

**A dependência emocional nas relações de namoro:
uma perspetiva dos jovens**

Paula da Conceição Quina do Vale

*Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Bragança para obtenção
do Grau de Mestre em Educação Social - Educação e Intervenção ao Longo da Vida*

Orientada por:

Professor Mestre Pedro Augusto de Oliveira Salgueiro

Bragança, 2023

Dedicatória

Dedico esta Dissertação às pessoas que mais amo no mundo,

*Aos meus pais, **Maria e Manuel** por todo o amor, força e coragem recebido ao longo da minha vida. Por tudo aquilo que fazem por mim todos os dias!*

*Aos meus irmãos, **Anabela, Bruna e Filipe** por toda a amizade, carinho e amor sentido ao longo da minha vida.*

*À minha querida e doce sobrinha **Lara** pela sua amabilidade e doçura incrível, pelo seu contagiante e enorme sorriso que desperta em mim, todos os dias, uma enorme felicidade.*

Os meus amores sem medida.

Agradecimentos

A realização e conclusão deste trabalho de estudo proporcionou um conjunto de pessoas às quais estou imensamente grata.

Agradeço aos meus pais, irmãos e sobrinha, o meu grande suporte, pelo incentivo diário que permitiu a não desistir deste longo e difícil processo de formação. Sem vocês, seria impossível esta concretização!

À minha querida avó, pela sua ternura de ser e pelo seu carinho. Por querer sempre o meu bem!

Ao orientador e professor Pedro Salgueiro pela sua disponibilidade e apoio. Pelos seus ensinamentos e partilha de conhecimentos ao longo da elaboração desta dissertação.

A uma pessoa especial que se cruzou na minha vida, agradeço pelo seu enorme amor, carinho e amizade.

A todos os meus familiares e amigos pela motivação proporcionada.

E a todos os que contribuíram e colaboraram para a realização deste trabalho, o meu enorme e sincero OBRIGADO!

Resumo

A dependência emocional é um tema recente, atual e de grande relevância para a Educação Social, uma vez que, compreende comportamentos e atitudes socioemocionais. A presente investigação aborda uma perspectiva dos jovens relativamente à presumível existência de dependência emocional nas suas próprias relações de namoro, tendo como questão problema: “De que forma a dependência emocional afeta os jovens nos próprios relacionamentos de intimidade?”. O objetivo geral deste estudo centrou-se em analisar a possível existência de dependência emocional nos jovens nas suas relações de namoro e os objetivos específicos foram reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional e identificar a área da dependência emocional (área cognitiva, a área emocional, área comportamental) mais afetada em ambos os sexos.

Para uma melhor compreensão do tema, esta investigação consistiu, primeiramente, numa base teórica e numa segunda parte, numa investigação empírica de natureza quantitativa privilegiando, como instrumento de recolha de dados, o inquérito por questionário. A amostra compreendeu 62 indivíduos, recaindo no sexo masculino e no sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos e que atualmente estivessem ou já tenham estado anteriormente numa relação de namoro.

Na administração do questionário foram cumpridos os critérios éticos. Os participantes foram informados antecipadamente sobre a investigação em causa e sobre os objetivos apontados para este estudo. Refere-se ainda, que a participação foi voluntária e confidencial, uma vez que foi sempre respeitado o anonimato dos participantes.

Os resultados obtidos permitiram concluir que população jovem tem conhecimento do que é a dependência emocional, justificando ser uma necessidade de satisfação emocional. Verificou-se também que os jovens do sexo feminino e do sexo masculino são afetados em diferentes áreas de desenvolvimento humano

Neste sentido, este estudo permitiu atingir resultados significativos sobre o tema da dependência emocional nas relações de namoro, contrariando alguns estudos existentes sobre este tema.

Palavras-chaves: dependência emocional; áreas da dependência emocional; relações de namoro; jovens; Educação Social

Abstract

Emotional dependence is a recent, current and highly relevant topic for Social Education, as it comprises socio-emotional behaviors and attitudes.

This research addresses the perspective of young people regarding the presumed existence of emotional dependence in their own dating relationships, with the question being: “How does emotional dependence affect young people in their own intimate relationships?”. The general objective of this study focused on analyzing the possible existence of emotional dependence in young people in their dating relationships and the specific objectives were to recognize the sex most affected by emotional dependence and identify the area of emotional dependence (cognitive area, emotional area , behavioral area) most affected in both sexes.

For a better understanding of the topic, this investigation consisted, firstly, of a theoretical basis and in a second part, an empirical investigation of a quantitative nature, favoring, as a data collection instrument, the questionnaire survey. The sample comprised 62 individuals, male and female, aged between 18 and 29 and who were currently or had previously been in a dating relationship.

When administering the questionnaire, ethical criteria were met. Participants were informed in advance about the research in question and the objectives set for this study. It is also noted that participation was voluntary and confidential, as the anonymity of participants was always respected.

The results obtained allowed us to conclude that the young population is aware of what emotional dependence is, justifying it as a need for emotional satisfaction. It was also found that young females and males are affected in different areas of human development. In this sense, this study allowed us to achieve significant results on the topic of emotional dependence in dating relationships, contradicting some existing studies on this topic.

