

## Implicações da vinculação amorosa e suporte social na autoestima em jovens universitários

Vânia Freitas\* / Catarina Pinheiro Mota\*\*

\* Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro; \*\* Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro / Centro de Psicologia da Universidade do Porto

O estudo debruça-se sobre a vinculação amorosa e a perceção de suporte social no desenvolvimento da autoestima dos jovens. A amostra é composta por 334 jovens universitários, de ambos os géneros, com idades entre os 18 e os 25 anos. O método utilizado para recolha de dados foi uma análise quantitativa. Os instrumentos utilizados, o Social Support Appraisals, o Questionário de Vinculação Amorosa e o Rosenberg Self-Esteem Scale revelaram qualidades psicométricas adequadas. Os resultados sugerem correlações positivas e negativas entre as principais variáveis de vinculação amorosa, suporte social e autoestima. A ambivalência e a dependência (na vinculação ao par romântico) sugerem um efeito negativo sobre a autoestima, ao invés da perceção de apoio dos professores que apresenta um efeito positivo na autoestima. Constatou-se também que a vinculação amorosa exerce o seu papel moderador na associação entre a perceção de suporte social e a autoestima.

**Palavras-chave:** Jovem adulto, Vinculação amorosa, Suporte social, Autoestima.

### Introdução

#### *Processos de vinculação e o desenvolvimento do jovem adulto*

A teoria da vinculação originalmente estudada por Bowlby e Ainsworth, tornou-se num importante contributo para a compreensão das relações interpessoais que se estabelecem ao longo do ciclo de vida (Bowlby, 1988). A natureza dos laços emocionais construídos desde os primeiros tempos de vida assume especial relevância ao longo do desenvolvimento psicológico da criança e mais adiante na adolescência e adultícia. Numa perspetiva da teoria evolucionista da vinculação, a criança está dotada desde cedo de um sistema capaz de diversificar os seus comportamentos com o fim de manter a proximidade da figura de vinculação e garantir a sobrevivência. A proximidade e a capacidade de acolher, dar e cuidar evidencia-se na forma da criança tolerar os momentos mais difíceis que podem ir desde a mera separação física, até um nível mais elevado como uma doença ou um desastre que ativa no adulto o sistema vincutivo, estando mais capaz de combater a ansiedade (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). À medida que a criança cresce, este sistema assume contornos mais complexos e diversificados, influenciado por representações internas de si, dos outros e do mundo que a rodeia contribuindo para uma importante fonte de previsão dos comportamentos sociais. Este conjunto de representações ou

---

Esta pesquisa foi parcialmente financiada pela FCT no âmbito do projecto PEst-C/PSI/UI0050/2011 e FEDER através do programa COMPETE no âmbito do projecto FCOMP-01-0124-FEDER.

A correspondência relativa a este artigo deverá ser enviada para: Vânia Freitas, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Quinta dos Prados, Edifício do Complexo Pedagógico, 5000-801 Vila Real. E-mail: vania\_rnt@hotmail.com

modelos internos dinâmicos começam a ser formados nos primeiros meses de vida através de acontecimentos de vinculação relevantes e refletem a história das interações com as figuras cuidadoras. Desta forma, a disponibilidade e sensibilidade pessoal dos pais ou figuras cuidadoras constitui um preditor para o desenvolvimento futuro de laços afetivos, constatando-se uma associação entre a segurança emocional e as relações com o grupo de pares e par amoroso (e.g., Allen et al., 2003). Na perspectiva do ciclo vital, a vinculação surge como um processo contínuo que não termina na infância. Esta fase percebe-se como difícil para o adolescente que, por um lado, busca a sua independência psicológica e a sua autonomia pelo afastamento, mas por outro lado, não sente suficiente segurança para se separar dos pais, recorrendo a eles como fonte de apoio (Matos & Costa, 1996).

De acordo com uma perspectiva ecológica (Bronfenbrenner, 1996) as crianças vão sendo progressivamente integradas num contexto exterior cada vez mais amplo, e vão paulatinamente criando um distanciamento físico e temporal dos pais entendido não como *detachment*, mas como oportunidade desenvolvimental de exploração, que posteriormente permite o processo de individuação, ou o constituir-se como diferenciado das relações com os pais, passando a integrar a relação com os pares amigos e par amoroso, desenvolvendo um sentido de autonomia *do self* (Mattanah, Brand, & Hancock, 2004). A entrada na adolescência traduz a procura de integração e aceitação fora do contexto parental, o que reflete um sentimento de pertença e valorização pessoal; e, em simultâneo, a necessidade de manutenção do laço parental, fonte impreterível de segurança, mesmo que fisicamente mais ténue na relação direta (Fleming, 2003). Nesta medida, o desenvolvimento pessoal passa pelo processo de individuação e pela forma como os jovens percebem as suas experiências emocionais como sendo mais ou menos satisfatórias, repercutindo-se na relação com as demais figuras significativas (Buhl, 2008). O processo de separação enfatiza a importância de terem mais responsabilidade emocional, comportamental e cognitiva onde se destaca a maior independência aos pais e a progressiva ligação ao par amoroso (Allen & Stoltenberg, 2001).

