



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

“Quero-te, para gostar de mim”:

Um estudo sobre os relacionamentos amorosos e a auto-estima

Joana Alexandra dos Santos Valério

Orientação: Prof Doutora Isabel Mesquita

Mestrado em Psicologia

Área de especialização: *Psicologia Clínica e da Saúde*

Dissertação

Évora, 2014

AGRADECIMENTOS

“Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.”

(Antoine de Saint-Exupéry)

Deste modo, quero agradecer àqueles que estiveram a meu lado nesta etapa e que tanto me apoiaram para que a sua concretização fosse possível. Assim, agradeço...

... à minha orientadora, Prof. Doutora Isabel Mesquita, pela ajuda, pelas palavras de conforto, pelo conhecimento e pela atenção prestada ao longo deste processo;

... aos Professores e aos Alunos que autorizaram e participaram nesta investigação, pois sem eles este trabalho não teria sido possível concretizar;

... à minha mãe, por todo o apoio nos momentos mais difíceis, por me escutar e apaziguar sempre que necessitei e por me fazer acreditar que este percurso seria concretizável;

... ao meu pai, por contribuir para o caminhar deste percurso, pois sem a sua ajuda não teria sido possível;

... aos meus avós, irmão e Ernesto, que estiveram sempre presentes e que tanto me acarinharam e apoiaram neste percurso;

... à Olga, pela ajuda fundamental nesta fase, pela disponibilidade, ajuda e incentivo ao longo deste percurso;

... à Sofia, por me fazer acreditar nas minhas capacidades, por todo o apoio, carinho e amizade;

... à Marlene, por todas as palavras reconfortantes, pela ajuda, preocupação, apoio, carinho, por todos os momentos de descontração, pelas gargalhadas e acima de tudo pela sua amizade sincera;

... à Filipa, Ana Patronilho, pelo apoio e ajuda, pela preocupação, pela atenção, pelos momentos de despreocupação e pela amizade, pois sem vocês tudo teria sido mais complicado;

... à Ana Teresa pelo apoio, ajuda e por me fazer acreditar nas minhas capacidades;

... a todos aqueles que, de certo modo, sempre estiveram presentes ao longo desta caminhada, pela confiança depositada em mim e por de alguma forma me fazerem acreditar que este trabalho seria bem sucedido.

... A todos, um muito Obrigada!

RESUMO

“Quero-te, para gostar de mim”: Um estudo sobre os relacionamentos amorosos e a auto-estima

O presente trabalho teve como objetivo perceber se o nível de autoestima do indivíduo interfere na escolha do Objeto amoroso, tendo em conta a existência de três tipos de relacionamento amoroso – *Submisso-Idealizador, Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante* - visando uma ligação ao outro de modo a colmatar as falhas ou fragilidades sentidas ao nível do *Self*.

A amostra do presente estudo foi constituída por 180 estudantes pertencentes à Universidade de Évora. Foi aplicado um protocolo constituído pelos instrumentos: *Rosenberg Self-Esteem Scale, Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso e Inventário de Necessidades de Objetos do Self*.

Tendo em conta os resultados obtidos, conclui-se que nos três tipos de relacionamentos amorosos a autoestima está fragilizada havendo uma correlação significativa com as *Necessidades de Objetos do Self*, admitindo que a ligação ao Objeto amoroso é estabelecida com a finalidade de reparar falhas narcísicas sentidas ao nível do *Self* e da autoestima.

Palavras-chave: *Objeto Amoroso; Autoestima; Necessidades de Objetos do Self; Tipos de relacionamento amoroso; Falhas narcísicas.*

Abstract

“I want you, so that I can love me”: A study of love relationships and self-esteem

The present paper aims to realize if the individual's level of self-esteem interferes with the choice of the loved Object, taking into account the existence of three types of love relationships – Submissive-Idealizer, *Euphoric-Idealizing* and *Avoidant-Devalue* – intending to achieve a connection to the other in order to address gaps or weaknesses perceived in the *Self* level.

The present study consisted of 180 students belonging to the University of Évora. It was administrated a protocol with the following instruments: *Rosenberg Self-Esteem Scale*, *Love Relations Type Inventory* and *Selfobjects Needs Inventory*.

Taking into account the results obtained, it is concluded that in the three types of love relationships the self-esteem is fragile having a significant correlation with the *Self Object needs*, assuming that the connection to the loved Object is established to repair the narcissistic wounds felted in self-esteem and *Self*.

Key-words: *Loved Object, Self-Esteem, Self Object Necessities, Love Relationship Types, Narcissistic Gaps.*

ÍNDICE GERAL

Agradecimentos	iii
Resumo	v
Abstract	vii
Índice Geral	ix
Índice de Tabelas.....	xi
Índice de Quadros	xi
Introdução	1
Parte I - Enquadramento Teórico	3
Capítulo I – O Amor	5
1. Breve revisão histórica	5
2. Nascimento do sentimento de Amor	6
3. Tipos de Amor	10
4. O Amor e as relações amorosas	10
5. Estudos sobre o Amor	12
5.1. Teoria Triangular do Amor	12
5.2. Teoria dos Estilos de Amor	13
5.3. Teoria do Apego	15
5.4. Estudo de Tipos de Relacionamento Amoroso que visam o reparo da vulnerabilidade narcísica	16
Capítulo II – Autoestima	21
1. Enquadramento histórico do conceito	21
2. Conceito de autoestima	22
3. Autoestima no Adulto Emergente	24
Capítulo III – Autoestima/ Narcisismo e Relacionamentos Amorosos	27
Parte II – Estudo Empírico	31
Capítulo IV – Estudo Empírico	33
1. Enquadramento do Estudo, Objetivos e Hipóteses	33
2. Metodologia	35
2.1. Participantes	35
2.2. Instrumentos	36
2.2.1. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	37
2.2.2. Escala de Necessidades de Objetos do Self (SONI)	38
2.2.3. Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA).....	41
Capítulo V – Apresentação e análise dos resultados	51

1. Análises Preliminares	51
2. Estudo das Características Psicométricas dos Instrumentos	53
2.1. Consistência Interna	53
2.2. Análise das Correlações	55
2.2.1. Análise de Correlações entre a escala da ITRA e a escala da SONI.....	55
2.2.2. Análise das correlações entre as escalas ITRA e RSES.....	56
2.2.3. Análise das correlações entre as escalas SONI e RSES.....	57
3. Estudo das Hipóteses	58
Capítulo VI – Discussão dos Resultados	63
1. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA) e os resultados obtidos com a Escala da Autoestima de Rosenberg (RSES)	64
2. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA) e os resultados obtidos com o Inventário de Necessidade de Objetos do Self (SONI)	66
3. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Necessidade de Objetos do Self (SONI) e os resultados obtidos com a Escala da Autoestima de Rosenberg (RSES)	69
Capítulo VII – Conclusão	71
Referências Bibliográficas	75
Anexos.....	83
Anexo I – Caraterização da amostra	85
Anexo II – Protocolo de Investigação	89
Anexo III – Sensibilidade dos Instrumentos	111

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1.....	44
---------------	----

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1.....	51
---------------	----

Média dos tipos de relacionamentos amorosos existentes na amostra

Quadro 2.....	51
---------------	----

Média dos tipos de relacionamentos amorosos no sexo feminino e no sexo masculino

Quadro 3.....	52
---------------	----

Frequência da duração média dos relacionamentos

Quadro 4.....	52
---------------	----

Média dos tipos de relacionamento amoroso consoante o tempo de relacionamento

Quadro 5.....	52
---------------	----

Média dos fatores da SONI presentes na amostra

Quadro 6.....	53
---------------	----

Média do somatório dos itens de orientação positiva e dos itens de orientação negativa presente na amostra

Quadro 7.....	53
---------------	----

Valores do Coeficiente de *alpha* de *Cronbach* dos instrumentos

Quadro 8.....	54
---------------	----

Valores do Coeficiente de *alpha* de *Cronbach* das subescalas da ITRA

Quadro 9.....	55
---------------	----

Valores do Coeficiente de *alpha* de *Cronbach* das subescalas da SONI

Quadro 10.....	56
----------------	----

Correlação entre os três tipos de relacionamento amoroso e a escala SONI

Quadro 11.....	57
----------------	----

Correlações entre os três tipos de relacionamento amoroso e a escala RSES	
Quadro 12.....	58
Correlações entre a escala SONI e a escala RSES	
Quadro 13.....	59
Estatística Descritiva do género masculino com os três tipos de relacionamento amoroso	
Quadro 14.....	59
Estatística Descritiva do género feminino com os três tipos de relacionamento amoroso	
Quadro 15.....	60
Matriz de correlações da escala SONI com os três tipos de relacionamentos amorosos	
Quadro 16.....	61
Matriz de correlações da baixa autoestima com a escala SONI (necessidades de objeto do <i>Self</i>)	

INTRODUÇÃO

O indivíduo é parte integrante de uma matriz relacional e está em permanente relação com os que o rodeiam, ao longo de toda a sua vida.

Inúmeros têm sido os estudos acerca do desenvolvimento humano, pelo que este conceito está em constante mudança, verificando-se cada vez mais que o caminho que se percorre até à chegada da vida adulta é mais longínquo, sendo caracterizado não só como uma transição, mas sim como uma etapa do desenrolar da vida. Indo de encontro ao referido, Arnett (2000) referiu-se a um período de desenvolvimento que não faz parte nem da adolescência, nem da vida adulta, que designou de *Adulter Emergente*.

A etapa de desenvolvimento *Adulter Emergente* é pautada por características e vivências específicas, na qual a exploração da vida íntima e afetiva constituem um dos seus traços característicos. Estas explorações podem ser influenciadas pelo nível de autoestima do indivíduo (Dwyer, McCloud & Hodson, 2011), tendo esta um papel preponderante na compreensão da dimensão relacional e, no caso específico deste estudo, no tipo de relacionamento amoroso que se estabelece, tendo em conta a existência de três tipos de relacionamento amoroso - *Submisso-Idealizador*, *Eufórico-Idealizante* e *Evitante-Desnarcisante* - que têm como finalidade o colmatar das falhas sentidas ao nível do desenvolvimento de estruturas do *Self*.

Os três tipos de relacionamento amoroso abordados no presente trabalho têm por detrás o sentimento de existência de falhas vivenciadas na relação precoce, tendo a qualidade desta relação um papel fundamental na escolha e na relação com o Objeto amoroso. Assim, e as relações amorosas podem ser comparadas com a relação entre a criança e o seu cuidador, verificando-se que as suas semelhanças não se restringem somente ao seu significado adaptativo, pois ambas compreendem o amor e têm subjacentes os mesmos mecanismos psicológicos e neurológicos (Hazan & Zeifman, 1999). Posto isto, pode-se afirmar que a qualidade das relações de vinculação que a criança estabeleceu, constitui um papel importante na qualidade das relações íntimas que o indivíduo irá desenvolver durante a sua vida (Berlin & Cassidy, 1999).

Em todos estes tipos de relacionamento amoroso, o que se ambiciona é a manutenção de uma imagem irrealista do próprio, às custas do outro, que tanto será mais exigente conforme a fragilidade narcísica do *Self* (Mesquita, 2012), e o nível de autoestima do indivíduo. Assim sendo, e visto a autoestima desempenhar um papel essencial na escolha do Objeto amoroso, verifica-se que muitas vezes a ligação a este

Objeto é estabelecida de modo a permitirem que o indivíduo crie a ilusão de uma autoestima fortalecida.

Deste modo, definiu-se como objetivo geral do estudo perceber se a visão que o indivíduo tem do seu *Self*, ou seja, se o seu nível de autoestima interfere na escolha do Objeto amoroso, tendo em conta a existência de três tipos essenciais de relacionamento amoroso que se estabelecem tendo em consideração o próprio, visando uma ligação ao outro de modo a colmatar as falhas ou fragilidades sentidas ao nível do *Self*.

O presente trabalho encontra-se organizado em duas partes: uma primeira parte constituída por três capítulos referentes á revisão bibliográfica efetuada e uma segunda parte constituída por quatro capítulos relacionados com o estudo empírico realizado.

O primeiro capítulo recai sobre o estudo do Amor, onde de modo mais detalhado, se faz uma breve revisão do conceito, aborda-se o nascimento do sentimento de Amor, os tipos de Amor, o Amor e as relações amorosas e por fim abordam-se alguns estudos sobre o Amor.

O segundo capítulo diz respeito ao estudo da Autoestima, onde se elaborou mais concretamente um enquadramento histórico do conceito, uma visão mais detalhada do que é a autoestima, e por último, visto a presente investigação abranger a etapa da Adulterez emergente, considerou-se pertinente incidir sobre a vivência da autoestima pelo adulto emergente. Por sua vez, o terceiro capítulo é referente à autoestima e aos relacionamentos amorosos, na qual se aborda a relação existente entre ambas.

A segunda parte deste trabalho diz respeito ao estudo empírico realizado. O quarto capítulo cinge-se às questões metodológicas, ou seja, ao delinear dos objetivos e subsequentes hipóteses, à apresentação da amostra e dos instrumentos – Protocolo de Investigação constituído pela versão portuguesa da Rosenberg Self-Esteem Scale (Santos & Maia, 1999, 2003); Inventário dos Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA; Mesquita, 2012) e Inventário das Necessidades de Objetos do Self (SONI) de Mário Mikulincer, Erez Banai e Phillip Shaver.

O quinto capítulo abrange a apresentação e análise dos resultados, na qual se expõe os testes de hipóteses efetuados e as análises que pretendem dar resposta aos objetivos e hipóteses traçados.

Por fim, no sexto e no sétimo capítulos apresentam-se, respetivamente, a discussão dos resultados e as conclusões da investigação realizada.

PARTE I
ENQUADRAMENTO TEÓRICO

CAPÍTULO I

O AMOR

“Difícilmente existirá outra atividade, outro empreendimento que se inicie com tão tremendas esperanças e expectativas e que no entanto falhe tão regularmente como o amor”

Erich Fromm (cit. in Amado, 2010, p.11)

1. Breve revisão histórica

As definições do amor sofreram mudanças ao longo da história, não existindo uma única definição para a palavra amor (Hendrick & Hendrick, 2000 cit. por Mateus, 2011). É vulgar encontrarmos diversos significados em diferentes campos do saber, nas artes, na literatura, na religião, na cultura, na biologia, entre muitos outros, formando uma pluralidade de concepções. Assim sendo, julgo pertinente realizar uma breve revisão histórica em torno deste conceito e das alterações ocorridas ao longo do tempo.

Na Idade Média, o amor, devido ao poder da Igreja Católica, era voltado para o espiritual, o amor a Deus (Nascimento, 2009). No final do século XI esse sentimento ganhou contornos carnisais, na qual o amante perfeito tinha de ser fiel, servir a sua dama e agradá-la, não sendo o ato sexual permitido entre eles. Ao longo deste período, os casamentos eram mantidos por um sistema de coerções sociais e religiosas, e não mantidos pelo afeto (Nascimento, 2009).

Na Idade Moderna, e segundo Nascimento (2009), ocorreu uma diminuição dessas coerções. Nesta fase, o indivíduo procura ser possuído pelo amor considerado místico, infinito, e devido a estas características, impossível de ser alcançado.

Atualmente, o amor é algo que circula em vários espaços (e.g., nos mídia, nos livros, nos filmes) e entre pessoas. De acordo com Bauman (2004), o acesso à comunicação entre as pessoas é bastante facilitado através dos meios de comunicação imediatos, como por exemplo a internet, sendo o amor muitas vezes vivenciado de forma ambivalente, incerta e superficial. O presente autor considera que o amor esta regido por ambivalências, pois por um lado, constitui a chave que garante a felicidade e a certeza de não sermos abandonados, e por outro lado possibilita o desenvolvimento do desejo de prazer momentâneo, fugaz.

De acordo com o exposto anteriormente, é frequente assistirmos nos dias de hoje, a uma sucessiva troca de parceiros amorosos, confundindo-se constantemente o amor com outras experiências de vida, emoções e sentimentos (Bauman, 2004).

O amor constitui então, uma emoção intensa, de difícil definição, não existindo uma forma de amor universal. O amor é considerado fonte de prazer e alicerce da construção permanente da identidade (Rios, 2008), fazendo parte de cada um de nós.

2. Nascimento do Sentimento de Amor

O vínculo ao outro é fundamental no início de vida, para a sobrevivência emocional e ao longo de toda a nossa vida, pois necessitamos de alguém que nos complete (Mesquita, 2012). Esse alguém permite-nos gostar de nós próprios, permite-nos sonhar, crescer, amadurecer a vários níveis e aprender. Este vínculo fundamental no início da vida diz respeito à relação entre a mãe e o bebé e é através das respostas adequadas que a mãe disponibiliza em relação à expressão do Self verdadeiro do bebé (Bollas, 1979), que possibilita a autonomia e independência deste. As identificações projetivas que ocorrem entre mãe e bebé permitem que se dê lugar a uma nova subjetividade, isto é, a um *Self* em transformação, que depende sempre de intervenções do meio e da relação que se constituiu (Mesquita, 2012). De certo modo é como se nesta dialética entre mãe e bebé, ambos fossem informadores (Bollas, 1992), em que o bebé informa sobre o seu *Self* verdadeiro e a mãe adapta-se ao bebé, transformando o seu meio interno e externo.

Ao contrário do que se pode pensar, recentes pesquisas demonstram que o bebé é um ser adaptativo, constituindo-se como participante ativo no seu crescimento, desenvolvimento e regulação, capazes de moldarem o meio (Galatzer-Levy & Cohler, 1993). Sabe-se que ao nascer, o mundo mental do bebé está desorganizado, e que este recebe uma série de estímulos que não consegue muitas vezes perceber, daí o bebé reagir e a mãe tentar dar significado a esses mesmos estímulos (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003).

Inicialmente o bebé tem o que Melanie Klein designa de *Objeto parcial*, tendo quando nasce, um conjunto de necessidades que a mãe satisfaz e outras necessidades que a mãe não consegue ou simplesmente não satisfaz como o bebé desejaria ou ambicionava. Neste caso, e segundo a autora, o bebé julga ter duas mães, a *mãe boa*, que satisfaz, que alimenta, que aconchega, que acalma a dor, isto é, que responde às suas necessidades, e uma *mãe má*, que não responde, não olha e não está em consonância com o que o bebé deseja, chorando e protestando de modo a manifestar que não está satisfeito (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003). Isto significa que a criança julga ter duas mães, pois no início da sua vida mental o *Objeto parcial* está dividido em dois.

Esta é a fase que Melanie Klein designa de *posição esquizoparanóide*, onde tudo ainda está confuso e incerto, existindo um *Objeto parcial*, na qual predominam os ataques agressivos que o bebê dirige para a mãe. Contudo, com o desenvolvimento e através da sintonia mãe-bebê surge a *posição depressiva*, onde o bebê começa a perceber que o *Objeto parcial* afinal é um *Objeto total*, levando à possibilidade do sentimento de identidade pessoal, do reconhecimento do próprio através do outro, percebendo o limite entre o Eu e o mundo (Grinberg & Grinberg, 1976). Isto significa que não existem duas mães, mas apenas uma possuidora de aspetos bons e menos bons.

A mãe ao reconhecer as necessidades do bebê, dá-lhes um significado que o bebê não entende, devolvendo-as transformadas e de forma simplificada para o bebê. O bebê necessita de um objeto externo que seja auxiliador no equilíbrio entre o interno e o externo, e é a identificação e o significado correto que o cuidador proporciona à linguagem corporal do bebê que permite que os afetos possam ser experimentados como mente, isto é, permite a transformação de elementos beta (de objetos desorganizados na nossa vida mental e aos quais o bebê não sabe dar significado), em elementos alfa (Bion, 1962 cit. por Mesquita, 2012), podendo estes serem compreendidos e integrados na experiência do *Self*. Isto significa que a transformação de elementos sensoriais em elementos alfa ajuda o bebê a tomar consciência de si e de um outro, passando a existir um Objeto real (Mesquita, 2012).

Na *posição depressiva*, há uma integração de tudo o que até aí era sentido como algo dissociado e sem sentido, e que agora passa a ser reunido numa pessoa, determinando uma noção da existência do próprio, do outro separado e ainda de um terceiro, cuja ideia de existência surge no momento da ausência do primeiro Objeto (Mesquita, 2012). A criança ao perceber a existência deste *Objeto total* sente-se culpada por ter atacado a *mãe boa* através do seu choro e dos seus protestos, criando-se nesta fase mecanismos de reparação, de forma a reparar o que ficou danificado na relação (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003).

Winnicott (1963) referiu que através desta passagem à *posição depressiva*, é possível o desenvolvimento da capacidade de se preocupar, e esta só surge quando a criança possui competência para fazer uso do Objeto, subsequente à capacidade relacional, constituindo-se como crucial nas futuras relações.

A passagem da *posição esquizoparanóide* para a *posição depressiva* possibilita o desenvolvimento da função reflexiva e a resposta maternal adequada aos

afetos do bebê possibilita o desenvolvimento de um narcisismo saudável, constituindo as bases da autoconfiança e da autoestima (Parkin, 1985).

Em suma, pode-se afirmar que a ligação entre a criança e o seu cuidador é fundamental, tanto para o seu desenvolvimento social, como emocional (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Assim sendo, considera-se que a afetividade resulta de uma regulação mútua entre o bebê e o Objeto cuidador (Stolorow & Atwood, 2004), e que a tendência para amar está relacionada com a intimidade vivida na relação diádica, provinda do estado de dependência da criança, com a idealização dos pais, culminando no Complexo de Édipo (Person, 1991, 2007).

