



CATÓLICA PORTO
EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

*RELAÇÕES ÍNTIMAS EM PROCESSOS DE
EXPATRIAÇÃO*

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção
do grau de mestre em Psicologia

- Psicologia Clínica e da Saúde-

por

Ana Carina Coelho Dias e Costa

Porto, janeiro de 2016



CATÓLICA PORTO
EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

*RELAÇÕES ÍNTIMAS EM PROCESSOS DE
EXPATRIAÇÃO*

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção
do grau de mestre em Psicologia

- Psicologia Clínica e da Saúde -

Por

Ana Carina Coelho Dias e Costa

Trabalho efetuado sob a orientação da

Professora Doutora Vânia Sousa Lima

Porto, janeiro de 2016

À **Ana João** e ao **Martim**

Ao **Filipe**

À minha **Mãe** e ao meu **Pai**

Agradecimentos

Ao longo da conclusão deste trabalho, recebi o apoio e colaboração de várias pessoas às quais gostaria de agradecer:

À minha orientadora, Professora Doutora Vânia Sousa Lima, pelo apoio e orientação concedidos. Pela exigência, reflexão crítica e superação que sempre me incutiu e que tanto contribuem para o meu desenvolvimento pessoal e profissional.

Aos casais que, de forma desprendida, aceitaram colaborar e partilhar as suas histórias pessoais.

À Professora Doutora Elisa Veiga, pelo apoio metodológico e emocional. A sua colaboração e "colo" são sempre reforçadores, motivadores, e reconfortantes.

Ao Professor Doutor Pedro Dias, por me ter sensibilizado e despertado o gosto pela temática da vinculação, como professor convidado da disciplina de Psicopatologia do Desenvolvimento I.

À Professora Doutora Filipa Mucha Vieira, à Professora Doutora Mariana Negrão, à Doutora Alexandra Carneiro, à Doutora Sofia Marques, pela colaboração nas cotações dos vários instrumentos. Agradeço a disponibilidade demonstradas.

Aos meus amigos e colegas de licenciatura e mestrado, com quem percorri estes últimos seis anos, proporcionando-me um período ímpar no meu desenvolvimento pessoal e profissional.

Ao Filipe, por me proporcionar e se constituir como base segura duradoura, através da qual me permite explorar e recorrer, sempre que necessário. Obrigada pelo apoio incondicional, pelo amor e dedicação que me possibilitam "correr atrás dos meus sonhos".

Aos meus pais, promotores primordiais de todo o meu desenvolvimento. Pelo exemplo, valores, amor e apoio incondicionais que demonstram.

Aos meus filhos, pela alegria, abraços e beijos infindáveis recebidos em todos os momentos, em particular, nos mais angustiantes e desafiadores.

Resumo

Vários estudos têm sido realizados relacionando a vinculação na idade adulta, o estabelecimento de relações íntimas e exploração, nomeadamente em contexto laboral (e.g.: Coy, Green, & Davis, 2012; Feeney & Thrush, 2010; Feeney & Van Vleet, 2010; Richards & Schat, 2011; Wu & Yang, 2012), não explorando outros específicos, como é exemplo a expatriação (Feeney & Thrush, 2010; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). É objetivo deste estudo perceber em que medida a representação da vinculação na idade adulta se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, e a capacidade de exploração com foco na experiência de expatriação de um dos seus elementos. Os participantes do estudo foram um casal com idades entre 32 e 36 anos, que mantém uma relação íntima há 6 anos e o tempo de separação devido à expatriação de 3 anos. Foram utilizados instrumentos de cariz representacional, com recurso à AAI e IRI, para avaliar a representação da relação na infância e na relação íntima atual, e a entrevista de exploração AEI, para avaliar comportamentos de cariz exploratório. Os resultados indicam que a representação segura da vinculação, favorece relações íntimas mais positivas e integradas, assim como uma maior predisposição para explorar.

Palavras-chave: Teoria da Vinculação; Vinculação no Adulto; Prestação de Cuidados; Relações Íntimas; Exploração no adulto

Abstract

Several studies have been conducted related to Adult Attachment, the establishing of close relationships and exploration, particularly in labour context (e.g.: Coy, Green, & Davis, 2012; Feeney & Thrush, 2010; Feeney & Van Vleet, 2010; Richards & Schat, 2011; Wu & Yang, 2012), but not scanning other specific contexts, as exemplified by the expatriation (Feeney & Thrush, 2010; van Eecke, Chope & Emmelkamp, 2005). It is the aim of this study to realize to what extent the representation of Adult Attachment is related to the representation of close relationships, of loving nature, and the capacity of operation with a focus on expatriation experience of one of the elements. The participants in the study were a couple aged among 32 and 36, who has maintained a close relationship for 6 years and the time of separation due to expatriation for three years. It was used representational instruments, using the AAI and IRI to assess the representation of the relationship in childhood and current close relationship, and AEI exploration interview to assess exploratory context behaviours. The results indicate that the secure representation of the attachment, promotes more positive and integrated intimate relationships, as well as a greater propensity to explore.

Keywords: Attachment Theory; Adult Attachment; Caregiving; Intimate Relationships; Adults Exploration

Índice

Dedicatória	i
Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract	iv
Índice	v
Índice de Tabelas.....	vi
Lista de Anexos	vii
Lista de Abreviaturas	viii
Introdução	1
Enquadramento Teórico	2
Método	11
Participantes	12
Instrumentos	12
Procedimento de Recolha de Dados	14
Procedimento de Análise de Dados	15
Resultados	16
Apresentação de Resultados	16
Discussão de Resultados.....	25
Conclusões	29
Principais conclusões do estudo	29
Limitações e Propostas de Investigação Futura	30
Referências Bibliográficas	31
Anexos	38

Lista de Tabelas

Tabela 1

Resultados da IRI por Escalas	17
-------------------------------------	----

Lista de Anexos

Anexo 1

Ficha de Caracterização Sociodemográfica39

Anexo 2

Declaração de Consentimento40

Anexo 3

Sistema de Categorias Geral41

Lista de Abreviaturas

AAI - Adult Attachment Interview

AEI – Adult Exploration Interview

IRI – Intimate Relationship Interview

MID – Modelo Interno Dinâmico

VS - Versus

UR – Unidades de registo

Introdução

O presente estudo resulta de um trabalho de investigação que integra como dimensões de análise Vinculação na idade adulta, em particular no âmbito das relações de intimidade e a exploração, refletida na experiência profissional de expatriação. É objetivo deste estudo compreender o modo como cada elemento da díade conjugal representa as suas relações significativas ao longo do desenvolvimento e a sua relação atual, considerando a experiência de expatriação de um dos seus elementos.

Atualmente a Teoria da Vinculação é amplamente utilizada como principal quadro conceptual no estudo dos processos de procura e prestação de cuidados no estabelecimento de relações de intimidade nos adultos (Coy, Green & Davis, 2012; Feeney & Thrush, 2010; Lima, 2009), nomeadamente porque permite compreender o suporte social como um processo diádico que envolve dois subsistemas (o de vinculação e o de prestação de cuidados), porque salienta a importância do suporte e prestação de cuidados no desenvolvimento de segurança e confiança nas relações de intimidade e, finalmente, porque permite identificar diferenças individuais na organização da vinculação que podem influenciar a natureza e qualidade de interação nas relações de intimidade (Collins & Feeney, 2000). Assenta numa perspetiva desenvolvimental que incorpora diferentes contextos (desde as relações familiares, às relações amorosas e as de amizade) integrando, em simultâneo, continuidade e mudança das representações mentais que resultam da interação dos diferentes contextos de vinculação e dos seus sistemas comportamentais (Fonseca, Soares, & Martins, 2006). A perceção de segurança (base segura), a responsividade e disponibilidade são fatores que determinam a ativação (ou não) do sistema de vinculação, que funciona em complemento ao sistema comportamental de exploração (Bowlby, 1973), determinantes para o estabelecimento de confiança e segurança necessárias para impulsionar a exploração fora do âmbito da relação de vinculação possibilitando, por isso, crescimento pessoal e social (Coy, Green, & Davis, 2012; Wu & Yang, 2012).

Vários estudos têm sido realizados com foco na vinculação na idade adulta, relacionando o estabelecimento de relações íntimas e exploração (nomeadamente em contexto laboral) (e.g.: Coy, Green, & Davis, 2012; Eliot & Reis, 2003; Feeney & Thrush, 2010; Feeney & Van Vleet, 2010; Hazan & Shaver, 1990; Richards & Schat,

2011; Wu & Yang, 2012), mas muito poucos se têm centrado na representação da vinculação associada a contextos específicos de exploração como é exemplo a expatriação, que pode permitir, entre outros, alcançar objetivos profissionais e de desenvolvimento individual (Feeney & Thrush, 2010; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). Neste sentido, é objetivo deste estudo perceber em que medida a representação da vinculação na idade adulta se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, e a capacidade de exploração, com foco na experiência de expatriação de um dos seus elementos.



Nas últimas três décadas, a Teoria da Vinculação de Bowlby (1969/82, 1973), tem sido considerada como referencial teórico de excelência para o estudo das relações de intimidade na idade adulta (Lima, Vieira & Soares, 2006). Embora originalmente esta teoria se tenha focado na infância através da relação bebé/criança - cuidador, o seu autor reconheceu a importância de estudar e expandir os processos de vinculação a outras fases desenvolvimentais do ciclo de vida, em especial a fase adulta (Hazan & Shaver, 1987) e, em particular, ao estabelecimento de relações de intimidade (Collins & Feeney, 2000), corroborando a sua tese de que “*attachment behavior is held to characterize human beings from the cradle to the grave*” (Bowlby, 1977, p. 201).

Segundo Bowlby, o sistema comportamental da vinculação faz parte do equipamento biológico da espécie humana (inato) e tem como função assegurar a proteção, através da interação com outro significativo (Bartholomew & Horowitz, 1991). Neste sentido, a vinculação é definida como a tendência que os seres humanos têm de estabelecer laços afetivos com outros significativos, desenvolvendo-se desde as fases mais precoces do ciclo de vida (Bowlby, 1969/82; Bartholomew & Horowitz, 1991), podendo ser expressa de três formas: i) através do sentimento de segurança proporcionado pela figura de vinculação e o desejo de permanecer na sua companhia; ii) através da procura de proximidade a essa figura nas situações de ameaça ou perigo; e iii) através demonstração de perturbação (ansiedade/mal-estar) gerada pela separação da figura de vinculação ou pelo contentamento resultante da reaproximação dessa figura (Soares, 1996). Para a

manifestação de comportamentos de vinculação contribuem dois tipos de fatores: os relacionados com a figura vinculada (e.g.: estados de fadiga, doença, fome ou dor) e os relacionados com as condições do ambiente (e.g.: presença ou ausência de situações ameaçadoras) e localização da figura de vinculação (acessibilidade e disponibilidade) (Soares, 2009). A relação de vinculação encontra-se, assim, centrada na regulação de segurança estabelecida entre uma figura vinculada que procura proteção e uma figura de vinculação que por ser mais forte e capaz de se confrontar com o mundo oferece cuidados, conforto, segurança e ajuda, sempre que solicitada (Bolwby, 1969).

Um contributo importante à Teoria da Vinculação foi dado por Ainsworth, Blehar e Waters, em 1978, cujos estudos se basearam nas diferenças individuais da organização da vinculação (Collins & Read, 1990). Através da observação da interação entre crianças e os seus cuidadores, denominada de “*Strange Situation*”, foi possível identificar diferentes padrões de vinculação associados à prestação de cuidados e responsividade da figura de vinculação, nomeadamente: seguro, inseguro evitante e inseguro ansioso/ambivalente (Collins & Feeney, 2000). Segundo Ainsworth, no padrão de vinculação seguro a disponibilidade, proteção e cuidado prestados pelo cuidador são considerados pelo bebé/criança como uma base segura, favorecendo, por isso, comportamentos de exploração (Canavarro, Dias & Lima, 2006), permitindo perceber-se a si próprio (*self*) e aos outros como confiantes (van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). Já nos padrões de vinculação inseguros (evitante e ansioso/ambivalente) a rejeição, inconsistência e indisponibilidade do cuidador em relação aos comportamentos de vinculação do bebé/criança, gera neste um aumento de sensibilidade ao medo ou à raiva (Soares, Martins & Tereno, 2009; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005) e dificuldades na exploração do meio (Veiga-Correia, 2012). Uma vez que as necessidades de segurança e proteção são ignoradas, rejeitadas ou desaprovadas e, conseqüentemente, não é prestado apoio em particular nas situações adversas (não perceção de base segura), o bebé/criança tende a dissociar-se da fonte de ansiedade (cuidador), explorando o meio de forma ansiosa e desorganizada, dada a incerteza relativa à disponibilidade do cuidador (Elliot & Reis, 2003; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005).

A Teoria da Vinculação sugere que desde as fases de desenvolvimento mais precoces os bebês/crianças formam representações mentais (modelos internos dinâmicos) decorrentes do padrão de prestação de cuidados que lhe são dedicados (Simpson, Winterheld, Rholes & Oriña, 2007; Waters, Hamilton & Weinfield, 2000). Com base nessas representações são criadas expectativas sobre o próprio (*self*), os outros e o mundo, que influenciarão a competência social e bem-estar (Collins & Read, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) e servirão de orientação do funcionamento interpessoal, favorecendo o estabelecimento de outras relações íntimas ao longo da vida (Collins & Feeney, 2000; Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009; Crowell, Treboux, Gao, Pan, Fyffe & Waters, 2002). Mas, se inicialmente estas representações permitem interpretar e prever o comportamento da figura de vinculação, ao longo do desenvolvimento servirão de guia para a interpretação de experiências e gestão de futuros comportamentos de vinculação (Waters, Hamilton & Weinfield, 2000), assim como de construção do mundo social (Collins, 1996).