Keywords: emotional dependence; areas of emotional dependence; dating relationships; young people; Social Education

Índice Geral

Dedicatória.....	i
Agradecimentos.....	ii
Resumo.....	iii
Abstract.....	iv
Índice Geral.....	v
Acrónimos e Siglas.....	viii
Introdução.....	1
Parte I.....	3
Enquadramento teórico.....	3
Capítulo I.....	3
<i>Da definição conceptual à intervenção.....</i>	<i>3</i>
1. Dependência emocional.....	3
1.1 Clarificação conceptual.....	3
1.2 Particularidades da dependência emocional.....	5
1.3 Consequências da dependência emocional.....	7
2. Modelos explicativos da dependência emocional.....	8
2.1 Teoria da Vinculação.....	8
2.2 Teoria Social Cognitiva de Albert Bandura.....	9
2.3 Teorias Feministas.....	11
3. As relações de namoro.....	12
3.1 As fases de uma relação de namoro.....	12
3.2 A dependência emocional nas relações de namoro.....	13
3.3 Importância do equilíbrio emocional nas relações de namoro.....	14
4. Intervenção do Educador Social no apoio ao dependente emocional.....	15
Parte II.....	18
Investigação empírica.....	18

Capítulo II.....	18
<i>Contextualização do estudo</i>	18
1. Justificação do estudo	18
2. Metodologia da investigação	19
3. Questão problema, objetivos, amostra e hipóteses	21
4. Instrumento de recolha de dados	22
5. Tratamento e interpretação dos dados	23
Capítulo III	24
Apresentação dos resultados.....	24
6. Apresentação e descrição da amostra	24
7. Caracterização do instrumento de recolha de dados.....	27
8. Análise das hipóteses de investigação	29
9. Análise e discussão dos resultados	35
Considerações finais	42
Referências bibliográficas	46
Anexos	52
Anexo 1- Inquérito por questionário	53
Anexo 2- Pedido de validação o de divulgação do inquérito por questionário	60

Índice de Tabelas

Tabela 1. Classificação das variáveis independentes e dependentes.....	20
Tabela 2. Caracterização da amostra por sexo	25
Tabela 3. Caracterização das faixas etárias da amostra por sexo	25
Tabela 4. Caracterização das qualificações acadêmicas da amostra	26
Tabela 5. Caracterização da amostra quanto à sua situação de namoro	27
Tabela 6. Teste de Alfa de <i>Cronbach</i> do questionário	28
Tabela 7. Teste de Alfa de <i>Cronbach</i> do questionário	28
Tabela 8. Teste de Alfa de <i>Cronbach</i> para a escala da área cognitiva	28
Tabela 9. Teste de Alfa de <i>Cronbach</i> para a escala da área emocional	29
Tabela 10. Teste de Alfa de <i>Cronbach</i> para a escala da área comportamental	29
Tabela 11. Médias das áreas da dependência emocional da amostra por sexo	30
Tabela 12. Teste de U de Mann-Whitney da escala da área cognitiva.....	31
Tabela 13. Teste U de Mann-Whitney da escala da área emocional.....	31
Tabela 14. Teste U de Mann-Whitney da escala da área comportamental.....	32
Tabela 15. Matriz de Correlações das três área da dependência emocional.....	33
Tabela 16. Média das escalas das áreas da dependência emocional por sexo.....	34
Tabela 17. Questão 32 “Já alguma vez foste vítima de qualquer tipo de violência por parte do (a) teu (tua) parceiro (a)?”	35
Tabela 18. Questão 33 “Qual o tipo de violência mais sofrida?”	35

Índice de Figuras

Figura 1. Pedido de divulgação do Inquérito por questionário.....	60
Figura 2. Divulgação do Inquérito por questionário.....	60

Acrónimos e Siglas

APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

UMAR - União de Mulheres Alternativas e Resposta

SNS - Serviço Nacional de Saúde

APA- American Psychiatric Association

DSM- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

Introdução

A presente dissertação, inserida no âmbito do 2º ano de Mestrado em Educação Social - Intervenção e Educação ao Longo da Vida, da Escola Superior de Educação de Bragança, do Instituto Politécnico de Bragança, intitula-se de “*A dependência emocional nas relações de namoro: uma perspetiva dos jovens*” e tem como objetivo, explicar como o fenómeno da dependência emocional, em volta das relações amorosas, pode contribuir para o mal estar relacional e pessoal dos jovens e desenvolver atitudes impróprias entre os jovens.

A preferência pela presente temática incidiu no facto da dependência emocional ser um tema recente e estar relacionada com a violência no namoro entre os dois sexos, feminino e masculino (Cueva e Rodríguez, 2022). O tema da violência no namoro é um refere-se a comportamentos de danos físicos (agressões físicas), de danos psíquicos (maltrato psicológico) e de danos sexuais (relações sexuais forçadas) (Moral et al., 2017).

O público-alvo da investigação são jovens do sexo masculino e do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos de idade e que atualmente estão ou já tenham estado, anteriormente, numa relação de namoro. A seleção desta faixa etária relaciona-se com o facto de haver uma maior liberdade de experimentação e uma grande envolvimento de emoções durante as relações de intimidade entre os jovens, considerando que, é uma etapa de desenvolvimento fulcral na qual os jovens iniciam e ampliam os seus interesses românticos (Dias et al., 2014). Não obstante a questão-problema definida para esta investigação é a seguinte, “*De que forma a dependência emocional afeta os jovens nos próprios relacionamentos de intimidade?*”. Posteriormente, definiram-se objetivos para a concretização deste estudo. Um objetivo geral: (i) analisar a possível existência de dependência emocional nos jovens nas relações de namoro, e dois objetivos específicos: (ii) reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional e (iii) identificar a área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos.