Tal como refere Coimbra de Matos (1983), a grande reserva amorosa é construída na infância, através do amor que os pais devotam aos filhos e quando esta reserva não foi construída ou é pequena, o indivíduo necessita ser amado, acabando por se deprimir quando há uma perda de amor, ou seja, só um grande e forte amor poderá curar o indivíduo dessa carência amorosa.

Indo de encontro ao referido, Allingham (cit. por Rusckzinky, 2005) menciona que à medida que nos vamos desenvolvendo, temos sempre presentes os modos de funcionamento que aprendemos precocemente, enquanto crianças. Na mesma linha, também Loewald (cit. por Rosbrow-Reich, 1988) se referira à constante ligação entre a realidade presente e passada, onde a experiência na relação precoce mãe-bebê se mantém ao longo da vida, na vivência da intimidade.

Deste modo, e ao longo do desenvolvimento, torna-se necessário que se tenha construído de modo interno, um sentimento de ter sido amado e desejado de uma forma continuada por alguém, pois só assim é possível o desenrolar de novas relações, detentoras de amor e crescimento afetivo e emocional (Mesquita, 2012). O problema surge quando o indivíduo não foi amado, pois neste caso, também não aprendeu a amar, e como não sabe amar dificilmente poderá vir a ser amado. Por vezes, e apesar da ânsia de amor ser enorme, o ódio referente à relação amorosa ou a dúvida no amor levam-no a estragá-la ou nunca a conquistar (Coimbra de Matos, 1983). Assim sendo, verifica-se que o indivíduo não consegue investir enquanto não adquirir um sólido sentimento de ser uma pessoa merecedora de amor de outrem, ou seja, enquanto não reparar a sua ferida narcísica (Coimbra de Matos, 1983).

Freud (1905), na obra *Três Ensaios sobre a Teoria da Sexualidade* ressaltou que os aspectos da relação amorosa estão relacionados com a repetição, ou seja, encontrar um Objeto era apenas voltar a reencontrá-lo, estando relacionado com o reviver da felicidade envolvida no desejo edipiano proibido. O Objeto de amor seria

escolhido inconscientemente e essa escolha estaria relacionada com o amor pelo progenitor do sexo oposto. Posteriormente, em 1910, em *Cinco lições de Psicanálise*, Freud salienta que é normal ter os pais como modelos na primeira escolha amorosa do Objeto, fazendo parte do desenvolvimento natural uma transição para novos Objetos que possam acrescentar algo ao desenvolvimento.

Nesta mesma linha, Cleavelly (2005) refere que a relação amorosa constitui-se como uma oportunidade para a resolução de conflitos relacionados com as relações da infância, uma vez que é possível um contacto com o que falhou. Este mesmo autor, também refere que muitos casais se unem para fugir aos pais e às experiências precoces, e o que se procura não é um amor igual ao vivido com os pais, mas sim um novo amor promotor de mudanças e que responda às exigências do amor adulto. No entanto, muitas vezes descobrem que optam por parceiros com os quais repetem experiências relacionais passadas, sendo a interação relacional baseada na dinâmica relacional pais-filhos, vivida anteriormente, procurando-se deste modo, um Objeto parental, e não um Objeto sexual (Cleavelly, 2005).

Na interação existente na relação de casal, cada um dos intervenientes tem o potencial para revisitar as experiências passadas, assim como os principais medos de cada um (Balint, 2005). Por meio de identificações projetivas, o indivíduo tende a induzir características num novo Objeto e a desencadear respostas idênticas às respostas obtidas na relação com o Objeto conflitual pré-edipiano ou edipiano, tentando restaurar as relações patológicas do passado. Contudo, verifica-se que por vezes, o que homens/mulheres procuram no envolvimento com um novo Objeto, é o afeto que não obtiveram precocemente, por sua vez, quando o recebem, acabam por renunciá-lo, pois o Objeto só é desejado enquanto permite a revivência das experiências relacionais do passado, acabando por tornar-se desinteressante quando se aproxima do Objeto ideal (Kernberg, 1991). Tendencialmente, e como tem sido referido, os indivíduos de modo inconsciente, aproximam-se dos modelos parentais a que assistiram, quando procuram o Objeto de amor. No caso destes modelos parentais não proporcionarem a situação ideal de afeto, o desejável seria encontrar uma relação promotora de afeto, no entanto, sendo esta uma relação desconhecida, os indivíduos tendem a optar por o que lhes é familiar.

Bergmann (1988) considera que quanto mais traumáticas foram as experiências relacionais precoces, maior será a tendência a procurá-las nas relações amorosas adultas, verificando-se uma repetição, pois o que se procura é uma reparação da falha originada nessas mesmas relações.

3. Tipos de amor

Existem diferentes tipos de amor. Por um lado, um amor dominado por características mais infantis e por outro lado, um amor mais maduro, podendo-se dizer que o amor infantil segue o seguinte princípio *“amo porque me amam”*, e o amor maduro obedece ao seguinte *“amam-me porque amo”*. Por sua vez, o amor imaturo diz *“amo-te porque necessito de ti”* e o amor maduro diz *“necessito de ti porque te amo”*. Em suma, torna-se importante referir que o amor deve ser considerado um ato de vontade, de desejar dedicar toda a nossa vida a outra pessoa (Fromm, 2011).

Em 1956, Fromm considerou existirem dois tipos de amor romântico: o “verdadeiro amor” ou “amor maduro” e o “falso amor”. O primeiro caracteriza-se por respeito, responsabilidade, conhecimento, e possibilita preservar a própria integridade e individualidade do sujeito e o segundo caracteriza-se por uma união simbiótica, na qual o indivíduo foge do sentimento de isolamento e separação, procurando deste modo tornar-se parte de outra pessoa, o que indicaria falta de integridade e dependência.

Giddens (1993) também fala da existência de dois tipos de amor, o “amor romântico” e o “amor confluyente”. O primeiro começou a partir do final do século XVIII, existindo um rompimento com a sexualidade e de acordo com o autor, pressupõe o estabelecimento de um vínculo emocional durável profundamente ligado à questão da intimidade. O segundo pressupõe uma igualdade na entrega e na obtenção emocional, e de acordo com Giddens (1993) os relacionamentos mantêm-se na medida em que cada pessoa envolvida na relação tenha benefícios que justifiquem a continuidade da mesma.

Costa (1998 cit. por Nascimento, 2009) afirma que o amor romântico é um ideal sentimental com regras estabelecidas, acompanhadas dos ideais de autoperfeição. No entanto, de acordo com Berscheid & Walster (1978 cit. por Mateus, 2011), o amor romântico é um estado emocional desordenado, onde coexistem uma confusão de sentimentos, como a ternura e sexualidade, ansiedade e alívio, altruísmo e ciúme, exaltação e dor.

4. O Amor e as Relações Amorosas

As relações amorosas contribuem para o desenvolvimento do indivíduo, contribuindo o amor para o fortalecimento do *Self*, sendo este um dos sentimentos mais singulares da vida humana. Como se sabe, o amor pode encher as vidas dos

indivíduos de sentido, tornando-a especial, mas também os pode magoar como nada mais no universo, podendo-se então afirmar, que o amor pode ser a melhor e a pior coisa do mundo (Amado, 2010).

Conseguimos dizer porque estamos com raiva de alguém, compreender porque se tem inveja, ciúme, no entanto, é difícil entender e dizer porque amamos alguém. Porém, é possível dizer que o amor é um sistema complexo e dinâmico que envolve cognições, emoções e comportamentos (Shaver; Hazan & Bradshaw, 1988).

Pode-se assemelhar o amor a uma arte, e como tal deve ser investido do mesmo modo que se investe numa outra arte, sendo necessária dedicação. A arte de amar, implica não somente dar mas também receber, não devendo apenas ser investido, mas também investir no outro, na qual a responsabilidade, o respeito, o cuidado e o conhecimento desempenham um papel essencial (Fromm, 2011).

O amor é um sentimento que induz os indivíduos a aproximarem-se, a protegerem-se ou a conservarem a pessoa pela qual se sente amor e é também transversal à experiência de ligação entre as pessoas, fundamental à natureza humana (Greenberg & Paivio, 1997 cit. por Duarte, 2012). A grande perplexidade do amor consiste em ser amado e não em amar e o problema para algumas pessoas surge na forma como acham ser dignos de amor (Fromm, 2011), o que leva a que muitos indivíduos tenham dificuldades em estabelecer uma relação amorosa.

A relação amorosa surge quando dois indivíduos se comprometem numa relação, extensível ao longo do tempo, fazendo parte de uma instituição designada de casal, tal como afirma Silva & Relvas (1996, cit. por Mateus, 2011). Quando duas pessoas iniciam uma relação amorosa, encontram-se inevitavelmente aspetos que cada um traz consigo e que define a sua história pessoal e a sua identidade (Duarte, 2012). A experiência do encontro intersubjetivo e, essencialmente, do encontro amoroso depende de uma subjetividade construída nas bases de um Eu que passou pela fase do narcisismo primário (Rios, 2008). Assim, pode-se afirmar que a qualidade das relações de vinculação que a criança estabeleceu, constitui um papel importante na qualidade das relações íntimas que o indivíduo irá desenvolver durante a sua vida (Berlin & Cassidy, 1999 cit. por Moleirinho, 2008).

O amor, apesar de todos os seus aspetos positivos, expõe os aspetos que gostaríamos de ter e justamente por se realizar na intersubjetividade, é um espaço de encontro e desencontro, de esperanças e desejos (Rios, 2008), e de inúmeras expectativas.

Segundo Bauman (2004), o amor consiste em cuidar do outro, preservando o Objeto amado e os indivíduos ao amarem têm esperança de ser amados e de serem reconhecidos, permitindo esse reconhecimento o amor-próprio a partir do amor oferecido pelo outro.

De forma resumida amar alguém significa reconhecer uma pessoa como fonte real ou potencial para a própria felicidade (Simmel, 1993). No entanto, e segundo Lacan (1987), mesmo quando o amor se sustenta no outro, como um apoio para a escolha do objeto, ele não é menos narcísico, uma vez que o que ele procura é o retorno do amor.

5. Estudos sobre o Amor

“Este tornar-se um em vez de dois foi a própria expressão da sua necessidade ancestral. E a razão é que a natureza humana era originalmente uma e erámos um todo, e ao desejo e procura do todo chama-se amor.”

(Aristóteles, cit. in Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003, p.319)

5.1. Teoria Triangular do Amor

Desenvolvida por Robert Sternberg (1988), psicólogo e professor da Universidade de Yale, a Teoria Triangular do Amor especula sobre a natureza do amor, detendo-se sobre o fenómeno de “amar” nos diferentes tipos de relacionamento, sugerindo que o amor pode ser explicado a partir de três componentes, que se modificam no desenvolvimento das relações, proporcionando diferentes triângulos, em tamanho e na forma geométrica (Sternberg, 1988). Assim sendo, esta teoria defende que o amor pode ser compreendido através de três componentes (vértices de um triângulo): Intimidade, paixão e decisão/compromisso (Hernandez & Oliveira, 2003).

Esta Teoria contribui para a compreensão dos ingredientes do amor (*intimidade, paixão e compromisso*) e como estes se combinam para gerar diferentes tipos deste sentimento (Sternberg, 1988). De uma forma simplificada, esta teoria vê o amor como o resultado do ponto a que nos sentimos bem e próximos de alguém, desejamos ou erotizamos essa pessoa e estamos comprometidos e decididos a permanecer numa relação amorosa com ela (Amado, 2010).

Segundo Sternberg, o fator *Intimidade* refere-se ao sentimento de ligação estreita, proximidade e vínculo existente numa relação (Amado, 2010). Este fator é constituído por uma série de elementos: estimar e valorizar a pessoa amada, sentir que ambos comunicam e compreendem-se, sentir desejo de partilha, receber e dar

apoio emocional, estimar e valorizar a pessoa amada, sentir-se feliz com esta e promover o seu bem-estar (Sternberg, 1988). O fator *Paixão* envolve elementos como o desejo, o pensamento obsessivo sobre a pessoa amada, a idealização e a adoração. Está associada à expressão de desejos e necessidades, como necessidades de autoestima, entrega, submissão e satisfação sexual (Amado, 2010; Sternberg, 1988). O fator *Decisão/Compromisso* teria dois aspetos, um a curto e outro a longo prazo. O aspeto a curto prazo é a decisão de amar outra pessoa e o de longo prazo é o compromisso em manter esse amor, os quais podem não ocorrer simultaneamente, isto é, pode-se amar alguém sem se assumir um compromisso, assim como se pode estar numa relação sem se amar o outro (Amado, 2010; Sternberg, 1988).

Deste modo, a teoria em questão pode constituir uma ligação estreita com o tipo de relacionamento estabelecido, na medida em que, através da mistura das três componentes mencionadas, torna-se possível obter vários tipos de amor, que podem originar diferentes relações amorosas.

A partir da combinação dos três componentes acima mencionados, Sternberg (1988) identificou sete tipos de amor diferentes: amizade, paixão, amor vazio, amor romântico, amor companheiro, amor instintivo e amor verdadeiro. Quando apenas está presente a componente *Intimidade*, o amor caracteriza-se pelo carinho, sem paixão ou comprometimento, sendo denominado de amizade; a presença exclusiva da componente *Paixão* daria origem a uma relação na qual predomina o desejo sexual; o amor baseado apenas no elemento *Decisão/compromisso* foi denominado pelo autor como amor vazio, podendo ser observado em relações onde a intimidade e a atração física já deixaram de existir; os fatores *Intimidade* e *Paixão* juntos dariam origem ao amor romântico; a combinação entre os componentes *Intimidade* e *Decisão/Compromisso* formariam o amor companheiro; o amor instintivo seria fatural, podendo ser associado ao amor à primeira vista, onde se verificam as dimensões da *Paixão* e da *Decisão/Compromisso*, sem que se tenha tido tempo para estabelecer qualquer vínculo de *Intimidade*; por último, o amor verdadeiro seria composto pelos três vértices do triângulo na sua composição (Sternberg, 1988).

5.2. Teoria dos Estilos de Amor

John Alan Lee realizou um estudo, recorrendo a 120 indivíduos de quatro cidades diferente, tendo-os abordado diversas vezes na rua para que lhes contassem a sua história de amor. Isto é, os participantes foram convidados a descrever o que

entendiam por amor e foram coletados 100.000 itens associados ao amor, comprovando deste modo, que existiriam diversas variações ou "love-styles". Em seguida, esse autor colocou os estilos de amor predominantes numa "roda da cor" e comparou o mecanismo humano de visão de cores com a capacidade de amar (Lee, 1977).

Este autor utiliza a metáfora da cor para olhar para as relações (Amado, 2010). Lee considera que tal como os olhos só têm recetores para três cores, também temos três estilos de amor primários (*Eros*, *Ludus* e *Estorge*) e três secundários: *Mania* (*Ludus* + *Eros*), *Pragma* (*Ludus* + *Estorge*) e *Ágape* (*Eros* + *Estorge*). Esses estilos receberam denominações retiradas do grego, pois Lee não encontrou sinónimos, na língua inglesa para a palavra amor. A mistura entre as diferentes intensidades dos estilos resultaria num imenso número de estilos diferentes, assim como ocorre na visão de cores (Lee, 1977).

O estilo de amor *Eros* (amor romântico e apaixonado), está muito associado com a atracção física, direccionada para um tipo de amante ideal e envolvendo um comprometimento mútuo. O estilo de amor *Ludus* (amor sedutor) está voltado para o prazer, o jogo sem compromisso, sem preocupação face ao futuro e que pode ocorrer de modo simultâneo com várias pessoas. Por fim, no estilo de amor *Storge* (amor companheiro) o amor surge a partir da amizade, na qual a confiança se constitui com o tempo. Este envolve sentimentos menos calorosos mas mais sólidos, em que cada elemento do casal serve de apoio ao outro (Lee, 1977).

Da combinação dos três estilos acima referidos, derivam os estilos secundários de amor. *Ludos* mais *estorge* produz *pragma*, o amor lógico ou "shopping-list love", que valoriza a compatibilidade e interesses em comum, examina detalhadamente os pretendentes antes de se envolver para verificar se atendem às expectativas para um futuro relacionamento, ou seja, é um estilo mais calculista; *Eros* mais *storge* produz *àgape*, o amor altruísta e desinteressando, inclui o cuidado incondicional ao outro e a ausência de egoísmo; *Eros* mais *ludus* produz *mania*, o amor possessivo, obsessivo e dependente, em que o parceiro se sente forçado a atrair a atenção do parceiro de forma contínua, ciumenta e possessiva (Lee, 1977).

O conceito proposto por Lee apenas enfatiza a importância da combinação dos estilos de amor dos parceiros (Lee, 1977), o qual inspirou a criação de um instrumento de avaliação das atitudes relativas ao amor amplamente utilizado, a Escala de Atitudes de Amor (Hendrick, Hendrick & Dicke, 1998). Um dos estudos com essa escala indicou que *eros* e *ágape* são preditivos de relacionamentos amorosos gratificantes e

saudáveis (Frazier & Esterly, 1990), enquanto que a alta pontuação para *mania* (Fricker & Moore, 2001) assim como *ludus* apresentam pouca satisfação no relacionamento amoroso (Frazier & Esterly, 1990; Fricker & Moore, 2001). Contudo, *ágape* gera controvérsia, uma vez se verificar noutros estudos que apenas o estilo *eros* foi comprovado como preditor da satisfação no relacionamento amoroso. Relativamente ao estilo *mania*, e segundo Martin et al. (1990), quando é apresentado por mulheres é preditor negativo de felicidade conjugal para o parceiro.

5.3. Teoria do Apego

John Bowlby (1990) desenvolveu a conhecida "Teoria do Apego", a qual revolucionou o conhecimento sobre vínculo (ou apego, como este autor denominou) entre mãe e filho (Bretherton, 1992).

Os estudos teóricos e práticos de Bowlby revelaram que o apego entre mãe e filho seria um fenómeno inato e fundamental para a sobrevivência da nossa espécie. Na década de 50 o autor realizou estudos com macacos *rhesus*, demonstrando que o apego não surgia devido à satisfação do alimento (recebido de um macaco confeccionado com arame), mas sim derivava do aconchego que eles encontravam num modelo de pano. Quando esses macacos (criados por modelos de arame e/ou pano) eram colocados com outros animais da sua espécie, mostravam-se incapazes para o convívio social. Concluindo, o que se verificou é que o vínculo mãe-filho é essencial para a saúde mental e para o desenvolvimento normal em primatas, pois é com base nesse vínculo inicial que todos os outros laços afetivos são construídos (Harlow, 1959).

O apego é comprovadamente inato, no entanto, para Bowlby, o tipo de apego é algo aprendido pela criança. A disponibilidade emocional dos pais para suprir as necessidades emocionais do filho em situações stressantes, é o alicerce pelo qual a criança aprende a perceber e a relacionar-se com o mundo.

Deste modo, no primeiro ano de vida, a criança desenvolveria um Modelo Funcional Interno, a partir do qual o indivíduo irá ver-se a si próprio e o mundo (Bowlby, 1990), ou seja, um tipo de apego específico e que se transformaria em característica fixa de personalidade (Bowlby, 1979).

O primeiro e mais importante teste da teoria do apego de Bowlby foi publicado, em 1978, por Mary Ainsworth. Esta autora desenvolveu o método experimental denominado "situação estranha", em que as reações da criança em interação com a mãe ou cuidador foram observadas, numa vivência de separação. A "situação

estranha” originou o sistema de classificação de vinculação entre o cuidador e a criança, na qual as categorias foram organizadas em: *Segura*, *Rejeitada* (ou Ansiosa com evitação) e *Ansiosa/ambivalente* (ou Ansiosa/Resistente) (Bowlby, 1979).

Na *vinculação Segura* a mãe mostra-se sensível às necessidades da criança e promove confiança, demonstrando que os pais estão disponíveis caso ela se depare com uma situação em que se sente ameaçada. Através deste modelo, o indivíduo vai-se sentir seguro e com coragem para explorar o mundo, estando apto a vivenciar o amor saudável na vida adulta. Por sua vez, a *vinculação Rejeitada* (ou ansiosa com evitação), inclui uma constante rejeição por parte da mãe quando o bebê a procura para obter proteção, provocando falta de confiança de que terá ajuda quando precisa. A partir deste modelo, o indivíduo passa a tentar viver sem amor e sem a ajuda dos outros, tornando-se emocionalmente autossuficiente. Na *vinculação Ansiosa/resistente*, os pais estiveram disponíveis numa situação e noutras não, levando o bebê a experienciar vivências de separação e ameaças de abandono, usadas pelos pais como meio de controle. Este modelo origina uma incerteza quanto à disponibilidade dos pais, e posteriormente uma ansiedade de separação no relacionamento adulto (Bowlby, 1979).

Hazan e Shaver (1987), nove anos depois, estudaram 620 leitores do jornal Rocky Mountain News (205 homens e 415 mulheres) e 108 estudantes de psicologia (38 homens e 70 mulheres) e por meio da aplicação do questionário Tipo de Apego Adulto (TAA) as autoras constataram que estes tipos de vinculação estabelecidos e registrados na infância (Seguro, Rejeitador e Ansioso-ambivalente) seriam preditivos do relacionamento amoroso adulto.