Paralelamente ao que acontece na infância, o bem-estar emocional do adulto depende da acessibilidade da figura de vinculação que serve de base segura confiável sempre que esta seja necessária (Sibley & Liu, 2006), sendo apenas ativadas as funções básicas do sistema de vinculação quando a segurança é posta em causa (e.g.: eventos stressantes ou ameaçadores) e o apoio e responsividade de outro significativo seja desejado e procurado (Collins & Feeney, 2000). Deste modo, os comportamentos de procura de conforto e de prestação de cuidados são vistos como manifestação do sistema comportamental de vinculação na idade adulta (Collins & Feeney, 2000), assim como a percepção de segurança, a ansiedade perante ameaça de separação e a dor pela possibilidade de perda (Collins & Feeney, 2000; Fonseca, Soares & Martins, 2006). Neste sentido, o sistema de vinculação quando ativado na idade adulta promove comportamentos funcionalmente similares aos que ocorrem nas fases mais precoces, cujo objetivo é estabelecer vínculos emocionais duradouros (Morgan & Shaver, 1999).

Os autores Hazan e Shaver (1987) foram os pioneiros a propor o amor romântico como um processo de vinculação, uma vez que consideravam que os vínculos estabelecidos por adultos apaixonados replicavam os vínculos afetivos existentes entre as crianças e os seus cuidadores (Tim & Keily, 2011). Portanto, a

vinculação na idade adulta é habitualmente orientada para uma figura com quem existe uma relação de natureza sexual transpondo, desse modo, a vinculação para o patamar das experiências românticas (Collins & Read, 1990) e para o desenvolvimento da intimidade (Cassidy, 2001). O outro significativo não precisa ser apenas uma figura de proteção, mas essencialmente ser capaz de promover a autonomia, companheirismo, sentimentos de competência, partilha de interesses, aliança e assistência, focando-se no papel de reciprocidade que a relação de intimidade/romântica na idade adulta impõe (Crowell & Treboux, 1995).

Mas se na infância os processos de avaliação se focam na organização da vinculação ao nível comportamental, na idade adulta a complexidade das tarefas desenvolvimentais obriga à integração de outros sistemas (sexual e de prestação de cuidados) aos já existentes sistemas de vinculação e exploração (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009). Surge, assim, a necessidade de ir para além da observação do comportamento e integrar o domínio representacional, abrindo espaço ao desenvolvimento de diferentes métodos de avaliação, assentes em diferentes tradições conceptuais (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009).

Ao longo dos anos 80, vários estudos surgiram no contexto de relações íntimas, cujo foco se prendia com a organização da vinculação nos adultos, tendo por base a Teoria da Vinculação de Bowlby e os estudos de Ainsworth e colaboradores (Bartholomew & Shaver, 1998). Destacaram-se duas linhas de investigação com correntes metodológicas distintas: uma integrada numa perspetiva desenvolvimental, com foco ao nível representacional das experiências de vinculação precoces e a sua influência nas trajetórias individuais, e outra mais focada na aplicação da Teoria da Vinculação ao estudo dos processos de personalidade e das relações interpessoais, integrada numa perspetiva social e da personalidade (Bartholomew & Shaver, 1998; Lima, Vieira & Soares, 2006; Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009).

A corrente de investigação desenvolvida ao nível representacional, por Main e colaboradores, em 1985, propôs-se avaliar, por um lado, a representação da vinculação relativa às figuras de vinculação na infância, adolescência e idade adulta e, por outro, a representação da vinculação ao nível da relação de intimidade estabelecida entre o casal (Bartholomew & Shaver, 1998; Lima, 2009; Waters & Cummings, 2000). Para tal, George, Kaplan e Main (1984-1988) desenvolveram a

Adult Attachment Interview (AAI), com objetivo de avaliar a representação da vinculação relativa às figuras de vinculação ao longo de todo o desenvolvimento (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009). A AAI valoriza a descrição das experiências, a linguagem utilizada e a forma como as experiências são integradas dentro de um significado coerente, permitindo identificar um de três padrões de organização de vinculação semelhantes aos identificados pelos trabalhos de Ainsworth e colaboradores: seguro/autônomo; inseguro/preocupado ou emaranhado; inseguro/desligado. Um quarto padrão foi posteriormente incluído, designado de “*unresolved*” - não resolvido/desorganizado, relacionado com perdas ou situações traumáticas de abuso (Bartholomew & Shaver, 1998; Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009; Lima, Vieira & Soares, 2006).

A segunda linha de investigação, desenvolvida por Hazan e Shaver (1987), que assenta numa perspetiva social, recorre a medidas de autorrelato, que exploram as diferenças individuais na perceção geral de prestação e procura de cuidados (Collins & Feeney, 2000), através do qual cada indivíduo é convidado a identificar a descrição baseada na organização da vinculação de Ainsworth (seguro, evitante ou ansioso) que melhor caracteriza os seus sentimentos (Collins & Read, 1990).

De facto, as linhas de investigação derivam de diferentes subculturas disciplinares, com métodos de avaliação distintos. Porém, ambas se focam nas diferenças individuais e na classificação de indivíduos segundo padrões de organização de vinculação (Soares, 2009). Contudo, incorporar a dimensão representacional nos processos de avaliação torna-se essencial, uma vez que realça a importância das relações precoces no desenvolvimento e comportamentos subsequentes, permite aceder à experiência subjetiva dos indivíduos e à influência desta nos comportamentos, assim como perceber como é ativado o sistema de vinculação e as possíveis respostas futuras, para além de permitir perceber como se estabelecem e mantêm vínculos ao longo do ciclo de vida (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009; Feeney & Van Vleet, 2010).

Para os autores Crowell e Treboux (1995) as relações de vinculação na idade adulta assentam na reciprocidade e simetria resultante da interação nas relações românticas, bem como num balanceamento flexível e contínuo de procurar e prover segurança e conforto, permitindo a exploração “dentro” e para “além” da relação. Recorrer a uma base segura (sempre que necessário) e ao mesmo tempo constituir-

se perante o outro como tal, confirma a percepção e experiência de segurança, pertença e partilha, essenciais ao estabelecimento de intimidade (Cassidy, 2001; Crowell et al., 2002). Para Cassidy, “*intimacy is making one’s innermost known, sharing one’s core, one’s truth, one’s heart, with another, and accepting, tolerating the core, the truth, of another*” (2001, p.122), considerando serem precisas quatro capacidades para o seu estabelecimento: i) a capacidade de procurar cuidados (sistema comportamental da vinculação); ii) a capacidade de prestar cuidados (disponibilidade, sensibilidade e responsividade); iii) o conforto com a autonomia (capacidade de explorar decorrente da percepção de base segura) e; iv) a capacidade para negociar proximidade (processo colaborativo de tomada de decisões e de resolução de conflitos) (Cassidy, 2001; Lima, 2009; Vieira, 2008). Deste modo, a avaliação da qualidade da representação da relação íntima não deve estar apenas centrada ao nível dos componentes específicos de vinculação (base segura e prestação de cuidados), mas incluir dimensões mais gerais como a comunicação assertiva e a capacidade de resolução de problemas (Collins & Feeney, 2000; Collins & Read, 1990; Crowell et al., 2002; Lima, Dias & Amorim, 2014; Lima, Soares, Vieira & Collins, 2005).

Segundo Bowlby, os indivíduos nascem equipados com um conjunto de sistemas comportamentais interligados: vinculação - prestação de cuidados (“*caregiving*”) – exploração (Coy, Green & Davis, 2012). Neste sentido, a exploração encontra-se diretamente relacionada com o desenvolvimento de relações emocionais significativas, que ao serem capazes de disponibilizar, sempre que solicitada, uma resposta adequada (qualidade) e ajustada (tempo), se constituem como base segura que promove comportamentos de exploração, crescimento emocional e social (Feeney & Van Vleet, 2010). Os sistemas de vinculação e de exploração são, por isso, considerados complementares (Coy, Green & Davis, 2012). Mas, o conceito de base segura não é apenas o constructo que melhor conceptualiza a vinculação na infância e na idade adulta, é também o que melhor explica o que há em comum na vinculação ao longo do ciclo de vida (Waters, Merrick, Treboux, Crowell & Albersheim, 2000), tendo por base três pressupostos essenciais: disponibilidade, não intrusividade e estímulo à exploração (Feeney & Van Vleet, 2010).

De acordo com o modelo de Mikulincer e Shaver (2001), perceber o outro significativo como responsivo, atento e disponível (sistema de prestação cuidados medianamente ativado) e o ambiente tranquilo, proporciona experiências subjetivas de segurança (desativação do sistema de vinculação), que promovem a adoção de estratégias de base segura e reduzem a percepção de ameaça, permitindo ao adulto desenvolver atividades exploratórias fora do âmbito da relação de vinculação (ativação do sistema de exploração) (Coy, Green & Davis, 2012; Veiga-Correia, 2012), como é exemplo a expatriação. Portanto, a organização de vinculação, a par da percepção de uma base segura, afeta diretamente a capacidade de explorar, resultando como protótipo que influenciará as relações ao longo do ciclo desenvolvimental (Feeney & Thrush, 2010; Hazan & Shaver, 1990; Wu & Yang, 2012). Com base neste pressuposto foram realizados ao longo dos últimos anos, vários estudos que pretendiam avaliar a relação entre os sistemas de vinculação e de exploração na idade adulta, tendo por base os padrões de vinculação identificados por Ainsworth e colaboradores, operacionalizando a exploração como atividade laboral ou de lazer.

Nos estudos de Hazan e Shaver (1990), Green e Campbell (2000) e Elliot e Reis (2000), os indivíduos avaliados com vinculação segura apresentavam maior predisposição para explorar, assim como maior nível de motivação para encetar novas e mais diversificadas experiências (quer em contexto laboral, social ou de lazer). Já os indivíduos com vinculação ansiosa ou evitante/ambivalente apresentavam níveis de exploração baixos, assim como pouca vontade em explorar. Outros estudos (e.g.: Feeney & Thrush, 2010; Feeney, 2004; Wu & Yang, 2012) sugerem existir também uma correlação positiva entre capacidade de explorar e a percepção de suporte social (obter apoio e ajuda de outro(s) quando necessário), considerando-os como ingredientes importantes para o estabelecimento de base segura. Indivíduos com vinculação ansiosa ou evitante/ambivalente tendem a receber e perceber menos disponibilidade do par romântico e indivíduos com vinculação evitante/ambivalente tendem a receber menos apoio e encorajamento para a exploração (Feeney & Thrush, 2010). Os autores Wu e Yang (2012) nos seus estudos sugerem que o nível de apoio social recebido e percebido é influenciado pela existência de diferenças individuais nos padrões de vinculação dos indivíduos. O estudo longitudinal desenvolvido por Feeney e Thrush (2010) indica que a

disponibilização de apoio emocional e físico (quando necessário), a não intrusividade (permitindo a exploração) e promoção e apoio à exploração são fatores essenciais à manutenção dos níveis de exploração, assim como os modelos representacionais de vinculação moldados pelas diferentes experiências e em particular as mais precoces.

Embora o desejo de proximidade em relação a outros significativos e ao ambiente familiar faça parte da evolução e características humanas, como aliás é defendido por Bowlby “*There is a marked tendency for humans, like animals of other species, to remain in a particular and familiar local and in the company of particular and familiar people*” (1973, p. 147), a exploração é vista como processo normativo de separação voluntário e como sinal de vinculação segura (van Ecke, 2005; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). Neste sentido, a experiência de expatriação, assim como a emigração, podem ser analisadas sob a perspectiva de exploração defendida pela Teoria da Vinculação, uma vez que deixar o país de origem pode ser interpretado como exploração do meio (van Ecke, 2005). Conforme referido, o sistema de exploração funciona em complementaridade ao de vinculação e os indivíduos exploram com base na percepção de base segura, capaz de providenciar apoio e segurança sempre que solicitado (Feeney & Van Vleet, 2010). Porém, existe um grupo de trabalhadores - os expatriados e emigrantes, que parecem quebrar esta moldura conceptual, na medida em que esta experiência exige uma separação relativamente ao país, cultura e elementos familiares significativos, ainda que tenha sido sustentada por uma decisão voluntária (van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). Para alguns autores (e.g.: van Ecke, 2005; van Ecke, 2007; van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005), os expatriados, assim como os emigrantes, têm muitas vezes a dificuldade em gerir o entusiasmo de uma nova oportunidade em contrapartida da perda de proximidade de pessoas significativas, do seu ambiente cultural e social, bem como de datas significativas e até da responsabilidade familiar. Nesta perspectiva a decisão de expatriação pode estar associada à experiência de separação, perda pessoal e até de experiência traumática, uma vez que exige separação geográfica e física e reestruturação da relação com a(s) figura(s) de vinculação significativa(s) (van Ecke, 2005).

Esta experiência tem vindo a verificar-se com mais frequência desde os anos 80, decorrente da globalização dos mercados e do desenvolvimento tecnológico. De

modo a que as organizações possam competir eficazmente nos mercados globais, foram criadas novas formas de trabalho e mobilidade económica que originaram, conseqüentemente, uma mudança drástica no mundo dos negócios (Altman & Baruch, 2012; Ferraz, 2011). A exigência de flexibilidade e eficácia imposta às organizações obrigou à criação e/ou deslocalização de estruturas e meios mais ajustados às rápidas mudanças, proporcionando em contrapartida melhores condições económicas e financeiras e/ou desenvolvimento pessoal e profissional (Daft & Lewin, 1993). As grandes alterações económicas globais criaram oportunidades de trabalho em diferentes países favorecendo, por um lado, os movimentos migratórios e por outro, a criação de um novo grupo de trabalhadores – os expatriados. Tratam-se de profissionais qualificados pertencentes a uma organização cuja nacionalidade, cultura e hábitos diferem do país onde se encontram destacados para trabalhar e viver, por um período mínimo de dois anos (Ferraz, 2011; Homen & Dellagnelo, 2006). A deslocalização/expatriação de mão-de-obra qualificada passou a ser vista, embora dentro de um período temporal curto, como oportunidade e estímulo à progressão na carreira ou de salário atrativo e, não tanto, como necessidade económica e financeira dos indivíduos, associada muitas vezes à decisão de emigrar (Camara, 2008; Ferraz, 2011). Mas se os expatriados buscam, na maioria dos casos, progressão na carreira, salários atrativos e desenvolvimento pessoal, associado a cargos e habilitações literárias superiores, os emigrantes sustentam a sua decisão em aspetos económicos (pobreza, fome, opressão), optando por emigrar como forma de sobrevivência ou em busca de uma vida melhor, verificando-se na maioria dos casos um nível de escolaridade baixo (van Ecke, 2005). Em ambos os casos (expatriação e emigração), o contacto com novas culturas obriga a um processo de ajustamento múltiplo (local de trabalho, tipo de organização, contexto cultural), à necessidade de aculturação (linguagem, hábitos e costumes) e à gestão da presença/ausência da família e das relações significativas (Costa, 2008; Takeuchi, 2010).

