

RESUMO

Enquadramento: A conceptualização teórica e metodológica do presente trabalho foi baseada na perspectiva dos estilos/práticas parentais e nos pressupostos das teorias da vinculação e dos sistemas comportamentais. Com este estudo pretende-se contribuir para o enriquecimento do conhecimento sobre o bem-estar individual e relacional na adolescência. Constituem objectivos gerais: (1) compreender o modo como as práticas parentais e as representações estabelecidas na relação com os progenitores se associam a padrões interpessoais em domínios distintos, como no contexto das relações de amizade e de namoro na fase final da adolescência; (2) investigar a associação entre variáveis relacionais familiares e sociais - práticas parentais, vinculação, apoio emocional e investimento aos pais, amigos e namorados -, e variáveis individuais - auto-estima e satisfação corporal; (3) analisar a influência de variáveis sócio-demográficas nas variáveis em análise; (4) compreender as semelhanças e diferenças entre os estilos de relação estabelecidos entre os diferentes sistemas interpessoais.

Metodologia: O desenho da investigação é correlacional, transversal e exploratório. Nele participaram 200 adolescentes e jovens adultos de diferentes pontos do país. A avaliação foi feita através de instrumentos de auto-relato: a *Escala de Auto-estima Global* (EAEG), a *Escala de Estima Corporal* (EEC), o EMBU-A (*My Memories of Upbringing*) e o *Questionário de Sistemas Comportamentais* (QSC).

Resultados e Conclusões: Os principais resultados evidenciam a presença de similitudes nas representações feitas a partir da relação com os pais, amigos e pares amorosos. De um modo geral, os jovens com estilos interpessoais mais seguros às figuras parentais relacionam-se de um modo mais seguro nos domínios extra-familiares. Os padrões inseguros associam-se a representações menos favoráveis de si próprio e dos outros. As práticas parentais de suporte emocional estão também relacionadas com a presença de ligações mais seguras aos pais e pares, contribuindo para melhores níveis de bem-estar pessoal e relacional.

Em geral, os resultados permitem avançar na compreensão da natureza dos processos responsáveis pelas ligações entre os diferentes contextos relacionais no final da adolescência, conduzindo a pistas para futuras investigações.

Palavras-Chave: Práticas parentais, padrões relacionais, adolescência, relações de pares.

ABSTRACT

Framework: This study's theoretical and methodological framework was based on parental styles/practices, and on attachment's and behavioral systems's theories. We expect to enlighten the knowledge on individual and relational well-being during adolescence. Our main goals were: (1) understanding how relational patterns based on friendship and romantic relationships are connected with parental practices and parental relations representations; (2) investigate the connection between relational, familiar and social variables – parental practices, and attachment, emotional support and investment to parents, close friends and romantic partners – and personal variables – self-esteem, body-image satisfaction; (3) analyze social-demographic variables influences on the described variables; (4) understanding similarities and differences between relational styles and the various interpersonal systems.

Methods: This investigation design is co-relational, transversal and exploratory. Data was collected throughout Portugal with the participation of 200 adolescents and young adults. Self-report questionnaires were used: *Rosenberg Self-Esteem's Scale* (RSES), *Body Esteem Scale* (BES), *EMBU-A (My Memories of Upbringing)*, *Behavioral Systems Questionnaire* (BSQ).

Results and Conclusions: Main results show congruence on adolescent's representations about parents, friends and romantic relationships. Youngsters displaying more secure interpersonal styles regarding their parental figures usually are also secure outside the family circle. Insecure patterns are related to self and others less favorable representations. Emotional supportive parental practices are also related to secure connections to parents and peers, improving personal and relational adjustment.

Broadly, these results show a path for understanding the nature of responsible processes for connecting different relational contexts during late adolescence and also, suggesting leads for future investigations.

Keywords: Parenting styles, relational patterns, adolescence, peer relationships.

Aos meus Pais,

Ao Ruca,

“ A desconfiança que procuravas atribuir-me tanto na loja como em casa, relativamente à maioria das pessoas (...) que aos meus olhos de garoto não recebia em parte nenhuma confirmação, pois só via por todo o lado seres perfeitos e inacessíveis, transformou-se em desconfiança para comigo mesmo e em medo constante dos outros.

Não era, portanto, nas minhas relações com os outros que, no geral, podia libertar-me de ti (...) Achavas que eu devia compensar noutra sítio aquilo que perdia na vida familiar, pois seria impossível eu levar a mesma vida no exterior. Nesse aspecto, aliás, criança ainda, era à desconfiança de mim mesmo que ia buscar uma certa consolação (...) Mas esta consolação perdi-a quase totalmente mais tarde, quando a minha visão do mundo se alargou.”

