissão de Ética (CdE) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, tendo reapreciado os documentos ao projeto de investigação denominado **“Relação entre o padrão de vinculação percebidos em adultos e a forma como este interagem em relações de namoro”**, submetido para apreciação ética por **Larissa Akemi Hirata Hayashida**, com orientação do **Prof. Doutor José Albino Lima**, emitiu um **Parecer Favorável** à realização da pesquisa, com a seguinte menção:

A Comissão de Ética recomenda que no formulário online o título “Bloco de questões por defeito” seja substituído por “Consentimento Informado”

Parecer favorável

A CdE é favorável à realização do projeto tal como apresentado.

FPCEUP, 12 de março de 2024

O Presidente da CE,


Prof. Doutor Rui Alexandre Alves

