

**ATAS DO**  
**11º CONGRESSO NACIONAL**  
**DE**  
**PSICOLOGIA DA SAÚDE**



**Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques,  
Paulo Vitória e José Luís Pais Ribeiro (Orgs.)**

**Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa**

**ATAS DO**  
**11º CONGRESSO NACIONAL**  
**DE**  
**PSICOLOGIA DA SAÚDE**

Editores

Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques,  
Paulo Vitória e José Luís Pais Ribeiro

Organização

ISCTE  Escola de Ciências Sociais e Humanas  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA



Apoio



Patrocínio



### **Ficha Técnica**

Título: Atas do 11º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde

Editores: Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques, Paulo Vitoria e José Luís Pais Ribeiro

1ª Edição, Janeiro 2016

ISBN-978-989-98855-3-0

Capa e grafismo: Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa

Composição: Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa

## **A vivência do one-night stand. Um estudo exploratório com estudantes universitários(as)**

FILIPA ROSADO (\*)  
CONSTANÇA BISCAIA (\*)

Os estudos na área do ensino superior têm destacado, com inegabilidade, a forte influência das experiências *out of classroom* (Terenzi, Pascarella, & Bliming, 1996) na vida dos(as) estudantes universitários(as). Na verdade, o facto de estas experiências terem sido encontradas como correspondendo a 70% do que os(as) jovens afirmam levar da passagem pela universidade (Kuh, 1993), tem levado a que as interações interpessoais entre estudantes se tenham tornado mote de um maior interesse e escrutínio (Ferreira, 2009).

Paralelamente, estas interações têm vindo a alterar-se ao longo da última década. Uma década que viu a passagem da adolescência para a idade adulta tornar-se mais lenta (Arnett, 2001). E apelou à necessidade da (re)contextualização deste “adolescentrismo” que, numa sociedade em evolução económica e cultural, levou à emergência de novas características desenvolvimentistas (Arnett, 2000, 2007). Características que tornam este período do ciclo de vida num espaço de metamorfose onde os(as) jovens, mais instáveis, focados(as) no *self*, nas explorações identitárias e nas possibilidades que a vida tem para lhes oferecer, transformaram drasticamente as suas dinâmicas relacionais (Glenn & Marquardt, 2001). Estas, ao passarem a ter como plano de fundo as características que balizam uma Adulter Emergente, e ao se desenrolarem (maioritariamente) no contexto académico que, por si só, apela a este caráter de transitoriedade e mudança (Quaye & Harper, 2015), passaram a ser mais focadas na diversão e menos no compromisso (Bogle, 2008; Glenn & Marquardt, 2001; Stinson, 2010). Popularizando e normatizando o Sexo Ocasional (Garcia, Reiber, Massey, & Merriwether, 2012; Paul, McManus, & Hayes, 2000), colocando o One-Night Stand como a principal forma de interação íntima entre jovens heterossexuais no Ensino Superior (Bogle, 2008; Grello, Wesh, & Harper, 2006; McAnulty, 2012; Townsend & Wasserman, 2011).

No entanto, a incursão em One-Night Stands é, muitas vezes, acompanhada de sentimentos e emoções negativas como vergonha, culpa e arrependimento (Fielder & Carey, 2010). Ademais, a prática de sexo ocasional é considerada uma prática de risco, uma vez que está fortemente associada à prática de relações sexuais desprotegidas (Stinson, 2010). Desta forma, posto que o aumento da prática de sexo ocasional não é proporcional às investigações sobre o fenómeno, serve o presente estudo para compreender e explorar a vivência dos One-Night Stands no seio dos(as) estudantes universitários(as) da Universidade de Évora.

(\*) Universidade de Évora, Portugal.

## MÉTODO

Foi desenvolvido um estudo exploratório assente na abordagem qualitativa, tanto no que respeita ao procedimento de recolha de dados como no que ao procedimento de análise de resultados diz respeito.

### *Participantes*

A amostra contou com a participação voluntária de 22 estudantes (11 do sexo masculino e 11 do sexo feminino) de primeiro ciclo da Universidade de Évora (instituição eleita por conveniência das autoras), com idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos ( $M=20,8$ ). Todos(as) os participantes reportaram já ter incorrido, pelo menos uma vez, num encontro de sexo ocasional (One-Night Stand). A totalidade dos(as) participantes da amostra afirmou-se heterossexual, no que concerne à orientação sexual. A incidência apenas no 1º ciclo de estudos deveu-se à tentativa de homogeneização da amostra, uma vez que nem todos os cursos disponibilizam um segundo ciclo. E a faixa etária abrangida remete ao intervalo de tempo que melhor representa as características da Adulterez Emergente.