Franz Kafka, “Carta ao Pai”

AGRADECIMENTOS

Nem todas as escolhas que fazemos são experiências somente pessoais. Durante os últimos dois anos, tive oportunidade de me cruzar com pessoas que me surpreenderam, apoiaram, nutriram, e de tornar mais sólidos os laços já que mantinha com algumas delas.

É por este trabalho ter sido o fruto do meu envolvimento em (entre) Relações importantes, que deixo poucas, mas sentidas, palavras a quem mais soube estar presente.

À Professora Isabel Narciso, a quem devo tudo o que consegui alcançar... A ela agradeço a dedicação, a ajuda, o carinho, a paciência, a sabedoria, a tranquilidade e, acima de tudo, ter desempenhado tão bem a tarefa de me “desorientar” mas que me pudesse orientar. O meu mais sincero Muito Obrigada por Tudo;

À Professora Alexandra Marques Pinto, agradeço a sensatez, a tranquilidade, o sorriso, a disponibilidade, a capacidade de transformar este mestrado numa verdadeira vivência de bem-esta.

Aos docentes do Mestrado em Stress e Bem-estar que partilharam connosco o seu saber e o seu entusiasmo pela partilha de saberes.

Aos meus colegas, que comigo viveram esta experiência com o maior espírito de entajuda e companheirismo que se pode esperar. A todos desejo a felicidade de verem o seu esforço e competências recompensados.

Obrigada às “minhas” Susanas (SuRa e SuOliva) pela ousadia de transformarem trabalho em pura alegria, amizade, união e aprendizagem, e pelos momentos que passámos juntas e ficarão para sempre...

À Patrícia Pascoal por me ter apoiado e incentivado desde sempre e por me ter “aberto esta porta”;

À Diana Cruz, agradeço a disponibilidade, a ajuda, a prestação de apoio até ao último instante. Espero poder recompensar em breve...

À minha equipa de trabalho, por me ter incentivado naqueles dias em que tudo parecia mais difícil. Ao Pedro Palrão por ter feito tudo parecer um “mar de tranquilidade”.

A todos os amigos (e amigos de amigos) que possibilitaram a realização deste estudo, colaborando nele sem nada pedirem em troca, senão o desejo genuíno de ajudar: à Ana Isabel Pereira, ao professor José Cidade, à Mariana Cidade, ao Gonçalo Paulico, ao Tiago Lila, à professora Raquel, à Carla Pires, ao Professor António José e à Sara Guelha deixo o meu profundo reconhecimento.

À Raquel Pires, agradeço a Amizade sincera e toda a incansável ajuda que disponibilizou. Este também é o “seu” trabalho.

À minha família, agradeço a “base” que me permite ser (cada vez) mais segura.

Aos meus pais, agradeço tudo o que sou, são a janela que se abre quando as portas do mundo se fecham, são os responsáveis pela importância que tem para mim a palavra “relação”.

Por último, quero agradecer ao Ruca, por ser o vínculo mais amoroso da minha vida... o meu mais querido “porto de abrigo”.

Deixo ainda um profundo agradecimento a todos os jovens que, de norte a sul do país, tornaram este estudo uma realidade. Graças a eles, pudemos alimentar o nosso “bichinho” pela busca do conhecimento e do saber.

Nota: Os erros, as “galhas” e as omissões desta dissertação são da minha inteira responsabilidade e todos os interessados em lê-la, comentá-la e melhorá-la, serão inteiramente bem-vindos.

Índice

| | |
|---|-----------|
| RESUMO | I |
| INTRODUÇÃO | 1 |
| 1ª PARTE – ENQUADRAMENTO TEÓRICO | 4 |
| Capítulo I – Adolescência: Conceptualização, tarefas de desenvolvimento e principais transformações | 5 |
| 1. Adolescência: Um conceito recente | 5 |
| 2. Definição de adolescência: Fronteiras e Limites | 8 |
| 3. Tarefas desenvolvimentais | 11 |
| 4. "Adolescer": Um todo em mudança | 13 |
| 5. O corpo | 14 |
| 5.1. Desenvolvimento físico | 14 |
| 5.2. Imagem Corporal | 18 |
| 5.2.1. Definição do conceito | 19 |
| 5.2.2. Adolescência: Um corpo amado ou odiado? | 20 |
| 5.2.3. Imagem corporal negativa: Indivíduo, cultura e relações interpessoais | 21 |
| 6. O pensamento | 32 |
| 6.1. Desenvolvimento cognitivo | 32 |
| 6.2. Desenvolvimento moral | 35 |
| 7. Representação de si | 37 |
| 7.1. Auto-conceito e auto-estima | 38 |
| 7.2. Representação de si na adolescência | 41 |
| 7.3. Construção da identidade | 44 |
| 8. Síntese do capítulo | 46 |
| | |
| Capítulo II – Desenvolvimento Social na Adolescência: Papel das relações próximas no ajustamento dos jovens adolescentes | 49 |
| 1. O adolescente com os pais | 51 |
| 1.1. A teoria da vinculação como "lente" | 52 |
| 1.1.1. Contributos teóricos de Bowlby: Teoria da vinculação | 52 |