Posto isto, a conceção do desenvolvimento humano é visto como um processo dinâmico e que se constrói continuamente à semelhança do processo vincutivo e que tem a capacidade de desenvolver e manter ligações com os pares, ou com o par romântico. Durante os últimos 20 anos, a teoria de vinculação tornou-se numa estrutura consistente para clarificar o cariz das relações de namoro que se estabelecem nos jovens (Fraley & Shaver, 2000). À semelhança do que acontece no período da infância em que a criança procura segurança na figura vinculativa, também no período da adultícia os jovens adultos experimentam sentimentos de procura de segurança na relação de namoro (Hazan & Shaver, 1987). Portanto, o amor romântico é um processo biossocial, constituído por laços afetivos que se formam entre dois parceiros à semelhança dos laços afetivos que são formados na infância. Dito de outra forma, para que uma vinculação se forme, deve haver uma forte ligação de proximidade. Na infância esta proximidade é regulada pelos sistemas de vinculação que promovem segurança na criança. Nas relações de namoro, Hazan e Shaver (1994, p. 11) mencionam que “*the sexual mating system (sexual attraction) to be another primary instigator for the proximity seeking that is the first step toward attachment formation*”.

#### *Os efeitos da vinculação amorosa no jovem adulto*

Vários estudos foram realizados no âmbito da vinculação na idade adulta. Bragança e Campos (2010) com uma amostra de 187 estudantes universitários com idades compreendidas entre os 18 e os 43 anos, concluíram que a relação entre experiências relacionais na infância com as figuras significativas, se relacionam com os estilos de vinculação amorosa no adulto. Sendo assim, as experiências baseadas numa vinculação segura entre o pai e a criança, parecem importantes para a oportunidade de vir a constituir, na posteridade, relações satisfatórias com o par romântico. Tendo um modelo positivo de si e negativo do outro, os desinvestidos terão uma tendência para

que nas relações amorosas apresentem baixos níveis de confiança, incapacidade de interdependência, falta de proximidade e evitamento da intimidade. Por outro lado, um modelo positivo de si e do outro, características dos seguros, leva-os a confiar em si próprios enquanto sujeitos passíveis de ser amados e passíveis de amar.

Mais frequentemente, as fontes de segurança do jovem adulto dividem-se pelas várias ligações afetivas significativas, seja no âmbito familiar, seja no âmbito amoroso, seja ainda, no âmbito de algumas relações de amizade. Mais tardiamente, e embora o jovem adulto disponha de um contíguo mais ou menos alargado de figuras, que poderão eventualmente fornecer as funções de vinculação, o par romântico tende a assumir um lugar primordial na hierarquia das figuras de vinculação (Hazan & Zeifman, 1994).

#### *Suporte social, vinculação na relação romântica e a autoestima em jovens adultos*

A presença de suporte social parece afetar positivamente o bem-estar emocional dos jovens, pois pode trazer-lhes um conjunto de resultados satisfatórios, uma vez que o jovem se percebe como disponível, amado, reconhecido e valorizado (Pinheiro & Ferreira, 2005). Sarason, Levine, Basham e Sarason (1983, p. 197) referem-se ao suporte social como “existência ou a disponibilidade de pessoas em que se pode confiar, nos mostram que se preocupam connosco, nos valorizam e gostam de nós”. Portanto, o suporte social é um constructo multidimensional comportando recursos psicológicos e materiais que estão ao dispor do sujeito nas suas relações sociais (Sarason & Sarason, 2009). O suporte social, mais especificamente o suporte familiar e suporte dos amigos, pode ser considerado um dos mais relevantes amortecedores de acontecimentos de vida adversos, tornando-o fundamental nos estudos de resiliência psicológica (Batista, 2005). O suporte social pode também ser estruturado por professores desde que assumam funções que caracterizem as dimensões exigência e responsividade (Feitosa, Matos, Prette, & Prette, 2005).

Adicionalmente o suporte social poderá estar ligado ao desenvolvimento de uma melhor ou menor qualidade de relacionamentos que se estabelece, ou seja, a relação romântica não existe num vácuo, ela é influenciada pela rede social dos jovens, que poderá ser a família, amigos ou até conhecidos (Sprecher, 2011). Por outro lado, a presença de suporte social também parece afetar positivamente o bem-estar emocional dos jovens e trazer-lhes um conjunto de resultados satisfatórios, uma vez que o jovem se percebe como disponível, amado, reconhecido e valorizado (Arslan 2009; Cordero, 2011; Ratelle, Simard, & Guay, 2013; Talaei & Ardani, 2010).

Paralelamente, o suporte social e a vinculação amorosa poderão influenciar a autoestima do jovem adulto. A autoestima é definida como o valor que os indivíduos conferem a eles próprios, estabelecendo um elemento importante no auto conhecimento (Baumeister, 1993), referindo-se a uma atitude positiva ou negativa em relação a si próprio (Rosenberg, Schooler, Schoenback, & Rosenberg, 1995). De acordo com a teoria da vinculação, a qualidade da relação com as figuras vinculativas contribuem para o desenvolvimento da autoestima, podendo esta funcionar como moderadora (Rocha, Mota, & Matos, 2001). Desta forma, a qualidade das relações amorosas parece associar-se à qualidade da autoestima, pois jovens que são confiantes e seguros apresentam uma melhor qualidade de relacionamento amoroso. Cramer (2003) postula que a autoestima está positivamente relacionada com condições que facilitam as relações amorosas e negativamente relacionada com a procura de aprovação. Sendo que, a noção que os jovens têm sobre si próprios parece relacionar-se com qualidade da sua relação com os outros podendo exercer um efeito significativo na autoestima (Knee, Canevello, Bush, & Idiro, 2008). Um estudo realizado por Veld e Denollet (2011) com 555 participantes sobre o tipo de vinculação e a autoestima verificou que o tipo de vinculação apresenta uma correlação significativa com a autoestima. É ainda importante mencionar que estudos de Murray, Holmes e Griffin (2000), apoiam a ideia de que indivíduos

com baixa autoestima subestimam a visão otimista que o parceiro possa ter sobre ele, estando relacionado com níveis baixos de bem-estar na relação.