5.4. Estudo de Tipos de Relacionamento Amoroso que visam o reparo da vulnerabilidade narcísica

Sendo o Eu imperfeito, amar é uma forma de superar esta imperfeição, ou seja, ama-se porque não se tem, passando o outro a ser o responsável direto da felicidade do Eu (Reik, 1944 cit. por Mesquita, 2012). Segundo Mesquita (2012), existem modalidades funcionais com vista a reparar o que ficou contido em termos de desenvolvimento do *Self*, sendo relações que têm como objetivo diminuir o sentimento de vulnerabilidade narcísica, isto é, procuram a segurança do *Self* e a sua complementaridade através de um outro idealizado. A autora afirma que este tipo de reparação narcísica atua por dois meios, o da submissão, sendo mais típico nos

funcionamentos neuróticos, e o do *Self* grandioso, mais típico dos funcionamentos borderline e psicótico.

Mesquita (2012) considera que as relações que visam a procura do que falta ao *Self* estruturam-se em três tipos de funcionamento: Relacionamento amoroso tipo *Submisso-Idealizador*; Relacionamento amoroso tipo *Eufórico-Idealizante* e Relacionamento amoroso tipo *Evitante-Desnarcisante*, os quais são descritos de seguida.

- Relacionamento Amoroso tipo Submisso- Idealizador

Rank (1941) considera que as relações amorosas são reguladoras da autoestima, e que a dependência excessiva do outro para a regulação da autoestima pode despoletar comportamentos de dependência. Verifica-se que cada um dos elementos da relação se alimenta do narcisismo do outro, fantasiando que recebem o valor que admiram no outro, possibilitando a ilusão de que se possui uma autoestima fortalecida.

O indivíduo que se sentiu amado de forma parcial, só aprendeu a amar desse modo, tendo estabelecido relações sem profundidade, em que o que interessa são os aspetos exteriores e não a pessoa em si. Isto significa que o indivíduo se interessa por aquilo que o outro lhe possa dar, pelo que o outro possui e pelo que lhe agrada no outro, e não pelo que a pessoa é (Mesquita, 2012). Assim, a idealização do outro prende-se com as necessidades narcísicas do próprio, ou seja, o objeto amoroso tem como objetivo trazer ao próprio um ganho narcísico.

O Objeto, como não sentiu que foi amado pelo que é, mas sim pelo que faz de bom aos olhos do Objeto correspondendo às necessidades narcísicas desse, o reforço da sua autoestima apenas se poderá realizar quando sente que satisfaz os outros. Os atos são um meio para se fazer aprovar pelos outros, não exprimindo a totalidade do *Eu*. Miller (1986 cit. por Mesquita, 2012) considera que há uma repetição do trauma de infância, na qual o indivíduo sentiu que não foi amado e admirado pelo que é, mas sim pelo que possui e agrada aos outros.

Nestas relações de Objeto surge uma confusão do que é o amor, sendo este confundido com a dependência. O que se procura nestes casos é a admiração do outro e não o seu amor (Mesquita, 2012), na qual o indivíduo se esmera para ser merecedor dessa admiração.

Verifica-se a existência de um certo investimento no Objeto, uma vez que os indivíduos esperam receber algo do outro, tendo-o sempre em conta, mas nunca chegando a existir um real reparo do *Self* falhado (Mesquita, 2012).

- Relacionamento Amoroso tipo Eufórico-Idealizante

Muitas vezes, quando não é possível o atingir da *posição depressiva*, por as ansiedades infantis não terem sido integradas e modificadas, surge a necessidade de criar um refúgio relativamente aos Objetos internos e externos, que se designa de inveja (O'Shaughnessy, 1981 cit. por Mesquita, 2012). Quando a autoestima está diminuída, estabelecem-se relações mediadas pela inveja e agressividade face ao Objeto, notando-se uma representação frágil do *Self*. Ou seja, estes indivíduos sentem inveja do que julgam ter em falta em si próprios. Deste modo, a inveja pretende que o indivíduo seja tão bom quanto o Objeto, e quando isso não é possível visa destruir o que no Objeto provoca inveja (Segal, 1875 cit. por Mesquita, 2012).

Quando o Objeto é visto como melhor que o Ideal do Eu, tenta-se destruir o seu narcisismo, porque este provoca um aumento do sentimento de inferioridade em relação ao próprio e, por meio da projeção das partes más do *Self*, no Objeto, eliminam-se os sentimentos de desvalorização.

Coimbra de Matos (1997, cit. por Mesquita, 2012) fala da recusa da subjetividade e *alteridade do outro*, na qual o Objeto não pode ter objetivos, desejos, gostos, preferências que não sejam os mesmos que o indivíduo. Nestas relações os desejos e objetivos são controlados, com o objetivo de desenvolver uma ilusória segurança na relação. Existe nestas relações, uma tendência de domínio sobre o Objeto de modo a que este se torne submisso e próximo, fazendo com que o indivíduo se sinta seguro.

Estas são relações pontuadas pela identificação narcísica ou projetiva, na qual o outro é investido à semelhança e imagem do próprio. Se o indivíduo não se valoriza, também não se considera merecedor de amor e de valor, provocando no outro esses sentimentos, atacando igualmente o seu narcisismo. Estes indivíduos sentem um sentimento muito intenso de vergonha devido à sua fragilidade narcísica, tentando, como refere Kohut (1972), provocar ativamente nos outros as feridas narcísicas que mais receia sofrer.

Estes indivíduos muitas vezes patenteiam uma sexualidade exibicionista, revelando uma heterossexualidade frágil, despoletando o estabelecimento de relações

sexuais de modo sucessivo, com vista a fortalecer o sentimento de que se é desejado e contribuindo para a valorização feminil/viril (Mesquita, 2012).

O estabelecimento de relações sexuais de modo sucessivo e com diversos parceiros visa aumentar a autoconfiança do próprio, não tendo em consideração os sentimentos do outro. Deste modo, o que ocorre é uma repetição inconsciente das experiências passadas, o sentimento de que a mãe/pai não exerceram a sua funcionalidade de contenção e transformação do *Self*, não correspondendo às necessidades de amor do bebé. Deste modo, forma-se a ideia de que o melhor é não necessitar do amor do outro porque o resultado deste será o sofrimento (Mesquita, 2012). Assim, são formadas relações sem um real interesse, sem intimidade e intensidade, na qual o objetivo se prende com a exibição narcísica do indivíduo através do objeto.

- Relacionamento Amoroso tipo Evitante-Desnarcisante

Por vezes, a recusa à relação constitui-se um modo de sobrevivência, uma vez que as experiências de ligação a outrem implicam o reviver de sentimentos, recordações e outros conteúdos experienciais que ameaçam o ressurgir de configurações vinculares avassaladoras para o indivíduo (Mesquita, 2012).

Para alguns indivíduos, a vivência da intimidade está estritamente ligada ao fusional, havendo um desaparecimento do próprio no outro. O indivíduo tende a menosprezar o outro de forma a ocultar o sentimento de inferioridade que sente, submetendo o objeto ao seu poder, de modo a fragilizá-lo, no entanto não se apercebem que esta atitude conduz ao empobrecimento da vida emocional do próprio (Mesquita, 2012).

Segundo Kernberg (1975) o que ocorre é a manifestação de um narcisismo maligno, na qual o principal objetivo é destruir os aspetos idealizados do outro de modo a negar o sentimento de profunda inveja.

Dá-se lugar à atividade projetiva, na qual o outro deixa de existir, ficando no lugar deste somente a projeção (Amaral Dias, 2000). As retiradas narcísicas, que Glasser (1992) retrata, levam a sentimentos de abandono, a estados de isolamento, depressão e diminuição da autoestima.

Em alguns casos surge uma arrogância psicótica, na qual há uma destruição dos aspetos do outro que desencadeiam inveja ao próprio, através da projeção das partes indesejadas do próprio *Self* no outro (Mesquita, 2012).

CAPÍTULO II

AUTOESTIMA

Pode-se pensar que a autoestima é um património exclusivamente íntimo, contudo, este é constantemente visitado, revisitado e alterado, pois está condicionado pela opinião alheia ou pela imagem externa da pessoa.

Existe um amplo leque de conceptualizações pertencente ao estudo da autoestima, que tem vindo a contribuir essencialmente para a sua maior compreensão. Ao retratar-se a autoestima, torna-se importante falar de Rosenberg (1965) e de Coopersmith (1989 cit. por Sbicigo, Bandeira & Dell’Aglio, 2010) visto terem desenvolvido, através de uma metodologia empírica, teorias sobre a autoestima como um importante constructo da personalidade.

Desde os tempos mais remotos, o homem permaneceu numa procura constante, no sentido de distinguir valor em si próprio e em se assegurar da admiração e aprovação dos outros homens. A autoestima é construída ao longo de todo o desenvolvimento humano e esta relaciona-se de modo significativo com a saúde psicológica ou a saúde mental, tendo uma importância essencial na vida do ser humano (Silverstone & Salsali, 2003), afetando a satisfação, a motivação e o comportamento (Guindon, 2010), difundindo-se a várias esferas da vida de uma pessoa, entre elas a esfera dos relacionamentos interpessoais (Powell, 2004).

A autoestima começa a formar-se desde a primeira infância, quando a criança percebe ser valorizada pelos pais e começa a confiar nos mesmos. Ao longo do ciclo de vida, e com o caminhar para a adultez, a autoestima é afetada pelos acontecimentos de vida e pelas pessoas que se conhece (Powell, 2004). Deste modo, o valor próprio torna-se dependente de valores sociais e é, em parte, influenciado pelo feedback, real ou percebido, de outros significativos (Guindon, 2010).

1. Enquadramento histórico do conceito

O conceito de autoestima já não é recente, e deste modo, interessa fazer um enquadramento histórico do conceito.

As primeiras teorias referentes à autoestima não lhe dedicaram um estudo aprofundado e relacionavam-na com os vários aspetos do *Self*. A origem da autoestima, para estas abordagens, estava relacionada com a aprendizagem social e interpessoal, uma vez que o modo como o sujeito é tratado pelo ambiente social é

determinante para as suas crenças pessoais (Bandura, 1986). Deste modo, os indivíduos avaliam-se e vêem-se de acordo com a forma como são vistos e avaliados pelos outros.

Cooley (1902 cit. por Burns, 1979) adotou uma perspectiva sociológica, em que o *Self* apresenta diferentes aspetos, sendo o *Self* social o mais relevante. Este autor defendia que as pessoas aprendem a definir-se a si próprias pela percepção de como os outros as definem – “*looking glass self*” – ou seja, o indivíduo vai-se constituindo pelo que os outros lhe devolvem, e pelo modo como os outros o vêem.

Por sua vez, Mead (1934 cit. por Burns, 1979) considera que o *Self* seria o resultado das interações nas quais o indivíduo se vê refletido no comportamento dos outros, o que implica que a conceção de *Self* seja composto por um conjunto de atitudes reflexas que emergem num determinado contexto social, podendo a autoestima ser a componente avaliativa das atitudes. Nesta linha de pensamento, para que o sujeito consiga desenvolver uma elevada autoestima, é necessário que este seja estimulado pelos outros.

Allport (1961, cit. por Bednar, Wells & Peterson, 1989) defende uma teoria com raízes na Psicologia Individual, referindo-se à aprendizagem como meio de explicar o desenvolvimento do *Self*. O maior contributo do autor acima mencionado para o estudo da autoestima, foi o reconhecimento do papel das defesas psicológicas e o facto de ser o primeiro a dar destaque à importância da autodisciplina e da coragem, no confronto com as dificuldades, como meios de fomentar a autoestima.

William James (1980, cit. por Bednar, Wells & Peterson, 1989) também estudou a autoestima, baseando-se na Psicologia do *Self*, acreditando que esta contém todos os atributos que o indivíduo refere como “parte de mim” e que se podem dividir essencialmente em quatro categorias: *Self* material, *Self* social, *Self* espiritual e *Self* corporal. A combinação de todos os “*selves*” constituirá a forma como o indivíduo se vê a si próprio, sendo a autoestima determinada pela fração entre os sucessos e as pretensões do indivíduo.

2. Conceito de autoestima

Rosenberg (1965) definiu a autoestima como um conjunto de sentimentos e de pensamentos que o indivíduo tem acerca do seu valor próprio, competência e adequação, refletindo-se numa atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo. Na sua perspectiva, cada elemento do *Self* é avaliado de acordo com o seu valor, desenvolvido durante a infância e a adolescência. O autor refere um conceito

unidimensional da mesma, uma autoestima global ou o sentimento de se ser bom o suficiente (Guindon, 2010).

Por sua vez, Coopersmith (1967/1976, cit. por Bednar, Wells & Peterson, 1989) designa a autoestima como a avaliação que o indivíduo faz, e normalmente mantém, relativamente a si próprio. Isto traduz-se numa atitude de aprovação/desaprovação do indivíduo e indica em que medida este se considera capaz, significativo, com sucesso e valor. Este aspeto valorativo influencia a forma como o indivíduo elege as suas metas, se aceita a si mesmo, valoriza o outro e projeta as suas expectativas no futuro (Coopersmith, 1989 cit. por Sbicigo, Bandeira, & Dell'Aglio, 2010).

Para Vaz Serra (1988), a autoestima corresponde ao modo como a pessoa autoavalia as suas qualidades, desempenhos, virtudes ou valor moral. Indo de encontro ao referido, e segundo Burns (1979), a autoestima pode ser encarada como um processo, na qual o indivíduo examina as suas atitudes e capacidades, tendo em conta valores e padrões interiorizados a partir do que os outros pensam.

De um modo geral, e apesar da existência de alguma variação na definição de autoestima, esta relaciona-se com a autoimagem, o autoconceito e a autoperceção, referindo-se à forma como as pessoas se veem e se avaliam a si mesmas (Arnett, 2007). Indo de encontro ao referido, tem-se mencionado que a autoestima constitui a componente de avaliação do autoconceito (Blascovich & Tomaka, 1991; Rosenberg, 1965), que por sua vez é desenvolvido pelas diversas percepções e descrições que os indivíduos desenvolvem acerca de si próprios, tornando-se ao longo do desenvolvimento, cada vez mais complexo, estável e diferenciado (Santos & Maia, 1999; Cole et al., 2001). Neste sentido, a autoestima envolve a avaliação mais positiva ou negativa que as pessoas fazem sobre os seus atributos (Santos & Maia, 1999).

Guindon (2010) afirma que a autoestima expressa-se através de um *continuum*, podendo ser baixa, média, alta ou defensiva. Esta última expressão diz respeito a um real sentimento de baixa autoestima oculto por um mecanismo de defesa expresso pela manifestação de sinais de uma alta autoestima.

Uma baixa autoestima expressa um sentimento de desvalorização, insatisfação e uma falta de respeito dos indivíduos em relação a si mesmos. Os indivíduos tendem a sentir-se incompetentes, inadequados e incapazes de enfrentar desafios (Rosenberg, 1965). Os indivíduos com baixa autoestima possuem geralmente uma reduzida autoeficácia e autoconfiança, afetando o sucesso inerente ao relacionamento interpessoal, o que por sua vez se pode repercutir numa deterioração da autoestima global (Guindon, 2010). Verifica-se a existência de uma correlação entre a baixa

autoestima e a depressão (Guindon, 2010; Silverstone & Salsali, 2003). Uma autoestima média expressa-se através da oscilação que o indivíduo sente entre o sentimento de aprovação e de rejeição de si mesmo (Santos & Maia, 2003; Rosenberg, 1965). Uma elevada autoestima pressupõe que os indivíduos se consideram pessoas de valor, não se sentindo necessariamente superiores aos outros, são respeitadores de si mesmos e sentem-se confiantes e competentes (Santos & Maia, 2003; Rosenberg, 1965).

De certo modo, é possível assemelhar a autoestima ao narcisismo, considerando este como o fenómeno que estaria relacionado com o amor-próprio do indivíduo, correspondendo ao narcisismo positivo. Como refere Coimbra de Matos (1983), o Homem é considerado sobretudo um animal narcísico, que tanto se admira como precisa de ser admirado.

É de referir, que o narcisismo começa por ser regulado pelo exterior (objeto amante/desamante, narcisador/desnarcisador), e progressivamente começa a ser regulado pelo interior (narcisismo autónomo), na qual o indivíduo toma atitudes e executa comportamentos de promoção e manutenção da autoimagem e autoestima (Coimbra de Matos, 2001).

3. Autoestima no Adulto Emergente

A “transição” da adolescência para a idade adulta corresponde a uma fase do ciclo de vida repleta de transições desenvolvimentais, na qual ocorre a consolidação da identidade pessoal e social e a aquisição do estatuto de adulto (Andrade, 2010). O início da adultez é regado por uma diversidade de comportamentos determinantes e por mudanças a vários níveis, acompanhadas pela preparação para a subsequente entrada na vida adulta.

Arnett (2000) partiu das contribuições provenientes dos estudos de Erikson, Levinson e Keniston e propôs uma nova teoria inerente ao desenvolvimento humano, a Teoria da Adultez Emergente. Esta teoria diz respeito a uma nova fase de desenvolvimento, a adultez emergente “emerging adulthood”, que segundo o autor, diz respeito ao período dos dezoito aos vinte e cinco anos de idade e caracteriza uma fase distinta dos períodos da adolescência e da adultez (Arnett, 2000, 2004, 2006). Nesta fase, os indivíduos já não se consideram adolescentes, no entanto também ainda não se sentem adultos (Arnett, 2000).

O período da adultez emergente é regado por uma pluralidade de comportamentos e mudanças a vários níveis que são acompanhadas pela preparação para a entrada na vida adulta (Mosquera et al., 2006).

O autor fala de cinco características essenciais desta fase, que a tornam distinta da adolescência e da adultícia (Arnett, 2000). É a fase de Explorações da Identidade (*Age of Identity Explorations*), permitindo aos indivíduos explorar as suas vidas em diversas áreas, como no amor e no trabalho. Apesar das explorações iniciais no campo das relações amorosas geralmente terem lugar na adolescência, será essencialmente ao longo da adultez emergente que as explorações relacionadas com a identidade no amor tomam lugar. Nesta fase surgem questões mais sérias, relacionadas com o tipo de pessoas que se deseja para formar um relacionamento amoroso a longo-prazo (Arnett, 2005). Com a entrada na adultez emergente, as relações amorosas tendem a tornar-se mais íntimas e sérias (Arnett, 2000).

Esta também é a Idade da Instabilidade (*Age of Instability*), visto os indivíduos não saberem onde viverão e o que irão fazer num período próximo. Esta instabilidade pode-se relacionar com o alargamento da escolaridade obrigatória, com a aparente dificuldade de entrada no mercado de trabalho, com o ingresso em profissões mais exigentes, com a possibilidade de acesso a habitação própria ou com a própria construção de um projeto de vida adulta (Arnett, 2000; Monteiro et al., 2009).

Este é um período em que a Idade é focada no *Self* (*Self-Focused Age*). É a única altura em que existem poucos laços que implicam obrigações diárias com os outros, tornando-se deste modo possível uma reflexão mais profunda acerca do *Self*. O principal objetivo do foco no *Self* é a autossuficiência, que os jovens vêem como um passo necessário para obter relações duradouras e proveitosas com os outros, no amor e no trabalho (Arnett, 2000).

Arnett (2000) também classifica esta idade como a Idade do Sentimento de Indefinição (*Age of Feeling In-Between*), falando do modo como a instabilidade e a exploração características desta idade criam no jovem um sentimento de indefinição. Esta fase é regida por uma sensação ambivalente de estar a entrar na idade adulta, não se sentido ainda como fazendo completamente parte da mesma. Deste modo, a adultez emergente reflete o sentimento de que não se é mais adolescente, mas também apenas parcialmente adulto.

A Idade das Possibilidades (*Age of Possibilities*) é outra das características deste período e advém diretamente de todas as características mencionadas anteriormente. É uma idade de esperanças e de expetativas altas, onde é possível

experimentar os sonhos pensados ao longo da vida. É também uma época de positivismo em que os jovens acreditam que um dia irão atingir o seu sonho e lugar na vida (Arnett, 2000).

Assim sendo, a adulez emergente constitui um período de desenvolvimento fundamental ao nível da autoestima, tendo influências na subsequente vida adulta (Dwyer et al., 2011). Algumas evidências intrínsecas ao desenvolvimento da autoestima ao longo do ciclo de vida indicam que esta aumenta durante a adulez emergente e a idade adulta média, atingindo o seu auge por volta dos sessenta anos e declinando na velhice (Orth et al., 2010; Robins et al., 2002).

CAPÍTULO III

AUTOESTIMA/ NARCISISMO E RELACIONAMENTOS AMOROSOS

“A medida do amor é amar sem medida!”

(Santo Agostinho, cit. *in* Mesquita, 2012, p.190)

Freud teve um importante papel na compreensão da normalidade e da patologia nas relações amorosas, tendo analisado o narcisismo através do modo como os seres humanos se colocam face à sua vida amorosa (Kernberg, 1991). Este mesmo autor salienta que o amor de Objeto é de extrema importância para o narcisismo dos indivíduos, mostrando que o narcisismo é importante na regulação da autoestima, considerando que o indivíduo priva-se de parte do seu narcisismo quando ama, e que a autoestima só pode ser restabelecida através da troca de amor entre os parceiros amorosos (Mesquita, 2012).

A autoestima pode desempenhar um papel crucial na escolha amorosa, sendo suscetível de influenciar o género de pessoas por quem um indivíduo se sente atraído (Zimmerman, 2010), ou seja, pode ter influência nas relações amorosas, uma vez que o grau em que as pessoas se sentem bem consigo mesmas, pode interferir sobre os padrões mínimos que estabelecem para com os seus potenciais parceiros amorosos (Zeigler-Hill, Campe & Myers, 2009).