Os estudos de van Ecke, Chope e Emmelkamp (2005) encontraram relação significativa entre o tipo organização de vinculação e decisão de emigrar, reforçando a ideia de Hazan e Shaver (1990), de que o trabalho é o maior motivador para os indivíduos caracterizados com um padrão de vinculação inseguro/desligado. Contudo, outros estudos vieram reforçar a ideia de que a decisão de emigrar se

deve a um conjunto de circunstâncias ou decisões, não estando diretamente relacionado com o padrão de organização da vinculação (van Ecke, Chope & Emmelkamp, 2005). Os estudos de Boneva e Frieze (2001) e Frieze e colaboradores (2004) constataram que os indivíduos que pretendem emigrar têm tendencialmente uma maior motivação e capacidade de atingir objetivos, são mais orientados para o trabalho e menos centrados na família, do que aqueles que não pretendem emigrar. Estas características são também encontradas nos indivíduos caracterizados com organização da vinculação inseguro/desligado nos estudos que recorrem à AAI - Adult Attachment Interview, de George, Kaplan e Main (1984-1988).

Embora seja vasto o número de estudos desenvolvidos em torno da Teoria da Vinculação na idade adulta, nomeadamente ao nível da organização da vinculação e da exploração, seja ela de cariz profissional, social ou de lazer, poucos estudos têm tido a oportunidade de se focar nos aspetos representacionais da vinculação e raros os que relacionam as representações da vinculação com a experiência de exploração tão particular como é a de expatriação (van Ecke 2005; van Ecke, 2007). Paralelamente, os estudos que focam a experiência da expatriação exploram este fenómeno em torno de uma visão economicista, desconsiderando os fatores psicológicos, pessoais e, em particular, no âmbito das relações de intimidade. É neste sentido que se realça e fundamenta a pertinência deste estudo.

Método

O principal objetivo do estudo é perceber em que medida a representação da vinculação na idade adulta se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, e a capacidade de exploração com foco na experiência de expatriação de um dos elementos. Segue uma metodologia de investigação qualitativa, de natureza dedutiva de descrição e interpretação de fenómenos, não obstante ter recorrido à análise quantitativa com recurso à avaliação *Q-Short* da AAI (Kobak, 1993 cit. in Lima, 2009). Esta abordagem permite destacar a qualidade e textura das experiências, visando a subjetividade e singularidade dos indivíduos e das suas experiências (Denzin & Lincoln, 1994; Willig, 2013), através das quais se pretende dar resposta aos seguintes objetivos específicos:

1. Analisar o modo como a organização da vinculação na infância se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, na idade adulta;
2. Examinar a relação entre organização da vinculação e comportamentos de exploração, com foco na experiência de expatriação.
3. Analisar o modo como a representação da relação íntima se associa a comportamentos de exploração, com foco na experiência de expatriação.

Participantes

Foram definidos como critérios de inclusão indivíduos heterossexuais, com mínimo de 25 anos de idade, envolvidos numa relação íntima de cariz amoroso há pelo menos 2 anos [por se considerar esse o período de tempo necessário à estabilização de uma relação de vinculação e para que o parceiro de constitua como principal figura de vinculação (Hazan & Shaver, 1994)] e tempo de coabitação mínimo de 6 meses, antes da expatriação de um dos elementos do casal.

Esta investigação consiste num estudo de caso. Os participantes deste estudo formam uma díade heterossexual, com idades compreendidas entre os 32 e os 36 anos de idade. Possuem licenciatura e doutoramento como habilitações literárias e integram profissionalmente quadros superiores, profissões intelectuais e científicas, com base na Classificação Nacional das Profissões. Mantêm uma relação íntima há 6 anos, 5 dos quais em união de facto, tendo coabitado durante um ano antes de ocorrer a expatriação do elemento masculino. O tempo de separação devido à expatriação é de 3 anos. Existe um filho menor desta relação, com 14 meses de idade.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados neste estudo são descritos conforme a ordem da sua utilização.

1. Dados sociodemográficos

Trata-se de um questionário de preenchimento breve, utilizado com intuito de recolher informações relativas a variáveis sociodemográficas de cada elemento da

díade (idade, estado civil, habilitações literárias, profissão) e a características da relação (tempo total da relação, tempo de coabitação, tipo de relação, tempo de expatriação e existência de filhos). (ver Anexo 1)

2. Organização de vinculação

A *Adult Attachment Interview* (AAI), desenvolvida por George, Kaplan e Main (1984-1988), é uma entrevista clínica semiestruturada, de natureza biográfica. Contempla 20 questões abertas invocando, inicialmente, memórias de experiências passadas com figuras de vinculação (resumo breve da história familiar, atribuição de cinco adjetivos caracterizadores da relação com os pais, sustentados por episódios específicos para cada uma das figuras parentais, ou de quem os tenha substituído), sendo, posteriormente, abordadas situações mais específicas ou críticas da relação de vinculação (problemas, dificuldades pessoais, acidentes, separações, ameaças de abandono, situações de rejeição pelas figuras de vinculação, castigos, maus-tratos e perdas de figuras significativas). No final da entrevista, são abordadas relações com outros significativos e a relação atual com os pais. Cada tema reporta para uma análise ao nível semântico e episódico, convidando à recordação de episódios/acontecimentos representativos mas, também, à avaliação do impacto dessas experiências no desenvolvimento da personalidade e das relações de vinculação (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009; Jongenelen, Soares, Grossmann & Martins, 2006). Foi utilizada a versão portuguesa desenvolvida por Soares e colaboradores (1996, cit. in Lima, 2009).

3. Representação da relação íntima

A *Intimate Relationship Interview* (IRI), desenvolvida por Lima, Soares, Vieira e Collins (2005), é uma entrevista semiestruturada que permite avaliar a representação da relação íntima de cada elemento do casal, salientando cinco dimensões consideradas essenciais no contexto das relações íntimas, nomeadamente: Regulação Emocional (positiva e negativa), Intimidade Sexual, Capacidade de Proporcionar e Procurar Cuidados e Desenvolvimento Pessoal *versus* Desenvolvimento da Relação (Lima, 2009; Lima, Vieira & Soares, 2006; Vieira, 2008). A entrevista foca-se na i) na avaliação da influência das figuras de

vinculação (na infância e ao longo do desenvolvimento) na relação íntima atual, ii) na exploração do padrão de interação ao nível da procura e prestação de cuidados (na relação ou relacionadas com contexto laboral ou de amizade); iii) na regulação de proximidade e distância relativa ao outro (contacto físico, envolvimento sexual, comunicação e desejo) e, iv) a avaliação da satisfação, expectativas e aprendizagens associadas à relação (crescimento pessoal, autonomia (Lima, 2009; Soares, 2009). A qualidade da organização da experiência é avaliada através da Escala de Idealização (perceção de si, dos outros, de si na relação e da relação *versus* episódios representativos desses aspetos) e da Escala de Coerência (precisão, clareza no discurso).

4. Sistema de exploração

A *Adult Exploration Interview* (AEI), desenvolvida por Dias, Lima, Fonseca e Moura (2013), é uma entrevista semiestruturada que foca a sua análise no sistema de exploração considerado na literatura como complementar ao sistema de vinculação (Bowlby 1969/82). Pretende avaliar o modo como são percecionadas experiências ocorridas ao longo da história desenvolvimental, bem como exploração de novos contextos, nas dimensões: profissional, relacional, interpessoal e perceção de si.

Procedimentos de Recolha de Dados

Os participantes foram seleccionados através de contactos informais, segundo formato de conveniência. As entrevistas foram administradas individualmente, em dezembro de 2015, na casa dos participantes por indicação destes. As entrevistas foram audiogravadas e transcritas para cotação e análise. Inicialmente foram feitos contactos telefónicos para a apresentação dos objetivos do estudo e indagados da disponibilidade em participar. Previamente à realização das entrevistas foi-lhes entregue a Declaração de Consentimento, assegurando confidencialidade e participação voluntária (ver anexo 2) e pedido o preenchimento da Ficha de Caracterização Sociodemográfica.

Procedimentos de Análise de Dados

O método de análise e classificação da **AAI** utilizado foi o Adult Attachment Q-Sort (Kobak, 1993 cit. in Lima, 2009), baseado no sistema de classificação da AAI desenvolvido por Main e Goldwyn (1984-1998), que compreende um conjunto de 100 itens (Q-Set), para avaliar os modelos internos dinâmicos (MID) dos participantes referentes ao *self*, às figuras parentais, regulação de emoções e processamento da informação (Kobak, 1993 cit. in Jongenelen, Soares, Grossmann & Martins, 2006). Este método de cotação permite avaliar de forma contínua o recurso a estratégias de segurança *versus* insegurança e estratégias de desativação *versus* hiperativação, correlacionadas com os padrões seguro, desligado e preocupado, decorrente da ativação de uma destas estratégias (Lima, 2009). Após transcrição integral das AAI's, cada entrevista foi cotada de forma independente por pares de juízes formados pelo método *Q-Sort*, tendo sido obtido para o elemento feminino um acordo inter-juízes de .80 (fórmula de Spearman-Brown) e para o elemento masculino .91 (fórmula de Spearman-Brown), tendo sido necessário, neste caso, recorrer a terceiro juiz.

A avaliação e cotação da **IRI** foi organizada em dois eixos. Um primeiro eixo relacionado com as escalas de Integração de Afeto Positivo e Negativo, Intimidade Sexual, Capacidade de Proporcionar e Procurar Cuidados e Desenvolvimento Individual *versus* Desenvolvimento da Relação, e um segundo eixo relativo à avaliação da qualidade de organização da experiência, através das escalas de Coerência e Idealização. A cotação das IRI's, após a sua transcrição integral, foi assegurada por dois juízes independentes, formados no método de avaliação, tendo sido obtido um coeficiente de correlação intraclasse de .85 para o elemento masculino e .80 para o elemento feminino.

Após transcrição integral das **AEI's**, o material foi sujeito a análise de conteúdo. Foram criadas categorias *a priori*, orientadas pelos temas fulcrais da entrevista, que permitiram reunir um grupo de unidades de registo por diferenciação que foram, seguidamente, reagrupados por género (Bardin, 2004). Foram criadas as seguintes categorias *a priori*: “Perceção de Si”; “Relacionamento Interpessoal”; “Relação com o trabalho”; “Relação com o Lazer”; e “Relação com Exploração na Infância”, tendo

sido criadas, em seguida e indutivamente, subcategorias até 3 níveis, para cada uma das categorias descritas. (ver anexo 3)

Resultados

Tendo por base os procedimentos descritos, apresentam-se os resultados, pela ordem de utilização dos instrumentos e objetivos definidos.

1. **AAI (Adult Attachment Interview)**

Os resultados da avaliação da representação da vinculação na infância são apresentados separadamente para cada um dos participantes.

A cotação da **AAI** permite classificar o elemento masculino enquanto **seguro**, apresentando qualidade na descrição das experiências na infância, através de uma narrativa fundamentada, credível e organizada (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009). Na descrição da sua história pessoal valoriza não só as relações e apoio positivo recebido por parte das figuras de vinculação mas, também, a disponibilidade, responsividade, proteção e cuidados prestados ao longo do seu desenvolvimento (i.e.: “... *para além de toda a atenção e carinho que ela nos prestava, dentro dos limites sempre tentando sempre satisfazer os caprichos dos filhos, recordo-me que nesse ano, em que a empresa teve pior, se calhar aqui um episódio específico que tanto serve carinhoso como para a situação de protetora, foi precisamente nesta altura de Natal, em que ela esforçou-se imenso por nos colocar um presente, um a cada um, quando nós pensávamos que não íamos ter nada.*”).

De seguida, apresentam-se os resultados da avaliação da representação da vinculação na infância, para o elemento feminino.

A cotação da **AAI** permitiu classificar o elemento feminino enquanto **desligado**, fazendo pouca referência à sua história pessoal e, não obstante, apresente uma história relacional positiva, a mesma não é validada/sustentada episodicamente. Apresenta desconforto na gestão de proximidade e intimidade com as figuras de vinculação e evidencia dificuldade em confiar no outro, representando as figuras de vinculação como não responsivas ou capazes de consistentemente responder ou satisfazer as suas necessidades (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009;

Fonseca, Soares & Martins, 2006) (i.e.: “*Eu acho que havia alturas na minha infância porque eu sabia que a doença dela começou mais a acelerar-se após o parto e lembro-me que até havia alturas que até dizia: ah! se calhar até fui eu a culpada e não sei. Ou seja, tinha sempre essa culpa até que nós falávamos sobre isso. Mas lembro-me que havia sempre essas limitações e isso era triste. E sempre foi uma coisa que viveu connosco.*”)

2. IRI (*Intimate Relationship Interview*)

Os resultados da avaliação da IRI são apresentados na Tabela 1.