## Método

### *Objetivo*

Esta investigação tem como objetivo analisar em que medida a qualidade da relação com o par amoroso e o suporte social percebido pelos jovens adultos afetam a autoestima.

### *Hipóteses*

De acordo com o objetivo traçado foram elaborados três hipóteses: Espera-se que as dimensões de suporte social se correlacionem positivamente com as dimensões de qualidade da vinculação amorosa e com a autoestima; Aguarda-se que o suporte social tenha um efeito positivo significativo na autoestima; Espera-se que a qualidade da relação romântica exerça um papel moderador entre a percepção de suporte social e autoestima.

### *Participantes*

A amostra é constituída por 334 indivíduos, com idades entre os 18 e os 25 anos ( $M=20.15$ ;  $DP=1.92$ ), de ambos os géneros, 125 jovens do sexo masculino (37.4 %) e 209 do sexo feminino (62.6%). Um total de 179 jovens (53.5%) apresentam atualmente uma ligação amorosa e 155 jovens (46.4%), embora já tenham tido, não apresentam no momento uma relação amorosa. Assim, 328 jovens (98.2%) indicam que ter uma relação romântica é muito importante, e apenas 6 jovens (1.8%) referem que não é importante ter uma relação romântica. Em relação à escolaridade, amostra compõem-se maioritariamente por alunos que frequentam o segundo ano de licenciatura (40.4%), seguindo-se os alunos do primeiro ano da licenciatura (35.3%), e por último, os alunos do primeiro ano de mestrado (3%). Relativo à configuração familiar (pessoas com quem vivem), importa referir que 275 jovens vivem com os pais (82.9%), 19 jovens referem morar com os avós (5.9%), 9 jovens mencionam morar com o namorado(a) (2.7%), 18 jovens referem morar com pais e avós (5.7%) e 10 jovens mencionam morar com os irmãos (2.9%).

### *Procedimentos*

Tratando-se de um estudo transversal a recolha dos dados foi realizada apenas num momento. A administração do protocolo de investigação foi realizada através da autorização prévia dos presidentes de várias escolas da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro – UTAD, em vila real, norte de Portugal. Foram garantidos os princípios éticos, nomeadamente o anonimato e proteção de dados, bem como a voluntariedade da participação no estudo. No decorrer da aplicação do protocolo, realizada em contexto letivo, foram dadas instruções padrão de preenchimento, verificando-se uma total adesão e disponibilidade por parte dos alunos. Posteriormente os dados foram introduzidos na base de dados com recurso ao programa SPSS versão 19. Foi realizada a limpeza da amostra, identificando os *missings* e os *outliers* (observações que apresentam um grande afastamento das restantes ou são inconsistentes com elas) através do método combinatório hierárquico (determinação dos  $Z$  e posteriormente, os *outliers* multivariados com a distância de *Mahalanobis*. Foram ainda realizadas análises preliminares no sentido de averiguar as

propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados, consistências internas com recurso ao programa SPSS e análises fatoriais confirmatórias de 1ª ordem com recurso ao programa EQS, versão 6.1. Foi ainda testada a normalidade da amostra afim de garantir o uso de análises paramétricas.

### *Instrumentos*

Foi utilizado o *Questionário de Vinculação Amorosa – QVA* (versão breve adaptado por Matos, Cabral, & Costa, 2008). O QVA é um questionário de autorrelato inspirado nas contribuições teóricas e conceptuais de Bowlby e Ainsworth e na proposta de avaliação da vinculação de Bartholomew. Nesta investigação foi utilizada a versão reduzida, constituída por 25 itens que se dividem em quatro dimensões, sendo elas a *Confiança* (6 itens), a *Dependência* (6 itens), o *Evitamento* (6 itens) e, por fim, a *Ambivalência* (7 itens). O tipo de resposta constitui uma escala tipo *Likert* de 6 pontos, que vai do discordo totalmente até ao concordo totalmente. Na presente amostra o instrumento apresenta *alpha* de *Cronbach* adequados. Na escala total apresenta um *alpha* de *Cronbach* de .80, nas subescalas, nomeadamente, na dimensão confiança .89, na dimensão dependência .79, na dimensão ambivalência .81 e por fim, na dimensão evitamento .81. As análises fatoriais confirmatórias de 1ª ordem evidenciaram índices de ajustamento adequados,  $\chi^2(66)=157.77$ ;  $p=.001$ ; Ratio=2.39, um CFI de .95, um RMSEA de .08 e um SRMR de .062.

Também foi utilizado o *Social Support Appraisals – SSA* (Vaux, 1986; adaptação de Antunes & Fontaine, 1994). Este questionário baseia-se na perceção de suporte social e permite distinguir a perceção de apoio dos pais, amigos, e o apoio geral. A versão portuguesa do questionário SSA (Antunes & Fontaine, 1994) utilizada nesta investigação, divide-se em quatro subescalas: perceção de apoio da família (7 itens); perceção de apoio dos amigos (8 itens); perceção de apoio dos professores (7 itens) e perceção de apoio em geral (8 itens). Os itens contêm afirmações em que o indivíduo deve responder de acordo com a escala de *Likert* de seis pontos com opções de resposta que variam entre o “concordo totalmente” ao “discordo totalmente”. Nesta pesquisa, a escala SSA, mostrou valores de consistência interna satisfatórios, sendo que o *alpha* de *Cronbach* total é de .88. Para a subescala a perceção de apoio social dos amigos (SSA-am), o valor é de .81. Para a subescala perceção de apoio da família (SSA-fam) foi obtido um valor de .87. Relativamente a esta dimensão, importa mencionar que o item 9 foi retirado, pois na presente amostra não se correlaciona significativamente com os demais itens, diminuindo significativamente a consistência interna. Para a subescala perceção do apoio social dos professores (SSA-prof) o valor é de .85. Por fim, a subescala perceção de apoio social em geral (SSA-ger) o valor é de de .79. As análises fatoriais confirmatórias de 1ª ordem evidenciaram índices de ajustamento adequados  $\chi^2(66)=133.51$ ;  $p=.001$ ; Ratio=2.02, um CFI de .095, um RMSEA de .08 e um SRMR de .047.