### *Material*

Solicitámos aos (às) participantes a resposta a um protocolo de investigação constituído por questões demográficas e uma entrevista semiestruturada (Ghiglione & Matalon, 2001). De forma a garantir que seriam abordados os mesmos temas e o mesmo conjunto de questões a todos(as) os(as) participantes, construímos um guião com 20 questões de formato aberto, que serviu de linha orientadora à condução de todas as entrevistas. Procedemos, ainda, à realização de um estudo piloto junto de uma pequena amostra de sujeitos pertencentes à população-alvo, de forma a verificar o carácter unívoco dos itens do guião.

A amostra foi selecionada através de uma amostragem de tipo *snowball* e os(as) participantes convidados(as) a assinar um termo de consentimento informado, onde lhes eram expostos os objetivos do estudo e onde estes podiam declinar a gravação da entrevista em formato áudio (a totalidade da amostra mostrou-se confortável com a gravação da entrevista). Relativamente às entrevistas, estas realizaram-se individual e presencialmente nas residências pessoais ou académicas dos(as) estudantes e tiveram uma duração variável entre os 35 e os 60 minutos. A recolha de dados decorreu do mês de Maio ao mês de Setembro de 2014.

### *Procedimento*

Os dados foram analisados com recurso à análise de conteúdo (Bardin, 1997; Krippendorff, 1980, 1989) que respeitou o seguinte procedimento: (1) leitura flutuante de todo o material, (2) análise temática do corpus e destaque dos quatro temas principais que emergiram deste (A – Definições e Funções de One-Night Stand, B – Vivências do One-Night Stand, C – One-Night Stand à Luz da Conceção e Vivência da Intimidade Relacional

e D – Significados da Experiência Universitária e Contribuição do Ensino Superior na Prática de One-Night Stands), (3) desenvolvimento das categorias e subcategorias emergentes em cada temática, (4) codificação do material e, por fim, (5) tratamento e descrição analítica dos resultados, com contraste em termos de gênero.

Com o intuito de reduzir a subjetividade inerente ao processo de análise de conteúdo, efetuámos inúmeras releituras do material, repetimos o processo de categorização em dois momentos diferentes e recorremos a um juiz independente, a quem foi pedido que efetuasse a leitura de todo o material e com quem refletimos conjuntamente sobre os resultados obtidos.

## RESULTADOS

O primeiro tema encontrado, ao remeter para o significado da experiência dos encontros de sexo ocasional, remeteu-nos para as definições e representações das funções que a vivência do One-Night Stand subjaz na vida relacional dos(as) estudantes pertencentes à amostra. O Quadro 1 exhibe as categorias e subcategorias identificadas neste primeiro tema.

Quadro 1

*Recorte da matriz categorial respetiva ao Tema A, com contraste entre subgrupos*

Tema A – Definições e Funções dos One-Night Stands		
Categorias	Subcategorias	
	Subgrupo masculino	Subgrupo feminino
A.1. Definições de One-Night Stand	A.1.1. Interação física que envolve sempre sexo	A.1.1. Interação física que envolve sempre sexo
	A.1.2. Interação física que pode não envolver só sexo	A.1.2. Interação física que pode não envolver só sexo
	A.1.3. Interação que pressupõe ausência de compromisso	A.1.3. Interação que pressupõe ausência de compromisso
	A.1.4. Interação que pode envolver o desconhecimento do Outro	A.1.4. Interação que pode envolver o desconhecimento do Outro
	A.1.5. Interação que deriva do consumo de álcool	A.1.5. Interação que deriva do consumo de álcool
A.2. Funções de One-Night Stand	A.2.1. Manipulação da libido face à Excitabilidade contextual	A.2.1. Manipulação da libido face à Excitabilidade contextual
	A.2.2. Procura de Sensações	A.2.2. Procura de Sensações
	A.2.3. Reforço da Autoestima	A.2.3. Reforço da Autoestima
	A.2.4. Evitamento da Intimidade	A.2.4. Evitamento da Intimidade
		A.2.5. Preenchimento de um sentimento de vazio afetivo

O segundo tema encontrado, ao remeter para as dinâmicas que antecedem, acompanham e sucedem o One-Night Stand, permitindo-nos explorar e olhar mais aprofundadamente a vivência desta experiência. As cinco categorias que emergiram nesta temática são apresentadas no Quadro 2.