No que respeita à organização desta dissertação, a mesma é segmentada por duas partes, a parte I referente ao enquadramento teórico, e a parte II dedicada à componente empírica. Por conseguinte, a parte I é constituída pelo capítulo I, abordagem teórica e a parte II pelo capítulo II, contextualização do estudo e pelo capítulo III, apresentação de resultados. No capítulo I, abordagem teórica, foi feita uma revisão da literatura sobre o tema da dependência emocional. Primeiramente, definiu-se o conceito de dependência emocional e realçaram-se as suas particularidades, de seguida, mencionaram-se os

modelos que visam explicar a dependência emocional. Depois, fez-se referência às relações de namoro, enunciando as suas fases, relacionaram-se as relações amorosas com a dependência emocional, abordou-se a importância do equilíbrio emocional nas relações e, por fim, refletiu-se sobre a Educação Social e o papel do Educador Social na intervenção com o dependente emocional. No capítulo II, contextualização do estudo, apresenta-se a justificação do estudo, assim como a metodologia utilizada, a questão problema, os objetivos, as hipóteses e a amostra, o instrumento de recolha de dados e o tratamento e interpretação dos dados. No último capítulo, o III, a amostra foi descrita, as hipóteses foram apresentadas e por fim, foi feita a análise e discussão dos resultados de forma a dar resposta aos objetivos deste estudo. Por último, e não menos importante, seguem-se as considerações finais, onde foi feita uma sinopse das principais conclusões do estudo, permitindo dar resposta à questão problema desta investigação e aos objetivos de estudo, e igualmente saber o impacto da dependência emocional na área da Educação Social.

Para complementar, neste estudo, foi utilizado como instrumento de recolha de dados, o inquérito por questionário. O mesmo é composto por itens de perguntas abertas e fechadas e uma escala de avaliação de grau de concordância de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente), designada por escala de *Likert*. Este instrumento de recolha de dados permitiu obter um posicionamento pessoal sobre o comportamento do indivíduo em relação à dependência emocional.

A dependência emocional é, assim, uma problemática de saúde, sendo em maior parte reconhecida na literatura científica (Castelló, 2005), pelo que, é primordial dar ênfase ao reconhecimento desta temática atual, principalmente nos jovens, visto, se associar a comportamentos de violência que, muitas vezes, tendem a ser desvalorizados socialmente (Pinto, 2022). Contudo, importa refletir na educação social o tema da dependência emocional, de forma, a serem penalizados comportamentos e pensamentos que possam, conseqüentemente, desestabilizar emocionalmente o ser humano. Apesar de ser uma tema mais centrado na psicologia, é já um tema de teor social que se torna imprescindível para a educação social designadamente, enquanto área de intervenção socioeducativa, que visam acompanhar as necessidades emocionais do ser humano, com fim de promover as competências socioemocionais através da partilha de estados emocionais e do desenvolvimento do autoconhecimento emocional.

Parte I

Enquadramento teórico

Numa primeira parte deste estudo, a temática a explicar será fundamentada por autores relacionados ou que se relacionaram com o tema da dependência emocional.

Inicialmente será abordada a dependência emocional como tema principal, e posteriormente, serão analisados três modelos explicativos. De seguida, será feita uma interligação entre as relações de namoro e a dependência emocional e, por último mas não menos importante, será refletida a importância da intervenção que o educador social pode ter no apoio às pessoas dependentes emocionais. Contudo, este ponto tem como base fulcral analisar, teoricamente, a dimensão da dependência emocional como um fenómeno social e ainda, compreender a que nível pode afetar o desenvolvimento do indivíduo.

Capítulo I

Da definição conceptual à intervenção

1. Dependência emocional

1.1 Clarificação conceptual

A dependência emocional, como explicam Rodrigues e Chalhub (2009), citados por Santos e Antão (2020), acontece quando na infância se produz um vínculo mal formado com a figura de apego, o que faz com que na fase juvenil e na fase adulta o jovem ou o adulto procure na outra pessoa, dentro da relação, um amor e afeto que lhe faltou em idade infantil. Por conseguinte, um vínculo mal formado na infância desenvolve no ser humano um apego inseguro face às relações que pode vir a desencadear na sua vida. Nesta sequência, a dependência emocional provoca no ser humano relações desequilibradas e submissas desenvolvendo, progressivamente uma baixa autoestima (Petrucci et al., 2014, citados por Paiva et al., 2022).

O amor, visto como um mecanismo, leva a diferentes experiências na vida do ser humano e conduz a comportamentos dinâmicos na relação de namoro. O amor patológico, caracterizado como um transtorno, afeta principalmente mulheres por estas valorizarem mais o seu relacionamento de namoro acima de qualquer coisa (Boscardin & Kristensen, 2011). Segundo Amor et al. (2022), a mulher tende a perdurar e a valorizar a sua relação

de namoro, devido ao medo de ficar só ou ser abandonada pelo seu parceiro, iniciando assim dependência emocional com este.