Por um lado, as pessoas que possuem uma elevada autoestima, podem sentir que têm muito para oferecer ao outro, tornando-se mais suscetíveis de sentir que merecem alguém mais atraente ou mais apresentável, ou seja, alguém mais próximo do seu ideal (Walster, 1965). Por sua vez, as pessoas que possuem uma baixa autoestima, tendem a ser menos exigentes para com potenciais parceiros amorosos (Wilson & Nias, 1976).

Geralmente é na adolescência que se iniciam as primeiras explorações no campo das relações amorosas, no entanto, é ao longo da adultez emergente que as explorações no amor tomam lugar, tornando-se mais íntimas e sérias (Arnett, 2000), surgindo algumas questões relacionadas com o tipo de pessoa que se deseja ter como parceiro num relacionamento amoroso (Arnett, 2005).

Cramer (2008 cit. por Botelho, 2012) refere que a autoestima está positivamente relacionada com as condições que favorecem as relações mais próximas, como as relações amorosas. De acordo com Owens (1994, cit. por Botelho, 2012), indivíduos com uma autoestima elevada geralmente sentem que têm valor e

respeitam-se, ainda que tenham conhecimento das suas falhas, enquanto que indivíduos com baixa autoestima sentem-se pouco dignos de amor e inadequados, permitindo que as suas fraquezas percebidas dominem o que sentem sobre si próprios (DeHart et al., 2004 cit. por Botelho, 2012).

Freud (1914) considera que de um modo geral, a escolha apaixonada de Objeto de amor, revela uma *captura narcísica* ainda que inconsciente, na qual se vê no outro o que é, o que eu foi, o que gostaria de ser ou o que eu gostaria de possuir.

De acordo com Fromm (2011) a pessoa que na vida adulta regressa à sua etapa narcísica é incapaz de amar. Do ponto de vista psicológico, a procura narcísica por aprovação do parceiro num relacionamento amoroso pode ser comparada com a procura da segurança e afeto da própria relação simbiótica com a mãe (Freud, 1976 cit. por Rios, 2008). As relações amorosas, enquanto relações de vinculação, têm implicações no autoconceito e na autoestima do indivíduo, pois assumem uma importância fulcral no processo de desenvolvimento (Custódio et al., 2010).

Kohut (1977) defendia que as relações com os outros (sejam de que ordem forem) são tão fundamentais para a sobrevivência psicológica, assim como o oxigénio é para a sobrevivência física, considerando que a criança nasce num meio humano responsivo e empático, nos quais os primórdios do Eu surgem quando as potencialidades inatas do bebé e as expectativas dos pais em relação a este convergem. Deste modo, enfatiza a ideia de que as relações entre a criança e os Objetos do Eu são fundamentais para a estrutura e desenvolvimento psíquico da criança.

As crianças, inicialmente procuram dois tipos de relação essenciais, denominados segundo Kohut de *necessidades narcísicas básicas*. Primeiro a criança necessita de revelar as suas capacidades e ser admirada por elas, fazendo isto parte do seu sentido saudável de grandiosidade e onnipotência; e segundo a criança necessita de formar uma imagem idealizada de um dos pais, experienciando o sentido de fusão com esse objeto idealizado. Surgem assim, no decorrer do desenvolvimento saudável, duas configurações relacionais, uma relacionada com imagens grandiosas e exibicionistas do Eu, ligadas a objetos do Eu “em espelho”, e outra relacionada com imagens mais desvalorizadas do Eu, que se fundem com Objetos do Eu idealizados (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003), sendo através deste processo e passando pela interiorização das relações com os Objetos do Eu, que daria origem ao desenvolvimento de uma estrutura psíquica permanente, a unidade do Eu.

Relativamente ao referido, o processo denominado por Kohut de “transformação pela interiorização” – transformação das imagens dos Objetos e do Eu, das mais globais e arcaicas para as mais complexas e resilientes - dá origem ao desenvolvimento do Eu, consistindo em dois “pólos” oriundos dos modos relacionais iniciais. Quando existe perturbação num dos pólos, o desenvolvimento adequado do outro permite compensar essa falha, no entanto, o não desenvolvimento de pelo menos um dos aspetos leva à psicopatologia narcísica, na qual surge uma incapacidade para manter um nível de autoestima adequado e um sentimento de um Eu imperfeito (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003).

Nesta linha, Kohut (1977) considera que o narcisismo seria resultado de um *deficit* de narcisização por parte dos pais, que originava um sentimento de falta, resultando posteriormente na patologia. No entanto, este autor defende que o narcisismo não é exclusivamente patológico, defendendo que este faz parte do desenvolvimento saudável da personalidade e do caráter (Mesquita, 2012). Enfatiza também a ideia da função paternal no desenvolvimento do narcisismo saudável, salientando a importância dos aspetos relacionais como facilitadores da grandiosidade infantil e da idealização, enquanto processos normais do desenvolvimento (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003).

PARTE II
ESTUDO EMPÍRICO

CAPÍTULO IV

ESTUDO EMPÍRICO

1. Enquadramento do Estudo, Objetivos e Hipóteses

O estudo da autoestima tem ocupado um lugar central em inúmeras áreas da investigação psicológica (Harter, 1983 cit. por Santos & Maia, 2003; Rosenberg, Schooler, Schoebach & Rosenberg, 1995). Mais se sabe, que a autoestima terá uma forte implicação na vida do indivíduo, nomeadamente no sucesso profissional, no desempenho académico e nos relacionamentos interpessoais (Trzesniewski, Donnellan & Robins, 2003). Desde cedo, nomes como Freud (e.g., 1914) referiram que era possível recuperar a autoestima através do amor, em que o ideal é projetado na pessoa amada, e a reciprocidade do amor existente conduzirá ao aumento da autoestima.

Tendo em conta a associação entre a autoestima e as relações interpessoais, no caso específico dos relacionamentos amorosos, sabe-se que estes propiciam uma das mais profundas satisfações da vida (Buss, 1996). Assim sendo, pode-se afirmar que a procura de um Objeto de amor é um dos aspetos mais fulcrais na vida de um indivíduo.

A procura de um Objeto de amor, parece despoletar desejos e fantasias inconscientes que remetem para a infância, ou seja, a relação que se estabeleceu entre a mãe e o bebé, e o modo como a criança se sentiu satisfeita e correspondida nas suas necessidades, constitui as bases da autoestima (Cassidy, 1988 cit. por Mesquita, 2012).

Pode-se então concluir, que a autoestima está relacionada com a escolha amorosa, ou com o tipo de relacionamento amoroso que o indivíduo estabelece, e que é um preditor de bons resultados na esfera dos relacionamentos interpessoais (Trzesniewski, Donnellan & Robins, 2003). Neste sentido, o estudo da autoestima permitirá um aumento do conhecimento científico e uma melhor prática clínica, uma vez que ajudará a identificar qual o tipo de relacionamento amoroso que prevalece no indivíduo, uma vez que parece ser possível estabelecer uma relação positiva entre os relacionamentos íntimos e a saúde mental e física dos indivíduos (Traupmann & Hatfield, 1981; Orbuch & Sprecher, 2003).

Com base na pesquisa bibliográfica realizada e tendo em consideração o impacto que as relações interpessoais, nomeadamente as relações amorosas, têm na vida de cada indivíduo, surgiu como objetivo geral do presente estudo perceber se a

visão que o indivíduo tem do seu *Self* interfere na escolha do parceiro amoroso, tendo em conta a existência de três tipos essenciais de relacionamento amoroso que se estabelecem tendo em consideração o próprio, visando uma ligação ao outro de modo a colmatar as falhas ou fragilidades sentidas ao nível do *Self*.

Objetivo específico 1: Na medida em que o amor é um dos sentimentos mais poderosos experimentados pelos seres humanos (Fischer, 2005 cit. por Mateus, 2011), e visto o relacionamento entre os seres humanos despoletar discussão em todas as culturas (Buss, 1996), pretende-se perceber se existem diferenças relativas ao género no que respeita ao tipo de relacionamento amoroso que estabelece.

Com vista a responder ao presente objetivo, delineou-se a seguinte hipótese:

H1: Existem diferenças de género estatisticamente significativas consoante o tipo de relacionamento que se estabelece.

Objetivo específico 2: A partir do objetivo anterior, e tendo em conta que o nível de autoestima do indivíduo é suscetível de influenciar o tipo de pessoas por quem este se sente atraído (Hattori, 2009; Zimmerman, 2010), pretende-se apurar se está presente nos três tipos de relacionamento amoroso, uma visão negativa do indivíduo acerca de si próprio. Com o intuito de dar resposta ao objetivo apresentado, surgiu a seguinte hipótese:

H2: Existe uma correlação estatisticamente significativa entre a visão negativa que o indivíduo tem de si próprio e os três tipos de Relacionamento Amoroso.

Objetivo específico 3: A partir dos objetivos anteriores, surgiu o objetivo de compreender se existe correspondência entre cada um dos tipos de relacionamento amoroso e as Necessidades de Objetos do *Self*.

Com vista a responder ao objetivo, colocou-se a seguinte hipótese:

H3: Espera-se que existam correlações estatisticamente significativas entre as necessidades de objeto do *Self* e os três tipos de relacionamento amoroso.

Objetivo específico 4: Do objetivo anterior decorreu o objetivo de entender se existe correspondência entre as Necessidades de Objetos do *Self* e a autoestima do indivíduo. Deste modo, surgiu a seguinte hipótese:

H4: Espera-se que existam correlações estatisticamente significativas entre as necessidades de Objeto do *Self* e a visão negativa que o indivíduo possui de si próprio.

2. Metodologia

2.1. Participantes

Os participantes de uma investigação são as fontes de dados para a mesma, logo torna-se indispensável a sua caracterização para podermos interpretar corretamente os resultados posteriores (Santos, 2005). Neste estudo participou uma amostra de 206 sujeitos, os quais foram previamente informados de que o objetivo da investigação consistia em estudar a relação da autoestima nos relacionamentos amorosos. Foi salientado o carácter voluntário da participação e assegurada a confidencialidade e o anonimato dos resultados. Não se registaram desistências. É de referir que neste estudo participaram estudantes da Universidade de Évora.

Importa salientar que a escolha dos participantes, bem como da instituição se deve a um critério de conveniência da investigadora, muito utilizado em Psicologia devido à sua facilidade na execução do Projeto, sendo deste modo, abrangidos os sujeitos e a instituição mais acessíveis ao investigador (Santos, 2005).

No que concerne aos critérios de inclusão na amostra, os participantes deveriam ter idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos, uma vez que este constitui o período etário abrangido pela Adulteriz Emergente (Arnett, 2000). Neste sentido, e mediante o critério mencionado, foram excluídos 26 sujeitos, obtendo-se uma amostra final constituída por 180 participantes. Relativamente ao sexo dos sujeitos, 144 (80%) são do sexo feminino e 36 (20%) são do sexo masculino. 100 (55,6%) participantes encontravam-se numa relação amorosa e 80 (44,4%) participantes não se encontravam numa relação amorosa.

As idades dos participantes compreendem-se entre os 18 e os 25 anos, sendo a sua média de 20.12 e o desvio padrão de 1.635. A idade mais frequente na amostra foi de 19 anos.

Encontrou-se um total de 29 (16.1%) participantes com 18 anos, 45 (25.0%) participantes com 19 anos, 44 (24.4%) participantes com 20 anos, 26 (14.4%) participantes com 21 anos, 18 (10.0%) participantes com 22 anos, 12 (6.7%) participantes com 23 anos, 4 (2.2%) participantes com 24 anos e 2 (1.1%) participantes com 25 anos. No Quadro 1 (Anexo I) é possível observar, pormenorizadamente, a distribuição dos estudantes de ambos os sexos por idades.

No que respeita à distribuição dos participantes por ciclo de estudos, 140 (77.8%) concluíram o secundário, 37 (20.6%) possuem uma licenciatura e 3 (1.7%)

possuem o grau de mestre. No Quadro 2 (Anexo I) pode-se observar mais detalhadamente a distribuição dos estudantes por sexo e ciclo de estudos.

Quando ao tipo de relacionamento, 90 (50%) participantes namoram, 87 (48.3%) participantes referiram ter um outro tipo de relação não específica, 1 (.6%) participante é casado, 1 (.6%) vive em união de facto e 1 (.6%) é divorciado. No Quadro 3 (Anexo I) pode-se constatar a distribuição detalhada dos participantes por sexo e estado civil.

2.2. Instrumentos

No presente estudo, foi solicitado aos participantes a resposta a um protocolo de Investigação (c.f., Anexo II) constituído por: a) um Consentimento de Participação, b) um Questionário Sociodemográfico e c) três instrumentos: uma versão portuguesa da Rosenberg Self-Esteem Scale (Santos & Maia, 1999, 2003); o Inventário de Necessidades de Objetos do Self (SONI) e o Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA).

a) Consentimento de Participação

O protocolo de investigação foi acompanhado de uma folha introdutória, nomeada de Consentimento de Participação, na qual se sublinhou a necessidade de uma leitura atenta das indicações de preenchimento e da não partilha de opiniões com outros sujeitos. Neste consentimento, encontravam-se as informações referentes à identificação do autor e do orientador do estudo, o contexto em que o mesmo se insere, o anonimato das respostas dadas (unicamente submetidas a tratamento estatístico inerente à investigação) e uma chamada de atenção para a importância da sinceridade, espontaneidade e da resposta a todos os itens apresentados.

Caso os participantes estivessem de acordo com a participação na investigação, deveriam efetuar uma rubrica no final da folha.

b) Questionário Sociodemográfico

No âmbito do Questionário Sociodemográfico, os participantes foram solicitados a indicar o sexo, a idade, a escolaridade, a profissão, se estavam numa relação amorosa, a orientação sexual, o estado civil e a duração média dos relacionamentos.

c) Instrumentos

1. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) – versão portuguesa aferida por Santos e Maia (1999, 2003) da original Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES; Rosenberg, 1965)

1.1. O Instrumento Original

A Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES; Rosenberg, 1965) foi desenvolvida por Morris Rosenberg para avaliar a autoestima global, sendo um dos instrumentos mais utilizados para a avaliação da autoestima global (Santos & Maia, 2003; Romano, Negreiros & Martins, 2007; Blascovich & Tomaka, 1991; Keith & Bracken, 1996).

A RSES é a escala de avaliação da autoestima global, mais utilizada na investigação psicológica, devendo-se este facto ao reduzido número de itens e à simplicidade da linguagem, assim como à facilidade e à brevidade de aplicação e de cotação (Blascovich & Tomaka, 1991; Chiu, 1988; Keith & Bracken, 1996).

A presente escala foi originalmente concebida como uma escala *Guttman*, no entanto, a maioria dos investigadores optam por utilizar maioritariamente um formato de *Likert*, com quatro alternativas de resposta. Cinco itens são de orientação positiva e cinco de orientação negativa, podendo os scores totais variar entre 10 e 40, com resultados mais elevados a evidenciar níveis mais altos de autoestima (Santos & Maia, 2003; Santos, 2008). Os itens 1,3,4,7 e 10 são de orientação positiva, sendo cotados da seguinte forma: (4) concordo fortemente; (3) Concordo; (2) Discordo e (1) Discordo Fortemente; e os itens 2,5,6,8 e 9 são de orientação negativa, e são cotados da seguinte forma: (1) Concordo Fortemente; (2) Concordo; (3) Discordo e (4) Discordo Fortemente.

Estes 10 itens dizem respeito a sentimentos gerais da autoestima, sem referência a aspetos específicos do próprio (Robins, Hendin & Trzesniewski, 2001).

As características psicométricas da RSES revelaram-se muito positivas. A consistência interna variou entre 0.77 e 0.88, enquanto que a estabilidade temporal, em curtos períodos de tempo, variou entre 0.82 e 0.85 (Blascovich & Tomaka, 1991).

Num estudo realizado por Schmitt e Allik (2005, cit. por Santos, 2008) os resultados obtidos na RSES foram comparados entre 53 países, situação que atesta a popularidade da escala a nível mundial.

1.2. Tradução da Escala

Santos e Maia (1999, 2003) traduziram e adaptaram a RSES para português, tendo em conta algumas limitações identificadas em anteriores versões portuguesas

da escala. O processo de tradução foi alvo de grande cuidado, pois o que se pretendia não era somente uma tradução fiel do instrumento original, mas também um equivalente cultural (Van de Vijver & Poortinga, 1997 cit. por Santos, 2008). Após ter-se estabelecido uma primeira versão traduzida da RSES, na sequência de várias traduções sucessivamente melhoradas, a escala foi testada de forma não estandardizada, junto de alunos do ensino secundário, com o objetivo de avaliar o nível de compreensão da linguagem utilizada nas instruções e nos itens.

Numa investigação constituída por três estudos, Santos e Maia (2003) começaram por analisar a estrutura fatorial da escala, recorrendo à análise fatorial confirmatória. A consistência interna (*alpha* de *Cronbach*) variou entre 0.86 e 0.92, resultados estes muito satisfatórios, e por sua vez, a estabilidade temporal avaliada com o coeficiente de correlação entre duas aplicações, com o intervalo temporal de duas semanas, foi de 0.90 (Santos, 2008).

Nesta investigação participaram 212 estudantes do ensino superior, pertencentes a três instituições, duas públicas e uma privada, sendo uma do ensino superior politécnico e duas do ensino superior universitário. Foram observadas, na presente investigação, diferenças de género, em que os indivíduos masculinos evidenciaram níveis mais elevados de autoestima (Santos, 2008).

O objetivo desta investigação consistiu em analisar as características psicométricas e a validade da RSES com uma amostra de estudantes do ensino superior, e à semelhança da investigação desenvolvida no decurso de tradução, adaptação e validação da escala para língua portuguesa, que recorreu a amostras de adolescentes (Santos & Maia, 2003), os resultados obtidos no presente estudo revelaram-se globalmente positivos.

Em síntese, este estudo realizado a jovens adultos, permitiu apurar que as características da RSES são globalmente positivas, ao nível das características psicométricas da escala e da sua validade, justificando-se a sua utilização, ao nível da investigação, com este tipo de população.

2. Escala de Necessidades de Objetos do Self – SONI de Mário Mikulincer, Erez Banai e Phillip Shaver

2.1. O Instrumento Original

Optámos pela utilização desta escala, uma vez referir-se ao que queremos avaliar no que respeita à ligação ao Objeto amoroso como forma a colmatar as falhas sentidas ao nível do desenvolvimento do *Self*.

A escala das necessidades de Objetos do *Self* de, Erez Banai, Mário Mikulincer e Philip Shaver (2005), foi construída tendo por base as ideias de Kohut (1977), que se referem às necessidades do *Self* de que os Objetos desempenham funções de valorização, idealização e de alter-ego. Segundo o autor, o desenvolvimento de um *Self* coeso está dependente do desenvolvimento de três eixos – grandiosidade, idealização e ligação ao alter-ego. O eixo da grandiosidade é a capacidade de uma pessoa para manter o sentido positivo e estável da autoestima, desenvolver ambições saudáveis e comprometer-se com tarefas significativas e projetos; o eixo da idealização refere-se ao desenvolvimento da capacidade da pessoa para formar e manter um sistema estável de definição de metas e ideias, e o eixo do alter-ego diz respeito ao desenvolvimento da capacidade da pessoa comunicar sentimentos a outros significativos, formar relacionamentos íntimos e tornar-se parte de grupos maiores e organizações (Banai, Mikulincer & Shaver, 2005). De acordo com Kohut (1977), as dificuldades ao longo destas dimensões levavam ao desenvolvimento de desordens no *Self* (e.g. ausência de autoconfiança, vulnerabilidade ao nível da autoestima, ausência do sentimento de continuidade no tempo), levando a uma susceptibilidade à crítica, fantasias e poder de perfeição, determinando o desenvolvimento de defesas de forma a evitar esses sentimentos desagradáveis acerca de si próprio (Mesquita, 2012).

Os autores, partindo da teoria de Kohut, construíram um conjunto de 118 itens, que corresponderiam a cada uma das necessidades de Objetos do *Self*, sendo que uns itens seriam indicadores de necessidades de provisão por parte dos Objetos do *Self* e outros itens demonstradores do evitamento/negação dessas necessidades. Após a construção dos itens, os autores recorreram a sete júris, que eram psicólogos israelitas e conhecedores da teoria de Kohut, de modo a pronunciarem sobre a fidelidade dos mesmos no respeitante às necessidades de Objetos do *Self*. Foi determinado um total de 43 itens, após uma percentagem de 95 na concordância revelada pela validade inter-júris, tendo esta versão final sido aplicada a 295 estudantes universitários israelitas, resultando num total de 38 itens, após a análise fatorial com rotação Varimax, na qual 21 estão relacionados com a necessidade de provisão por parte dos Objetos do *Self* e 17 relacionados com o evitamento dessas necessidades.

Esta análise apontou para a existência de cinco fatores com eigenvalues > 1 , explicando 50 % da variância. É de referir que o **fator 1** compreende oito itens que são indicadores da necessidade de Objetos do *Self* gémeos; o **fator 2** abrange onze itens indicadores de um evitamento face à necessidade de Objetos do *Self* idealizados e gémeos; o **fator 3** é composto por sete itens que indicam a necessidade de Objeto de *Self* idealizado; o **fator 4** é constituído por seis itens construídos teoricamente para definirem uma necessidade de Objetos do *Self* que funcionem como espelho e o **fator 5**, inclui seis itens que revelam uma tendência a evitar essas necessidades de Objetos do *Self*, que funcionem como espelhos valorizantes.

Os resultados revelaram-se compatíveis com a hipótese de distinção entre as necessidades e o evitamento de provisão por parte de Objetos do *Self*, ainda que os resultados não permitissem a distinção entre evitamento da necessidade de idealização e de Objeto gémeos.