Quadro 2

*Recorte da matriz categorial respectiva ao Tema B, com contraste entre subgrupos*

Tema B – Vivências do One-Night Stand		
Categorias	Subcategorias	
	Subgrupo masculino	Subgrupo feminino
B.1. Sentimentos e Pensamentos Antes do Encontro	B.1.1. Desejo Sexual B.1.2. Expetativas e Fantasias de Concretização B.1.3. Nervosismo	B.1.1. Desejo Sexual B.1.2. Adrenalina B.1.3. Ausência de pensamentos B.1.4. Confiança
B.2. Sentimentos e Pensamentos Durante o Encontro	B.2.1. Concretização do prazer B.2.2. Ausência de pensamentos	B.2.1. Concretização do prazer B.2.2. Ausência de pensamentos B.2.3. Ponderação das consequências
B.3. Sentimentos e Pensamentos Após o Encontro	B.3.1. Bem-estar B.3.2. Ausência de pensamentos e sentimentos B.3.3. Pensar sobre a experiência B.3.4. Arrependimento B.3.5. Ausência de Arrependimento	B.3.1. Bem-estar B.3.2. Poder de Concretização B.3. Pensar sobre a experiência B.3.4. Arrependimento B.3.5. Ausência de Arrependimento
B.4. Motivos que Levam ao Arrependimento	B.4.1. Estar demasiado alcoolizado B.4.2. Não usar métodos contraceptivos B.4.3. Magoar alguém direta ou indiretamente B.4.4. Deceção com o Outro e com a situação B.4.5. Diferença de expetativas entre os parceiros	B.4.1. Estar demasiado alcoolizada B.4.2. Não usar métodos contraceptivos B.4.3. Magoar alguém direta ou indiretamente B.4.4. Deceção com o Outro e com a situação B.4.5. Diferença de expetativas entre os parceiros B.4.6. A incompatibilidade da experiência com os princípios morais B.4.7. Os rótulos que advêm da experiência
B.5. Perceção da Vivência do One-Night Stand no Sexo Oposto	B.5.1. A experiência é igual para rapazes e raparigas B.5.2. A experiência é diferente ao nível emocional	B.5.1. A experiência é igual para rapazes e raparigas B.5.2. A experiência é diferente ao nível emocional B.5.3. A experiência é mais frequente no sexo masculino

O terceiro tema encontrado, ao remeter para as concepções e para a vivência da Intimidade relacional dos(as) estudantes pertencentes à amostra, remete para um outro olhar da experiência do One-Night Stand. Um olhar à luz da intimidade, que contrapõe o estar nesta experiência e o ser num namoro. As categorias e subcategorias identificadas ao abrigo do Tema C são apresentadas, seguidamente, no Quadro 3.

Quadro 3

*Recorte da matriz categorial respetiva ao Tema C, com contraste entre subgrupos*

Tema C – One-Night Stand à Luz da Conceção e Vivência da Intimidade Relacional		
Categorias	Subcategorias	
	Subgrupo masculino	Subgrupo feminino
C.1. Conceções de Intimidade	C.1.1. Intimidade enquanto partilha total	C.1.1. Intimidade enquanto partilha total
	C.1.2. Intimidade enquanto experiência física e momentânea	C.1.2. Intimidade enquanto experiência física e momentânea
C.2. One-Night Stand à Luz das Conceções de Intimidade	C.2.1. One-Night Stand enquanto experiência íntima	C.2.1. One-Night Stand enquanto experiência íntima
	C.2.2. One-Night Stand enquanto experiência fisicamente íntima	C.2.2. One-Night Stand enquanto experiência fisicamente íntima
	C.2.3. One-Night Stand como experiência sem intimidade	C.2.3. One-Night Stand como experiência sem intimidade
C.3. Namoro vs. One-Night Stand	C.3.1. Partilha de Sentimentos vs. Sexo	C.3.1. Partilha de Sentimentos vs. Sexo
	C.3.2. Intimidade total vs. Intimidade Momentânea	C.3.2. Intimidade total vs. Intimidade Momentânea
	C.3.3. Durabilidade vs. Momento	C.3.3. Durabilidade vs. Momento
	C.3.4. Conhecimento vs. Desconhecimento	C.3.4. Conhecimento vs. Desconhecimento
		C.3.5. Confiança vs. Ausência de Confiança
		C.3.6. Ausência de Arrependimento vs. Arrependimento *

A última temática encontrada remete para os significados atribuídos à experiência universitária e para a influência do Ensino Superior na prática de One-Night Stands. As categorias e subcategorias que dão cor ao Tema D são expostas no Quadro 4.