Neste contexto, em Portugal, foram desenvolvidos dois estudos acerca da violência cometida entre casais, um pela Associação de Apoio à Vítima (APAV) e outro pela União de Mulheres Alternativas e Respostas (UMAR). Segundo dados divulgados pela APAV, no ano 2021, o sexo feminino continua a ser o grupo mais vitimizado. Foram vítimas de violência, decorrentes da sua relação de namoro, 10.308 mulheres por parte dos seus cônjuges, companheiros ou ex-cônjuges, sendo que, a maior parte das vítimas possui formação académica, tornando isto cada vez mais alarmante (APAV, 2022). Já a UMAR divulgou com a aprovação do Ministério da Educação um estudo nacional sobre a violência no namoro no qual participaram 4598 jovens com idades compreendidas entre os 11 e os 21 anos de idade. O mesmo estudo apontou que 26% dos jovens não consideram como fatores de violência no namoro o controlo, 23% a perseguição e 19% dos jovens a violência sexual, sendo que, 20% dos jovens reconheceram um dos grandes indicadores de maior vitimização e sofrimento a violência psicológica (UMAR, 2023).

Desta forma, a dependência emocional é um tema de diferentes perspetivas pelos autores. Segundo Amor et al. (2022), a dependência emocional é a “ligação afetiva permanente excessiva a outra pessoa que é disfuncional, e está associada a uma baixa autoestima que produz deficiências afetivas significativas” (p.292). Na visão do Castelló (2005), especialista em transtornos da personalidade, a dependência emocional significa “a extrema necessidade de natureza afetiva que uma pessoa sente em relação ao seu parceiro ao longo dos seus diferentes relacionamentos” (p.17). Para Bution e Wechsler (2016), a dependência emocional é um transtorno caracterizado por comportamentos aditivos nas relações de namoro. A American Psychiatric Association (APA) no Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), entende a dependência emocional como um “transtorno de necessidade dominante e excessiva de quem cuida levar a comportamentos submissos, a um apego exagerado e ao medo da separação” (APA, 2014, p.367). Esbec e Echeburúa (2010) compreendem a dependência emocional como um transtorno de personalidade dependente. Os dependentes emocionais, se abandonados, podem cometer suicídio ou sujeitarem-se a diversos tipos de violência por parte de quem os rejeita, possuem um forte sentimento de insegurança e ciúme que pode desencadear estados emocionais de raiva e levá-los, nos casos mais extremos, ao homicídio às vezes seguido de suicídio (Bution & Wechsler, 2016). Para as autoras Machado e Romanha (2020), a dependência emocional é entendida como um transtorno

multifatorial, influenciado por fatores neurológicos, psicológicos e sociais, que para Moral et al. (2017) se pode relacionar com a prática de crime público, a violência e também com o amor patológico, como já referido. Santos e Antão (2020) caracterizam o amor patológico, como a prática de comportamentos de cuidado e atenção excessiva. Já a violência no namoro é entendida como qualquer tipo de comportamento dentro da relação, que provoca danos físicos, psicológicos e sexuais no companheiro/a. Estas condutas, como as agressões física, incluem bater e esbofetear, as agressões psicológicas abrangem as humilhações, a intimidação e os insultos, e por fim as agressões sexuais compreendem relações sexuais forçadas (Tello, 2015).

Assim, especialistas sobre o tema da dependência emocional acreditam que, os dependentes emocionais são vítimas de comportamentos violentos físicos, psicológicos e sexuais dentro da relação de namoro, visto a pessoa dependente apresentar níveis de insatisfação na sua área afetiva (Castelló, 2012). As agressões físicas, bem como psicológicas afetam negativamente a saúde física e mental, gerando sintomas de depressão e de ansiedade (Watkins et al., 2014, citados por Tello, 2015). Porém, os dependentes emocionais possuem características próprias que determinam a manifestação da dependência emocional, características essas que são apresentadas no ponto seguinte.

1.2 Particularidades da dependência emocional

A manifestação de dependência emocional num indivíduo é compreendida através de vários comportamentos e atitudes. A submissão, a obsessão e o medo do abandono são as principais condutas apontadas numa pessoa dependente emocional, sendo que, não é necessário que um indivíduo cumpra todas estas particularidades para entender que sofre de dependência emocional. Mais, a pessoa com dependência emocional tende a apresentar um desequilíbrio afetivo, baixa autoestima, ansiedade, depressão e falta de amor próprio (Castelló, 2005). Para Machado e Romanha (2020), para um bom relacionamento funcionar deve haver confiança, respeito, companheirismo e amor para conceber uma relação saudável, mas para tal é necessário que o ser humano cresça num bom ambiente familiar, de forma, a facilitar a comunicação e a manifestação de afetos. Aquando da inexistência de comunicação com as pessoas mais próximas, a pessoa desenvolve características de dependência emocional que podem afetar o seu desenvolvimento (Tello, 2015).