Tabela 1

Resultados da IRI por Escalas

Escala	Elemento Masculino		Elemento Feminino	
	Cotação	Classificação	Cotação	Classificação
Integração de Afeto (Positivo e Negativo)	4	Alto	4	Alto
Intimidade Sexual	5	Muito alto	5	Muito alto
Caregiving	4	Alto	4	Alto
Careseeking	4	Alto	3	Médio
Desenvolvimento Individual vs. Relação	4	Alto	4	Alto
Idealização	2	Baixo	1	Muito baixo
Coerência	4	Alto	4	Alto

Os resultados da **IRI**, referentes a cada escala são apresentados, de seguida, para o elemento masculino.

Na escala **Integração da Emocionalidade Positiva e Negativa**, obteve um valor alto, que se traduz numa avaliação positiva de integração da expressão de afeto positivo e negativo na relação. Reconhece os aspetos negativos e discute-os abertamente de forma emocionalmente integrada, sem que considere existir

implicações negativas para a relação e para si próprio (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“Recordo-me um caso concreto em que havia uma colega da minha empresa que estávamos os dois sozinhos colocados na Suíça, não conhecíamos mais ninguém, e durante algum tempo, enquanto não conhecíamos mais ninguém, íamos muitas vezes jantar sozinhos, algo que nunca escondia à Sónia. Sempre lhe contei e isso, causou alguma situação de desconforto na nossa relação.”*)

Na escala **Intimidade Sexual**, obtive um valor muito alto, sugerindo que o outro se constitua como base segura, providenciando segurança, suporte e proteção necessárias à relação, sendo, também, valorizadas as componentes física, proximidade, envolvimento sexual com o outro, ao nível da comunicação, satisfação e expressão de desejo (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“A partir do momento que como casal não temos tabus, havendo uma facilidade enorme de comunicar entre os dois, sem qualquer tipo de restrições ou filtros, creio que isso nos leva a atingir outros patamares, a nível de satisfação e realização.”*). Ao nível dos cuidados obtém valores altos nas escalas de **Caregiving** e **Careseeking**, indicando complementaridade na procura e prestação de cuidados, assumindo-se, por um lado, como base segura, demonstrando abertura e interesse pela vulnerabilidade do outro e proporcionando-lhe ajuda eficaz e adequada à satisfação das suas necessidades e, por outro, sendo capaz de procurar e valorizar os cuidados e conforto prestados pelo outro, uma vez que é facilmente confortado, permitindo que o seu *distress* seja sinalizado de modo congruente ao nível emocional, verbal e comportamental, ainda que o conforto não surja de imediato (i.e.: *“Tento aprofundar, perceber o que é que a preocupa, como é que posso ou não ajudar”*; *“À cerca de meio ano, tive um daqueles dias maus de trabalho, daqueles momentos em que se põe tudo em causa... e o que mais queria, nessa altura, era só estar junto da S. para poder ter aquele conforto, que normalmente tenho quando estou junto dela.”*). Na escala **Desenvolvimento Individual vs. Desenvolvimento da Relação** obtive um valor alto, indicando perceber a relação íntima que estabelece como base segura, permitindo-lhe atingir seus objetivos, necessidades e desenvolvimento pessoal, bem como, explorar o mundo fora da relação, continuando, contudo, a assegurar e promover a qualidade da relação (i.e.: *“Sem dúvida que me veio tornar um pessoa muito mais completa, uma pessoa emocionalmente mais equilibrada.”*). Na avaliação da qualidade da organização da experiência, obtive um valor baixo na escala de

Idealização, indicando que utiliza um discurso consistente, suportado por evidência episódica, assumindo os aspetos negativos sem os precisar negar ou normalizar (i.e.: *“Recordo-me que na altura cada um tinha uma opinião diferente ... cada um tinha muito bem marcada a sua posição e se, de facto, não fosse algum nível de maturidade para entender a opinião do outro e a análise de factos, creio que podia ter sido motivo para a relação não ter continuado nessa altura.”* Por contraponto, na escala de **Coerência**, obteve um valor alto, utilizando, ao longo da entrevista, um discurso claro, preciso e compreensível acerca de si, do outro e da relação, sustentado por episódios não contraditórios (i.e.: *“Eu quando estou lá fora digo sempre à S. o que é que vou fazer. Recordo-me um caso concreto, em que havia uma colega da minha empresa em que estávamos os dois sozinhos colocados na Suíça e não conhecíamos mais ninguém.”*)

Apresentam-se, de seguida, os resultados relativos à avaliação da relação íntima referente ao elemento feminino.

Na escala **Integração da Emocionalidade Positiva e Negativa**, o elemento feminino obteve um valor alto, que se traduz numa avaliação positiva de integração da expressão de afeto positivo e negativo na relação. Reconhece os aspetos negativos e discute-os abertamente de forma emocionalmente integrada, sem que considere existir implicações negativas para a relação e para si própria (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“... porque ele implica com a empregada da limpeza e ela no outro dia pôs a máquina a lavar com líquido da loiça e eu disse olha nem vou dizer nada se não vou-me chatear, mas não consigo. Nem que seja passado dois dias, eu pronto, lá tenho que contar.”*). Na escala **Intimidade Sexual**, obteve um valor muito alto, sugerindo que o outro se constitua como base segura, providenciando segurança, suporte e proteção necessárias à relação, sendo, também, valorizadas as componentes física, proximidade, envolvimento sexual com o outro, ao nível da comunicação, satisfação e expressão de desejo (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *Eu acho que acima de tudo existe uma grande cumplicidade e uma grande intimidade, o que por sua vez leva à satisfação. Mas acima de tudo é muito íntima e de muita comunicação.”*). Na escala de cuidados, obteve um valor alto **Caregiving**, indicando que a própria se assume como base segura, revelando abertura e interesse pela

vulnerabilidade do outro, proporcionando-lhe ajuda eficaz e adequada à satisfação das suas necessidades (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“Tentar ouvir só o que ele tem para dizer, porque as nossas áreas são completamente diferentes. E então eu tento só ouvi-lo.”*). Na escala **Careseeking** obteve um valor médio, que indica um padrão inconsistente de procura de cuidados, conseguindo em algumas situações expressar sentimentos e pensamentos em função da temática geradora de desconforto, porém, noutras apresenta dificuldade em manter sinais de procura de cuidados, não sendo clara em relação às expectativas de comportamento do parceiro, podendo, por isso, não ser facilmente confortada (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“Eu, lá está sempre tentei resolver as minhas coisas sozinha, quando problema não tinha diretamente a ver com ele, eu tento sempre resolvê-lo. Às vezes depois até penso, se calhar devia ter falado com ele porque dá-nos sempre uma visão diferente das situações.”*). Na escala **Desenvolvimento Individual vs. Desenvolvimento da Relação** obteve um valor alto, o que indica que percebe a sua relação íntima como promotora de desenvolvimento pessoal e base segura, permitindo-lhe atingir seus objetivos, necessidades e explorar o mundo fora da relação, assegurando e promovendo, ainda assim, a qualidade da relação (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“Acho que me ajudou a crescer, a ponderar, mas também me deu confiança, porque é uma relação que eu noto que é sólida.”* Na avaliação da qualidade da organização da experiência, obteve um valor muito baixo na escala de **Idealização**, indicando um discurso consistente, suportado por evidências episódicas, assumindo os aspetos negativos sem os precisar negar ou normalizar (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“Agora vejo que isso comigo não acontece, por exemplo, o T. está fora. É capaz de me ligar uma ou duas vezes por dia, sou capaz de saber o que ele tá fazer.”*). Por contraponto, na escala de **Coerência**, obteve um valor alto, uma vez que ao longo da entrevista utiliza um discurso claro, preciso e compreensível acerca de si, do parceiro e da relação, sustentado por episódios não contraditórios (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“... até que me lembro mais concreta, nesta fase com o miúdo e quando ele está doente e isso tudo, acaba sempre por sobrar um bocado do trabalho para mim, não é. E uma coisa que eu acho que nunca nasci, foi para a vida de doméstica, fazer de comer e tratar dessas coisas. E lembro-me que quando eu acho que isso é um problema porque ele podia fazer mais e ser mais organizado, eu discuti isso com ele uma vez, porque sei que depois passado uma semana ou duas*

semanas, ele fica muito mais organizado, muito mais colaborativo e tenta sempre mudar a postura.”).

3. AEI (*Adult Exploration Interview*)

Com base na análise de conteúdo realizada à AEI, foram criadas as categorias *a priori*: “**Percepção de Si**”; “**Relacionamento Interpessoal**”; “**Relação com o trabalho**”; “**Relação com o Lazer**”; e “**Relação com Exploração na Infância**”, com o objetivo de analisar o sistema exploratório dos participantes, ao longo do seu desenvolvimento.

Na categoria geral “**Percepção de Si**”, foram codificadas todas as unidades de registo relativas à percepção que cada participante tem da sua história desenvolvimental (subcategoria de nível 1), em particular, no modo como lidavam com novos desafios (subcategoria de nível 2), destacando os aspetos positivos e negativos (subcategorias de nível 3). Foram, também, codificadas nesta categoria geral todas as unidades de registo referentes às características pessoais dos participantes (subcategoria de nível 1) e o seu funcionamento passado e presente (subcategorias de nível 2), nomeadamente, acomodação, oposição, desinteresse, ansiedade, facilidade, interesse, ganhos/benefícios, dedicação, perdas/dificuldades e dedicação (subcategorias de nível 3).

Na categoria geral “**Relacionamento Interpessoal**”, foram codificadas todas as unidades de registo que expressam atitudes (subcategoria de nível 1) das figuras parentais e outros significativos (subcategorias de nível 2), no passado, e suas características descritas como: normalizadoras, incentivadoras, próximos, disponíveis, promotores de autonomia e disciplinadores (subcategorias de nível 3). Foram ainda codificadas nesta categoria as unidades de registo alusivas a relações de amizade (passado e presente), e no contexto de trabalho (subcategorias de nível 1), bem como as características dessas relações, descritas como: espontaneidade, partilha, desânimo, desconfiança, facilidade, importância, benefícios, perdas/dificuldades e valorizar novas amizades (subcategorias de nível 2).

Na categoria geral “**Relação com o Trabalho**” foram codificadas as unidades de registo referentes ao percurso profissional dos participantes (subcategoria de nível 1) e as suas características associadas: iniciativa/proatividade, determinação, desânimo, persistência, dedicação e realização (subcategorias de nível 2), bem

como, o modo como lidam com desafios profissionais e tarefas consideradas exigentes (subcategorias de nível 1), descritas como: desafiantes, de motivação e de dedicação (subcategorias de nível 2).

Na categoria geral “**Relação com o Lazer**”, foram codificadas todas as unidades de registo relativas ao tipo de atividades (subcategoria de nível 1), desenvolvidas por cada participante, no passado e atualmente, designadamente: catequese, música, Inglês, escuteiros, natação, futebol e atividades físicas de manutenção (subcategorias de nível 2).

Por último, na categoria geral “**Exploração na Infância**”, foram codificadas todas as unidades de registo percebidas como precursoras (ou não) da relação de exploração enquanto adulto (subcategoria de nível 1), e as suas implicações/influências, procura/aceitação de novas experiências e projetos ou objetivos futuros (subcategorias de nível 2).

Considera-se, de seguida, o modo como cada uma das categorias criadas *a priori* e *subcategorias geradas indutivamente*, são narradas por cada um dos participantes.

Através da análise do discurso, e no que se refere à categoria “**Perceção de Si**”, no período de infância e adolescência, o elemento masculino direciona o seu discurso para um balanceamento de reações emocionais positivas pela novidade (excitação e curiosidade) e negativas perante o desconhecido (ansiedade) (i.e.: “... digamos que ficava muito nervoso e excitado por ir conhecer, por estar a entrar num novo ano.”). Caracterizando-se perante essas circunstâncias como “nervoso” (i.e.: “... ia sempre muito nervoso. Acho que é mesmo a palavra que me identifica nessas situações.”). Na categoria “**Relacionamento Interpessoal**”, destaca positivamente, ao longo do seu desenvolvimento, as reações emocionais e comportamentais de apoio, incentivo e autonomia à exploração de diferentes contextos, recebido por parte das figuras de vinculação e outros significativos (avô) (i.e.: “Os meus pais tentavam sempre explicar que mais uma vez seria um novo desafio e que não havia porque estar nervoso, e que rapidamente essas situações seriam ultrapassadas com o conhecer da nova realidade.”; “O meu avô era o principal incentivador desse tipo de procura (amizades).”), dando especial ênfase ao estabelecimento de novas

amizades e a importância que estas tiveram e têm na sua vida (i.e.: “... e isso foi ultrapassado com a criação de novas amizades que fiz na altura e isso veio-se a revelar muito, muito importante.”). Refere, ainda, o potencial de crescimento emocional, pessoal e profissional que os relacionamentos interpessoais continuam a permitir-lhe (i.e.: “*Gratificantes, enriquecedoras e que me fizeram crescer muito, sem dúvida.*”). Na categoria “**Relação com o trabalho**”, salienta-se no seu discurso a proatividade, motivação e realização ao longo percurso e atividades profissionais, considerando como desafiadoras e interessantes as tarefas que avalia como exigentes (i.e.: “...*Esta oportunidade não foi uma necessidade, mas foi um desafio que eu quis colocar a mim mesmo. Não foi algo a que eu fosse obrigado por necessidade, foi algo que eu procurei e me esforcei por ter.*”; “... *por norma as mais exigentes são as mais desafiantes e as mais interessantes.*”). Na categoria “**Relação com o Lazer**”, refere a importância de se ter envolvido em diferentes atividades desportivas, na infância e adolescência, trazendo-lhe mais-valias ao nível do crescimento pessoal, disciplina e relações interpessoais (i.e.: “*Eu sempre tive uma paixão muito grande por desporto e sempre me fui envolvendo em várias atividades desportivas.*”; “... *sem dúvida, o facto de ter pertencido a um grupo, com todas as suas diferenças e o facto de ser um desporto coletivo, fez-me ganhar alguma disciplina, obrigou-me a funcionar em conjunto com os outros.*”). Por fim, na categoria “**Relação com Exploração na Infância**”, reflete positivamente sobre a importância e influência que as atividades de exploração que desenvolveu na infância, têm na sua capacidade de exploração atual e futura (i.e.: “*Gratificantes, enriquecedoras e que me fizeram crescer muito, sem dúvida, crescer e desinibir em questão a muitos aspetos da vida (exploração na infância)*”; “*Teria vontade de abraçar novos desafios profissionais, ainda que em novas realidades.*”).