Após dois meses, para cada uma das cinco escalas, os resultados apontaram para uma consistência interna elevada e estabilidade. O *t* teste demonstrou não existirem associações significativas entre os resultados obtidos pelos diferentes sexos e as correlações de Pearson não revelaram associações significativas entre a idade e as cinco escalas.

De modo a avaliarem a validade da escala, os autores realizaram um estudo com aplicação da escala SONI, a uma amostra de 75 indivíduos, juntamente com a escala de superioridade de Robins e Patton (1985, cit. por Mesquita, 2012) e a escala de Lee e Robbins (1995, cit. por Mesquita, 2012), tendo-se verificado uma associação significativa entre as cinco escalas que compõem a SONI e os resultados de superioridade, instabilidade de objetivos e ausência de ligação. Os resultados auferidos na escala de superioridade apresentam correlação significativa com a necessidade de Objetos valorizantes, assim como com o evitamento da necessidade de Objetos que exerçam a função de espelho. Por sua vez, os resultados da escala de instabilidade nos Objetivos apresenta uma correlação significativa com a necessidade de idealização, enquanto os resultados da escala de ausência de ligação estão correlacionados de um modo significativo com a necessidade de Objetos gémeos e evitamento da necessidade de Objetos gémeos e de idealização.

Os autores realizaram um estudo com a aplicação da SONI e NPI- Inventário de Personalidade Narcísica (Raskin & Hall, 1979 cit. por Mesquita, 2012), de modo a verificar-se os pressupostos de Kohut sobre as necessidades de Objetos do *Self* estarem relacionadas com componentes narcísicas da personalidade. O NPI é

constituído por quatro fatores: Liderança/Autoridade, Autocentração/autoadmiração, Superioridade/Arrogância e Exploração/Direito. Este estudo foi aplicado a uma amostra de 110 estudantes universitários israelitas, tendo os resultados demonstrado uma associação entre as necessidades de Objetos do *Self* e a personalidade narcísica.

Os autores realizaram ainda um outro estudo, na qual 130 estudantes universitários israelitas responderam à SONI, ao Inventário de Saúde Mental (MHI, Veit & Ware, 1983 cit. por Mesquita, 2012) e à Escala de autoestima de Rosenberg (1979, cit. por Mesquita, 2012), cujo objetivo era apurar se as necessidades de Objetos do *Self* estariam relacionadas com a baixa autoestima e com os desajustes emocionais. O Inventário de Saúde Mental permite aceder a valores de ansiedade, bem-estar, depressão e hostilidade. Os resultados evidenciaram uma associação positiva entre a necessidade de Objeto do *Self* gêmeo e valorizante e autoestima fragilizada, elevados níveis de depressão e ansiedade e o evitamento das necessidades de Objetos do *Self* gêmeo e idealizado surge associado a elevados níveis de depressão, ansiedade e hostilidade. Por sua vez, o evitamento da necessidade de um Objeto do *Self* valorizante surge associado a elevados níveis de hostilidade.

Os autores consideram que os estudos sustentam a teoria de Kohut acerca das necessidades de Objetos do *Self*, e mostram que a escala SONI apresenta boas qualidades psicométricas (Banai, Mikulincer & Shaver, 2005).

2.2. Tradução e Aplicação Experimental

Foi efetuada com rigor, e após autorização do Professor Doutor Mário Mikulincer, a tradução e utilização deste Inventário. Foi realizada uma aplicação experimental da escala SONI estudantes universitário, do 3º ano do Curso de Licenciatura em Psicologia, tendo-se pretendido com estas aplicações perceber se existiriam alguns problemas de interpretação dos itens, no entanto, não foram efetuadas alterações, uma vez não terem surgido dúvidas na redação dos itens.

3. Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA)

Este inventário permite avaliar a existência de relacionamentos amorosos que se organizam em função da vulnerabilidade narcísica. Este instrumento foi construído pela Professora Doutora Isabel Mesquita, de forma a suportar a investigação teórica

acerca da existência de tipos de relacionamento amoroso que visam dissimular a fragilidade narcísica.

3.1. Procedimentos de Construção

A construção do presente inventário implicou um trabalho de redação dos itens e a sua posterior seleção, após uma aplicação experimental a um grupo de estudantes universitários.

Nesta escala, a autora optou pela elaboração de dimensões de modo a operacionalizar os três tipos de relacionamento amoroso que visam colmatar as fragilidades ao nível do narcisismo, e partindo da definição de vulnerabilidade narcísica e de acordo com diversos autores, seriam as dimensões que mais a caracterizam e que dizem respeito à necessidade do outro enquanto objeto.

As quatro dimensões elaboradas são as seguintes:

1. Diferenciação do Self, pois diversos autores considerarem ser um aspeto importante no narcisismo, e de acordo com Mesquita (2012), interfere no relacionamento amoroso, principalmente nos relacionamentos evitante-desnarcisante e eufórico-idealizante, no entanto também existe no tipo de funcionamento submisso-idealizador.
2. Self Subjetivo, que se refere à representação que o próprio tem acerca das suas capacidades de autonomia, competência para despertar sentimentos válidos no outro, sendo responsável pela dependência em relação ao outro (Mesquita, 2012).
3. Self Objetivo, que está relacionado com a auto-estima, e será responsável pela maior ou menor necessidade que o parceiro amoroso desempenhe funções que permitam uma visão mais positiva acerca do próprio (Mesquita, 2012).
4. Exclusividade do Self, que diz respeito à necessidade que a pessoa, com uma maior ou menor vulnerabilidade narcísica tem de um outro, que se dedique de forma exclusiva e que gira em torno do próprio (Mesquita, 2012).

Foram elaborados nesta escala, um conjunto de 58 itens redigidos de forma a apresentarem os três tipos de relacionamentos amorosos, ou seja, o Submisso-Idealizador, o Eufórico-Idealizante e o Evitante-Desnarcisante, tendo em conta a

necessidade do outro relativamente a quatro dimensões – diferenciação do Self, Self subjetivo, Self objetivo e exclusividade do Self.

Posteriormente á redação dos itens, estes foram submetidos a uma correção frásica e ortográfica, realizada por uma docente de Língua Portuguesa. A finalidade pretendida era que cada item contivesse uma única afirmação e o menor grau de ambiguidade possível.

Posto isto, os itens foram apresentados a três psicanalistas, de modo a verificarem se estes estariam de acordo com as teorias psicanalíticas dos relacionamentos amorosos e vulnerabilidade narcísica, tendo estes resultado num total de 53 itens. O conjunto dos 53 itens é apresentado na tabela ??

Os itens foram dispostos graficamente, tendo-se optado por uma escala tipo Likert, em que a resposta solicitada é em termos de tipicidade do comportamento, isto é, do pouco típico no comportamento até ao muito típico no comportamento.

Tabela. 1

Itens do ITRA que caraterizam cada um dos tipos de Relacionamento Amoroso, em função das diferentes dimensões da vulnerabilidade narcísica.

Tipos de Relacionamento Amoroso	Dimensões da vulnerabilidade narcísica	Itens
Submisso Idealizador	Diferenciação do <i>Self</i>	14. Eu e o/a meu/minha parceiro/a somos como um só. 15. Eu e o/a meu/minha parceiro/a somos iguais na maioria dos aspetos. 16. Eu gostava de ser como o/a meu/minha companheiro/a.
	<i>Self</i> Subjetivo	2. Aflige-me a ideia de que o /a meu/minha companheiro/a não queira estar mais comigo. 27. Não sei o que faço da

	<p style="text-align: center;"><i>Self</i> Objetivo</p>	<p>minha vida se a relação terminar.</p> <p>29. O meu desejo de proximidade afasta o/a meu/minha companheiro/a.</p> <p>40. Receio que se eu não for como o/a meu/minha companheiro/a deseja, ele/a deixa de gostar de mim.</p> <p>43. Sei que quando as minhas relações amorosas terminam é sempre por culpa minha.</p> <p>46. Sinto-me muito mais abatido/a e triste quando não tenho um companheiro/a.</p> <p>51. Tenho muito receio de perder o amor do/a meu/minha companheiro/a.</p> <p>52. Tenho receio que se me der a conhecer o suficiente, o/a meu/minha companheiro/a possa não gostar de mim.</p> <p>30. O que eu sou depende muito da/o minha/meu companheira/o.</p> <p>41. Recorro sempre ao meu/minha parceiro/a para resolver os meus problemas.</p> <p>45. Sinto-me mais</p>
--	---	---

	<p>Exclusividade do <i>Self</i></p>	<p>importante quando o/a meu/minha companheiro/a tem uma boa posição social.</p> <p>50. Tenho muito mais força para conseguir o que quero quando tenho o/a meu/minha companheiro/a por perto.</p> <p>10. É importante para mim que o/a meu/minha companheiro/a pense em mim em primeiro lugar.</p> <p>13. Estou sempre disposto/a a sacrificar o que quero em benefício do/a meu/minha companheiro/a.</p> <p>21. Na minha relação, sou sempre eu que invisto mais.</p> <p>34. Preocupo-me muito com os sentimentos do/a meu/minha companheiro/a.</p>
<p>Eufórico – Idealizante</p>	<p>Diferenciação do <i>Self</i></p>	<p>1. A/O minha/meu companheira/o não é o principal da minha vida.</p> <p>3. As minhas relações amorosas não podem ser nem muito próximas nem muito distantes.</p> <p>23. Não gosto de ter relações nem muito sérias nem muito intensas.</p>

	<p data-bbox="703 1084 884 1115" style="text-align: center;"><i>Self Subjetivo</i></p> <p data-bbox="708 1843 879 1874" style="text-align: center;"><i>Self Objetivo</i></p>	<p data-bbox="997 228 1361 510">26. Não quero o/a meu/minha companheiro/a tenha muitas certezas sobre os meus sentimentos em relação a ele/a.</p> <p data-bbox="997 533 1361 815">37. Quando não preciso do/a meu/minha companheiro/a para resolver problemas meus, sinto-me mais independente.</p> <p data-bbox="997 837 1361 1016">44. Sinto-me mais ansioso/a quando o/a meu/minha parceiro/a quer estar muito próximo/a.</p> <p data-bbox="997 1084 1361 1218">7. Desiludo-me frequentemente com as relações amorosas.</p> <p data-bbox="997 1240 1361 1375">9. É frequente eu saltar de uma relação amorosa para outra.</p> <p data-bbox="997 1397 1361 1576">18. Gosto de desfrutar “jogos de sedução” com várias pessoas ao mesmo tempo.</p> <p data-bbox="997 1599 1361 1778">42. Se a minha relação amorosa terminar, envolvo-me rapidamente com outra pessoa.</p> <p data-bbox="997 1845 1361 1980">24. Não gosto que o/a meu/minha companheiro/a tente qualidades</p>
--	--	--

	<p style="text-align: center;"><i>Exclusividade do Self</i></p>	<p>superiores às minhas.</p> <p>32. Para mim, numa relação, é mais importante ser admirado pelo/a meu/minha companheiro/a do que admirá-lo/a.</p> <p>33. Para nos entendermos a/o minha/meu companheira/o tem de ser comportar como eu gosto.</p> <p>35. Quando estamos em grupo, tenho de sobressair mais do que o/a meu/minha companheiro/a.</p> <p>47. Sinto-me vaidoso/a com o meu desempenho sexual.</p> <p>6. Chamo sempre a atenção dos erros do/a meu/minha companheiro/a.</p> <p>19. Gosto de levar o/a meu/minha companheiro/a a satisfazer os meus desejos em primeiro lugar.</p> <p>20. Na minha relação amorosa gosto de sentir que domino.</p> <p>31. O/A meu/minha companheiro/a tem de estar disponível quando eu quero.</p>
<p>Evitante – Desnarcisante</p>	<p style="text-align: center;"><i>Diferenciação do Self</i></p>	<p>12. Sinto-me muito melhor sem ninguém.</p> <p>17. Existem aspetos da</p>

	<p data-bbox="703 1339 884 1368"><i>Self Subjetivo</i></p> <p data-bbox="708 1688 879 1718"><i>Self Objetivo</i></p>	<p data-bbox="999 228 1361 360">minha vida muito mais importantes do que a minha relação amorosa.</p> <p data-bbox="999 383 1361 510">22. Na minha vida, as relações amorosas estão em último plano.</p> <p data-bbox="999 533 1361 712">25. Não necessito de partilhar a minha vida com o/a meu/minha companheiro/a.</p> <p data-bbox="999 734 1361 913">36. Quando não estou envolvido/a amorosamente com alguém, sinto-me mais eu próprio.</p> <p data-bbox="999 936 1361 1115">39. Quando tenho uma relação amorosa sinto-me mais confuso/a acerca das minhas ideias e valores.</p> <p data-bbox="999 1137 1361 1265">48. Sou eu quem termina as minhas relações amorosas.</p> <p data-bbox="999 1339 1361 1467">4. Penso sempre que as relações amorosas raramente são boas.</p> <p data-bbox="999 1489 1361 1617">5. Até o/a meu/minha companheiro/a tem inveja de mim.</p> <p data-bbox="999 1688 1361 1816">28. Nunca encontro um companheiro que esteja ao meu nível.</p> <p data-bbox="999 1839 1361 1973">38. Quando o/a meu/minha companheiro/a começa a depender muito</p>
--	--	---

	<p>Exclusividade do <i>Self</i></p>	<p>de mim, eu afasto-me.</p> <p>49. Sou superior à/ao minha/meu companheiro.</p> <p>8. É difícil o/a meu/minha companheiro/a encontrar defeitos em mim.</p> <p>11. É me indiferente quando a/o minha/meu companheiro/a não está disponível.</p> <p>53. Ter um relacionamento amoroso não altera nada na minha vida.</p>
--	-------------------------------------	---

a. Aplicação experimental da escala

Foi realizada uma aplicação experimental da escala ITRA em simultâneo com a aplicação experimental da escala SONI, a 266 sujeitos da Universidade de Évora. Durante a aplicação surgiram dúvidas em relação aos itens 8 e 28, tendo-se procedido à sua alteração, de modo a estes se tornarem mais compreensíveis.

Após esta aplicação, o instrumento pareceu não levantar dúvidas maiores, que pudessem prejudicar a sua aplicabilidade.

b. Procedimentos de recolha e análise dos dados

Aos 266 sujeitos que participaram na investigação, foi-lhes explicado que estavam a participar num estudo de investigação sobre os relacionamentos amorosos e o narcisismo.

Os sujeitos responderam de forma individual aos inventários entregues num envelope da Universidade de Évora, tendo sido mencionado que após o preenchimento dos mesmos, deviam ser devolvidos num envelope fechado. Garantiu-se o carácter anónimo e confidencial das respostas.

Tendo em conta os objetivos do trabalho, foram efetuados procedimentos estatísticos de modo a serem avaliadas as competências psicométricas do instrumento.

Foram efetuadas correlações entre o ITRA e o SONI, com o objetivo de se avaliar se os tipos de relacionamentos amorosos propostos apresentavam necessidades ao nível dos objetos do Self. Realizou-se também, correlações entre o ITRA e o QVA (Questionário de Vinculação Amorosa), de modo a verificar-se qual o estilo de vinculação que caracteriza os tipos de relacionamento postulados pela autora, e também se efetuaram correlações entre o QVA e o SONI, para se perceber se os estilos de vinculação refletem necessidades ao nível dos objetos do Self (Mesquita, 2012).

CAPÍTULO V

APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

1. Análises Preliminares

Como análises preliminares, realizou-se o estudo da média do tipo de relacionamento mais predominante na amostra (cf., Quadro 1), verificando-se que o tipo de relacionamento mais frequente na amostra em estudo é o Submisso-Idealizador (48.2), seguido do Eufórico-Idealizante (34.9) e por último o Evitante-Desnarcisante (23.4), tendo-se assim verificado que tanto no sexo feminino como no sexo masculino o tipo de relacionamento amoroso Submisso-Idealizador é o mais frequente (cf. Quadro 2), com valores de 47.24 e 51.96, respetivamente.

Quadro 1.

Média dos tipos de relacionamentos amorosos existentes na amostra

	Submisso- Idealizador	Evitante- Desnarcisante	Eufórico- Idealizante
Média	48.2	34.9	23.4

Quadro 2.

Média dos tipos de relacionamentos amorosos no sexo feminino e no sexo masculino

	N	Submisso- Idealizador	Evitante- Desnarcisante	Eufórico- Idealizante
Feminino	144	47.24	22.99	34.54
Masculino	36	51.96	24.69	36.30

Para além do acima referido, analisou-se a média da duração dos relacionamentos dos participantes constatando-se que a maioria dos participantes tinha um relacionamento de anos (92 participantes), como se pode observar no Quadro 3, e que o tipo de relacionamento Submisso-Idealizador predomina, independentemente da duração do relacionamento. No Quadro 4, pode-se observar os resultados mais pormenorizadamente:

Quadro 3.

Frequência da duração média dos relacionamentos

	Dias	Semanas	Meses	Anos
Média	2	11	75	92

Quadro 4.

Médias dos tipos de relacionamento amoroso, consoante o tempo de relacionamento

	Submisso- Idealizador	Eufórico- Idealizante	Evitante- Desnarcisante
Dias	36.1	32.6	28.6
Semanas	50.1	41.8	27.9
Meses	46.8	36.5	25.4
Anos	49.4	32.8	21.0
Total	48.2	34.9	23.4

Posto isto, também se analisou qual o fator da escala SONI mais frequente na amostra, tendo-se analisado detalhadamente para o sexo feminino e para o masculino. Assim sendo, verificou-se que o fator 1, ou seja, as Necessidades de Objetos de *Self* gémeos ou idênticos, é o mais constante na amostra (31.96 no sexo feminino e 33.57 no sexo masculino), como se pode verificar nos quadro 5.

Quadro 5.

Média dos fatores da SONI presentes na amostra

	N	Fator 1	Fator 2	Fator 3	Fator 4	Fator 5
Feminino	144	31.96	22.27	22.79	20.31	17.00
Masculino	36	33.57	25.28	25.00	20.47	17.68

Relativamente à escala RSES efetuou-se a sua média, mais especificamente dos itens de orientação positiva e dos itens de orientação negativa, tendo em

consideração o sexo feminino e masculino, o que demonstrou que a amostra apresenta uma autoestima mais fragilizada, ou uma visão do seu *Self* mais negativa (8.17 no sexo feminino e 8.30 no sexo masculino). Os valores podem ser examinados detalhadamente no Quadro 6.

Quadro 6.

Média do somatório dos itens de orientação positiva e dos itens de orientação negativa presentes na amostra

	N	RSES – Visão positiva do <i>Self</i>	RSES – Visão negativa do <i>Self</i>
Feminino	144	7.37	8.17
Masculino	36	6.81	8.30

2. Estudo das Características Psicométricas dos Instrumentos

2.1. Consistência Interna

A análise da consistência interna prende-se com a proporção de variabilidade nas respostas, que resulta da existência de diferenças entre os inquiridos (Pestana & Gageiro, 2008). Isto é, o coeficiente fornece informações acerca do tipo de associação das variáveis.

Este pode-se descrever como a correlação que se espera alcançar entre a escala utilizada e as outras escalas hipotéticas do mesmo universo, com número igual de itens e que meçam a mesma característica, variando entre 0 e 1 (Pestana & Gageiro, 2008).

Os valores alcançados para o coeficiente de *alpha* de *Cronbach* dos instrumentos são apresentados no quadro abaixo.

Quadro 7.

Valores do Coeficiente de alpha de Cronbach dos Instrumentos

	RSES	ITRA	SONI
<i>Alpha de Cronbach</i>	.85	.85	.82

Relativamente à RSES, o valor do coeficiente de *alpha* de *Cronbach* obtido (.85) encontra-se dentro do valor esperado, e aproxima-se do valor obtido por Santos e Maia em 1999, cujo valor alcançado foi .84, e do valor obtido pelos mesmos autores em 2003, na qual o valor alcançado foi de .86.

O valor obtido do coeficiente de *alpha* de *Cronbach* da escala ITRA foi de .85, mostrando ser um bom indicador de homogeneidade da escala revelador de consistência interna.

A escala ITRA é constituída por três subescalas: Eufórico-Idealizante, Submisso-Idealizador e Evitante-Desnarcisante, tendo calculado os seus respetivos alfas (Quadro 8). Assim sendo, a subescala Eufórico-Idealizante apresenta um valor de *alpha* de *Cronbach* de .81, sendo considerado um bom indicador de consistência interna. Este valor aproximou-se bastante do valor obtido por Mesquita (2012), autora da presente escala, tendo alcançado um valor de .83, no seu estudo sobre os Relacionamentos Amorosos e Vulnerabilidade Narcísica. Esta subescala é composta por 19 itens, distribuídos por quatro dimensões: a dimensão Diferenciação do *Self* contém seis itens, a dimensão *Self* Subjetivo contém quatro itens, a dimensão *Self* Objetivo contém cinco itens e a dimensão Exclusividade do *Self* contém quatro itens. A subescala Submisso-Idealizador apresenta um valor de *alpha* de *Cronbach* de .82, superior ao valor obtido pela autora da escala (.79) no estudo acima mencionado. A subescala é constituída por 19 itens, distribuídos por quatro dimensões: a dimensão Diferenciação do *Self* que contém três itens, a dimensão *Self* Subjetivo que contém oito itens, a dimensão *Self* Objetivo que contém quatro itens e o mesmo acontece com a dimensão Exclusividade do *Self*. Por fim, na subescala Evitante-Desnarcisante, obteve-se um valor de *alpha* de *Cronbach* de .79, um pouco inferior ao valor auferido no estudo de Mesquita (2012) (.81), no entanto, e como refere Field (2005, cit. por Mesquita, 2012), é considerado um valor aceitável.