Desta forma, Castelló (2005) apresenta três vertentes relacionais mais afetadas numa pessoa dependente emocional. A vertente das relações de namoro, a vertente das relações interpessoais e a vertente da autoestima e do estado de espírito. Na vertente das relações de namoro, o dependente emocional tem a necessidade excessiva de estar com o seu parceiro ou com a sua parceira e sentir um desejo de exclusividade na relação, um sentimento de prioridade perante qualquer outra coisa, idealização do outro e medo do abandono. Na vertente das relações interpessoais, o dependente emocional tem a necessidade de agradar o outro, falta de habilidades sociais, e ainda o desejo de exclusividade. Por último, na vertente da autoestima e do estado de espírito, a pessoa dependente emocional possui uma baixa autoestima, medo da solidão e um estado de espírito negativo.

Izquierdo Martínez e Gómez-Acosta (2013) referem que as pessoas que sofrem de dependência emocional apresentam características em três áreas principais: na área cognitiva, na área comportamental e na área emocional. Na área cognitiva ou de pensamento, a pessoa sente-se desvalorizada, medo de ser abandonada, refletindo que merece ficar só, receio pela separação e da solidão, procurando assim, a atenção. Também, um sentimento de controlo em relação à pessoa que está ao seu lado (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Moral-Jiménez & Gonzales-Sáez, 2020). Moral-Jiménez e González-Sáez (2020), num dos seus estudos, concluíram que, os jovens que sofrem de dependência emocional apresentam um perfil cognitivo característico, com distorções cognitivas e estratégias de enfrentamento que causam uma perceção diferencial nas relações afetivo-dependentes. Na área comportamental, o dependente emocional expressa intensamente as suas emoções e dispõe totalmente a sua atenção na outra pessoa. Também a busca pela atenção, para assegurar a permanência da outra pessoa na relação, é uma característica permanente nos dependentes emocionais. Por último, na área emocional, as características dos dependentes emocionais são, principalmente, a instabilidade emocional, a dificuldade em assimilar problemas, a sensação de insegurança, os sentimentos de instabilidade como medo, abandono, raiva e culpa, também o ciúme e a obsessão com medo de perder o outro são outras características da área emocional.

Já no DSM-5 são assinaladas como formas de manifestação de dependência emocional: a incapacidade de tomar decisões no dia a dia, a dificuldade em assumir responsabilidades na sua própria vida, a complexidade em contrariar as outras pessoas por medo de perder o seu apoio, a dificuldade em iniciar projetos e fazer coisas por si

próprio, fazer coisas que lhe desagradam só para contentar e ser aceite pelas outras pessoas, a necessidade constante de estar em relações para se sentir cuidado e apoiado, e por fim, o sentimento de preocupação, medo de ser abandonado e ter de se cuidar de si próprio (APA, 2014). Moral-Jiménez e González-Sáez (2020) apontam como principais particularidades da dependência emocional a possessividade, a incapacidade de abandono, o amor incondicional que sente pela outra pessoa, a subordinação face à outra pessoa, a perda da própria identidade, a falta de habilidades sociais, a baixa autonomia e o sentimento de vazio emocional.

Contudo, a dependência emocional surge da necessidade afetiva constante perante a outra pessoa na relação amorosa, apresentando comportamentos e sentimentos que refletem medo, solidão, subordinação, controlo e pensamentos obsessivos (Castelló, 2005). Todavia a dependência emocional traz consequências para o desenvolvimento humano, consequências essas referidas no ponto seguinte.

1.3 Consequências da dependência emocional

A dependência emocional relacionada com a vinculação afetiva constante, associa-se a uma baixa autoestima e a uma carência de afeto (Amor et al., 2022). Para as autoras Machado e Romanha (2020) a dependência emocional relaciona-se a disfunções psicológicas que geram uma maior vulnerabilidade no relacionamento, obrigando à permanência no relacionamento devido ao sentimento de cuidado e apoio face à outra pessoa.

Porrúa-García et al. (2016) e Rodríguez-Caballeira et al. (2014), citados por Paiva et al. (2022) mencionam que os abusos psicológicos se dividem em dois tipos: estratégias diretas ou de estratégias indiretas. Nas estratégias diretas são afetadas a cognição, a emoção e os comportamentos e nas estratégias indiretas são praticadas a manipulação, coerção e pressão. Desta forma, o abuso psicológico não é fácil de ser percebido pelas vítimas, em maior parte mulheres, por acontecer de uma forma invisível (Paiva et al., 2022).

Além disso, o transtorno da dependência emocional é uma causa que pode motivar comportamentos de violência física, psicológica e sexual numa relação de namoro (Moral et al. 2017) que estimulam agressões físicas, maus-tratos psicológicos, abusos sexuais e comportamentos dominantes, resultando por vezes na morte (Tello, 2015). Conforme

Tello (2015) as consequências da dependência emocional que mais afetam o desenvolvimento humano são a depressão, os pensamentos suicidas e a ansiedade.

Em suma, a dependência emocional baseia-se em fatores como, a imaturidade emocional, a criação de expectativas do amor ideal e a frequência de comportamentos e atitudes conservadoras (Moral et al., 2017). Martín e Moral (2019), citados por Moral-Jiménez e González-Sáez (2020) referem que tanto vítimas como agressores de violência psicológica são os que mais sofrem de dependência emocional. Portanto, é neste contexto que serão analisados no segundo ponto três modelos que explicam a dependência emocional.