De seguida, apresenta-se o modo como as categorias *a priori* e subcategorias geradas indutivamente são descritas pelo elemento feminino.

Relativamente à categoria “**Perceção de Si**”, no período de infância e adolescência, no discurso do elemento feminino, destaca-se desvalorização perante os novos desafios que lhe eram colocados (i.e.: “*Acho que sempre encarei bem, como uma etapa que tinha de ser.*”). Descreve nesse período a existência de

comportamentos de acomodação/apatia, oposição e desinteresse perante novas experiências, referindo-se negativamente à sua pouca capacidade comunicativa (i.e.: *“Eu se me deixassem em paz no meu canto acho que preferia...”*; *“Eu é que na minha própria maneira de ser, eu chegava lá e achava que não estava ali a fazer nada.”*; *“...mas acho que se eu fosse mais comunicativa, mais aventureira nesse tipo de situações, tinha tido mais sucesso.”*). Na categoria **“Relacionamento Interpessoal”**, destaca positivamente, ao longo do seu desenvolvimento, os comportamentos normalizadores, de incentivo, de proximidade, disponibilidade e de autonomia à exploração de diferentes contextos, recebido por parte das figuras de vinculação e outros significativos (amigas), refletindo sobre a sua dificuldade e desinteresse em estabelecer novas amizades, admitindo que os seus poucos comportamentos exploratórios se devem ao impulso dado pelo seu restrito círculo de amigos (i.e.: *“Porque tentamos sempre fazer como se fosse uma situação normal.”*; *“Eles sempre me proporcionaram a abertura para eu ir frequentar, por exemplo, a aula de inglês, aulas de piano, a natação, a ginástica.”*; *“Essas duas amigas minhas que eram quase como irmãs, se calhar permitiram também explorar mais coisas em conjunto e amizades que viessem de umas para as outras.”*). Caracteriza os seus relacionamentos interpessoais como de partilha e espontaneidade, mas também, de desânimo em termos de confiança e proximidade (i.e.: *“... não ia atrás de novas amizades, elas iam acontecendo.”*; *“Achava que ela era minha amiga e ela ia ser sempre minha amiga, mas depois na hora, quando foi ao contrário, não vi a amizade.”*). Na categoria **“Relação com o trabalho”**, salienta-se do seu percurso profissional a motivação por desafios profissionais mas, também, a iniciativa, a determinação, a persistência, a dedicação e o desânimo em resultado de expectativas profissionais não concretizadas. Às tarefas avaliadas como exigentes responde com dedicação (i.e.: *“... sempre tentei dar o meu melhor, nem que isso implicasse trabalhar aos fins de semana, para conseguir conciliar tudo.”*; *“... e depois não correspondeu às expectativas. Acho que fiquei frustrada (proposta pós-doc).”*). Na categoria **“Relação com o Lazer”**, refere desinteresse passado e presente em relação a diferentes atividades (catequese, escuteiros, música, Inglês e natação) entendidas como desinteressantes e uma obrigação (i.e.: *“...não gostava muito, nem de música, nem de nada disso. Acho que era tudo uma obrigação.”*). Por último, na categoria **“Relação com Exploração na Infância”**, reflete sobre a importância e influência que as atividades de exploração que não desenvolveu na infância

poderiam ter tido na sua capacidade de exploração atual e na aceitação de projetos futuros (i.e.: “... se calhar por não ter tido essas atividades todas extracurriculares, acabam por dificultar a minha exploração das situações.”; “eu acho que tenho o livro aberto... tenho recursos para os puder explorar, agora não sei é como é que os vou querer explorar e se os vou querer explorar.”).

Discussão de Resultados

Dado que objetivo do estudo é perceber em que medida a representação da vinculação na idade adulta se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, e a capacidade de exploração com foco na experiência de expatriação de um dos elementos, a discussão de resultados organiza-se com base nos objetivos específicos delineados para o estudo.

Analisar o modo como a organização da vinculação na infância se relaciona com a representação da relação íntima, de cariz amoroso, na idade adulta.

Relativamente à organização da vinculação na infância, considera-se que o elemento masculino representa as relações de vinculação na infância, enquanto seguro, resultante do padrão de respostas consistente, de proteção, conforto e disponibilidade, em particular, nas situações avaliadas como adversas (Canavarro, Dias e Lima, 2006). Deste modo, as figuras de vinculação constituem-se, para o próprio, como base segura, sendo percecionadas como sensíveis e responsivas, face aquilo que foram as suas necessidades (Fonseca, Soares & Martins, 2006). Ao longo do seu discurso são feitas várias alusões coerentes e sustentadas, ao apoio e cuidados recebidos. Segundo Collins e Feeney (2000) e Crowell et al. (2002), estas perceções permitem-lhe criar expectativas sobre si, os outros e o mundo como confiantes e disponíveis, sendo capaz de refletir sobre a influência das relações noutra relação, ao longo do seu desenvolvimento (Collins & Read, 1990) (i.e.: “*Toda a educação que me foi transmitida, ainda hoje se nota nos meus gestos do dia-a-dia, no comportamento social, no comportamento familiar*”). Estas representações (MID gerais) influenciam a sua competência social e bem-estar (Collins & Read, 1990) e orientam o seu funcionamento interpessoal, e o estabelecimento de outras relações

íntimas (MID específicos), também elas promotoras de segurança e confiança (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009). Concomitantemente, na avaliação da relação íntima atual, o elemento masculino apresenta uma visão positiva e integradora da relação, a par da representação que faz das relações na infância. Destaca o equilíbrio existente entre procura e prestação de cuidados, permitindo a exploração “dentro e para além da relação” (Cassidy, 2001; Crowell et al., 2002). A satisfação referida, também, ao nível da intimidade sexual, permite que o outro se constitua como base segura que providencia segurança, suporte e proteção necessárias à relação (Cassidy, 2001). Estas premissas confirmam a perceção e experiência de segurança, pertença e partilha, reforçando o seu MID geral.

Paralelamente, o elemento feminino representa as relações de vinculação na infância, enquanto desligado, resultante do padrão de respostas inconsistente ou indisponível e incapaz de satisfazer as suas necessidades, em particular, nas situações mais adversas (Canavarro, Dias & Lima, 2006). Apresenta, por isso, um MID geral de desconforto e desorganização relativamente a si, aos outros e ao mundo, evitando comportamentos de proximidade e intimidade com as figuras de vinculação e evidenciando dificuldade em confiar no outro, uma vez que as necessidades de segurança e proteção são ignoradas ou desvalorizadas (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009). No seu discurso faz pouca referência à sua história pessoal, apresentando dificuldade em sustentar/validar episodicamente, não obstante, apresente uma história relacional positiva. Em contraponto, representa a relação de intimidade atual (MID específico) de forma integradora e positiva, através de um discurso coerente e episodicamente validado, por comparação à representação da vinculação na infância. Perceciona a relação íntima como promotora de desenvolvimento pessoal e relacional, muito embora seja capaz discutir abertamente e integrada, a existência de aspetos negativos, sem implicações negativas para a relação e para si própria (Lima, 2009; Vieira, 2008). No que aos cuidados concerne, mostra-se prestadora de *caregiving*, evitando, por vezes o *careseeking*. Este aspeto poderá estar relacionado com o MID geral, relativo ao padrão de cuidados das figuras de vinculação. Valoriza a satisfação ao nível da intimidade sexual, considerando, por isso, o outro como base segura, capaz de providenciar segurança, suporte e proteção necessárias à relação (MID específico) sendo, também, valorizadas as componentes física, proximidade, envolvimento

sexual com o outro, ao nível da comunicação, satisfação e expressão de desejo (Lima, 2009; Vieira, 2008). De salientar, que no seu MID geral, a proximidade, o envolvimento e o recurso a uma base segura, estavam comprometidos devido à inconsistência de cuidados. Neste sentido e, não obstante o MID seja entendido na literatura como relativamente estável e operando de forma automática, pode ser reformulado no contexto de relações íntimas significativas seguras e reforçadoras, como é exemplo a relação atual, permitindo-lhe uma co-construção, no âmbito do contexto relacional, de uma representação mais segura, responsiva e capaz de satisfazer as suas necessidades, (Canavarro, Dias & Lima, 2006, Lima, 2009, Vieira, 2008).

Examinar a relação entre organização da vinculação e comportamentos de exploração, com foco na experiência de expatriação.

Segundo Bowlby, os indivíduos nascem equipados com um conjunto de sistemas comportamentais interligados: vinculação, prestação de cuidados e exploração (Coy, Green & Davis, 2012). E este último encontra-se diretamente relacionado com o desenvolvimento de relações emocionais significativas, que ao serem capazes de disponibilizar, sempre que solicitado, uma resposta adequada e ajustada, se constituem como base segura que promove comportamentos de exploração, crescimento emocional e social (Feeney & Van Vleet, 2010). Esta descrição apresenta-se consentânea com o padrão de comportamentos de vinculação na infância, descritos pelo elemento masculino. Na análise ao seu discurso destaca-se, desde as fases iniciais do seu desenvolvimento, reações emocionais e comportamentais de apoio, incentivo e autonomia à exploração de diferentes atividades desportivas e ao estabelecimento de relações interpessoais, por parte das figuras de vinculação e outros significativos (avô). Estes comportamentos são avaliados pelo próprio como mais-valias, ao nível do crescimento pessoal relacional e profissional, permitindo-lhe refletir positivamente sobre a importância e influência que as atividades de exploração que desenvolveu na infância têm na sua capacidade de exploração atual e futura. De salientar, também, a visível valorização que faz dos seus comportamentos exploratórios, permitindo assumir desde já, a sua posição de incentivo à exploração do filho (modelos transgeracionais) (i.e.: *“Gostaria que o meu filho viajasse muito. Acho que*

era algo que eu sempre quis fazer e nunca tive essa oportunidade e gostaria de lhe proporcionar isso no futuro, porque acho que isso o faria crescer imenso.”).

O elemento feminino em contrapartida, tendo por base uma representação da vinculação considerada enquanto desligada, apresenta no seu discurso desvalorização perante novos desafios e comportamentos de acomodação/apatia, oposição e desinteresse, referindo-se negativamente à sua pouca capacidade comunicativa, não obstante ter percebido comportamentos de incentivo, disponibilidade e de autonomia à exploração de diferentes contextos, por parte das figuras de vinculação e outros significativos (amigas). Reflete, também, sobre a sua dificuldade, desinteresse e desconfiança em estabelecer novas amizades, bem como, sobre a importância e influência que as atividades de exploração que não desenvolveu na infância poderiam ter tido na sua capacidade de exploração atual e na aceitação de projetos futuros. Nesta linha de pensamento e comparativamente com o elemento masculino, não faz qualquer referência à intenção de promover comportamentos de exploração do filho de ambos.

Estas descrições permitem corroborar as conclusões dos estudos de Hazan e Shaver (1990), Green e Campbell (2000) e Elliot e Reis (2000), na medida em que os indivíduos avaliados com vinculação segura apresentavam maior predisposição para explorar, assim como maior nível de motivação para encetar novas e mais diversificadas experiências (quer em contexto relacional, profissional ou de lazer). Já os indivíduos com vinculação desligada apresentam níveis de exploração baixos, assim como pouca vontade em explorar.

Analisar o modo como a representação da relação íntima se associa a comportamentos de exploração, com foco na experiência de expatriação.

Para os autores Crowell e Treboux (1995), as relações de vinculação na idade adulta assentam na reciprocidade e simetria, resultante da interação nas relações românticas, bem como num balanceamento flexível e contínuo de procurar e prover segurança e conforto, permitindo a exploração “dentro” e para “além” da relação.

Para o elemento masculino, a relação íntima atual é percebida como base segura, na medida em que: i) há um balanceamento equilibrado entre o desenvolvimento pessoal e o desenvolvimento da relação, favorecendo, por um

lado, atingir objetivos, necessidades e desenvolvimento pessoal e, por outro, explorar o mundo para além da relação; ii) existe uma procura e prestação de cuidados equilibrada, assumindo-se como responsivo e disponível perante o outro, podendo recorrer-lhe, do mesmo modo se necessário; iii) há uma satisfação ao nível da intimidade sexual providenciando segurança, suporte e proteção necessárias ao outro e à relação (Lima, 2009; Vieira, 2008). Contudo, isto é reforçado, na medida em que é recíproca a perceção de base segura por ambos os elementos do casal. Assim, o elemento feminino não só percebe a relação íntima como integradora e positiva, mas também capaz de promover, também, o seu desenvolvimento pessoal, a par do desenvolvimento da relação, sem prejuízo desta, acrescentando-se a satisfação percebida ao nível da intimidade sexual, que por sua vez gera segurança, suporte e proteção necessárias à relação e ao outro (Lima, 2009; Vieira, 2008). No entanto, apesar da prestação de cuidados ser constante, já no que à procura diz respeito, esta apresenta níveis procura de cuidados inferiores aos níveis do elemento masculino. A assunção de que cada elemento se constitui como base segura para o outro, permite que os comportamentos de exploração do elemento masculino, sejam aceites e valorizados pelo elemento feminino, ainda que isso implique ausência e distância física e a decisão de expatriação tenha sido escolha do elemento masculino e encarado como um desafio (Lima, 2009; Vieira, 2008) (i.e.: *“esta oportunidade não foi uma necessidade, mas foi um desafio que eu quis colocar a mim mesmo.”*).