A *Rosenberg Self-Esteem Scale – RSES* (Rosenberg, 1987; Adaptação de Rocha & Matos, 2003) foi utilizada neste estudo para avaliar a autoestima. É considerada atualmente um dos instrumentos mais usados para a avaliação da autoestima global apresentando uma das tentativas de obter uma medida unidimensional da autoestima. A RSES é constituída por 10 itens, com conteúdos relativos aos sentimentos de respeito e aceitação de si mesmo. Metade dos itens estão expressos de uma forma positiva e a outra metade de uma forma negativa (item 3, 5, 8, 9 e 10), devendo portanto ser invertidos. Na presente amostra, o valor de consistência interna, *alpha* de *Cronbach* foi de .86. Relativamente aos índices de ajustamento, aquando da análise fatorial confirmatória de 1ª ordem, verificamos valores igualmente valores robustos:  $\chi^2(32)=83.42$ ;  $p=.001$ ; Ratio=2.60, CFI .96 e RMSEA de .07, SRMR .048.

## Resultados

Associação entre as variáveis de vinculação amorosa, percepção de suporte social e autoestima.

Como se pode verificar através da análise da Tabela 1 existem associações significativas entre os instrumentos utilizados (QVA, SSA e RSES) na amostra.

Tabela 1

*Correlação entre as variáveis de vinculação amorosa, percepção de suporte social e autoestima*

	QVA				SSA				RSES
	Confiança	Ambivalência	Dependência	Evitamento	Família	Amigos	Professores	Geral	
QVA									
Confiança	1								
Ambivalência		1							
Dependência			1						
Evitamento				1					
Suporte social									
Família					1				
Amigos						1			
Professores							1		
Geral								1	
Autoestima									1

Nota. \* $p \leq .05$ ; \*\* $p \leq .01$ .

Na associação entre as variáveis de vinculação amorosa, percepção de apoio social e autoestima, verifica-se correlações significativas positivas moderadamente baixas entre a vinculação amorosa na dimensão confiança com a percepção de apoio da família (.288\*\*), uma associação significativa positiva baixa entre a confiança com a percepção de apoio dos amigos (.186\*\*), uma correlação significativa positiva e moderadamente baixa entre a confiança e a percepção de apoio dos professores (.243\*\*) e também uma associação significativa positiva baixa entre a confiança e a percepção de apoio em geral (.193\*\*). Na dimensão ambivalência (da vinculação amorosa) apresentam uma correlação significativa negativa e moderadamente baixa entre a percepção de apoio familiar (-.244\*\*), uma associação significativa negativa e baixa com a percepção de apoio dos amigos (-.165\*\*), uma correlação significativa negativa e moderadamente baixa com a percepção de apoio dos professores (-.204\*\*) e uma associação significativa positiva e moderadamente baixa com a percepção de apoio em geral (.259\*\*). Na dimensão dependência, as associações mostram-nos uma associação negativa moderadamente entre a percepção de apoio em geral (-.115\*). Na dimensão evitamento, as correlações dão-nos conta de uma associação negativa moderadamente entre a percepção de apoio dos amigos (-.156\*\*) e percepção de apoio em geral (-.126\*\*) e uma associação significativa negativa e moderadamente baixa entre a percepção de apoio da família (-.237\*\*).

Relativamente à autoestima, verifica-se uma correlação significativa negativa embora moderadamente baixa entre as variáveis de vinculação amorosa, nomeadamente da ambivalência (-.271\*\*), uma associação significativa negativa embora baixa com a dependência (-.136\*) e com o evitamento (-.121\*\*), ou seja, níveis superiores de ambivalência, dependência e evitamento, associam-se a menor autoestima. Por outro lado, verifica-se uma correlação significativa positiva e moderadamente baixa entre a autoestima e a percepção de apoio dos amigos (.226\*\*), ou seja, quanto maior é a percepção de apoio dos amigos, maior é a autoestima.

### *Efeito preditor do suporte social e relação romântica na autoestima*

A análise da regressão múltipla hierárquica relativamente à autoestima (Tabela 2) permitiu perceber o efeito preditor de várias variáveis independentes que foram inseridas em blocos distintos: no bloco 1, foi inserido o género explicando 0.3 % da variância total ( $R^2=.003$ ), contribuindo individualmente com 0.3% da variância para o modelo ( $R^2 \text{ change}=.003$ ). No bloco 2, o questionário de vinculação amorosa, explica 12.3% da variância total ( $R^2=.123$ ), apresentando um contributo individual de 12% ( $R^2 \text{ change}=.120$ ) com uma contribuição significativa [ $F(5,304)=8.530$ ;  $p=0.000$ ]. No bloco 3, o suporte social explica 32.4% da variância total ( $R^2=.324$ ), apresentando um contributo individual de 20.1% ( $R^2 \text{ change}=.201$ ) com uma contribuição significativa [ $F(9,300)=15.992$ ;  $p=0.000$ ].