2. Modelos explicativos da dependência emocional

2.1 Teoria da Vinculação

Bowlby e Ainsworth desenvolveram a teoria da vinculação, que designaram por “ligações afetivas” (Tereno & Matos, 2017). De acordo com Soares (1996) a teoria da vinculação visa explicar a natureza e a qualidade de ligação da criança à mãe, uma ligação entre o ser humano em fase de desenvolvimento e a pessoa que cuida. Bowlby (1969/1982), citado por Tereno e Matos (2017) “teorizou a vinculação como sendo um sistema motivacional, que tem como objetivo a proteção e o reconforto da criança” (p.409).

Ainsworth (1985, citado por Tereno e Matos, 2017) define o termo de vinculação conforme vários critérios em que a ligação afetiva procura ser,

persistente e não transitória; envolve uma figura específica e reflete uma atração que um indivíduo tem por outro indivíduo; é uma relação emocionalmente significativa; o indivíduo deseja manter a proximidade ou contacto com essa figura, ainda que tal possa variar em função de vários fatores (ex. idade, o estado do indivíduo ou as condições do meio); o indivíduo experiencia uma certa perturbação face a uma situação de separação involuntária e, sobretudo, quando deseja a proximidade e tal não lhe é possível; existe uma procura de segurança e de conforto na relação com essa pessoa. (p.409)

Bowlby (1989), citado por Dalbem e Dell’Aglío (2005) considerou como pressuposto da sua teoria as relações de afeto estabelecidas na infância, em que, a vivência da criança num ambiente seguro e com cuidados, a fim de, mais tarde, o seu nível afetivo

ser estável e com pertença ao grupo social. Castelló (2005) considera que é na fase inicial da vida da criança que a dependência emocional tende a progredir se os laços afetivos familiares não forem fortificados. Referindo que, os familiares ou as pessoas mais próximas desempenham um papel fundamental na criação de laços para com o recém-nascido.

É ao longo do desenvolvimento que as crianças assimilam as experiências relacionais com as figuras de vinculação (Veríssimo et al., 2016, citados por Tereno & Matos, 2017). Experiências essas reconhecidas por esquemas relacionais que incluem o eu, o outro e a relação (Bowlby, 1969/1982, citado por Tereno & Matos, 2017). A qualidade da vinculação das crianças obedece à interação de fatores biológicos e ambientais que desempenham um papel ativo na vida da criança, permitindo uma maior regulação no funcionamento sócio emocional. Tereno e Matos (2017) apontam que a presença de figuras relacionais proporcionam ao indivíduo um bom desenvolvimento e uma boa forma de lidar e recuperar traumas.

Desta forma, a criança procura na sua figura de vinculação o seu próprio bem estar, o cuidado e a atenção que permitam a satisfação das suas necessidades básicas, a sua segurança e proteção. A ausência de tudo isso e da figura de vinculação causa, na criança, um grande desconforto e ansiedade (Soares, 1996). Nesta perspectiva, a criação de vínculos com outras pessoas na infância é fundamental, visto, desenvolver a personalidade da criança e facilitar a manifestação de emoções em qualquer contexto (Cueva & Rodríguez, 2022). Assim, a dependência emocional tende a iniciar-se na infância, onde sentimentos de carência afetiva e insatisfação das necessidades têm como consequência a insegurança, a desvalorização e a baixa autoestima na fase adulta (Cueva & Rodríguez, 2022).

Uma teoria seguinte vem explicar como o ser humano observa e interpreta o seu ambiente envolvente no seu processo de aprendizagem através de comportamentos replicáveis.

2.2 Teoria Social Cognitiva de Albert Bandura

A teoria social cognitiva de Bandura explica a forma como os indivíduos se comportam e atuam na sociedade, visto serem reforçados a exibir certos padrões de comportamentos. Neste sentido, Bandura assinala como uma das causas que afetam o comportamento os fatores biológicos, como hormonas e características hereditárias e os

fatores ambientais, como a observação e experiências diretas. Os fatores ambientais são os mais apontados na teoria social cognitiva de Bandura (Bee, 1984).

Bandura et al. (2008) entendem que, “ser agente significa influenciar o próprio funcionamento e as circunstâncias de vida de modo intencional” (p. 15). Os traços caracterizadores de um agente humano são, principalmente, a intencionalidade na realização de planos e estratégias, a extensão temporal no planejamento de objetivos presentes e futuros e a auto-regulação na adoção de padrões pessoais, de forma, a satisfazer-se pessoalmente (Bandura et al., 2008).

A teoria de Bandura assenta, sobretudo, na observação de comportamentos e tem como princípios básicos o autodesenvolvimento, a adaptação e a mudança do agente humano perante o seu meio envolvente e, também, a representação do comportamento humano (Bandura 2001, citado por Bandura et al., 2008). Bee (1984) afirma que muitos dos comportamentos desenvolvidos pelas crianças são aprendidos através da imitação de forma a adquirir atenção por parte dos outros e nos jovens adultos através da aprendizagem de comportamentos que havia aprendido antes na infância e também através da influência de comportamentos entre os jovens.

Neste sentido, esta teoria determina as aprendizagens de comportamentos sociais através da observação que, posteriormente, se refletem nas condutas de vivência do ser humano. A prática de comportamentos contraproducentes provenientes da infância refletem a forma como o ser humano recorre à violência na resolução de conflitos, ao invés de recorrer a estratégias comunicativas que promovam a relação e o bem estar (Antunes, 2016). Desta forma, é no ambiente familiar que o indivíduo aprende a comunicar, a socializar e a replicar comportamentos, sejam estes adequados ou inadequados à vida social. Os comportamentos inadequados podem ter resultados devastadores no ser humano, sendo que as condutas e as atitudes são direcionadas sobretudo para a violência (Antunes, 2016).