Portanto, isto corrobora o defendido por Mikulincer e Shaver (2001), em que perceber o outro significativo como responsivo, atento e disponível, proporciona experiências subjetivas de segurança, que promovem a adoção de estratégias de base segura, permitindo desenvolver atividades exploratórias fora do âmbito da relação de vinculação.

Conclusões

O objetivo do estudo é perceber em que medida a representação da vinculação na idade adulta (MID geral) se relaciona com a representação da relação íntima (MID específico), de cariz amoroso, e a capacidade de exploração com foco na experiência de expatriação de um dos elementos. De acordo com a literatura

(Canavarro, Dias & Lima, 2006; Simpson, Winterheld, Rholes & Oriña, 2007), os resultados deste estudo sugerem que os MID podem ser reformulados ou recriados, com base na qualidade das experiências de relações íntimas, nomeadamente, MID geral inseguro pode ser reformulado no contexto das relações íntimas percebidas como seguras, favorecendo a representação de MID específico seguro e reforçador. Segundo Bowlby, os indivíduos nascem equipados com um conjunto de sistemas comportamentais interligados: vinculação, prestação de cuidados e exploração (Coy, Green & Davis, 2012). Este estudo permite, assim, atestar as conclusões dos estudos de Hazan e Shaver (1990), Green e Campbell (2000) e Elliot e Reis (2000), na medida em que o participante avaliado com vinculação segura às figuras de vinculação, apresenta maior predisposição para explorar, assim como maior nível de motivação para encetar novas e mais diversificadas experiências (quer em contexto relacional, profissional ou de lazer). Já a participante com vinculação desligada apresenta níveis de exploração baixos, assim como, desinteresse em explorar. Por fim, os resultados indicam, ainda, que perceber o outro significativo como responsivo, atento e disponível, proporciona experiências subjetivas de segurança, que promovem a adoção de estratégias de base segura, permitindo desenvolver atividades exploratórias fora do âmbito da relação de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2001).

Limitações e Propostas de investigação futura

Não obstante se considerar o objetivo do presente estudo, e atendendo à ausência de estudos nesta área, o processo que o mesmo envolve não está isento de limitações, no que à adesão dos participantes concerne. Sublinha-se a dificuldade de assegurar que ambos os elementos de um casal aceitem colaborar no estudo (aceitação individual tende a ser mais simples de obter). Relativamente ao processo de recolha de dados, a ausência efetiva do país de um dos elementos do casal, atrasa a recolha, uma vez que o protocolo de avaliação envolve entrevistas de grande ativação emocional e de longa duração, dificultando a sua realização não presencial. Considera-se pertinente replicar estudos que contemplem o desenho metodológico utilizado no presente trabalho, contemplando dimensões de cariz psicopatológica, relativas a traços de personalidade, existência de casais com ou sem filhos, empregabilidade do elemento não expatriado e progressão na carreira.

Referências Bibliográficas

- Altman, Y. & Baruch, Y. (2012). Global self-initiated corporate expatriate careers: a new era in international assignments?. *Personnel Review*, 41(2), 233-255. doi: 10.1108/00483481211200051.
- Bardin, L. (2004). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bartholomew, K. & Shaver, P. R. (1998). Methods of Assessing Adult Attachment. Do They Converge?. In. J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds). *Attachment Theory and Close Relationships*, (pp. 25-45). NY: Guilford Press.
- Boneva, B. S., & Frieze, I. H. (2001). Toward a concept of a migrant personality. *Journal of Social Issues*, 57(3), 477-491.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and Loss: Attachment* (1st and 2nd Eds). London: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation*. London: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Camara, P. B. (2008). *Gestão de pessoas em contexto internacional*. Lisboa: Dom Quixote.
- Canavarro, M., Dias, P., & Lima, V. (2006). Avaliação da vinculação do adulto: uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale- R (AAS-R) na população portuguesa. *Psicologia*, 20(1), 155-186.
- Cassidy J. (2001). Truth, lies, and intimacy: an attachment perspective. *Attachment & Human Development*, 3(2), 121–155. doi: 10.1080/1461673011005899 9.
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810-832.

- Collins, N. L. & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: an attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053-1073. doi: 10.1037//0022-3514.78.6.1053.
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Costa, C. (2008). Prefácio. A Internalização das empresas. In P. B. Camara (Eds). *Gestão de pessoas em contexto internacional* (pp. 65-72). Lisboa: Dom Quixote.
- Coy, A. E., Green, J. D., & Davis, J. L. (2012). With or without you: The impact of partner presence and attachment on exploration. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48, 411-415. doi: 10.1016/j.jesp.2011.08.008.
- Crowell, J. A. & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: implications for theory and research. *Social Development*, 4, 294-327.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Watters, E. (2002). Assessing Secure Base Behaviour in Adulthood: Development of a measure links to adult attachment representations, and relations to couples' communication and reports of relationship. *Development Psychology*, 38(5). 679-693. doi: 10.1037//0012-1649.38.5.679.
- Daft, R.L. & Lewin, A.Y. (1993). Where are the theories for the “new” organizational forms? An editorial essay. *Organization Science*, 4(4), 1-7.
- Denzin, N. & Lincoln, Y. (1994). Introduction: Entering the field of qualitative research. In N. Dezin & Y. Lincoln (Eds). *Handbook of qualitative research*. (pp. 1-17). London: Sage Publications.
- Dias, P., Lima, V., Fonseca A., & Moura, A. (2013). *A Exploration Adult Interview e sistema de cotação, versão 1.0*. (Manuscrito não publicado). Faculdade de Educação e psicologia da Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal.

- Elliot, A. J. & Reis, H.T. (2003). Attachment and exploration in adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 317-331. doi: 10.1037/0022-3514.85.2.317.
- Faria, C., Fonseca, M., Lima, V., Soares, I., & Klein, J. (2009). Vinculação na idade adulta. In I. Soares (2ª Eds). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação* (pp. 121-158). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Feeney, J. A. (1999). Adult Romantic Attachment and couples relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds). *Handbook of Attachment: theory, research, and clinical applications* (pp.456-481). NY: Guilford Press.
- Feeney, B. C. (2004). A secure base: responsive support of goal strivings and exploration in adult intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(5), 631-648. doi: 10.1037/0022-3514.87.5.631.
- Feeney, B. C., & Thrush, R. L. (2010). Relationship influences on exploration in adulthood: the characteristics and function of a secure base. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(1), 57-76. doi: 10.1037/a0016961.
- Feeney, B. C., & Van Vleet, M. (2010). Growing through attachment: the interplay of attachment and exploration in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 226-234. doi: 10.1177/0265407509360903. Disponível em: <http://www.sagepub.co.uk/journalPermissions.nav>.
- Ferraz, S. C. (2011). *Estarão os expatriados portugueses satisfeitos com a sua expatriação?* Dissertação de Mestrado não publicada. Faculdade de Economia e Gestão da Universidade Católica Portuguesa do Porto, Porto, Portugal.
- Fonseca, M., Soares, I. & Martins, C. (2006). Estilos de Vinculação, Orientação para o Trabalho e Relações Profissionais, *Psicologia*, 20 (1), 187-208.
- Frieze, I. H., Boneva, B. S., Sarlija, N., Horvat, J., Ferligoj, A., Kogovsek, T., et al. (2004). Psychological differences in stayers and leavers: emigration desires in central and eastern European university students. *European Psychologist*, 9(1), 15-23.

- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1984-1988). Adult attachment interview protocol. Manuscrito não publicado, University of California at Berkeley, EUA.
- Green, J. D. & Campbell, W. K. (2000). Attachment and exploration in adults: Chronic and contextual accessibility. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 452-461. doi: 10.1177/0146167200266004.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1990). Love and work: an attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 270-280.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Hill, M. & Hill, A. (2005). *Investigação por Questionário*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Homem, I.D., & Dellagnelo, E.H. (2006). Novas formas organizacionais e os desafios para os expatriados. RAE- eletrônica, 5(1). Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=205114653009> .
- Jongenelen, I., Soares, I., Grossmann, K., & Martins, C. (2006). Vinculação em mães adolescentes e seus bebês. *Psicologia*, 20(1), 11-36.
- Lima, V. S. (2009). *Vinculação, Representação da Relação Íntima e Interação Diádica em Adultos*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia Clínica não publicada. Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho, Braga, Portugal.
- Lima, V. S., Dias, P., & Amorim, J. (2014). A interação diádica na psicoterapia de casal: avaliação, relevância e contributos. In V. S. Lima (Coord.). *Clínica universitária de psicologia – contributos para a prática psicológica* (pp. 17-44). Porto: Universidade Católica Editora.
- Lima, V. S., Soares, I., Vieira, F. & Collins, W. A. (2005). *A Intimate Relationship Interview e sistema de cotação, versão 1.0*. (Manuscrito não publicado). Universidade do Minho, Braga, Portugal.

- Lima, V. S., Vieira, F., & Soares, I. (2006). Vinculação em casais: Avaliação da Representação da Intimidade e da Interação Conjugal. *Psicologia*, 20(1), 51-64.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 97-115.
- Morgan, H. & Shaver, P. R. (1999). Attachment Processes and Commitment to Romantic Relationships. In J. Adams & W. Jones (Eds). *Handbook of Interpersonal Commitment and relationship Stability* (pp.109-124). NY: Kluwer academic/Plenum Publishers.
- Richards, D. A., & Schat, A. C. (2011). Attachment at (not to) work: applying attachment theory to explain individual behavior in organizations. *Journal of Applied Psychology*, 96(1), 169-182. doi: 10.1037/a0020372
- Sibley, C., & Liu, J. (2006). Working models of romantic attachment and the subjective quality of social interactions across relational contexts. *Personal Relationships*, 13, 243-259. doi: 10.1111/j.1475-6811.2006.00116.x.
- Simpson, J. A., Winterheld, H. A., Rholes, W., & Oriña, M. M. (2007). Working models of attachment and reactions to different forms of caregiving from romantic partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(3), 466 – 477. doi: 10.1037/0022-3514.93.3.466.
- Soares, I. (1996). *Representação da vinculação na idade adulta e na adolescência. Estudo intergeracional: mãe-filho(a)*. Braga: Centro de Estudos em Educação e Psicologia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- Soares, I. (2009). Desenvolvimento da teoria e da investigação da vinculação. In I., Soares (Coord., 2ª Eds). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação* (pp. 13-45). Braga: Psiquilíbrios Edições.

- Soares, I., Martins, E., & Tereno, S. (2009). Vinculação na infância. In I. Soares (Coord., 2ª Eds.). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: teoria e avaliação* (pp. 47-98). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Takeuchi, R. (2010). A critical review of expatriate adjustment research through a multiple stakeholder view: Progress, Emerging Trends and Prospects. *Journal of Management*; 36 (4), 1040-1064. doi: 10.1177/0149206309349308.
- Timm, T. M. & Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: a path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37, 206-223. doi: 10.1080/0092623X.2011.564513.
- van Ecke, Y. (2005). Immigration from attachment perspective. *Social Behavior and Personality*, 33(5), 467-476.
- van Ecke, Y. (2007). Unresolved attachment among immigrants: an analysis using the adult attachment projective. *The Journal of Genetic Psychology*, 167(4), 433-442.
- van Ecke, Y., Chope, R. C., & Emmelkamp, P. M. (2005). Immigrants and attachment status: research findings with Dutch and Belgium immigrants in California. *Social Behavior and Personality*, 33(7), 657-674.
- Veiga-Correia, D. S. (2012). *Vinculação e PCA: relação entre sistema de vinculação e sistema de exploração na Adult Attachment Interview*. Dissertação de mestrado não publicada. Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal.
- Vieira, F. M. (2008). *Avaliação da representação das relações íntimas, comportamento diádico e percepção da vinculação: estudo exploratório*. Dissertação de mestrado não publicada. Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho, Braga, Portugal.
- Waters, E. & Cummings, E. (2000). A Secure Base From Which To Explore Close Relationships. *Child Development*, 71(1), 164-172.

- Waters, E., Hamilton, C. E., & Weinfield, N. (2000). The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: general introduction. *Child Development, 71*(3), 678-683. doi: 10.1111/1467-8624.00175
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment stability in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. *Child Development, 71*(3), 684-689. doi: 10.1111/1467-8624.00176.
- Willig, C. (2013). *Introducing Qualitative Research in Psychology* (2nd Eds). (pp. 15-20). Glasgow: Mc-Graw Hill Education.
- Wu, C., & Yang, C. (2012). Attachment and exploration in adulthood: the mediating effect of social support. *International Journal of Psychology, 47*(5), 346-354. doi: 10.1080/00207594.2012.658402. Disponível em: <http://www.psypress.com/ijp> .

ANEXOS

Ficha de Identificação e Caracterização do Casal
 Projeto de Investigação da Faculdade de Educação e Psicologia da
 Universidade Católica Portuguesa, Porto

Identificação

Elemento	Feminino	Masculino
Nome		
Idade		
Estado Civil		
Habilitações Literárias		
Profissão		
<i>E-mail</i>		
Telefone		
Morada		

Caracterização da Relação

Por favor Indique:

- 1) Tempo total da relação: _____ anos e _____ meses
- 2) Há quanto tempo vivem juntos: _____ anos e _____ meses
- 3) Tipo de relação:
 - a) Casamento Tempo decorrido: _____ anos e _____ meses
 - b) União de Facto Tempo decorrido: _____ anos e _____ meses
- 4) Tempo de expatriação: _____ anos, _____ meses
- 5) Tempo de separação devido à expatriação: _____ anos e _____ meses
- 4) Existem filhos do casal ou de relações anteriores? Sim Não
- 5) Anteriormente a esta relação, algum dos elementos do casal manteve:
 - a) Casamentos: Sim Não Durante quanto tempo? ___ anos, ___ meses
 - b) Uniões de facto: Sim Não Durante quanto tempo? ___ anos, ___ meses

Obrigada pela sua colaboração!