Tabela 2

#### *Regressão múltipla hierárquica para a autoestima*

	$R^2$	$R^2 \text{ change}$	SE	B	$\beta$	$p$
Bloco 1						
Género	.003	.003				
Bloco 2						
QVA	.123	.120				
Confiança						
Ambivalência			.054	-.122	<b>-.161</b>	<b>.024</b>
Dependência			.042	-.117	<b>-.165</b>	<b>.005</b>
Evitamento						
Bloco 3						
SSA	.324	.201				
Família			.007	.015	<b>.105</b>	<b>.042</b>
Amigos						
Professores			.047	.111	<b>.125</b>	<b>.019</b>
Geral			.085	.612	<b>.491</b>	<b>.000</b>

*Nota.* B, SE e  $\beta$  para um nível de significância de  $p<.05$ ; Bloco 1 – Género; Bloco 2 – dimensões de vinculação amorosa (QVA); Bloco 3 – Dimensões da percepção de suporte social (SSA).

Assim, ao examinar particularmente a contribuição de cada uma das variáveis independentes dos blocos, a variável percepção de apoio em geral mostra um contributo positivo de  $\beta=.491$ . A variável percepção de apoio dos professores apresenta uma contribuição significativa com um peso positivo  $\beta=.125$  e a variável percepção de apoio da família com um peso  $\beta=.105$ . Por outro lado, averiguamos que o QVA dependência apresenta um peso negativo de  $\beta=-.165$  e o QVA ambivalência apresenta uma contribuição significativa negativa com um peso de  $\beta=-.161$ .

#### *Papel moderador da vinculação amorosa na associação entre a percepção de suporte social e autoestima*

Por forma a testar a separadamente o papel moderador da variável qualidade da vinculação amorosa, foi realizada uma análise independente das demais variáveis com recurso à covariância. Nesta medida foi necessário converter as variáveis do SSA e do QVA, contendo apenas 2 grupos – alto/baixo nível de suporte social e qualidade da vinculação amorosa. Desta forma procedeu-se à elaboração das médias das respetivas dimensões que compõem o QVA separadamente pretendeu-se criar uma variável para cada dimensão e a partir daqui realizar a categorização em alto e baixa vinculação ao par amoroso (e.g., ambivalência, dependência), com objetivo de examinar os que

se encontram abaixo (baixo) e acima (alto) das respectivas médias. Os mesmos passos foram realizados no que respeitam às dimensões da percepção de suporte social.

Feitos estes procedimentos iniciais no sentido de preparar a variável moderadora (QVA) e a variável preditora (SSA) para as análises, procedeu-se posteriormente à realização das análises de covariância (ANCOVA) no sentido de verificar as interações face à variável dependente – autoestima. Os resultados verificaram apenas a existência de significância na variável qualidade de vinculação amorosa com efeito da dependência e em função da variável percepção de apoio em geral (SSA)  $F(1,306)=4.678; p=.031$ . Deste modo, sujeitos com uma alta percepção de apoio geral e na presença de uma baixa dependência na vinculação amorosa, evidenciam mais autoestima, comparativamente com sujeitos com uma baixa percepção de apoio geral e uma alta dependência na vinculação amorosa.

## Discussão

Esta investigação teve como intuito perceber em que medida a qualidade da relação com o par amoroso e o suporte social percebido pelos jovens adultos afetam a autoestima.

Os resultados observados apontam para a existência de uma associação embora baixa a moderada, na dimensão confiança com a percepção de suporte social, nomeadamente o apoio dos amigos, da família, dos professores e em geral. Nesta medida jovens com um suporte social positivo, das figuras parentais, amigos e outras figuras em geral parecem assumir maior disponibilidade na relação com os demais, criando uma imagem positiva de si e em consequência sentindo-se mais confiantes na relação amorosa (Bragança & Campos, 2010; Sprecher, 2011). Um estudo realizado com 529 estudantes a frequentar o ensino universitário teve como objectivo perceber numa perspetiva social as relações amorosas. Verificaram que os seus comportamentos sociais tiveram influência nos seus relacionamentos amorosos (Sprecher, 2011).

Os resultados apontam ainda associações negativas, baixas a moderadamente baixas, entre a vinculação amorosa e a autoestima. Nesta medida, jovens que sentem as suas relações amorosas pautadas por ambivalência, dependência e evitamento parecem manifestar menos segurança nas relações, desenvolvendo uma imagem menos positiva de si, questão que parece assumir relevância no que respeita à auto-estima. Por sua vez índices mais elevados de autoestima traduzem uma maior segurança ao par amoroso (Murray, Holmes, & Griffin, 2000; Veld & Denollet, 2011).

Face às análises correlacionais foram também encontradas associações entre a percepção de suporte social, nomeadamente a percepção de apoio dos amigos com a autoestima. Parece que os jovens que se sentem amados e aceites no seu contexto social, parecem manifestar uma percepção da sua autoestima mais elevada (Marigold, Cavallo, Holmes, & Wood, 2014).