Quadro 8.

Valores do Coeficiente de alpha de Cronbach das subescalas da ITRA

	Eufórico-Idealizante	Submisso-Idealizador	Evitante-Desnarcisante
<i>Alpha de Cronbach</i>	.81	.82	.80

No que respeita à aplicação da escala SONI, calculou-se o valor geral de *alpha* de *Cronbach* da escala, e visto esta ser constituída por cinco subescalas, procedeu-se ao cálculo de cada uma delas, individualmente. Assim sendo, o valor de *alpha* de *Cronbach* alcançado na escala geral foi de .82, revelando-se um bom indicador de consistência interna. Relativamente às subescalas que a constituem, na escala de necessidades de Objetos do *Self* gémeo obteve-se um *alpha* de *Cronbach* de .83 (.91 no estudo original); na escala de evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado obteve-se um valor de .81 (.83 no estudo original); na escala de necessidade de Objeto do *Self* idealizado obteve-se um valor de .75 (.83 no estudo original); na escala de necessidade de um Objeto do *Self* valorizante obteve-se um valor de .79 (.81 no estudo original) e na escala de evitamento da necessidade de um Objeto do *Self* valorizante obteve-se um valor de .65 (.79 no estudo original) (Quadro 9).

Quadro 9.

Valores do Coeficiente de alpha de Cronbach das subescalas da SONI

	Fator 1	Fator 2	Fator 3	Fator 4	Fator 5
<i>Alpha de Cronbach</i>	.83	.81	.75	.79	.65

2.2. Análise de Correlações

2.2.1. Análise de Correlações entre a escala da ITRA e a escala da SONI

Foram realizados estudos de correlação entre as escalas do ITRA – submisso-idealizador, eufórico-idealizante e evitante-desnarcisante, e as escalas constituintes da SONI – necessidade de Objeto do *Self* gémeo (*need for twinship*), necessidade de Objeto do *Self* idealizado (*need for idealization*), necessidade de Objeto do *Self* valorizante (*need for mirroring*), evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado, e evitamento da necessidade de um Objeto do *Self* valorizante, de modo a verificar se os tipos de relacionamentos amorosos acima descritos se revelam como funcionamentos narcísicos no sentido da necessidade do outro enquanto Objeto do *Self*.

Os resultados obtidos (cf., Quadro 10) nos estudos de correlação entre a escala Submisso-Idealizador e a escala de necessidade de Objeto do *Self* gémeo,

aponta para uma correlação muito significativa ($r = .34, p < .01$), o mesmo acontecendo com a correlação entre a escala Submisso-Idealizador e a escala de necessidade de um Objeto do *Self* idealizado ($r = .24, p < .01$), a escala de evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado ($r = .30, p < .01$) e a escala da necessidade de um Objeto do *Self* valorizante ($r = .44, p < .01$). Relativamente à correlação entre a escala Submisso-Idealizador e a escala de evitamento de necessidade de um Objeto do *Self* valorizante, não se verifica uma correlação significativa ($r = -.16, p < .05$).

As correlações entre a escala Eufórico-Idealizante e a escala de evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado são muito significativas ($r = .42, p < .01$), o mesmo se passa com a escala da necessidade de um Objeto do *Self* idealizado ($r = .28, p < .01$) e a necessidade de um Objeto do *Self* valorizante ($r = .31, p < .01$), ambas com correlações significativas. Contudo, não existe correlação significativa entre a escala eufórico-idealizante e a escala de necessidade de Objeto do *Self* gémeo ($r = .16, p < .05$) e a escala de evitamento de necessidade de um Objeto do *Self* valorizante ($r = -.10, p < .01$).

Os resultados alcançados nos estudos de correlação entre a escala evitante-desnarcisante e a escala de evitamento da necessidade de um Objeto do *Self* gémeo e idealizado, aponta para uma correlação muito significativa ($r = .29, p < .01$).

Quadro 10.

Correlação entre os três tipos de relacionamento amoroso e a escala SONI

	Fator 1	Fator 2	Fator 3	Fator 4	Fator 5
Submisso Idealizador	.34**	.30**	.24**	.44**	-.16*
Eufórico Idealizante	.16*	.42**	.28**	.31**	-.10
Evitante Desnarcisante	.08	.29**	.16*	.12	.10

Nota: N=180

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

2.2.2. Análise das correlações entre as escalas ITRA e RSES

Uma vez que pretendemos analisar a possibilidade de os tipos de relacionamento amoroso que propusemos evidenciarem uma visão mais negativa do *Self*, optámos por fazer uma correlação entre os três tipos de relacionamento amoroso, com a visão mais positiva do *Self* e a visão mais negativa do *Self*.

Como se pode observar no quadro 11 os resultados obtidos mostram a existência de correlações muito significativas no tipo de relacionamento amoroso submisso-idealizador e a visão negativa do *Self* ($r=.30$, $p < .01$).

Quadro 11.

Correlações entre os três tipos de relacionamento amoroso da escala ITRA e a escala RSES

	RSES – Visão Positiva do Self	RSES – Visão Negativa do Self
Eufórico-Idealizante	.73	.19**
Submisso-Idealizador	.14	.30**
Evitante-Desnarcisante	.61	.18*

Nota: N=180

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

2.2.3. Análise das correlações entre as escalas SONI e RSES

Foram realizados estudos de correlação entre as escalas que constituem a SONI (i.e., Necessidade de Objeto do *Self* gémeo, Necessidade de Objeto do *Self* valorizante, Necessidade de Objeto idealizado, Evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado e Evitamento da necessidade de um Objeto do *Self* valorizante) e a escala RSES. Relativamente a esta última, fez-se uma análise de cariz positivo e uma análise de cariz negativo de acordo com as diferentes visões que o indivíduo tem do *Self*.

Os resultados obtidos nos estudos de correlação entre os itens que constituem uma visão mais positiva do *Self* e a escala de evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado aponta para uma correlação significativa ($r= .20$, $p < .01$). Curiosamente, também se verificou uma correlação muito significativa entre os itens que constituem uma visão mais negativa do *Self* e o evitamento da necessidade de Objeto do *Self* gémeo e idealizado ($r=.28$, $p < .01$), assim como se verifica com a necessidade de Objeto do *Self* valorizante ($r= .37$, $p < .01$). Os resultados descritos encontram-se no quadro abaixo (i.e., Quadro 12).

Quadro 12.

Correlações entre a escala SONI e a escala RSES

	RSES – Visão Positiva do Self	RSES – Visão Negativa do Self
Fator 1	. -50	.09
Fator 2	.20**	.28**
Fator 3	. -16*	.08
Fator 4	.18*	.37**
Fator 5	. -17*	. -17

Nota: N=180

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

3. Estudo das Hipóteses

Como análise preliminar, realizou-se o estudo das diferenças de género através da comparação de médias.

De seguida, e com vista a responder às hipóteses do estudo, procedeu-se à elaboração de correlações de Pearson (r), sendo o coeficiente de correlação de Pearson uma medida de associação linear entre variáveis.

Destes procedimentos estatísticos obtiveram-se os seguintes resultados:

Estudo de H1: Existem diferenças de género estatisticamente significativas consoante o tipo de relacionamento que se estabelece.

Para se dar resposta ao objetivo recorreu-se à estatística descritiva do género masculino e feminino, com os três tipos de relacionamento amoroso (Submisso-Idealizador, Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante), observando-se as médias dos mesmos. Como se pode ver no Quadro abaixo, a média do sexo masculino para o tipo de relacionamento Submisso-Idealizador é a média superior ($M=51.96$) em comparação com os outros dois tipos de relacionamento amoroso. Por sua vez, o relacionamento amoroso Eufórico-Idealizante ($M=36.29$) e o relacionamento amoroso Evitante-Desnarcisante ($M= 24.68$), apresenta uma média um pouco inferior.

Quadro 13.

Estatística Descritiva do género Masculino com os três tipos de relacionamento amoroso

Tipo de Relacionamento	Média	Desvio-Padrão
Amoroso		
Submisso-Idealizador	51.96	9.16
Eufórico-Idealizante	36.29	10.00
Evitante-Desnarcisante	24.68	7.33

Curiosamente, e como se pode verificar no Quadro abaixo, relativamente ao sexo feminino a média para o tipo de relacionamento amoroso Submisso-Idealizador (M= 47.23) é superior aos outros dois tipos de relacionamento amoroso, seguido do Eufórico-Idealizante (M= 34.54) e por fim do Evitante-Desnarcisante (M= 22.30).

Quadro 14.

Estatística Descritiva do género Feminino com os três tipos de relacionamento amoroso

Tipo de Relacionamento	Média	Desvio-Padrão
Amoroso		
Submisso-Idealizador	47.23	9.91
Eufórico-Idealizante	34.54	8.53
Evitante-Desnarcisante	22.30	6.20

Assim, a Hipótese colocada não pode ser confirmada, uma vez não se verificarem diferenças de género estatisticamente significativas. Deste modo, rejeita-se H1.

Estudo de H2: Existe uma correlação estatisticamente significativa entre a visão negativa que o indivíduo tem de si próprio e os três tipos de Relacionamento Amoroso.

No que respeita aos tipos de relacionamentos amorosos, observam-se correlações estatisticamente significativas e positivas entre os três tipos de relacionamento amoroso e a baixa autoestima, ou a visão negativa que o indivíduo tem do seu *Self* (cf., Quadro 11).

Relativamente às correlações entre o tipo de relacionamento amoroso Submisso-Idealizador e a baixa autoestima, observam-se correlações significativas, de $r = .30$, $p < .01$. Observam-se também correlações significativas entre o tipo de relacionamento amoroso Eufórico-Idealizante e a baixa autoestima, de $r = .19$, $p < .01$ e correlações significativas entre o tipo de relacionamento amoroso Evitante-Desnarcisante e a baixa autoestima, de $r = .18$, $p < .05$.

Deste modo, a hipótese H2 foi confirmada para os três tipos de relacionamento amoroso.

Estudo de H3: Espera-se que existam correlações estatisticamente significativas entre as necessidades de Objeto do Self e os três tipos de relacionamento amoroso.

Quadro 15.

Matriz de Correlações da escala SONI com os três tipos de Relacionamentos Amorosos

	SONI - Escala das Necessidades de Objeto do Self
Submisso-Idealizador	.44**
Eufórico-Idealizante	.41**
Evitante-Desnarcisante	.28**

Nota: N=180

** $p < .01$

Observam-se correlações estatisticamente significativas positivas entre todos os tipos de relacionamento amoroso e as necessidades de Objeto do Self.

No que concerne às correlações entre o tipo de relacionamento Submisso-Idealizador e as necessidades de Objeto do Self, verificou-se a existência de uma correlação muito significativa, $r = .44$, $p < .01$, assim como se verificou uma correlação significativa da escala Eufórico-Idealizante e da escala Evitante-Desnarcisante com as necessidades de Objeto do Self, cujos valores são $r = 0.41$, $p < .01$ e $r = .28$, $p < .01$, respectivamente. Neste sentido, a hipótese apresentada foi confirmada.

Estudo de H4: Espera-se que existam correlações estatisticamente significativas entre as necessidades de objeto do Self e a visão negativa que o indivíduo possui de si próprio.

Quadro 16.

Matriz de Correlações da baixa autoestima com a Escala SONI (Necessidade de Objeto do Self)

	Baixa autoestima
Necessidade de Objeto do Self	.26**

Nota: N=180

** $p < .01$

Verifica-se a existência de correlação estatisticamente significativa e positiva entre as necessidades de Objeto do Self e a visão negativa que o indivíduo tem de si, ou com a baixa autoestima, $r = .26$, $p < .01$. Deste modo, a hipótese H4 foi confirmada.

CAPÍTULO VI

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Com base na relevância que a autoestima tem tido na História da Psicologia e da sua importância para o estudo dos Relacionamentos Amorosos, o presente estudo teve como objetivos perceber a importância da autoestima na escolha do parceiro amoroso tendo em conta os tipos de Relacionamento Amoroso Submisso-Idealizador, Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante. Para além disto, partindo do pressuposto que o outro em relação tem como função reparar falhas narcísicas existentes no indivíduo, procedeu-se ao estudo das Necessidades de Objetos do *Self*, com recurso à SONI. Importa referir que a discussão dos resultados se encontra circunscrita ao presente estudo, e que este se debruça sobre uma amostra de sujeitos que se encontram numa fase de desenvolvimento específica – a Adulter Emergente (Arnett, 2000).

Como ponto de partida, para este estudo, procurou-se perceber qual o tipo de relacionamento amoroso mais frequente na amostra em estudo, verificando-se que o Submisso-Idealizador é o tipo de relacionamento amoroso que mais prevalece. Uma vez que a duração da relação poderia influenciar o tipo de relacionamento amoroso, analisou-se a relação entre estes dois aspetos, constatando-se que independentemente do tempo de duração da relação prevalecia o tipo de relacionamento Submisso-Idealizador. Este resultado mostra que o parceiro amoroso tem como função a reparação de falhas no próprio, não deixando o parceiro amoroso de ter esta função ao longo do tempo.

Os resultados obtidos vão ao encontro de estudos anteriores (e.g., Zimmerman, 2010), mostrando que a autoestima de um indivíduo pode influenciar a escolha amorosa, e as pessoas pelas quais se sente atraído assim como o tipo de relacionamento amoroso que se estabelece. Para além disto, a literatura existente conclui que indivíduos com uma autoestima mais elevada são, tendencialmente mais exigentes na escolha dos parceiros amorosos, em comparação com as pessoas que possuem uma baixa autoestima (Kenrick, Montello, Gutierrez & Trost, 1993; Walster, 1965; Wilson & Nias, 1976), pois julgam ter muito para oferecer ao outro e serem merecedores de alguém com capacidades. No entanto, os resultados obtidos no presente estudo não nos permitem chegar à mesma conclusão, uma vez que os participantes apresentam uma autoestima baixa, tendo em conta que na escala de autoestima, os valores podem variar entre 10 e 40, com resultados mais elevados a

evidenciarem níveis mais altos de autoestima. Contudo, a autoestima dos sujeitos do presente estudo, varia apenas entre 10 e 31, situando-se a sua média nos 18.53 valores, o que indica que, no geral, a autoestima aproxima-se maioritariamente de um nível mais baixo. A fase da Adulter Emergente tende a ser caracterizada por elevadas expectativas, o que cria por vezes uma discrepância entre o *Self* real e o *Self* ideal (Arnett, 2007), podendo estar associado a uma diminuição da autoestima. No entanto, e segundo a perspectiva de alguns autores, a maioria dos adultos emergentes experiencia um aumento da autoestima (Orth et al., 2010), podendo esta variar consoante as mudanças ocorridas ao longo da vida (Powell, 2004) e do modo como nos vemos a nós próprios.

A discussão dos resultados encontra-se organizada de acordo com as variáveis estudadas e as hipóteses colocadas, na qual se irá discutir os resultados obtidos nas correlações de cada tipo de funcionamento amoroso e a escala RSES – Rosenberg Self-Esteem Scale - mais concretamente com os itens respeitantes a uma visão do *Self* mais positiva e os itens correspondentes a uma visão do *Self* mais negativa, os resultados obtidos nas correlações de cada tipo de funcionamento amoroso (Eufórico-Idealizante, Submisso-Idealizador e Evitante-Desnarcisante) com a escala SONI - Selfobjects Needs Inventory, e posteriormente, os resultados da correlação alcançados entre a escala da SONI e a escala RSES.

1. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA) e os resultados obtidos com a Escala da Autoestima de Rosenberg (RSES)

A autoestima do indivíduo pode exercer influência na escolha amorosa (Zimmerman, 2010) e deste modo também pode desempenhar um papel importante no tipo de relacionamento amoroso que se estabelece. A fase da Adulter Emergente é tendencialmente caracterizada por expectativas elevadas que podem ser dificultadoras na correspondência ao mundo real (Arnett, 2007), o que muitas vezes pode desenvolver uma disparidade entre o *Self* real e o *Self* Ideal. Esta disparidade pode estar associada a uma diminuição do nível de autoestima, verificando-se na amostra em estudo uma autoestima mais reduzida. É na fase da Adulter Emergente que as explorações ligadas à identidade na vida amorosa vão-se aprofundando, surgindo inerentemente questões mais sérias relacionadas com o tipo de parceiro que se deseja (Arnett, 2005), e conseqüentemente com o tipo de relacionamento amoroso que se pretende estabelecer.

Relativamente ao estudo da Hipótese 1, pretendeu-se averiguar se existem diferenças de género estatisticamente significativas no que respeita aos tipos de relacionamento amoroso que se estabelece. Os resultados obtidos não foram indicadores da existência de diferenças de género estatisticamente significativas, constatando-se que tanto os indivíduos do sexo masculino, como os do sexo feminino optam por um funcionamento do tipo de relacionamento Submisso-Idealizador, e o mesmo pode ser explicado por este tipo de relacionamento amoroso corresponder a funcionamentos mais realistas, na qual os indivíduos possuem uma maior consciência de si e do que os rodeia. Nestes relacionamentos amorosos, a ligação ao objeto amoroso é estabelecida de forma a permitirem ao indivíduo construir uma ilusão de uma autoestima fortalecida (Mesquita, 2012) e tal como Kohut (1977) enfatiza que nestas relações o objeto amoroso é um Objeto do *Self* e que a função deste é trazer ao próprio um ganho narcísico. Por sua vez, os tipos de relacionamento Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante correspondem a funcionamentos mais desajustados, que evidenciam uma maior insatisfação com o próprio e com os outros, existindo uma negação da necessidade do outro e a impossibilidade de reconhecer o outro enquanto Objeto que complementa o próprio.

Os resultados das correlações entre a Escala RSES e a ITRA, revelaram que os três tipos de relacionamento amoroso possuem uma autoestima reduzida ou fragilizada, podendo o mesmo dever-se ao facto dos três tipos de relacionamento amoroso formarem-se com base na vulnerabilidade narcísica do *Self* (Mesquita, 2012) ou com base nas condições de vida atuais dos sujeitos. Não se pode ignorar também que, a entrada recente na vida adulta destes indivíduos tenha modificado crenças e atitudes e que, tenha vindo a alterar a perceção que os sujeitos têm da realidade, deitando por terra muitos dos “sonhos” construídos durante a adolescência.

Indo de encontro à Hipótese 2, que pretendia averiguar se era evidente a presença de uma autoestima mais baixa nos três tipos de relacionamento amoroso, evidenciou-se através da observação dos resultados obtidos, que os três tipos de relacionamento amoroso denotam uma visão do *Self* mais negativa, o que corrobora a hipótese de que os três tipos de relacionamentos amorosos têm fragilidades ao nível do *Self* e que o objeto amoroso é procurado e estabelecido de modo a colmatar as falhas ou fraquezas sentidas ao nível do *Self*.

2. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA) e os resultados obtidos com o Inventário de Necessidade de Objetos do Self (SONI)

Kohut (1977), como já se havia referido anteriormente, defendeu que as relações que as crianças estabelecem com os outros são de importância extrema, pois são constituintes básicos da estrutura e do desenvolvimento psíquico, tendo repercussões nas suas vidas. Ou seja, na infância, a criança necessita que na relação diádica, sejam satisfeitas determinadas necessidades, como a satisfação das necessidades de admiração, de idealização das figuras parentais e de um sentimento de ligação a essas, e quando isto não ocorre, fica impossibilitado de se desenvolver, acabando por ter consequências ao nível da manutenção da autoestima e comprometendo o sentimento de estabilidade temporal e de coesão (Greenberg, Stephen & Mitchell, 2003), tendo repercussões ao nível amoroso na medida em que, se estas necessidades não são satisfeitas, toda a vida se procurará os outros como objetos que cumpram essa função no *Self*.

Relativamente ao estudo da Hipótese 3, considerou-se importante perceber se existem correlações estatisticamente significativas entre as necessidades de objetos do *Self* e os três tipos de relacionamento amoroso. Deste modo, e tendo em conta os resultados alcançados, confirma-se a Hipótese 3, uma vez que se obtiveram correlações significativas entre as necessidades de Objeto do *Self* e os três tipos de relacionamento amoroso.

Tendo em conta os resultados obtidos na correlação entre as escalas do Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso (ITRA) e a Escala de Necessidade de Objetos do *Self* (SONI), apurou-se que os diferentes tipos de relacionamento amoroso considerados no estudo – Submisso-Idealizador, Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante – apresentam valores significativos ao nível das necessidades de Objetos do *Self*, o que aponta para a ideia de falhas respeitantes ao desenvolvimento de determinadas estruturas do *Self* que procuram resolução mediante a ligação a um objeto amoroso. Deste modo, as falhas existentes procuram-se reduzir através da ligação ao Objeto amoroso, podendo-se afirmar que a escolha de um parceiro amoroso é feita com o objetivo de reparar falhas narcísicas do *Self* (Mesquita, 2012). Isto é, todos os indivíduos apresentam vulnerabilidades no que respeita ao seu *Self* e ao escolherem determinado tipo de Objeto amoroso, tentam muitas vezes colmatar essas falhas ou lacunas. Contudo, em muitas outras circunstâncias fazem-no por identificação, isto é, por acharem que estes sujeitos ao

apresentarem estruturas de *Self* idênticas podem de alguma forma tentar compreender o que sentem, proporcionando-lhes fontes de prazer que mantenham o *Self* intacto ou valorizado. São normalmente indivíduos que necessitam de um constante reforço positivo por parte do outro.