A teoria da aprendizagem social explica como os comportamentos adquiridos na infância podem provocar atitudes que legitimam à violência nomeadamente numa relação de namoro (Oliveira, 2016).

Assim, esta teoria relaciona-se com a dependência emocional, na medida em que, os traços dos dependentes emocionais são a consequência das influências do seu meio envolvente, afetando assim o desenvolvimento da sua personalidade. Também pela replicação de comportamentos. Soares (2017) afirma que, esta teoria explica a conduta

violenta num relacionamento de namoro, visto, se confirmar influência não só na família como também no grupo de pares do desenvolvimento da personalidade do ser humano.

No seguinte ponto apresenta-se uma teoria que vem explicar o fenómeno da violência de género.

2.3 Teorias Feministas

As teorias feministas propõem uma lente teórica específica para interpretar a violência sobre as mulheres e, igualmente, sobre o poder e o controlo exercido pelo sexo masculino sobre o sexo feminino (Soares, 2017). Estas teorias, “inserem-se nas perspetivas socioculturais, onde são reveladas as condições políticas, sociais e culturais que vigoram em determinados períodos históricos” (Oliveira, 2016, p.14) e posicionam-se na proteção das mulheres que sofrem de violência nas relações de namoro que, para Almeida (2008), são o “resultado de uma sociedade patriarcal, devido à distribuição desigual do poder entre homens e mulheres, aos valores, às crenças e aos padrões comportamentais” (p.66).

Para Soares (2017), as perspetivas socioculturais são importantes, na medida em que contribuem para a análise do género e da violência, referindo, os valores patriarcais como os grandes impulsionadores das desigualdades de género nas sociedades. Os valores referidos distinguem-se por vários tipos: valores sociais, sistemas e instituições legais; valores intergeracionais, de geração para geração; valores culturais, proliferação de valores; valores individuais, valores próprios do dia a dia (Marin & Russo, 1999 citado por Soares, 2017).

Almeida (2008) alude para a importância de as perspetivas feministas visto serem essenciais para compreender a violência nas relações de namoro. Norwood (1999), citado por Castelló (2005) afirma que, “o sexo feminino tende a ser protagonista da dependência emocional” (p.22). Amor et al. (2022) afirma, igualmente, que a dependência emocional está relacionada com mulheres vítimas de violência. As perspetivas femininas são o resultado das influências do meio envolvente das mulheres que geram uma certa dependência e promovem a violência doméstica. Counts et al., (1999), citados por Nascimento (2019) consideram como fatores de dependência, em grande parte, as normas culturais e o poder económico do sexo masculino.

Num ponto a seguir, será refletida a dependência emocional nas relações de namoro.

3. As relações de namoro

3.1 As fases de uma relação de namoro

Neste ponto a seguir, será refletida a dependência emocional nas relações de namoro. A relação de namoro é, segundo Bertoldo e Barbará (2006), “a estabilidade da associação entre duas pessoas” (p.229), tendo como principal responsável, o amor. Caracterizado como um sentimento amoroso, o amor é uma intensa emoção humana e uma forma de atração interpessoal que alicerça numa relação, a satisfação (Schlosser, 2014) e o compromisso (Simpson et al., 1986; Berscheid, 2010, citados por Dias et al., 2014). Dias et al. (2014) consideram o amor uma variável que leva à união ou ao casamento, assim como, ao fim da relação ou ao divórcio.

Neste sentido, a APAV (2023) menciona duas perspectivas de relações de namoro, a perspectiva das relações saudáveis, quando é visível a demonstração de afeto, carinho, respeito, apoio, compreensão um pelo outro e a perspectiva das relações não saudáveis quando são constantes as discussões, as reações ciumentas, a violência e os insultos.

Autores como Haugen et al. (2008), citados por Dias et al., (2014), apontam como etapa desenvolvimental mais primordial para a aquisição de competências, a adolescência, pois é nesta mesma etapa que os indivíduos determinam a qualidade e o funcionamento das suas relações na vida adulta. Hoffmeister et al. (2019) realizaram um estudo para compreender o amor nas diferentes etapas de vida, na adolescência, na adultez e na velhice. Desta forma, os autores deste mesmo estudo, compreenderam que o amor desenvolvido nas relações entre os adolescentes é visto como um “sentimento passageiro” e “a descoberta de si e do outro”; já na adultez, o amor é a “confiança no parceiro” e a “maturidade emocional”; e na velhice, o amor é a “solidez dos sentimentos” e é visto como “conformado” (p. 6).