No que concerne à predição da autoestima, o suporte social assume uma maior percentagem de variância explicada do modelo. Especificamente verificamos uma contribuição positiva da percepção de apoio da família, dos professores e apoio em geral. Os resultados vão de encontro ao esperado na medida em que a família exerce um papel preponderante na autoestima do jovem adulto. Desta feita a qualidade das experiências de vinculação e a sua representação através da construção dos modelos internos dinâmicos parecem contribuir para o desenvolvimento socio-emocional. Por um lado, a família e os professores oferecem uma sensação de segurança e conforto que permite ao jovem ter a percepção de que ele ou ela é cuidado estimado e valorizado e consequentemente aumentando a autoestima (Demaray, Malecki, Davidson, Hodgson, & Rebus, 2005). O estudo com jovens estudantes com idade de média de 20 anos sobre o suporte social e autoestima verificou que os sujeitos com baixa autoestima estão envolvidos em menos comportamentos sociais (Marigold, Cavallo, Holmes, & Wood, 2014). Phillips (2012) corrobora

esta ideia no seu estudo realizado com 278 adolescentes com idade média de 14.78, sobre a influência da configuração familiar *versus* o clima familiar com o bem-estar dos participantes, verificaram que o clima familiar e o bem-estar (autoestima) apresentam uma correlação significativa. Portanto, uma percepção de suporte familiar contribui para um melhor desenvolvimento da autoestima dos jovens.

Por outro lado, também o suporte dos professores parece assumir um papel relevante na vida do jovem adulto. Antunes e Fontaine (2005) sugerem que a relação com os professores é considerada importante para o desenvolvimento da autoestima, uma vez que um meio envolvente positivo é crucial para o bem-estar dos jovens. Neste sentido os professores aumentam o bem-estar dos alunos, quando as relações são impressas de confiança, partilha, apoio e compreensão, pelo que os jovens se sentem mais disponíveis afetivamente enquanto merecedores de afeto e valorização de si. De acordo com Mota e Matos (2014) a escola assume um lugar importante na vida do jovem, pois é um local onde passam a maior parte do seu tempo, mas também um lugar externo à família, e onde se vivenciam relações empáticas e positivas que promovem o desenvolvimento positivo de si. Um aspeto interessante e inesperado refere-se ao facto de a percepção de suporte social dos amigos não ser significativo nesta faixa etária. Nesta medida importa analisar este resultado à luz da faixa etária em estudo, nomeadamente os adultos emergentes. Assim, enquanto que na adolescência o grupo de pares assume extrema relevância, nos jovens adultos este aspeto parece dissolver-se em detrimento das relações parentais e o investimento na relação amorosa.

Adicionalmente, a vinculação amorosa na sua dimensão de ambivalência e dependência mostra um contributo significativo negativo na predição da autoestima. No que refere ao contributo da vinculação amorosa, verificamos que a ambivalência e a dependência apresentam, tal como esperado, um efeito negativo na autoestima repercutindo-se na forma como o jovem adulto se sente na relação romântica. Jovens com padrão de ambivalência e dependência nas relações com os pares românticos poderão evidenciar vivências inseguras e modelos internos de si negativos. Nesta medida, jovens com modelos de vinculação insegura apresentam atitudes disfuncionais e conseqüentemente uma baixa-autoestima (Bragança & Campos, 2010; Lee & Hankin, 2009; Murray, Holmes, & Griffin, 2000).

Finalmente aquando da análise do papel moderador da vinculação amorosa na associação entre o suporte social e a autoestima, sublinha-se que a vinculação amorosa parece ter um efeito significativo enquanto moderador desta relação. Todavia, a significância estatística apenas se mostrou evidente na dependência (QVA) e na variável percepção de apoio em geral (SSA). Assim, jovens com uma alta percepção de apoio em geral e baixa dependência na vinculação amorosa evidenciam maior autoestima, quando comparados com jovens com uma percepção de apoio geral baixo e alta dependência. Portanto, elevada dependência na relação amorosa parece prejudicar o desenvolvimento da autoestima, se a percepção de apoio for baixa. Note-se que o apoio geral continua a fazer a diferença no sentido de predizer a autoestima, mas sempre que os níveis de dependência ao par amoroso se mostram baixos (o que implica mais segurança na relação dos jovens). Um estudo realizado por Arslan (2009) com 499 sujeitos com idades compreendidas entre os 16 e os 18 anos, pretenderam verificar as associações entre a percepção de apoio social, a autoestima, a raiva-traço e ainda a expressão de raiva. Um dos resultados averiguados com esta investigação, foi a presença de uma relação positiva significativa entre a autoestima e o apoio social (dos professores e da família). Este estudo apoia as conclusões desta investigação, corroborando a importância do apoio social fornecido ao jovem adulto, e a construção da imagem positiva de si enquanto merecedor deste suporte. Adicionalmente importa discutir que elevada dependência na qualidade de vinculação amorosa pode traduzir relações menos seguras, com jovens menos capazes de resolver de forma adaptativa o processo de separação-individação. Desta forma a qualidade da vinculação amorosa assume uma importância cabal no bem-estar dos jovens adultos, constituindo uma peça relevante na construção da autoestima. Lehmiller (2009)

suporta esta posição, na medida em que o comprometimento da proximidade psicológica entre os parceiros românticos, representa uma ameaça à estabilidade enquanto casal, podendo gerar sentimentos negativos, como uma baixa autoestima. Rocha (2008) sugere que a autoestima se relaciona com a qualidade das relações amorosas de tal modo que, índices mais elevados de autoestima global se traduzem em maior segurança ao par amoroso, ou seja, em maior confiança, menor dependência e evitamento. Como nota final, destaca-se que as variáveis em estudo parecem apresentar um significativo grau de bidirecionalidade, na medida em que a literatura (e.g., Cramer, 2003; Knee, Canevello, Bush, & Idiró, 2008; Veld & Denollet, 2011) suporta o facto de que a autoestima enquanto variável desenvolvimental se associa de forma muito significativa com o desenvolvimento da qualidade da vinculação que os jovens são capazes de estabelecer com as figuras parentais, par amoroso e outras figuras significativas em geral. Desta feita, ressalta a qualidade da relação aos pais e par amoroso no presente estudo, questão que poderá prender-se com a faixa etária em análise, verificando-se uma menor relação com o contexto escolar, dado que a relação com professores no contexto universitário tende a ser mais distante e ainda uma menor valorização do papel dos pares, que ainda que presente deixa de ser considerado o porto seguro por excelência tal como acontece na adolescência.