| | |
|--|------------|
| 1.1.2. Contributos empíricos de Ainsworth | 55 |
| 1.1.3. Modelos internos dinâmicos | 58 |
| 1.1.4. A abordagem de Hazan e Shaver | 60 |
| 1.1.5. O modelo alternativo de Bartholomew | 63 |
| 1.1.6. Implicações do estilo de vinculação para outras variáveis e áreas de estudo | 64 |
| 1.1.7. Vinculação aos pais na adolescência | 66 |
| 1.2. Parentalidade e estilos educativos | 70 |
| 1.2.1. Conflitualidade: Será a adolescência semelhante a um ringue de boxe | 70 |
| 1.2.2. Estilos e práticas parentais: Educar um adolescente em mudança | 72 |
| 1.3. Vinculação e estilos parentais | 83 |
| 2. O adolescente e os pares | 86 |
| 2.1. As relações de amizade na adolescência | 86 |
| 2.1.1. Diferenças de género | 88 |
| 2.1.2. Teorias explicativas das relações de amizade | 90 |
| 2.1.3. Implicações positivas e negativas das relações de pares | 92 |
| 2.2. Relações amorosas na adolescência | 95 |
| 2.2.1. Formação das relações amorosas: O amor emergente | 95 |
| 2.2.2. Implicações das relações amorosas na adolescência | 99 |
| 3. O adolescente, os pais e os pares | 103 |
| 3.1. Pares e pais: Que relação? | 103 |
| 3.2. Papel da relação com os pais no namoro | 108 |
| 3.2.1. Perspectivas de compensação e de competição inter-relacional | 110 |
| 3.2.2. Teorias da independência inter-relacional | 111 |
| 3.2.3. Teorias da continuidade inter-relacional | 111 |
| 4. O adolescente em inter-relações: A teoria de sistemas comportamentais | 115 |
| 4.1. Perspectivas alternativas: A conceptualização de sistemas comportamentais | 115 |
| 4.2. Representações e padrões relacionais | 116 |
| 4.3. Sistemas comportamentais e adolescência | 117 |
| 5. Síntese do capítulo | 119 |
| 2ª Parte: ESTUDO EMPÍRICO | 121 |

| | |
|--|-----|
| Capítulo III - Metodologia | 122 |
| 1. Propósitos do estudo | 123 |
| 2. Desenho do estudo | 124 |
| 3. Instrumentos utilizados | 126 |
| 3.1. Questionário Geral | 127 |
| 3.2. Escala de Auto-estima Global | 128 |
| 3.3. Escala de Auto-estima Corporal | 129 |
| 3.4. Avaliação da satisfação corporal global | 133 |
| 3.5. EMBU-A | 133 |
| 3.6. <i>Behavioral Systems Questionnaire</i> | 137 |
| 4. Tratamento estatístico dos dados | 150 |
| 5. Caracterização da amostra | 151 |
| | |
| Capítulo IV - Análise dos resultados | 153 |
| 1. Caracterização e diferenças de médias das variáveis critério em estudo em função das variáveis sócio-demográficas | 155 |
| 1.1. Auto-estima | 155 |
| 1.2. Estima corporal | 157 |
| 1.3. Práticas parentais | 162 |
| 1.4. Sistemas comportamentais | 165 |
| 2. Apresentação dos resultados relativos à relação das principais variáveis do estudo | 178 |
| Capítulo V - Discussão dos resultados | 208 |
| 1. Discussão dos resultados da influência das variáveis sócio-demográficas nas principais variáveis em estudo | 209 |
| 2. Discussão dos resultados relativos à associação entre as principais variáveis em estudo | 223 |
| CONCLUSÃO | 235 |
| Referências Bibliográficas | 244 |
| Anexos | 287 |

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. *Ligações entre as transformações pubertárias e as respostas psicológicas*

Figura 2. *Modelo hierárquico da estrutura da auto-estima*

Figura 3. *Hipótese dos três níveis de organização hierárquica da auto-estima*

Figura 4: *Sistema de vinculação no bebé*

Figura 5. *Modelo bidimensional da vinculação ao adulto*

Figura 6: *Modelo de vinculação ao adulto de Bartholomew*

LISTA DE QUADROS

Quadro 1. *Correlações entre sub-escalas da E.E.C.*

Quadro 2. *Consistência interna do EEC – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 3. *Consistência interna do EMBU-A – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 4. *Correlações entre as dimensões e Consistência interna da sub-escala Vinculação aos Pais, Amigos e Namorados – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 5. *Estrutura Factorial final da dimensão vinculação na versão Pais*