## Quadro 4

*Recorte da matriz categorial respectiva ao Tema C*

Tema D – Significados da Experiência Universitária e Contribuição do Ensino Superior na Prática de One-Night Stands		
Categorias	Subcategorias	
	Subgrupo masculino	Subgrupo feminino
D.1. Representações da Experiência Universitária	D.1.1. Universidade enquanto espaço de desenvolvimento pessoal	D.1.1. Universidade enquanto espaço de desenvolvimento pessoal
	D.1.2. Universidade enquanto espaço de construção de um futuro profissional	D.1.2. Universidade enquanto espaço de construção de um futuro profissional
	D.1.3. Universidade enquanto espaço de construção e consolidação do Self	D.1.3. Universidade enquanto espaço de construção e consolidação do Self
D.2. Experiência Universitária e Incursão em One-Night Stands	D.2.1. Universidade enquanto contexto promotor do One-Night Stand	D.2.1. Universidade enquanto contexto promotor do One-Night Stand
	D.2.2. Universidade enquanto contexto desvinculado da prática de One-Night Stand	D.2.2. Universidade enquanto contexto desvinculado da prática de One-Night Stand
D.3. Características do Contexto Universitário que Promovem o One-Night Stand	D.3.1. Maior autonomia e diminuição do controlo parental	D.3.1. Maior autonomia e diminuição do controlo parental
	D.3.2. Pluralidade (na oferta) de interações sociais	D.3.2. Pluralidade (na oferta) de interações sociais
	D.3.3. Falta de imposição de responsabilidades adultas e a possibilidade de experimentação	D.3.3. Falta de imposição de responsabilidades adultas e a possibilidade de experimentação
		D.3.4. Normatização das práticas de sexo ocasional

## DISCUSSÃO

Apesar de todos(as) os(as) participantes se terem mostrado familiarizados com o termo “One-Night Stand” (ONS), uma certa dificuldade na definição destes encontros foi transversal a muitos dos relatos dos(as) estudantes. O que pareceu derivar de uma certa confusão relativamente às práticas que estes encontros compreendem. Porém, os participantes do sexo masculino destacaram a ausência de compromisso como a principal característica destas interações, enquanto as participantes femininas enfatizaram a forte associação de um consumo excessivo de álcool à incursão em sexo ocasional. Aparecendo o álcool como um pré-requisito à incursão destas participantes, que garantiram que sempre que incorrem num ONS estão embriagadas. Esta embriaguez parece tornar a experiência das participantes femininas menos intencional do que a dos participantes do sexo

masculino, uma vez que a resposta à excitabilidade contextual foi apontada como uma das principais funções que o ONS subjaz na vida relacional destas. Contrariamente aos participantes masculinos, para quem a experiência satisfaz essencialmente a procura de sensações e o reforço de autoestima.

Os resultados sugerem que a (muitas vezes) falta de intencionalidade da experiência e o foco exclusivo na satisfação de necessidades do Self levam à desvalorização e instrumentalização do (a) parceiro (a). O que parece sugerir que a experiência não leva nem à descoberta do Outro nem à descoberta de um Eu Relacional. De facto, o encontro em si aparece desvalorizado pela maioria dos(as) estudantes da amostra, que relataram que a excitação e o desejo que sentem antes do encontro, desvanecem com a passagem ao ato. Afirmando a quase totalidade dos rapazes e raparigas que o pós encontro fica marcado pelo arrependimento, o que corrobora as investigações de Fielder e Carey (2010) que defendem a forte associação do ONS ao despoletar deste sentimento.

Relativamente às razões que levam ao experienciar de Arrependimento, para os participantes do sexo masculino o consumo excessivo de álcool que retire a intencionalidade à incursão foi uma das subcategorias mais apontadas, tal como magoar alguém direta ou indiretamente. No que respeita às participantes do sexo feminino, é a decepção com o Outro e com a situação que mais motiva os sentimentos de arrependimento. Surpreendentemente, tendo em conta que a maioria dos(as) estudantes pertencentes à amostra banalizaram a falta de proteção nos encontros de sexo ocasional, apenas 2 rapazes e 5 raparigas aludiram que não usar métodos contraceptivos os(as) levaria ao arrependimento. Não tão surpreendente é, contudo, se analisarmos esta falta de preocupação à luz da desvalorização que a totalidade da amostra dirigiu ao Outro, ao encontro e, inclusive, ao sexo. Desvalorização que é reforçada face às conceções de Intimidade dos(as) participantes de ambos os sexos. Conceções que baseadas em conceitos como empatia, conhecimento mútuo, amizade e afetos, levaram a que apenas 2 rapazes e 4 raparigas olhassem o ONS como uma experiência íntima. Defendendo os restantes que as relações de intimidade são muito mais gratificantes e potenciam mais prazer que os encontros de sexo ocasional. Posto isto, permitimo-nos a colocar uma questão: se não são percecionados como interações gratificantes, se colocam a saúde (física e psicológica) em risco, porque se tornaram os ONS na principal forma de interação íntima entre os(as) estudantes universitários(as)?