### **Conclusão e implicações práticas**

Chegando ao final desta investigação é possível tecer algumas considerações aos resultados adquiridos, ressaltando limitações inerentes a um estudo deste tipo e implicações práticas com vista à sua continuidade em futuras investigações.

Este estudo apresenta importantes implicações práticas, nomeadamente a pertinência da análise do suporte social conferido aos jovens aquando da transição para o meio universitário. Frequentemente são percebidas situações de abandono, desadaptação e até psicopatologia dos jovens no meio universitário, pela ausência de relações de apoio, quer das figuras parentais, grupo de pares ou par romântico. Importa portanto destacar a relevância de um processo de transição adaptativo para o desenvolvimento da autoestima dos jovens, questão fundamental para um percurso académico e pessoal saudável. Por outro lado, destaca-se neste estudo a introdução de análises que comportam as variáveis de suporte social e a vinculação amorosa, pelo que a literatura científica portuguesa aborda de forma escassa a sua conjugação e implicações no desenvolvimento afetivo e académico dos jovens.

Paralelamente, e de encontro ao que era esperado foi interessante averiguar os contornos que a autoestima adotou na investigação constatando-se a importância do suporte social e do estabelecimento de relações amorosas de qualidade no desenvolvimento adaptativo dos jovens.

Para finalizar, torna-se relevante apontar pistas futuras que podem ser fios condutores para novos trabalhos. Nesta medida, seria interessante alargar este tipo de estudo para outro tipo de população, uma vez que a esta amostra engloba apenas estudantes universitários, no sentido de controlar outras variáveis, nomeadamente os estilos parentais, a configuração familiar e ainda o nível socioeconómico dos jovens. De destacar que a variável autoestima assumiu um papel relevante enquanto variável predita, todavia a literatura destaca que ela também pode constituir uma variável preditora que pode ser controlada no sentido de testar a predição da vinculação amorosa e percepção de suporte social. Outras variáveis poderiam ainda ser acrescentadas a este estudo, nomeadamente processos de *coping*.

Apesar do contributo destes resultados, existe a consciência de algumas limitações inerentes aos estudo, nomeadamente o facto de ser uma amostra de estudantes universitários, não representativa da população jovem adulta, condicionando a generalização destes resultados. Dada

a natureza transversal da presente investigação, verifica-se uma limitação no que concerne ao estabelecimento de causalidade entre variáveis pelo que seria interessante recorrer-se a estudos longitudinais, com o objetivo de avaliar a evolução dos jovens. Uma outra limitação refere-se ao facto dos instrumentos utilizados na investigação serem de autorrelato, onde poderá limitar a perspetiva apenas aos jovens, sendo relevante em futuros estudos ter em consideração a perspetiva dos pais, dos pares e dos professores. Apesar das limitações da pesquisa, julga-se ter contribuído com um pouco mais de conhecimento acerca dos efeitos das variáveis de vinculação amorosa, do suporte social e da autoestima no desenvolvimento do jovem adulto, especialmente no que concerne ao processo adaptativo no contexto universitário.

## Referências

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Allen, J. P., MacElhane, K. B., Land, D. J., Kupermic, G. P., Moore, C. W., O'Beirne Kelly, H., & Kilmer, S. L. (2003). A secure base in adolescence: Markers of attachment security in the mother-adolescent relationship. *Child Development, 74*, 292-307.
- Allen, S. F., & Stoltenberg, C. D. (2001). Psychology separation of older adolescents and young adults from their parents: An investigation of gender different. *Journal of Counseling & Development, 73*, 542-546.
- Antunes, C., & Fontaine, A. M. (1994). *O Social Support Appraisals – SSA – Adaptação para a população portuguesa*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto.
- Antunes, C., & Fontaine, A. M. (2005). Percepção de apoio na adolescência: Análise factorial confirmatória da escala social support appraisals. *Paidéia, 15*, 355-366.
- Arslan, C. (2009). Anger, self-esteem, and perceived social support in adolescence. *Social Behavior and Personality, 37*, 555-564.
- Batista, M. N. (2005). Desenvolvimento do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF): Estudos psicométricos preliminares. *Psico-USF, 10*, 11-19.
- Baumeister, R. F. (1993). Conceptions of self and identity: A modern retrospective on allport's view. In K. Craik, R. Hogan, & R. Wolfe (Eds.), *Fifty years of personality psychology* (pp. 177-186). New York: Plenum.
- Bowlby, J. M. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bragança, A., & Campos, R. C. (2010, Fevereiro). Estilos de vinculação amorosa e experiências relacionais na infância de cariz disfuncional: Um estudo com uma amostra de estudantes universitários. In C. Nogueira et al. (Eds.), *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia* (pp. 1682-1693). Retirado de <http://www.actassnip2010.com>
- Bronfenbrenner, U. (1996). *A ecologia do desenvolvimento humano: Experimentos naturais e planejados*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Buhl, H. M. (2008). Significance of individuation in adult child-parent relationships. *Journal of Family Issues, 29*, 262-281.
- Cordero, E. D. (2011). Self-esteem, social support, collectivism, and the thin-ideal in latina college undergraduates. *Body Image, 8*, 82-85.