Os resultados de correlação obtidos revelam valores significativos denunciadores da necessidade de objetos do *Self* valorizante no tipo de relacionamento amoroso submisso-idealizador, o que indica, a necessidade do indivíduo se sentir apreciado e valorizado, apoiando-se no outro para melhorar a sua autoestima, visto estar fragilizada. Os indivíduos têm a necessidade de se verem através do olhar dos outros, uma vez que não foi possível construir uma imagem de si segura e valorizada, ou seja, necessitam do outro para a interiorização do valor próprio. Contudo, a procura do outro como Objeto valorizante, não conduz ao desenvolvimento do próprio, pois apenas o fazem para se valorizarem (Mesquita, 2012).

No relacionamento submisso-idealizador, os resultados também revelam um valor significativo da necessidade de ligação a um Objeto do *Self* gémeo, o que indica que a ligação a um outro idêntico surge como a necessidade de obter um sentimento de completude narcísica. No sentido Kleiniano, o outro não é vivido como um Objeto total, mas sim parcial, pois o que se gosta no outro é apenas aquilo que serve ao próprio. Segundo Mesquita (2012), a necessidade de um objeto do *Self* gémeo nestas relações têm a ver com a necessidade de exclusividade do *Self*, a incapacidade de conceber a existência de um terceiro, uma vez que este remete para vivências de perda de exclusividade, levando ao contato com fragilidades e incapacidades do próprio.

Contudo, no tipo de relacionamento amoroso submisso-idealizador, os resultados encontrados no que respeita ao evitamento do Objeto do *Self* gémeo e idealizado, também são indicadores de uma correlação significativa e o mesmo poderá ser explicado por atitudes de retraimento (Mesquita, 2012), evidentes nos tipos de funcionamento mais depressivos. Os indivíduos acabam por se retrair narcisicamente, não deixando que os outros se aproximem, e muitas vezes têm uma tendência para o isolamento e para não experimentarem, de novo, a experiência traumática da falta de apreciação e reconhecimento.

Os resultados também revelam um valor significativo no relacionamento submisso-idealizador com a necessidade de ligação a um objeto do *Self* Idealizado, que no fundo está relacionado com a necessidade de estar ligado a um Objeto que é

admirado pelas suas capacidades e qualidades, que o próprio considera ter em falta, e deste modo, obtém uma imagem mais valorizada e reconhecida de si. O indivíduo ao ligar-se ao outro fantasia que está em segurança, considerando que o objeto idealizado possui qualidades que o próprio não tem, e deste modo afasta os sentimentos de solidão e de rejeição. Contudo, o que se verifica nestes casos é uma auto desvalorização (Mesquita, 2012), uma vez que o indivíduo abdica de si, ficando apenas ligado a um Objeto com qualidades superiores às suas, considerando ser inferior e detentor de menos capacidades.

Considera-se que o tipo de relacionamento amoroso eufórico-idealizante é mais característico de funcionamentos na qual prevalece uma debilidade do *Self* ao nível da sua coesão e estabilidade, como se verifica nos funcionamentos *borderline*, sendo a necessidade do outro mais notória. Assim, neste tipo de funcionamento amoroso há uma necessidade de ligação a um objeto do *Self* idealizado, cujo valor se apresenta como significativo, uma vez que a ligação a um objeto que o indivíduo considera possuidor de características que faltam ao próprio, concede uma ilusão de completude e de segurança ao *Self* (Mesquita, 2012).

A necessidade de ligação a objetos idealizados possui, no entanto, uma função diferente nos relacionamentos tipo submisso-idealizador e eufórico-idealizante. No primeiro tipo de relacionamento amoroso, o objeto tem a função de completar o *Self* que está fragilizado e diminuído, possibilitando a regulação da autoestima. Nestes casos, a idealização do outro é menos exigente, pois possibilita a continuidade entre os aspetos bons e maus do objeto. Por sua vez, no tipo de relacionamento eufórico-idealizante, a função do objeto é a de facilitação da definição da identidade, ou seja, da capacidade do indivíduo desenvolver uma visão mais coerente de si próprio. Nestes casos, as fronteiras do *Self* são menos definidas e deste modo pode-se dizer que a idealização do outro é mais exigente, menos realista e com menor flexibilidade na aprovação dos aspetos menos bons, sendo típico da posição esquizoparanóide.

Os resultados também se revelam significativos no relacionamento eufórico-idealizante com a necessidade de Objetos do *Self* valorizantes, uma vez que o indivíduo pretende ser admirado e sentir superioridade face aos outros, denotando falhas na coesão do *Self*. Neste tipo de relacionamento amoroso há um enaltecimento exagerado do próprio e verificam-se mais condutas arrogantes. Segundo Mesquita (2012), estas necessidades devem-se a falhas sentidas nas fases precoces do desenvolvimento.

O evitamento das necessidades de Objetos do Self gêmeo e idealizado revelam valores significativos nas relações amorosas do tipo evitante-desnarcisante e eufórico-idealizante, evidenciando tendências defensivas nestes tipos de relacionamentos, na qual negam a dependência e a urgência do outro, verificando-se muitas vezes, nestes tipos de relacionamentos uma pseudo-grandiosidade (Mesquita, 2012), em que os indivíduos se consideram realmente bons. Estes indivíduos tendem a denegrir o outro de modo a valorizarem-se a si próprios e a ligação ao objeto é realizada diversas vezes através de interações eróticas e desprovidas de qualquer afeto amoroso, revelando ser uma sexualidade imatura e perversa.

3. Discussão dos resultados obtidos na correlação entre o Inventário de Necessidade de Objetos do Self (SONI) e os resultados obtidos com a Escala da Autoestima de Rosenberg (RSES)

Com o objetivo de se verificar se as necessidades de objetos do Self estariam relacionadas com a baixa autoestima, e indo de encontro à Hipótese 4, optou-se por efetuar correlações entre as escalas.

Banai, Mikulincer e Shaver (2005), autores da escala SONI, efetuaram um estudo a 130 estudantes israelitas, aplicando em conjunto a escala RSES de Rosenberg. Os resultados revelaram uma associação positiva entre a necessidade de objeto do Self gêmeo e valorizante e uma autoestima fragilizada. Por sua vez, neste estudo, verificou-se a existência de uma correlação significativa na escala de necessidades de objetos valorizantes, o que indica que os indivíduos com uma autoestima mais fragilizada carecem de um outro que os valorize, que os faça sentir dignos de valor e orgulhosos das suas qualidades e talentos (Banai, Mikulincer & Shaver, 2005). O outro ocupa um lugar crucial na vida deste, uma vez que possibilita ao próprio construir uma imagem mais segura e enaltecida. Em suma, estes tipos de indivíduos necessitam ser apreciados e valorizados por outros, de modo a reconstruir a autoestima que se encontra fragilizada.

O evitamento das necessidades de um objeto de Self gêmeo e idealizado revelam valores significativos com uma autoestima fragilizada, o que significa que estes indivíduos tendem a evitar pessoas semelhantes a si, pois deste modo teriam que se confrontar com as mesmas fraquezas, com as mesmas inseguranças, com os mesmos medos, e assim, o melhor caminho para que isto não aconteça é evitar indivíduos que lhe são semelhantes. Para Burns (1979) a autoestima é um processo que tem em conta valores e padrões interiorizados a partir daquilo que os outros

pensam, ou seja, se o outro se sentir digno de valor e valorizar o próprio, o indivíduo tem tendência a valorizar-se a si também.

CAPÍTULO VII

CONCLUSÃO

Todos os indivíduos, de uma forma ou de outra, têm uma enorme sede de amor, no entanto, a descrença existente por vezes em relação ao amor ou o desconhecimento deste levam-nos a estragá-la ou nunca a conquistar (Coimbra de Matos, 1983). Como a procura narcísica por atenção e aprovação do parceiro num relacionamento amoroso pode ser comparada com a procura de segurança e de afeto da própria relação simbiótica com a mãe (Freud, 1976 cit. por Sophia, 2008), é vulgar ocorrer o dito desconhecimento no amor ou o ceticismo em relação a este.

O presente trabalho teve como objetivos perceber se a visão que o indivíduo tem do seu *Self*, ou seja, se a sua autoestima interfere na escolha do Objeto amoroso, tendo em conta a existência de três tipos essenciais de relacionamento amoroso – Submisso-Idealizador, Eufórico-Idealizante e Evitante-Desnarcisante - que se estabelecem de acordo com as diferentes necessidades de Objetos do *Self* ou, por outro lado, pela negação defensiva dessas mesmas necessidades.

Estes tipos de relacionamentos amorosos desenvolvem-se uma vez que os objetos de infância não possibilitaram o desenvolvimento de estruturas psíquicas que permitissem uma regulação da autoestima ou inclusive a formação de uma espécie de pele psíquica que permitisse a individualidade (Mesquita, 2012). Assim, ao longo de toda a vida procura-se estabelecer ligação a Objetos que possam cumprir essas funções.

Mediante a revisão teórica realizada e os testes de hipóteses, apurou-se que a autoestima tem um possível reflexo nos tipos de relacionamentos amorosos que se estabelecem, onde se fez uma abordagem mais pormenorizada do tipo de relacionamento amoroso, no contexto universitário. O contributo prestado por autores nas áreas do desenvolvimento humano do adulto emergente, e do próprio desenvolvimento psicossocial dos estudantes universitários, faz com que se sublinhe a importância da realização de estudos junto desta população (Arnett, 2000).

Neste seguimento, e após a análise e discussão dos resultados, apresentam-se as principais conclusões resultantes do estudo teórico e empírico realizados, refletindo-se sobre as limitações da investigação e sobre as suas implicações para a investigação futura.

Considerando os tipos de relacionamento amoroso mencionados e o impacto que o nível de autoestima de um indivíduo pode ter no tipo de relacionamento

amoroso que se estabelece, pretendeu-se estudar a influência da autoestima no tipo de relacionamento amoroso. Uma vez que os três tipos de relacionamentos visam a complementação de falhas sentidas no *Self*, verificou-se no presente estudo, que em todos os tipos de relacionamentos amorosos os indivíduos são possuidores de uma autoestima fragilizada, o que se pode dever à amostra estudada, uma vez esta apresentar maioritariamente uma baixa autoestima, ou uma visão mais negativa do *Self*. Tal como havia sido esperado inicialmente, o tipo de relacionamento amoroso predominante na amostra revelou ser o Submisso-Idealizador, também indicador de uma baixa autoestima, em comparação com os outros dois tipos de relacionamento amoroso, podendo o mesmo dever-se ao facto de os indivíduos serem detentores de uma consciência mais realista de si próprios e dos que o rodeiam, e por este tipo de relacionamento amoroso ser frequente nos tipos de funcionamento mais neuróticos e depressivos.

Nos três tipos de relacionamentos amorosos surge a necessidade de adquirir Objetos que cumpram determinadas funções que faltam ao próprio, nomeadamente quando carecem de uma estrutura reguladora da autoestima, e quando possuem uma representação desvalorizada do próprio (Mesquita, 2012). Ou seja, na ligação ao outro o que se pretende é a obtenção de uma imagem mais valorizada e idealizada do próprio, tal como se verifica no relacionamento amoroso Submisso-Idealizador. Neste tipo de relacionamento, a necessidade de Objetos do *Self* prende-se com a idealização, o que de acordo com Kohut (1988) significa que o indivíduo se liga a Objetos que admira e considera possuidores de valor, de modo a que ele próprio se sinta não só parte desse mesmo Objeto, mas também de forma a ser-lhe possível construir uma imagem mais valorizada de si. Por vezes também se procura neste tipo de relacionamento amoroso a procura de um Objeto gémeo, uma vez que este Objeto não acentua a falta, visto ser uma união pelo reflexo do próprio no outro (Kohut, 1988). Nestes casos, o indivíduo não se sente inferior, nem se sente confrontado com as suas falhas, uma vez o Objeto a que está ligado ser semelhante a si.

De acordo com o que se havia suposto, o Objeto amoroso é procurado como Objeto do *Self* e não como Objeto separado, sendo assim um prolongamento do próprio, uma vez que a escolha amorosa assenta nas falhas do *Self*, e não é feita pelas características reais do Outro enquanto diferente, ou seja, o indivíduo necessita do outro, para gostar de si próprio.

Inerentes ao trabalho realizado estão presentes algumas limitações. Pode-se desde logo apontar uma limitação no que respeita à amostra recolhida, no que respeita à diferença do número de participantes de cada sexo, verificando-se uma prevalência do sexo feminino (144) sobre o sexo masculino (36), podendo o mesmo ter comprometido as diferenças de género no que se refere ao tipo de relacionamento amoroso que se estabelece. Face ao exposto, sugere-se a realização de estudos neste campo, com uma amostra mais equitativa em termos da distribuição dos sujeitos por sexo.

Considera-se também pertinente a realização de investigações que comparem amostras de estudantes universitários com amostras de sujeitos dentro da mesma faixa etária, ou seja, sujeitos que se encontrem na fase da adultez emergente, mas que não frequentem o ensino superior, de modo a compararem-se os níveis de autoestima, e o tipo de relacionamento amoroso que tendem a estabelecer.

Embora a autoestima seja vulgarmente estudada na área da Psicologia, a sua associação com os tipos de relacionamentos amorosos aqui abordados tem sido pouco investigada, e neste sentido, os resultados obtidos permitem-nos perceber que existe uma relação entre estes dois aspetos, influenciando-se mutuamente. Neste sentido, este estudo permitiu alguns avanços no conhecimento sobre esta relação, e poderá servir de ponto de partida para investigações futuras, que tenham por exemplo em conta diferentes orientações sexuais e amostras noutras faixas etárias.

Considera-se também importante a realização de estudos longitudinais, sendo estes uma mais-valia no estudo de aspetos psicológicos, visto estarem em constante mudança ao longo de toda a vida do indivíduo.

No que respeita à prática clínica, o terapeuta deverá atender ao nível de autoestima que o seu paciente apresenta, assim como a possíveis falhas que ele tem ao nível do *Self*. Ao ter este conhecimento, tornar-se-á mais clara para o terapeuta, a forma de relação que o paciente terá consigo, assim como o que é suposto esperar daquela relação terapêutica. O terapeuta ao atender a estes aspetos também poderá assumir uma determinada posição na relação, facilitadora de ganhos terapêuticos para o paciente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado, N. (2010). *Diz-me a Verdade sobre o Amor*. Alfragide: Academia do Livro.
- Amaral Dias, C.(2000). *Freud para além de Freud*. Lisboa: Fim de Século.
- Andrade, C. (2010). Transição para a idade adulta: Das condições sociais às implicações psicológicas. *Análise Psicológica*, 2(28), 255-267. Retirado de <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/aps/v28n2/v28n2a02.pdf>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. doi:10.1037//0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235-254. doi:10.1177/002204260503500202
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett, & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington, DC: American Psychological Association.
- Arnett, J. J. (2007). The self. In *Adolescence and emerging adulthood: a cultural approach* (3rd ed., pp. 162-191). New Jersey: Pearson.
- Balint, E. (2005). Unconscious communications between husband and wife. In Ruzsyczynski, S. (Ed.) *Psychotherapy With Couples (pp.30-44)*. *Theory and Practice at the Tavistock Institute of Marital Studies*. London: Karnac.
- Banai, E., Mikulincer, M., & Shaver, P. (2005). Selfobject needs in Kohut's self psychology. Links with attachment, self-cohesion, affect regulation and adjustment. *Psychoanalysis Psychology*. 22(2), 224-260. doi: 10.1037/0736-9735.22.2.224
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. Eglewood Cliffs. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bauman, Z. (2004). *Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Bednar, R., Wells, M., & Peterson, S. (1989). *Self-esteem: Paradoxes and innovations in clinical theory and practice*. Washington: American Psychological Association.

- Bergmann, M. S. (1988). Freud's three theories of love in the light of later developments. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 36(3), 653-672. doi: 10.1177/000306518803600304
- Berlin, L., & Cassidy, J. (1999). Relations among Relationships: Contributions from Attachment Theory and Research. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment theory and research*. (pp. 688-712). New York: Guilford Press.
- Blascovich, J., & Tomaka, J. (1991). Measures of self-esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp.115-160). San Diego: Academic Press.
- Bollas, C. (1979). The transformational object. *Int. J. Psycho-Anal*, 60(1), 97-107. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/457346>
- Bollas, C. (1992). *Forças do destino: psicanálise e idioma humano*. Rio de Janeiro: Imago Editores.
- Botelho, N. N. (2012). *Auto-estima, conhecimento do par amoroso e estratégias de coping: percepção dos jovens adultos sobre o apoio à relação amorosa* (Dissertação de Mestrado não publicada). Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (Vol. 1: Attachment). London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss* (Vol. 2: Separation, anxiety and Anger). London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss* (Vol. 3: Loss, sadness and depression). London: Hogarth Press.
- Bowlby J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bowlby, J. (1990). *Apego: a natureza do vínculo*. São Paulo: Martins Fontes.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775. doi: 10.1037/0012-1649.28.5.759
- Burns, R. B. (1979). *The self concept – in theory, measurement, development and behavior*. New York: Longman.
- Buss, D. M. (1996). *La evolución del deseo* (C. G. Serrano, trad.). Madrid: Alianza Editorial, S.A. (Obra original publicada em 1994).
- Chiu, L. (1988). Measures of self-esteem for school-age children. *Journal of Counseling and Development*, 66, 298-301. doi: 10.1002/j.1556-6676.1988.tb00874.x

- Cleavelly, C. (2005). Relationships: interaction, defences, and transformation. In Ruszczynski, S. (Ed.) *Psychotherapy With Couples (pp.55-70). Theory and Practice at the Tavistock Institute of Marital Studies*. London: Karnac.
- Coimbra de Matos, A. (1983). Textos sobre Narcisismo, Depressão e Masoquismo. *Análise Psicológica*, 4(3), 409-424. Retirado de <http://hdl.handle.net/10400.12/1701>
- Coimbra de Matos, A. (2001). *A Depressão*. Lisboa: Climepsi Editora.
- Cole, D. A., Maxwell, S. E., Martin, J. M., Peeke, L. G., Seroczynski, A. D., Tram, J. M., & Maschman, T. (2001). The development of multiple domains of child and adolescent self-concept: A cohort sequential longitudinal design. *Society for Research in Child Development*, 72(6), 1723-1746. doi: 10.1111/1467-8624.00375
- Custódio, S., Domingues, C., Vicente, L., Silva, M., Dias, M. & Coelho, S. (2010). *Auto-conceito/auto-estima e vinculação nas relações de namoro em estudantes do ensino secundário* (Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Universidade do Minho, Portugal).
- Duarte, R. (2012). Do amor e do desamor: variedades de experiências de ruptura e reparação e, regulação de necessidades na aliança amorosa de casais. (Dissertação de Mestrado não publicada). Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Dwyer, R. E., McCloud, L., & Hodson, R. (2011). Youth debt, mastery, and self-esteem: Class-stratified effects of indebtedness on self-concept. *Social Science Research*, 40(3), 727-741. doi:10.1016/j.ssresearch.2011.02.001
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- Frazier, P., & Esterly, E. (1990). Correlates of relationship beliefs: Gender, relationship experience and relationship satisfaction. *Journal of Personal and Social Relationships*, 7(3), 331-352. doi: 10.1177/0265407590073003
- Freud, S. (1905). *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. Edição standard brasileira* (vol. VII, pp. 121-134). Rio de Janeiro: Imago Editora.
- Freud, S. (1914). *Sobre o narcisismo: uma introdução. Edição standard brasileira* (vol. XIV, pp. 83-119). Rio de Janeiro: Imago Editora.
- Fricke, J., & Moore, S. (2001). Relationship satisfaction: the role of love styles and attachment styles. *Current research in Social Psychology*, 7(11), 182-204.

Retrieved

from

<http://www.uiowa.edu/~grpproc/crisp/crisp.7.11.htm?ref=Guzels.TV>

- Fromm, E. (2011). *El arte de amar*. España: Paidós.
- Galatzer -Levy, R., Cohler, B. (1993). *The essential Other*. New York: Basic Books.
- Giddens, A. (1993). *A transformação da intimidade: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas*. São Paulo: Editora Unesp.
- Glasser, M. (1992). Problems in the Psychoanalysis of Certain Narcissistic Disorders. *The International Journal of Psychoanalysis*. 73(3), 493 - 503. Retrieved from <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1993-02585-001>
- Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*. New York: Taylor and Francis Group.
- Grennberg, J., Stephen & Mitchell, A. (2003). *Relações de objeto na teoria psicanalítica*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Grinberg & Grinberg. (1976). *Identidade e mudança*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments: Evaluating the evidence. In J. Cassidy&P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical implications (pp. 3–20)*. New York: Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 52(3), 511-24. doi: 10.1037/0022-3514.52.3.511
- Harlow, H. (1959). Love in infant monkeys. *Scientific American*. 200, 68-74. Retrieved from <http://cmapspublic2.ihmc.us/rid=1LQJS1M9X-NP3WJW-1L6P/Millet-LoveIn.pdf>
- Hattori, W. T. (2009). *Escolha de Parceiros na Adolescência* (Dissertação de doutoramento não publicada). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal.
- Hendrick, C., Hendrick, S., & Dicke, A. (1998). The love attitude scale: short form. *Journal of Personal and Social Relationships*. 15, 147-59. Retrieved from http://www.fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Different_Types_of_Love_LOVE_ATTITUDES_SHORT.pdf
- Hernandez, J., & Oliveira, I. (2003). Os componentes do amor e a satisfação. *Psicol Cienc Prof*, 23(1), 58-69. doi.org/10.1590/S1414-98932003000100009
- Keith, L., & Bracken, B. (1996). Self-concept instrumentation: A historical and evaluative review. In B. A. Bracken (Ed.), *Handbook of self-concept: Developmental, social, and Clinical considerations (pp.91-170)*. New York: Wiley.