Mais do que poder contribuir para a compreensão do fenómeno do One-Night Stand, com o presente estudo objetivámos, particularmente, fomentar a reflexão sobre a influência das Relações Sociais no desenvolvimento e saúde dos(as) nossos(as) Adultos(as) Emergentes. Bem como sensibilizar a comunidade científica para declarada vulnerabilidade sexual e relacional dos(as) jovens estudantes universitários(as).

Num período do ciclo de vida particularmente rico ao nível de transições e modificações intra e inter relacionais, que consequências terão estas novas relações sociais nas trajetórias de desenvolvimento dos(as) jovens estudantes? Parece-nos que, embora insuficientes, os nossos resultados alertam para a necessidade de um estudo mais aprofundado sobre o tema. Parece-nos pertinente a sugestão de um estudo longitudinal que incida sobre as

consequências relacionais da incursão em encontros de sexo ocasional. Ainda, arriscamos a apelar á necessidade da implementação de mais políticas preventivas que instruem os(as) nossos estudantes, que os munam com ferramentas essenciais a uma boa gestão emocional, que estimulem as suas competências comunicacionais e interpessoais e que, particularmente os eduquem para e com os afetos. Urge a necessidade de promover relações positivas, urge a necessidade de educar para prevenir e promover a saúde.

#### REFERÊNCIAS

- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480. doi: 10.1037/0003066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence to midlife. *Journal of Adult Development*, 8, 133-143.
- Arnett, J. (2007). The long and leisure route: Coming of age in Europe today. *Current History*, 106, 130-136.
- Bardin, L. (1997). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.
- Bogle, K. A. (2008). *Hooking-up: Sex, dating and relationships on campus*. New York: New York University Press.
- Fielder, R. L., & Carey, M. P. (2010). Predictors and consequences of sexual “hookups” among college students: A short-term perspective study. *Archives of Sexual Behavior*, 39, 1105-1119. doi: 10.1007/s10508-008-9448-4.
- Garcia, J., Reiber, C., Massey, S., & Merriwether, A. (2012). Sexual hook up culture: A review. *Review of General Psychology*, 16, 161-176. doi: 10.1037/a0027911
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (2001). *O inquérito: Teoria e prática* (4ª ed.). Oeiras: Celta Editora.
- Glenn, N., & Marquardt, E. (2001). *Hooking up, hanging out and hoping for Mr. Right. College women on dating and mating today*. New York: Institute for American Values.
- Grello, C. M., Welsh, D. P., & Harper, M. S. (2006). No strings attached: The nature of casual sex in college students. *Journal of Sex Research*, 43, 255-267.
- Krippendorff, K. (1980). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Newbury Park, CA: SAGE
- Krippendorff, K. (1989). Content analysis. In E. Barnouw, G. Gerbner, W. Schramm, T. L. Worth, & L. Gross (Eds.), *International encyclopedia of communication* (Vol. 1, pp. 403-407). New York, NY: Oxford University Press.

- McAnulty, R. (2012). *Sex in college: The things they don't write home about*. Santa Barbara, California: ABC-CLIO, LLC.
- Paul, E., McManus, B., & Hayes, A. (2000). "Hookups": Characteristics and correlates of college students' spontaneous and anonymous sexual experiences. *The Journal of Sex Research*, 37, 76-88. doi: 10.1080/00224490009552023
- Quaye, S., & Harper, S. (2015). *Student engagement in higher education: Theoretical perspectives and practical approaches for diverse populations* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Routledge.
- Stinson, R. (2010). Hooking up in young adulthood: A review of factors influencing the sexual behavior of college students. *The Journal of College Students Psychotherapy*, 24, 98-115. doi: 10.1080/87568220903558596
- Terenzini, P. T., Pascarella, E. T., & Blimling, G. S. (1996). Students' out of classroom experiences and their influence on learning and cognitive development: A literature review. *Journal of College Student Development*, 37, 149-162.
- Townsend, J., & Wasserman, T. (2011). Sexual hook ups among college students: Sex differences in emotional reactions. *Archives of Sexual Behavior*, 40, 1173-1181. doi: 10.1007/s10508-011-9841-2