- Cramer, D. (2003). Acceptance and need for approval as moderators of self-esteem and satisfaction with a romantic relationship or closest friendship. *The Journal of Psychology, 137*, 495-505.
- Demaray, M. K., Malecki, C. K., Davidson, L. M., Hodgson, K. K., & Rebus, P. J. (2005). The relationship between social support and student adjustment: A longitudinal analysis. *Psychology in the Schools, 42*, 691-706.
- Feitosa, F. B., Matos, M. G., Prette, Z. A., & Prette, A. D. (2005). Suporte social, nível socioeconômico e o ajustamento social e escolar de adolescentes portugueses. *Temas em Psicologia, 13*, 129-138.
- Fleming, M. (2003). O risco de não correr risco nenhum: Impasses do desenvolvimento psicológico adolescente. *Revista Portuguesa de Psicanálise, 24*, 97-105.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*, 132-154.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry, 5*, 1-22.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (vol. 5, pp. 17-52). London: Jessica Kingsley.
- Knee, R. C., Canevello, A., Bush, A. L., & Idiro, A. C. (2008). Relationship-contingent self-esteem and the ups and downs of romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*, 608-627.
- Lee, A., & Hanki, B. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 38*, 219-231.
- Lehmiller, J. J. (2009). Secret romantic relationships: Consequences for personal and relational well-being [resumo]. *Personality and Social Psychology Bulletin, 35*, 1452-1466.
- Marigold, D. C., Cavallo, J. V., Holmes, J. G., & Wood, J. V. (2014). You can't always give what you want: The challenge of providing social support to low self-esteem individuals. *Journal of Personality and Social Psychology, 107*, 56-80.
- Matos, P. M., Cabral, J., & Costa, M. E. (2008). *Questionário de vinculação amorosa: Versão breve*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (1996). Attachment and developmental processes in youths and adults. *Notebooks of Psychological Consultation, 12*, 45-54.
- Mattanah, J. F., Brand, B. L., & Hancock, G. R. (2004). Parental attachment, separation-individuation, and college student adjustment: A structural equation analysis of mediational effects. *Journal of Counseling Psychology, 51*, 213-225.
- Mota, C. P., & Matos, P. M. (2014). Padres, profesores y pares: Contribuciones para la autoestima y coping en los adolescentes. *Anales de Psicología, 30*, 656-666. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.2.161521>
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (2000). Self-esteem and the quest for felt security: How perceived regard regulates attachment processes. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 478-498.
- Phillips, T. M. (2012). The influence of family structure vs. family climate on adolescent well-being. To insert individual citation into a bibliography in a word-processor, select your preferred citation style below and drag-and-drop it into the document. *Child and Adolescent Social Work Journal, 29*, 103-110.
- Pinheiro, M., & Ferreira, J. (2005). A percepção de suporte social da família e dos amigos como elementos facilitadores da transição para o ensino superior. *Actas do VIII Congresso Galaico Português de*

*Psicopedagogia* (pp. 467-485). Braga: Instituto de Educação e Psicologia/Centro de Investigação em Educação.

- Ratelle, F. C., Simard, K., & Guay, F. (2013). University students' subjective well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies*, *14*, 893-910.
- Rocha, M. (2008). *O desenvolvimento de relações de vinculação na adolescência: Associações entre contextos relacionais, com os pais, pares e par amoroso*. Tese de Doutoramento, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto.
- Rocha, M., & Matos, P. M. (2003). *Rosenberg's Self-Esteem Scale. Adaptação para a população portuguesa*. Tese de Doutoramento, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto.
- Rocha, M., Mota, C. P., & Matos, P. M. (2011). Vinculação à mãe e ligação aos pares na adolescência: O papel mediador da auto-estima. *Análise Psicológica*, *XXIX*, 185-200.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenback, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes [resumo]. *American Social Review*, *60*, 141-156.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*, 127-139.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2009). Social support: Mapping the construct. *Journal of Social and Personal Relationships*, *26*, 113-120.
- Sprecher, S. (2011). The influence of social networks on romantic relationships: Through the lens of the social network. *Personal Relationships*, *18*, 630-644.
- Talaei, A., & Ardani, R. (2010, Fevereiro). Depression and its correlation with self-esteem and social support among Iranian university students. *European Congress of Psychiatry*, *25*, 1453-1464.
- Veld, E. M., & Denollet, J. J. (2011). Attachment style and self-esteem: The mediating role of type personality. *Personality and Individual Differences*, *50*, 1099-1103.

The study focuses on romantic attachment and perception of social support in young adult self-esteem development. The sample is composed by 334 young adults attending university, from both genders, 18 to 25 aged. The method used for data collection was quantitative analysis. The instruments used in this investigation, Social Support Appraisals, Romantic Attachment Questionnaire and Rosenberg Self Esteem Scale showed good psychometric properties. The results suggest a positive and negative correlation between main romantic attachment, social support and self-esteem variables. On the other hand, ambivalence and dependency (in romantic attachment) suggest a negative effect on self-esteem, rather than teacher support perception that has a positive effect on self-esteem. In addition, romantic attachment presents a moderating role in the association between social support perception and self-esteem.

**Key words:** Young adult, Romantic attachment, Social support, Self-esteem.

*Submissão:* 25/03/2014

*Aceitação:* 26/03/2015