- Kenrick, D., Montello, D., Gutierrez, S., & Trost, M. (1993). Effects of physical attractiveness on affect and perceptual judgments: When social comparison overrides social reinforcement. *Society for Personality Psychology, 19*(2), 195-199. doi: 10.1177/0146167293192008
- Kernberg, O. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. (1991). A Contemporary reading of "On Narcissism". In J. Sandler, E. Person & P. Fonagy (eds). *Freud's on Narcissism: An Introduction* (pp. 131 - 148). London: Yale University Press.
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *The Psychoanalytic Study of the Child, 27*, 360-400. Retrieved from <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1973-27034-001>
- Kohut, H. (1977). *A Restauração do self*. Rio de Janeiro: Imago Ed.
- Kohut, H. (1988). *Psicologia do Self e a cultura humana. Reflexões sobre uma nova abordagem psicanalítica*. Porto Alegre: ArteMed.
- Lacan, J. (1987). *Os Escritos técnicos de Freud*. São Paulo: Ed. Jorge Zahar.
- Lee, J. (1977). A typology of styles of loving. *Pers Soc Psychol Bull, 3*(2), 173-182. doi: 10.1177/014616727700300204
- Martin, J., Blair, G., Nevels, R., & Fitzpatrick J. (1990). A Study of the relationship of styles of loving and marital happiness. *Psychological Reports, 66*, 123-128. doi: 10.2466/pr0.1990.66.1.123
- Mateus, T. C. (2011). *Percepção do desenvolvimento das relações românticas em jovens adultos* (Dissertação de Mestrado não publicada). Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Mesquita, I. (2012). *Disfarces de Amor – Relacionamentos amorosos e vulnerabilidade narcisica* (Dissertação de Doutoramento não publicada). Universidade de Évora, Évora, Portugal.
- Moleirinho, C. (2008). *As relações de casal: estudo da relação entre vinculação cônjuge e satisfação conjugal* (Dissertação de Mestrado não publicada). Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Lisboa, Portugal.
- Monteiro, S., Tavares, J., & Pereira, A. (2009). Adulter emergente: Na fronteira entre a adolescência e a adultez. *Revista @mbienteeducação, 2*(1), 129-137.
- Mosquera, J. J., Stobaus, C. D., & Jesus, S. N. (2006). Universidade: Auto-imagem, auto-estima e auto-realização. *UNIrevista, 1*(2), 1-13.

- Nascimento, F. (2009). *Namoro e violência: um estudo sobre amor, namoro e violência entre jovens de grupos populares e camadas médias*. (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade Federal de Pernambuco, Brasil.
- Orbuch, T., & Sprecher, S. (2003). Attraction and Interpersonal Relationships. In J. Delamater (Ed.), *Handbook of Social Psychology* (pp. 339-362). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Orth, U., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2010). Self-esteem development from young adulthood to old age: A cohort-sequential longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 645-658. doi:10.1037/a0018769
- Parkin, A. (1985): Narcissism: Its Structures, Systems and Affects. *Int. Journal of Psychoanal*, 66, 143- 156. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/4019039>
- Pestana, M. H., & Gageiro, J. N. (2008). *Análise de dados para ciências sociais – A complementaridade do SPSS (5ª ed. – Revista e Corrigida)*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Person, E. (1991). Romantic love: At the intersection of the psyche and the cultural Unconscious. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 39, 383-411. Retrieved from <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1992-43064-001>
- Person, E. (2007). *Dreams of love and fateful encounters. The power of romantic passion*. London: American Psychiatric Publishing.
- Powell, J. (2004). *Self-esteem*. London: Franklin Watts.
- Rank, O. (1941). *Beyond Psychology*. New York: Dover.
- Rios, I. (2008). O amor nos tempos de Narciso. *Interface: Comunicação, Saúde e Educação*. 25(12), 421-426. doi: 10.1590/S1414-32832008000200016
- Robins, R., Hendin, H., & Trzesniewski, K. (2001). Measuring global self-esteem: construct validation of a single-item measure and the Rosenberg self-esteem scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 27(2), 151-161. doi: 10.1177/0146167201272002
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17(3), 423–434. doi:10.1037//0882-7974.17.3.423
- Romano, A., Negreiros, J., & Martins, T. (2007). Contributos para a validação da escala de auto-estima de Rosenberg numa amostra de adolescentes da região interior do país. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 8(1), 109-116. Retirado de <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psd/v8n1/v8n1a08.pdf>

- Rosbrow-Reich, S. (1988). Identity and growth: a psychoanalytic study of divorce. *Psychoanalytic Review*, 75(3), 419-441. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3144019>
- Ruszczynski, S. (2005). Thinking about and working with couples. In Ruszczynski, (Ed.) *Psychotherapy With Couples Theory and Practice at the Tavistock Institute of Marital Studies* (pp.197-218). London: Karnac.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoebach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Association*, 60(1), 141-156. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/2096350>
- Santos, P., & Maia, J. (1999). Adaptação e análise factorial confirmatória da Rosenberg Self-Esteem Scale com uma amostra de adolescentes: Resultados preliminares. In A. P. Soares, S. Araújo, & Susana Caires (Orgs.), *Avaliação psicológica: Formas e contextos* (vol. VI, pp. 101-113). Braga: APPORT.
- Santos, P., & Maia, J. (2003). Análise factorial confirmatória e validação preliminar de uma versão portuguesa da Escala de Autoestima de Rosenberg. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 253-268.
- Santos, N. R. S. (2005). *Projectos de investigação em psicologia: Guia para a sua elaboração e execução*. Évora: NEPUÉ – Núcleo de Estudantes de Psicologia da Universidade de Évora.
- Santos, P. J. (2008). Validação da Rosenberg Self-Esteem Scale numa amostra de estudantes do ensino superior. In A. P. Noronha, C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves, S. Martins, & V. Ramalho (Coords.), *Avaliação Psicológica: Formas e contextos* (vol. XIII). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Serra, A. V., (1988). O auto-conceito. *Análise Psicológica*, 6(2), 101-110. Retirado de http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/2204/1/1988_2_101.pdf
- Sbicigo, J. B., Bandeira, D. R., & Dell'Aglio, D. D. (2010). Escala de autoestima de rosenberg (EAR): Validade fatorial e consistência interna. *Psico-USF*, 15(3), 395-403. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-82712010000300012>
- Shaver, P., Hazan, C. & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: the integration of three behavioral systems. In R.J. Sternberg & M. L. Barnes (Orgs.). *The psychology of love* (pp. 68-99). Birghamton: Yale University Press.

- Silverstone, P. H., & Salsali, M. (2003). Low self-esteem and psychiatric patients. Part I. The relationship between low self-esteem and psychiatric diagnosis. *Annals of General Hospital Psychiatric*, 2 (2), 1-9. doi: 10.1186/1475-2832-2-2
- Simmel, G. (1993). *Filosofia do amor*. São Paulo: Martins Fontes.
- Sophia, E. (2008). *Amor patológico: aspectos clínicos e de personalidade*. (Dissertação de Mestrado não publicada). Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil.
- Sternberg R. (1988). *The triangle of love*. New York: Basic Books.
- Stolorow, D., & Atwood, G. (2004). *Contextos del ser. Las bases intersubjetivas de la vida psíquica*. Barcelona: Herder.
- Traupmann, J., & Hatfield, E. (1981). Love and its effect on mental and physical health. In R. W. Fogel, E. Hatfield, & E. Shanes (Eds.), *Aging: Stability and change in the family* (pp. 253-274). San Diego, CA: Academic Press.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., & Robins, R. W. (2003). Stability of self-esteem across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 205-220. doi:10.1037/0022-3514.84.1.205
- Walster, E. (1965). The effect of self-esteem on romantic linking. *Journal of Experimental Social Psychology*, 1(2), 184-197. doi: 10.1016/0022-1031(65)90045-4
- Winnicott, D. W. (1963). The development of the capacity to concern. In Masud Khan (Ed.) *The Maturation process and the facilitating environment: studies in the theory of emotional development* (pp.73-82). London: Karnac.
- Wilson, G., & Nias, D. (1976). *Psicologia da Atração Sexual* (M. Carvalho, trad.). Lisboa: Edições 70.
- Zeigler-Hill, V., Campe, J. W., & Myers, E. M. (2009). How low will men with high self esteem go? Self-esteem as a moderator of gender differences in minimum relationships standards. *Sex Roles*, 61(7), 491-500. doi:10.1007/s11199-009-9641-5
- Zimmerman, N. (2010). *Mirror, mirror: An exploratory study of students' perceptions of attractiveness*. Metamorphosis. Retrieved from <http://www.coplac.org/publications/metamorphosis/>

ANEXOS

ANEXO I

Caracterização da Amostra

Quadro 1.

Distribuição dos Participantes por Sexo e Idade

	Sexo	Idade do Participante								Total
		18	19	20	21	22	23	24	25	
Masculino	N	2	8	6	5	7	4	2	2	36
Feminino	N	27	37	38	21	11	8	2	0	144
Total	N	29	45	44	26	18	12	4	2	180

Quadro 2.

Distribuição dos Participantes por Sexo e nível de Escolaridade

Sexo	N	Nível de Escolaridade			Total
		Secundário	Licenciatura	Mestrado	
Masculino	N	27	8	1	36
Feminino	N	113	29	2	144
Total	N	140	37	3	180

Quadro 3.

Distribuição dos Participantes por Sexo e Estado Civil

Sexo	N	Estado Civil					Total
		Casado	União de facto	Divorciado	Namoro	Outra	
Masculino	N	0	0	1	18	17	36
Feminino	N	1	1	0	72	70	144

Total	N	1	1	1	90	87	180
-------	---	---	---	---	----	----	-----

ANEXO II

Protocolo de Investigação



Colaboração para Investigação

Gostaria de pedir a sua colaboração para participar numa investigação para uma tese de mestrado sobre os relacionamentos amorosos e autoestima.

A sua tarefa consiste em responder aos questionários que serão distribuídos de seguida.

Deverá responder aos questionários pela ordem apresentada. Após terminar o preenchimento de um questionário e iniciar o outro, não deverá voltar ao questionário anterior.

Leia as instruções de cada um deles, porque estas são diferentes, e se tiver alguma dúvida não hesite em perguntar.

Por favor, seja sincero nas respostas e sinta-se à vontade, uma vez que a resposta aos questionários é anónima. Não escreva o seu nome em nenhuma das folhas, apenas a sua idade, sexo, curso que frequenta e se tem uma relação amorosa, no espaço correspondente na primeira folha do protocolo.

Não leve muito tempo com cada questionário, mas ainda assim, não responda de modo apressado e descuidado.

Se está de acordo e aceita participar, por favor, rubrique em baixo, e depois comece a responder quando forem distribuídos os questionários.

Tomei conhecimento das condições desta investigação e aceito participar:

Data: ___/___/___

Rúbrica: _____

Muito obrigado pela sua participação!

A mestranda:

Joana Valério

Orientadora:

Professora Doutora Isabel Mesquita

Dados Demográficos

1. Leia atentamente e preencha algumas informações pessoais, as quais não serão divulgadas e serão exclusivas para fins da investigação.

Sexo: M F

Idade:

Escolaridade: Ensino Básico Secundário Bacharelato

Licenciatura Mestrado Doutoramento

Profissão: _____

Neste momento tem uma relação amorosa? Não

Sim

Heterossexual Homossexual

Casado/a União de facto Divorciado/a Namoro Outra

Duração média dos seus relacionamentos:

Dias Semanas Meses Anos

2. *Escala da Autoestima de Rosenberg (versão Portuguesa)*

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (X), na respetiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

	Concordo fortemente	Concordo	Discordo	Discordo fortemente
1. Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Por vezes penso que não sou bom/boa em nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sinto que tenho algumas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Por vezes sinto-me, de facto, um(a) inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sinto-me uma pessoa de valor, pelo menos tanto quanto a generalidade das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Bem vistas as coisas, inclino-me a sentir que sou um(a) falhado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**10. Adoto uma atitude positiva para
comigo**

3. *Inventário de necessidades de Objectos do Self*

As seguintes afirmações dizem respeito ao que as pessoas procuram nas suas relações sociais, nas relações de intimidade e nas atividades de grupo.

Por favor, leia cada uma das afirmações e indique em que medida está de acordo, utilizando a escala.

1. Sinto-me magoado/a quando os meus sucessos não são suficientemente admirados.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

2. É importante para mim estar junto de pessoas que estão na mesma situação que eu.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

3. Quando tenho um problema é-me difícil aceitar sugestões mesmo de pessoas mais experientes.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

4. A ligação a pessoas de sucesso faz-me sentir também uma pessoa de sucesso.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

5. Não necessito do elogio dos outros.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

6. Não me envolvo com pessoas que tenham problemas idênticos aos meus.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

7. Fico desapontado/a quando o meu trabalho não é apreciado.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

8. Procuo pessoas que partilhem dos meus valores, opiniões e actividades.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

9. Tenho dificuldade em aceitar orientações, mesmo das pessoas que respeito.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

11. Não funciono bem em situações em que recebo muito pouca atenção.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

12. Sinto-me bem ao saber que faço parte de um grupo de pessoas que partilham um estilo de vida particular.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

13. Sinto-me mal comigo mesmo/a depois de ser ajudado/a por outras pessoas mais experientes.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

14. Para mim é importante sentir que eu e um amigo chegados estamos "no mesmo barco".

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

15. Quando faço algo, não necessito do reconhecimento dos outros.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

16. Aborrece-me estar em relações próximas com pessoas idênticas a mim.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

17. Sinto atracção por pessoas de sucesso.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

18. Não sinto qualquer necessidade de me vangloriar dos meus sucessos.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

19. Sinto-me melhor comigo mesmo/a quando estou na companhia de peritos.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

20. Prefiro não ser amigo/a de pessoas que são demasiado idênticas a mim.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

21. Sinto-me melhor quando eu e alguém que me é próximo partilhamos os mesmos sentimentos em relação a outras pessoas.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

22. Para mim é importante pertencer a um grupo que partilha opiniões idênticas.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

23. Não me importo com o que os outros pensam a meu respeito.

completamente em desacordo							completamente de acordo
1	2	3	4	5	6	7	

24. Sei que sou uma pessoa de sucesso e por isso não necessito do feedback dos outros.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

25. Aborreço-me com pessoas que pensam e sentem de modo demasiado parecido ao meu.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

26. Para mim é importante estar junto de pessoas que me podem servir de modelos.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

27. Sinto-me mais forte quando pessoas em meu redor estão a lidar com problemas idênticos.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

28. Para mim é difícil pertencer a um grupo de pessoas que sejam muito parecidas comigo.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

29. Para me sentir bem sucedido/a, eu necessito do reforço e aprovação por parte dos outros.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

30. Quando estou preocupado/a ou angustiado/a, não me ajuda muito receber conselhos de pessoas mais experientes.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

31. Procuro estar perto de pessoas que admiro.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

32. Sinto-me mais auto-confiante quando tenho amigos que acreditam no mesmo que eu.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

34. É difícil orgulhar-me dos grupos a que pertenço.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

35. A maior parte das vezes sinto-me pouco reconhecido pelos meus superiores.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

36. Para mim é importante pertencer a grupos com elevado estatuto social e com "glamour".

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

37. Não tenho necessidade de ser encorajado e apoiado por outros.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

38. Prefiro não pertencer a grupos que tenham um estilo de vida semelhante ao meu.

completamente
em desacordo

completamente
de acordo

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

4. Inventário de Tipos de Relacionamento Amoroso

Este inventário foi construído para uma investigação que tem como objetivo principal conhecer diferentes tipos de relacionamento amoroso.

Leia atentamente cada afirmação e responda com sinceridade assinalando na escala o valor que melhor o caracteriza, tendo sempre em mente o seu comportamento num relacionamento amoroso.

Caso não tenha atualmente nenhum relacionamento amoroso, pense no último que teve, caso nunca tenha tido, imagine como será o seu comportamento.

1. A minha/meu companheira/o não é o principal da minha vida.

Pouco típico no

*meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no

*meu
comportamento*

2. Aflige-me a ideia de que o/a meu/minha companheiro/a não queira estar mais comigo.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

3. As minhas relações amorosas não podem ser nem muito próximas nem muito distantes.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

4. Penso sempre que as relações amorosas raramente são boas.

Pouco típico no

*meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no

*meu
comportamento*

5. Sei que até o/a meu/minha companheiro/a tem inveja de mim.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

6. Chamo sempre a atenção dos erros do/a meu/minha companheiro/a.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

7. Desiludo-me frequentemente com as relações amorosas.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

8. Acho difícil o/a meu/minha companheiro/a encontrar-me defeitos.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

9. É frequente eu saltar de uma relação amorosa para outra.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

10. É importante para mim que o/a meu/minha companheiro/a pense em mim em primeiro lugar.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

11. É-me indiferente quando a/o minha/meu companheira/o não está disponível.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

12. Sinto-me muito melhor sem ninguém.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

13. Estou sempre disposto/a a sacrificar o que eu quero em benefício do/a meu/minha companheiro/a.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

14. Eu e o/a meu/minha parceiro/a somos como um só.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

15. Eu e o/a meu/minha parceiro/a somos iguais na maioria dos aspectos.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

16. Eu gostava de ser como o/a meu/minha companheiro/a.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

17. Existem aspectos da minha vida muito mais importantes do que a minha relação amorosa.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

18. Gosto de desfrutar “jogos de sedução” com várias pessoas ao mesmo tempo.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

19. Gosto de levar o/a meu/minha companheiro/a a satisfazer os meus desejos em primeiro lugar.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

20. Na minha relação amorosa gosto de sentir que domino.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

21. Na minha relação, sou sempre eu que invisto mais.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

22. Na minha vida, as relações amorosas estão em último plano.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

23. Não gosto de ter relações nem muito sérias nem muito intensas.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

24. Não gosto que o/a meu/minha companheiro tenha qualidades superiores às minhas.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

25. Não necessito de partilhar a minha vida com o/a meu/minha companheiro/a.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

26. Não quero que o/a meu/minha companheiro/a tenha muitas certezas sobre os meus sentimentos em relação a ele/a.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

27. Não sei o que faço da minha vida se a relação terminar.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

28. Nos meus relacionamentos amorosos considero-me sempre superior, pessoal e profissionalmente, ao meu/minha companheiro/a.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

29. O meu desejo de proximidade afasta o/a meu/minha companheiro/a.

<i>Pouco típico no meu comportamento</i>	1	2	3	4	5	<i>Muito típico no meu comportamento</i>
--	---	---	---	---	---	--

30. O que eu sou depende muito da/o minha/meu companheira/o.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

31. O/a meu/minha companheiro/a tem de estar disponível quando eu quero.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

32. Para mim, numa relação, é mais importante ser admirado pelo/a companheiro/a do que admirá-lo/a.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

33. Para nos entendermos a/o minha/meu companheira/o tem de se comportar como eu gosto.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

34. Preocupo-me muito com os sentimentos do/a meu/minha companheiro/a.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

35. Quando estamos em grupo, tenho de sobressair mais do que o/a meu/minha companheiro/a.

*Pouco típico no
meu
comportamento*

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Muito típico no
meu
comportamento*

36. Quando não estou envolvido/a amorosamente com alguém, sinto-me mais eu próprio.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

37. Quando não preciso do/a meu/minha companheiro/a para resolver problemas meus, sinto-me mais independente.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

38. Quando o/a meu/minha companheiro/a começa a depender muito de mim, eu afasto-me.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

39. Quando tenho uma relação amorosa sinto-me mais confuso/a acerca das minhas ideias e valores.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

40. Receio que se eu não for como o/a meu companheiro/a deseja, ele/a deixe de gostar de mim.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

41. Recorro sempre ao meu/minha parceiro/a para resolver os meus problemas.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

42. Se a minha relação amorosa terminar, envolvo-me rapidamente com outra pessoa.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

43. Sei que quando as minhas relações amorosas terminam é sempre por culpa minha.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

44. Sinto-me mais ansioso quando o/a meu/minha parceiro/a quer estar muito próximo.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

45. Sinto-me mais importante quando o/a meu/minha companheiro/a tem uma boa posição social.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

46. Sinto-me muito mais abatida/o e triste quando não tenho um companheiro/a.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

47. Sinto-me vaidoso/a com o meu desempenho sexual.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

48. Sou eu quem termina as minhas relações amorosas.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

49. Sou superior à/ao minha/meu companheira/o.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

50. Tenho muito mais força para conseguir o que quero quando tenho o/a meu companheiro/a por perto.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

51. Tenho muito receio de perder o amor do/a meu companheiro/a.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

52. Tenho receio que se me der a conhecer o suficiente, o/a meu/minha companheiro/a possa não gostar de mim.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

53. Ter um relacionamento amoroso não altera nada na minha vida.

Pouco típico no meu comportamento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Muito típico no meu comportamento

Obrigado Pela Sua Colaboração!

ANEXO III
Sensibilidade dos Instrumentos

Quadro 4.

Estatística Descritiva dos scores totais da RSES

Média	18.53
Mediana	19.00
Desvio Padrão	4.25
Mínimo	10.00
Máximo	31.00

Quadro 5.

Estatística Descritiva dos scores totais da ITRA

Média	120.32
Mediana	119.00
Desvio Padrão	19.24
Mínimo	76.00
Máximo	168.00

Quadro 6.

Estatística Descritiva dos scores totais da SONI

Média	129.07
Mediana	130.00
Desvio Padrão	18.37
Mínimo	79.00
Máximo	177.00