Quadro 6. *Estrutura Factorial final da dimensão vinculação na versão Amigos*

Quadro 7. *Estrutura Factorial final da dimensão vinculação na versão Namorados*

Quadro 8. *Comunalidades e pesos factoriais dos itens, % de variância explicada e eigenvalues dos factores da subescala Apoio Emocional das versões Pais, Amigos e Namorados.*

Quadro 9. *Correlações entre as dimensões e consistência interna da sub-escala de Apoio Emocional aos Pais, Amigos e Namorados – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 10. *Correlações entre as dimensões e consistência interna das sub-escalas de Investimento aos Pais, Amigos e Namorados – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 11. *Comunalidades e pesos factoriais dos itens, % de variância explicada e eigenvalues dos factores da subescala Investimento das versões Pais, Amigos e Namorados*

Quadro 12. *Estrutura Factorial final da dimensão Intimidade Física/Sexualidade na versão Namorados*

Quadro 13. *Correlação entre as dimensões e Consistência interna da sub-escala Intimidade Física/Sexualidade na versão de Namorados – Alpha de Cronbach (α) e correlação média inter-itens (CMII)*

Quadro 14. *Características gerais da amostra.*

- Quadro 15.** *Somatórios, pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos da escala de auto-estima.*
- Quadro 16.** *Associações entre a auto-estima e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias, desvio-padrão, percentagens e testes estatísticos.*
- Quadro 17.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximo das subdimensões da estima corporal.*
- Quadro 18.** *Associações entre as dimensões de Estima Corporal e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias, desvios-padrão, percentagens e testes estatísticos.*
- Quadro 19.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos das subdimensões do EMBU-A.*
- Quadro 20.** *Associações entre as Práticas Parentais do Pai (EMBU) e as características sócio demográficas da nossa amostra: médias, desvio-padrão, percentagens e testes estatísticos.*
- Quadro 21.** *Associações entre as Práticas Parentais da Mãe (EMBU) e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias, desvio-padrão, percentagens e testes estatísticos.*
- Quadro 22.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos da dimensão Vinculação nas versões Pais, Amigos e Namorados (QSC).*
- Quadro 23.** *Associações entre a Vinculação (QSC) e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias, desvios-padrão, percentagens e testes estatísticos.*
- Quadro 24.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos da dimensão Apoio Emocional nas versões Pais, Amigos e Namorados (QSC).*
- Quadro 25.** *Associações entre o Apoio Emocional (QSC) e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias e níveis de significação a partir dos testes estatísticos.*
- Quadro 26.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos da dimensão Investimento nas versões Pais, Amigos e Namorados (QSC).*
- Quadro 27.** *Associações entre o Investimento (QSC) e as características sócio-demográficas da nossa amostra: médias e níveis de significação a partir dos testes estatísticos*
- Quadro 28.** *Pontuações médias, desvios-padrão e valores mínimos e máximos da dimensão Intimidade Física na versão Namorados (QSC).*
- Quadro 29.** *Associações entre a Intimidade Física (QSC) e as características sócio-demográficas da nossa amostra: média, desvios-padrão, percentagens e níveis de significação a partir dos testes estatísticos.*
- Quadro 30.** *Correlações de Pearson entre as dimensões de vinculação aos pais, aos amigos e aos namorados (QSC)*
- Quadro 31.** *Correlações de Pearson entre as dimensões de apoio emocional aos pais, aos amigos e aos namorados (QSC)*
- Quadro 32.** *Correlações de Pearson entre as dimensões de investimento aos pais, aos amigos e aos namorados (QSC)*
- Quadro 33.** *Correlações de Pearson entre as dimensões do QSC (vinculação, apoio emocional e investimento) na versão Pais.*
- Quadro 34.** *Correlações de Pearson entre as dimensões do QSC (vinculação, apoio emocional e investimento) na versão Amigos.*
- Quadro 35.** *Correlações de Pearson entre as dimensões do QSC (vinculação, apoio emocional e investimento) na versão Namorados.*

- Quadro 36.** *Correlações de Pearson entre os padrões de interação na relação com os pais e a auto-estima e as dimensões corporais.*
- Quadro 37.** *Correlações de Pearson entre os padrões de interação na relação com os pares (QSC) e a auto-estima e as dimensões corporais.*
- Quadro 38.** *Correlações de Pearson entre os padrões do QSC, relativamente às práticas parentais.*
- Quadro 39.** *Correlações de Pearson entre os padrões do QSC aos amigos e as práticas parentais.*
- Quadro 40.** *Correlações de Pearson entre auto-estima/estima corporal e as práticas parentais.*
- Quadro 41.** *Correlações de Pearson entre os padrões de interação aos amigos e aos namorados (QSC).*