Declaração de Consentimento

Eu, _____ declaro que aceito colaborar no estudo “Relações Íntimas em Processos de Expatriação”, que se insere no Mestrado em Psicologia – Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde, da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa.

Este trabalho de investigação tem como objetivo principal compreender o modo como cada um dos elementos representa as suas relações significativas ao longo do desenvolvimento e a sua relação atual, considerando a experiência de expatriação.

A colaboração nesta investigação é voluntária (podendo desistir sem qualquer prejuízo) e inclui a realização de três entrevistas (individuais) gravadas em formato áudio, sendo sempre salvaguardada a confidencialidade das informações recolhidas.

Os resultados desta investigação resultarão na elaboração de uma dissertação de mestrado a apresentar em janeiro de 2016, sob orientação da Professora Doutora Vânia Sousa Lima.

O/A participante,

_____, __/__/____

(Local, Data)

Categorias	Subcategorias		Unidade de registo	
<p>Perceção de Si</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as unidades de registo (UR) relativas à representação que cada elemento tem de si mesmo</p>	<p>História Desenvolvimental (infância e adolescência)</p> <p>Codificam-se na subcategoria as UR relativas às perceções de cada elemento em relação à sua história desenvolvimental</p>	<p>Novos desafios</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem reações a novos desafios</p>	<p>Aspetos positivos</p> <p>Codificam-se as UR relativas a emoções e comportamentos positivos experienciados</p>	<p>Esposa (E): “Acho que sempre encarei bem, como uma etapa que tinha de ser.”; “Nunca reagi mal a uma entrada num novo ciclo ou mudança de turma, uma mudança de professor. Sempre encarei bem.”</p> <p>Marido (M): “... digamos que ficava... excitado por ir conhecer, por estar a entrar num novo ano.”</p>
			<p>Aspetos negativos</p> <p>Codificam-se as UR relativas a emoções e comportamentos negativos experienciados</p>	<p>E: “Quando mudei do ciclo para a secundária até podia estar um bocado mais nervosa.”; “Não ia atrás das novas amizades, elas iam acontecendo”; “Como era uma obrigação eu nunca ia (aulas de Inglês extracurriculares).”</p> <p>M: “Sempre com algum nervosismo... por conhecer ou entrar em algo, algo novo.”; “Cada vez que entrava, cada vez que começava um novo ano escolar ia sempre muito nervoso”; “cada vez que começava um novo ano escolar ou de cada vez que mudava de escola aí ainda era, ainda se acentuava mais o nervosismo”; “... digamos que ficava muito nervoso e excitado... por ir conhecer, por estar a entrar num novo ano.”</p>
	<p>Características pessoais</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que cada elemento associa como características próprias e/ou do seu funcionamento</p>	<p>Passado</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a característica individuais e de funcionamento relativas a situações passadas</p>	<p>Acomodação</p> <p>UR que expressem inércia e apatia</p>	<p>E: “Eu, se me deixassem em paz no meu canto acho que preferia... (atividades de lazer) ”; “...por ser retraída (exploração na infância).”; “Não ia atrás das novas amizades, elas iam acontecendo”</p> <p>M: -----</p>
			<p>Oposição</p> <p>UR que expressam oposição e contrariedade</p>	<p>E: “Estava contrariada (atividades de lazer).”; “Não era mesmo a meu perfil estar lá (atividades de lazer). Estava contrariada.”; “Como era uma obrigação eu nunca ia (aulas de Inglês extracurriculares).”</p> <p>M: -----</p>
			<p>Desinteresse</p> <p>UR que expressam desvalorizações, falta de interesse ou de motivação</p>	<p>E: “Não era mesmo o meu perfil estar lá (atividades de lazer).”; “Eu chegava lá e achava que não estava ali a fazer nada.”; “... eu ser a aventureira a explorar novas amizades, não acho que por minha iniciativa sentisse essa</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

				necessidade.” M: ----
			Ansiedade UR que expressem estados de ansiedade e/ou nervosismo	E: ---- M: “...ia sempre muito nervoso (início de um novo ano escolar).”; “Acho que é mesmo a palavra que me identifica... nessas situações.”
Perceção de Si Codificam-se nesta categoria todas as unidades de registo (UR) relativas à representação que cada elemento tem de si mesmo.	Características pessoais Codificam-se nesta subcategoria as UR que cada elemento associa como características próprias e/ou do seu funcionamento	Passado Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a característica individuais e de funcionamento relativas a situações passadas	Facilidade UR que expressem capacidade e desembaraço	E: ---- M: “Sempre tive muita facilidade de estabelecer novas amizades”; “...diria que tenho uma grande cota de responsabilidade na forma, na facilidade com que interagia com outras pessoas.”
			Interesse UR que expressem interesse, curiosidade	E: ---- M: “Sim, sempre e todos os dias sempre fui assim (interesse por experiências novas).”; “Sempre foi um pouco algo nato o querer experimentar.”; “... mas sempre a querer experimentar coisas novas.”
			Ganhos/Benefícios UR que expressem reconhecimento e recompensa	E: ---- M: “...fez-me ganhar alguma disciplina... obrigou-me a funcionar em conjunto com os outros.”; “...trouxe-me, sem dúvida, mais-valias a nível pessoal e, emocional.”; “...que me fizeram crescer muito, sem dúvida (exploração na infância).”
			Perdas/dificuldades UR que expressem perda e dificuldade	E: “...mas acho que se eu fosse mais comunicativa, mais, mais aventureira nesse tipo de situações, tinha tido mais sucesso, ou um sucesso mais facilmente.” M: ----

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

		<p>Presente</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a característica individuais e de funcionamento relativas a situações atuais</p>	<p>Acomodação</p> <p>UR que expressem não arriscar, não ousar, não sentir necessidade de conhecer</p>	<p>E: “Eu explorar as novas situações e eu ser a aventureira a explorar novas amizades... não acho que por minha iniciativa sentisse essa necessidade.”</p> <p>M: ----</p>
			<p>Dificuldade</p> <p>UR que expressem (falta de) iniciativa, ação, confiança</p>	<p>E: “Eu acho que hoje em dia não sou uma pessoa fácil de estabelecer relações ao nível de amizade.”</p> <p>M: -----</p>
			<p>Dedicação</p> <p>UR que expressem empenho, entrega e exigência</p>	<p>E: “Eu tento ser acima de tudo exigente e correta... não ser injusta.”; “Eu sou exigente comigo própria”</p> <p>M: “...convenci-me a mim mesmo e à minha equipa que chegaria a uma solução, fosse ela qual fosse, e assim foi.”</p>
<p>Perceção de Si</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as unidades de registo (UR) relativas à representação que cada elemento tem de si mesmo.</p>	<p>Características pessoais</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que cada elemento associa como características próprias e/ou do seu funcionamento</p>	<p>Presente</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a característica individuais e de funcionamento relativas a situações atuais</p>	<p>Ganhos/Benefícios</p> <p>UR que expressem reconhecimento e recompensa</p>	<p>E: ----</p> <p>M: “...notei que isso (conviver com pessoas e oito nacionalidades diferentes) me fez, por assim dizer, crescer imenso.”; “Foi algo que eu procurei e me esforcei por ter (processo para atividade profissional atual)”</p>
			<p>Interesse</p> <p>UR que expressem interesse, curiosidade</p>	<p>E: ----</p> <p>M: “...mas sempre a querer experimentar coisas novas.”; “Sempre quis conhecer novas culturas e nunca tive oportunidade no passado.”</p>
<p>Relacionamento Interpessoal</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as unidades de registo (UR)</p>	<p>Atitudes</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a respostas emocionais e</p>	<p>Pais</p> <p>UR relativas respostas emocionais e comportamentais no passado</p>	<p>Normalizadores</p> <p>UR que expressem situações ou comportamentos normalizadores</p>	<p>E: “Acho que sempre tentamos levar normalmente.”; “...nem incentivavam, nem diziam para não dar mais valor à situação em si.”; “...lembro-me dos meus pais sempre dizerem é mais uma escola ou vai correr bem, nunca tentamos criar muito alarido para situação, isso não.”; “Porque tentamos sempre</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

que expressam atitudes das figuras parentais e outros significativos	comportamentais no passado,			fazer como se fosse uma situação normal.”		
				<p>M: “Os meus pais tentavam sempre explicar que mais uma vez seria um novo desafio e que não havia porque estar nervoso, e que rapidamente essas situações seriam ultrapassadas com o conhecer da nova realidade.”; “... e eles simplesmente tentavam-me acalmar, dizer que seria assim nos primeiros dias e que não era nada de extraordinariamente diferente. Que me adaptaria rapidamente à nova situação.”</p>		
	Atitudes	Codificam-se nesta subcategoria as UR relativas a respostas emocionais e comportamentais no passado	Pais	UR relativas respostas emocionais e comportamentais no passado	<p>Incentivadores</p> <p>UR que expressem estímulo, encorajamento</p>	<p>E: “A minha mãe inscrevia-me no inglês, porque achava que eu tinha que aprender inglês”; “Eles sempre me proporcionaram a abertura para eu ir frequentar, por exemplo a aula de inglês, aulas de piano, a natação, a ginástica.”</p> <p>M: “Os meus pais sempre um papel muito importante, um papel de aprovação e facilitavam imenso e incentivavam à participação neste tipo de atividades, até que o viam como algo muito saudável.”; “...eu creio que esta facilidade (em estabelecer novas amizades) é fruto da educação que recebi.”; “... sempre me incentivaram”; “... nunca me puseram numa redoma de vidro à volta, sempre me incentivaram a falar e a comunicar com os outros, a procurar novas amizades, a estabelecer novas amizades, sim, era um incentivo sempre da parte deles.”</p>
					<p>Próximos</p> <p>UR que expressem proximidade</p>	<p>E: “Sempre gostaram de conhecer os meus amigos, e que lhes levasse lá para casa e tentar conhecer as pessoas com quem eu me ligava, isso sim.”; “E os meus pais estarem presentes ali (levar amigos a casa).”</p> <p>M: ----</p>
				<p>Disponíveis</p> <p>UR que expressem disponibilidade</p>	<p>E: “...eu lembro-me que a minha mãe até me deixava o almoço, mas já deixava para mim e para mais alguém, por se eu quisesse levar alguém a casa”; “...quando tínhamos educação física, não tomava banho lá e ia a casa. Mas ia eu</p>	

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

				e para aí mais dois amigos ou duas amigas.” M: ----
			Promotores de autonomia UR que expressem independência, liberdade	E: “Acho que nunca tiveram um papel de algo a opor, lá está, eram as minhas amizades”; “Eles tentaram sempre nunca se meter muito nas minhas amizades”; “Não estavam contra as minhas amizades, mas também não incentivavam.” M: ----
			Disciplinadores UR que expressem disciplina	E: ---- M: “O único momento em que os meus pais se puseram um pouco contra foi quando há muitos anos tive um abaixamento grande no aproveitamento da escola e o meu pai não ficou contente, e pediram mais consideração pela escola sob pena de ter que abandonar o futebol.”
		Outros significativos UR relativas respostas emocionais e comportamentais no passado	Incentivador UR que expressem estímulo, encorajamento	E: “...como uma era sempre a, entre aspas, a líder do grupo e que fazia mais amizades, acabávamos por ir atrás fazer mais amizades, porque íamos com ela”; “...o ir sair, porque íamos sair à noite era porque vinha essa e nos puxava para sair à noite e criar o grupo...” M: “...o meu avô era o principal incentivador desse tipo de procura (exploração novos contextos, novos amigos).”; “...quando me levava a passear e ele se encontrava com os amigos deles, que levavam outros netos ou sobrinhos... mesmo estando envergonhado ao pé dele incentivava sempre a ir brincar com outras crianças, a falar com outras crianças”; “Portanto... creio que era o maior incentivo da parte dele.”
			Promotor de autonomia UR que expressem independência,	E: “Essas duas amigas minhas que eram quase como irmãs, se calhar permitiram também explorar mais coisas em conjunto e amizades que viessem de umas para as outras.”

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

			liberdade	<p>M: “...digamos que me afastava, e afastava dele (avô) obrigando-me a ir ter com os outros.”</p>
<p>Amizade (passado e presente)</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem respostas emocionais e comportamentais no passado e no presente, no âmbito das relações de amizade</p>		<p>Espontaneidade</p> <p>UR que expressem naturalidade, espontaneidade</p>		<p>E: “Acho que era algo espontâneo... não dava demasiado valor, tipo, tenho que fazer aquele amigo, ou quero ser amigo daquela pessoa, não!”; “Foi sempre tudo muito espontâneo.”; “... não ia atrás de novas amizades, elas iam acontecendo.”</p> <p>M:</p>
		<p>Partilha</p> <p>UR que expressem partilha</p>		<p>E: “...como uma era sempre, entre aspas, a líder do grupo e a que fazia mais amizades, acabávamos por ir atrás e fazer mais amizades, porque íamos com ela”; “...íamos sair à noite era porque vinha essa e nos puxava para sair à noite e criar o grupo...”; “Essas duas amigas minhas que eram quase como irmãs, se calhar permitiram também explorar mais coisas em conjunto e amizades que viessem dumas para as outras.”</p> <p>M:</p>
		<p>Desânimo</p> <p>UR que expressem desalento, desencorajamento</p>		<p>E: “...eu ser a aventureira a explorar novas amizades... não acho que por minha iniciativa sentisse essa necessidade.”; “Eu acho que hoje em dia não sou uma pessoa fácil de estabelecer relações ao nível de amizade.”; “Achava que ela era minha amiga e ela ia ser sempre minha amiga.”; “...mas depois na hora, quando foi ao contrário, não vi a amizade e amizade, às vezes, eu digo isto sei lá, preocupação do género estás bem, telefonar, tiveste um bebé estás bem, essas pequenas coisas que eu acho que era uma falsa amizade.”</p> <p>M: “...quando me desloquei para o estrangeiro, os primeiros três meses foram, muito complicados, porque não tinha qualquer tipo de vida social a que estava habituado.”; “Recordo-me que nos primeiros três meses que fui viver na altura para Madrid, o problema de comunicação estava a ser com os espanhóis, estava a ser mais complicado do que eu</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

				estava a espera... não tinha qualquer tipo de relação pessoal na cidade, portanto, a minha vida passou, passava nessa altura por ser escritório-casa e casa-escritório e foi complicado.”
		<p>Desconfiança</p> <p>UR que expressem suspeita, receio</p>		<p>E: “Eu acho que hoje em dia não sou uma pessoa fácil de estabelecer relações ao nível de amizade. Porque, acho que há muito, lá está, tenho que confiar primeiro muito, tenho que ver muito da pessoa para depois poder ter a intimidade de ser amiga.”; “...acho que é difícil eu confiar em alguém para poder formar uma amizade, ao ponto de eu confiar na pessoa. Eu acho que não é fácil.”</p> <p>M: ----</p>
		<p>Facilidade</p> <p>UR que expressem e facilidade</p>		<p>E: ----</p> <p>M: “Muito fácil. Sempre tive muita facilidade em estabelecer novas amizades.”; “... eu creio que, que esta facilidade é fruto da educação que recebi.”; “...e eu tinha enorme facilidade em falar com todos (colegas de turma).”</p>
		<p>Importância</p> <p>UR que expressem valor, consideração, relevância</p>		<p>E: ----</p> <p>M: “Muito importante (estabelecer relações amizade)”; “E isso foi ultrapassado ... com a criação de novas amizades... que fiz na altura e isso veio-se a revelar muito importante.”; “sem dúvida que é algo muito importante... o contínuo de fazer amizades.”</p>
		<p>Benefícios</p> <p>UR que expressem reconhecimento e recompensa</p>		<p>E: ----</p> <p>M: “Gratificantes, enriquecedoras (todas as amizades)... e que me fizeram crescer muito, sem dúvida.”</p>
	Contexto de trabalho	<p>Perdas/dificuldades</p> <p>UR que expressem privações,</p>		<p>E: “Também tinha uma situação que a nível profissional ajudei muito uma pessoa ao recomendá-la... depois perdi eu profissionalmente porque... temos maneiras de trabalhar diferentes, e as pessoas pensam, estão ligados, estão a</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

	<p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem respostas emocionais e comportamentais, no passado e no presente, no âmbito de relações no contexto de trabalho</p>	<p>falta, obstáculos</p>		<p>trabalhar da mesma maneira”; “E eu sempre tinha pena.”</p> <p>M: ----</p>
		<p>Valorizar novas amizades</p> <p>UR que expressem Reconhecimento, valorizar</p>		<p>E: ----</p> <p>M: “...isso resolveu-se com o começar de laços, inicialmente com algumas pessoas do escritório e mais tarde com outros amigos da cidade.”; “esta mudança profissional obrigou-me, por assim dizer, a interagir com novas culturas.”; “... interagi na altura com, se não estou em erro, oito nacionalidades diferentes e pessoas vindas dos mais diversos pontos do mundo.”; “...essas novas amizades é que nos ajudam a ultrapassar, muitas vezes a ausência ou afastamento, o afastamento físico das pessoas mais queridas que nos rodeiam, ou que nos rodeavam.”</p>
<p>Relações com o Trabalho</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as unidades de registo (UR) referentes ao contexto profissional</p>	<p>Percurso até atividade profissional presente</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria todas as UR que expressem o percurso profissional até à atualidade</p>	<p>Iniciativa/ proatividade</p> <p>UR que expressem diligência, ação</p>		<p>E: “Eu fui tirar o doutoramento mais na altura do final do curso, porque tinha que tirar, era um emprego no fundo, que eu encarei aquilo como um emprego, uma vez porque não tinha lugar na escola.”</p> <p>M: “...quando esta... posição apareceu... basicamente candidatei-me ... para que fosse possível... obtê-la, e assim foi.”</p>
		<p>Determinação</p> <p>UR que expressem determinação, segurança</p>		<p>E: “Quando entrei no doutoramento, eu disse isto é para entrar e é para acabar, no tempo garantido, quatro anos, que é o tempo que eu tenho de bolsa que eu não quero gastar mais nenhum. E foi.”; “...sempre tentei dar o meu melhor, nem que isso implicasse trabalhar aos fins-de-semana, para conseguir conciliar tudo.”</p> <p>M: “Aqui há um ano...colocou-se-me um problema muito específico na área em que trabalho em que ... parecia não haver solução para um problema que tínhamos que resolver e...convenci-me a mim mesmo e à minha equipa que</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

				chegaria a uma solução, fosse ela qual fosse, e assim foi.”
		<p>Desânimo</p> <p>UR que expressem desencorajamento, desalento</p>		<p>E: “...logo após convidar-me para uma bolsa de pós-doc e eu acho que não era aquilo que eu queira, porque eu queria deixar a investigação ou pelo menos fazer uma pausa na investigação.”; “E depois não correspondeu às expectativas.”; “...acho que fiquei frustrada”; “...foi mais por motivação pessoal, porque achava que estava a ser frustrante para mim.”</p> <p>M: -----</p>
		<p>Persistência</p> <p>UR que expressem perseverança, tenacidade</p>		<p>E: “E sempre dei as explicações... nunca larguei nada porque achava, bem se não tiver um lado, vou ter o outro.”; “... sempre lutei por aquilo porque nunca as abandonei (explicações) mesmo quando tinha outro emprego.”</p> <p>M: -----</p>
		<p>Dedicação</p> <p>UR que expressem entrega, sacrifício</p>		<p>E: “Mas há sempre mais que nós podemos fazer, se nos dedicarmos a eles”; “Porque eu acho que não estamos ali, é um trabalho que exige dedicação, para depois ir colher os frutos. Não chega só estar a trabalhar por trabalhar, não é.”</p> <p>M: -----</p>
		<p>Realização</p> <p>UR que expressem satisfação, eficácia</p>		<p>E: -----</p> <p>M: “Valeu-me um prémio também por isso, e... mais que isso, uma enorme satisfação profissional.”; “Esta experiência a nível profissional está a ser muito gratificante.”; “...quando se colocou esta oportunidade de trabalhar lá fora, creio que foi uma das formas de compensar (conhecer outras culturas).”</p>
	<p>Desafios profissionais</p> <p>Codificam-se nesta</p>	<p>Motivação</p> <p>UR que expressem vontade,</p>		<p>E: “Gosto de desafios profissionais, eu para encarar um desafio profissional tenho que estar...motivada. Já me aconteceu achar que houve desafios profissionais que poderia até estar motivada e como não tinha a</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

	subcategoria todas as UR que expressem desafios profissionais	firmeza		<p>correspondência preferir abandonar. Mas acima de tudo acho que quando estou motivada, mas mesmo esse desafio profissional envolva muito de pessoal eu tento dar o máximo.”</p> <p>M: “...esta oportunidade não foi uma necessidade, mas foi um desafio que eu quis colocar a mim mesmo. Não foi algo a que eu fosse obrigado por necessidade, foi algo que eu procurei e me esforcei por ter.”; “Essa experiência inicial sem dúvida me fez e me faz querer cada vez mais conhecer novas realidades.”</p>
	<p>Tarefas avaliadas como exigentes</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria todas as UR que expressem tarefas avaliadas como exigentes</p>	<p>Dedicação</p> <p>UR que expressem entrega, sacrifício</p>		<p>E: “Eu sou exigente comigo própria, então exijo de mim e das pessoas que tão comigo, que sejam assim”; “Quando eu parece que estou mais cansada, consiga menos, que mais exija de mim e mais tento ser correta.”; “Quando acham que o aluno ta preparado muito bem, se não têm que, é um esforço pessoal.”; “Mas há sempre mais que nós podemos fazer, se nos dedicarmos a eles, eu acho que eles também depois retribuem isso.”; “Se eu dou de mim, nem que sejam vinte horas por semana, aquela pessoa que está a trabalhar comigo também tem que trabalhar comigo assim.”</p> <p>M: -----</p>
		<p>Desafiantes</p> <p>UR que expressem desafios</p>		<p>E: -----</p> <p>M: “Eu diria que bem, porque são sempre, do meu ponto de vista, por norma as mais exigente são as mais desafiantes e as mais interessantes.”</p>
<p>Relação com o lazer</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as UR que expressem as atividades de lazer</p>	<p>Tipo de atividades</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria todas as UR que expressem o</p>	<p>Infância e adolescência</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem atividades relativas à infância e</p>	<p>Catequese</p>	<p>E: “Andei na catequese, por, não gostava muito.”; “Acho que era tudo uma obrigação.”</p> <p>M: ----</p>
			<p>Música</p>	<p>E: “A música não gostava mesmo de todo”; “...não gostava muito, nem de música, nem nada disso, acho que era tudo</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

	tipo de atividades de lazer	adolescência		uma obrigação.” M: ----
			Inglês	E: “...a minha mãe inscrevia-me no inglês, porque achava que eu tinha que aprender inglês, como era uma obrigação eu nunca ia.”; “...mudei para aí quatro ou cinco vezes de escola de inglês porque não, nem usufruí daquilo. Era uma obrigação.” M: ----
			Escuteiros	E: “De escuteiros não gostava, não achava... achava que o acampar ou tudo, aquilo que envolvesse escutismo, que não me dizia nada.” M: ----
			Natação	E: “Acho que a única que até levei mais tempo foi a natação.” M: ----
			Futebol	E: ---- M: “Eu sempre tive uma paixão muito grande por desporto e... sempre me fui envolvendo em, em várias atividades desportivas... a mais importante, talvez porque foi a mais duradoura, foi quando joguei nas camadas jovens.”; “...e sem dúvida, o facto de ter pertencido a um grupo, com todas as suas diferenças e o facto de ser um desporto coletivo... fez-me ganhar alguma disciplina, ... obrigou-me a funcionar em conjunto com os outros.”; “Obriga-nos também a saber lidar com diferentes personalidades e todo esse tipo de experiências nos fazem crescer imenso”.
	Atualmente Codificam-se nesta	Atividades físicas de manutenção	E: ---- M: “...infelizmente muito poucos (atividades lazer)”; “... ”	

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

		subcategoria as UR que expressem atividades no presente		pouco mais do que algum desporto, quando é possível. Algumas atividades de manutenção física mas pouco mais do que isso.”
<p>Exploração na infância</p> <p>Codificam-se nesta categoria todas as UR percecionadas como precursoras de exploração</p>	<p>Relação de exploração enquanto adulto</p> <p>Codificam-se nesta categoria as UR percecionadas como precursoras da relação de exploração enquanto adulto</p>	<p>Implicações/influência</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem causa/efeito</p>		<p>E: “...se calhar por não ter tido essas atividades todas extracurriculares, acabam por dificultar a minha exploração das situações.”; “E sempre fui muito retraída nisso, e isso acabou por me influenciar...não negativamente porque as coisas acabaram por correr bem, mas acho que se eu fosse mais comunicativa, mais aventureira nesse tipo de situações, tinha tido mais sucesso, ou um sucesso mais facilmente.”; “...por ser retraída... no fundo aí o que influenciou foi... não explorei mais, também fiquei limitada no resto das explorações.”</p> <p>M: “Gratificantes, enriquecedora e que me fizeram crescer muito, sem dúvida (exploração na infância...crescer e desinibir em questão a muitos aspetos da vida. Mas acima de tudo são experiências que nos fazem crescer muito pela diferença.”; “...fez-me ganhar alguma disciplina, ... obrigou-me a... funcionar em conjunto com os outros.”; “... trouxe-me, sem dúvida, mais-valias... a nível pessoal e, emocional.”; “...obriga-nos também a saber lidar com diferentes personalidades e todo esse tipo de experiências nos fazem crescer imenso.”</p>
		<p>Procurar/aceitar experiências novas</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem novidade</p>		<p>E: “Eu gosto de conhecer novos países, não gosto da viagem em si.”; “Depois de estar lá eu gosto de explorar o país”; “Agora eu ser aventureira do vamos fazer uma viagem, vamos conhecer isto, não.”; “Depois de estar lá eu sou a primeira a querer explorar, a querer ver as coisas, mas até ao ir, não.”</p> <p>M: “Sim, sempre e todos os dias sempre fui assim. Infelizmente não tenho tido oportunidade... de experimentar algumas coisas diferentes que gostaria. Mas sim. Interesso-me muito sim.”; “...bem profissionalmente quando fui lá para fora fui, sem dúvida, experimentar algo novo... todo um</p>

ANEXO 3 – Sistema de Categorias

				<p>mundo novo que me foi colocado à frente, foi algo completamente diferente.”; “Há dois anos...fui saltar de paraquedas e isso foi algo de completamente novo e diferente de todas as emoções que tinha vivido até então.”</p>
		<p>Projetos ou objetivos futuros</p> <p>Codificam-se nesta subcategoria as UR que expressem atingir metas, objetivos</p>		<p>E: “Se calhar a falta dos objetivos, não é.”; “...em termos de investigação poderia ter sido muito mais aventureira, e a puder apostar mais no futuro.”; “eu acho que tenho o livro aberto...tenho recursos para os puder explorar, agora não sei é como é que os vou querer explorar e se os vou querer explorar.”</p> <p>M: “...teria vontade...de abraçar novos desafios profissionais, ainda que em novas realidades.”; “Gostaria e estaria disposto a abraçar um novo desafio... uma nova realidade sem qualquer tipo de problema... hoje em dia só acompanhado... da família.”</p>