No entanto, Castelló (2005) traçou um ciclo comum das relações de namoro da dependência emocional, o mesmo autor menciona que nem todas as relações de dependência emocional tem necessariamente que seguir a ordem deste ciclo, pois algumas podem evoluir e outras retroceder entre as fases de uma relação. O ciclo de uma relação conta com seis fases, (i) euforia, em que o dependente emocional identifica o outro como interessante levando à ilusão, esta fase poderá produzir-se ou não; (ii) subordinação, é o início da submissão e o desejo de admiração pela outra pessoa da relação; (iii) dano, relaciona-se com a fase anterior, nesta fase a duração da relação varia, pode prolongar ou

haver uma rutura e, posteriormente, haver uma reconciliação de novo, ainda nesta fase a subordinação aumenta assim como a dominação do outro, tornando o dependente emocional vítima e sem controlo na relação e o parceiro narcisista, desprezando assim o dependente emocional na relação; (iv) rutura, o dependente emocional acomoda-se a uma situação vivida pela angústia no relacionamento e o outro habitua-se, prolongando assim um mau estar entre ambos, causando danos psicológicos e patológicos; (v) transição, é a fase na qual o dependente emocional tende a lutar, daí apoiar-se nos seus amigos que anteriormente tinha abandonado devido ao outro na relação; (vi) recomeço, o dependente emocional possibilita uma reconciliação ou então a idealização do novo outro, terminar o ciclo anterior e iniciar uma nova etapa (Castelló, 2005).

Contudo, caso as relações de namoro evoluam através de comportamentos de submissão, de violência e sem afeto estamos perante a dependência emocional. No ponto seguinte é desenvolvido o tema da dependência emocional nas relações de namoro.

3.2 A dependência emocional nas relações de namoro

As relações de namoro marcadas pela dependência emocional causam graves desequilíbrios emocionais desenvolvendo no indivíduo, insegurança, baixa autoestima, desvalorização pessoal devido a um apego inseguro instável desenvolvido anteriormente na infância (Petruccelli et al., 2014 citado por Paiva et al., 2022).

Desta forma, num estudo realizado por Paiva et al. (2022) com 222 mulheres, os resultados apontaram para que os abusos cometidos surgem de forma “sutil e invisível”. Os mesmos autores admitem que, o “abuso psicológico é tão grave quanto o abuso físico” (p.3). Afirmam ainda a dependência ser preditor do abuso psicológico em que, “quanto mais dependentes forem as mulheres, mais elas permanecerão no relacionamento abusivo, aceitando todas as formas de manipulação em virtude da dependência emocional” (Dutton & Painter, 1981; Walker, 1979, citados por Paiva et. al., 2022, p.3).

Urbiola et al. (2017), citado por Paiva et al. (2022), admitem que, o crescimento da dependência emocional numa relação de namoro relaciona-se, sobretudo, com o medo de ficar sozinho e uma necessidade de agradar sempre o parceiro, o que faz diminuir a autoestima e “aumentar as crenças que legitimam a violência pelo parceiro íntimo” (p.4). Dutton e Painter (1993); Moral e Ruiz (2009), citados por Paiva et al. (2022), mencionam que “a dependência fortalece o vínculo entre a pessoa em condição inferior e a pessoa em

condição superior”, em que, “a mulher dependente apresenta maior autonegação, rejeitando a realidade, acreditando que o relacionamento não tem problemas” (p.4).

Todavia, a existência de dependência emocional nos parceiros nas relações de namoro distinguem-se, sobretudo, na submissão, na idealização do parceiro, no medo da separação e no abandono (Castelló, 2012). Para Castelló (2012), a dependência emocional numa relação de namoro significa uma mudança, inicia-se no amor e termina em sofrimento. Desta forma, a pessoa dependente, normalmente, sobrepõe tudo e todos, a si próprio, o seu trabalho e por vezes até aos seus filhos para satisfazer a sua área afetiva, por considerar que a sua vida só adquire sentido se permanecer, juntamente, com o seu parceiro na relação (Castelló, 2012).

3.3 Importância do equilíbrio emocional nas relações de namoro

Fouto (2017) menciona que, as relações de namoro exigem a satisfação de diversas necessidades tais como,

da companhia humana para partilhar valores, sentimentos, interesses e objetivos, bem como do suporte emocional que permite ter alguém dedicado ao nosso bem-estar, de um aliado face aos desafios da vida que possibilita a autoconsciência e da autodescoberta que se obtém mediante o processo de intimidade e confrontação com outro ser humano. (p.8)

Por conseguinte, uma relação amorosa de qualidade é aquela baseada na confiança, no sentimento de segurança e na satisfação, envolvendo sentimentos e emoções positivas (Fouto, 2017), tendo como princípios de um relacionamento, a satisfação, a confiança, a proximidade, a intimidade, a paixão e o amor (Fletcher et al., 2000, citados por Fouto, 2017, p.8).

Goleman (1995) afirma que as emoções são impulsos de ação imediata para lidar no dia a dia e cada emoção desempenha uma função no cérebro e no corpo como um todo. Desta forma, as emoções decorrem de reações que, posteriormente, normalizam a atividade humana e contribuem para a adaptação de situações adversas (Santos & Antão, 2020).

Nas relações de namoro, a comunicação e o desenvolvimento de laços íntimos são primordiais para estabelecer o equilíbrio emocional. Santos e Antão (2020) afirmam que, nas relações entre pares deve dar-se relevância não só, às condutas verbais, como também, às não verbais decorrentes das emoções e da observação.

De acordo com o SNS (2023) as relações saudáveis baseiam-se nos sentimentos de apoio e bem estar pessoal. Não obstante, para uma estabilidade relacional é importante que as relações de namoro estabeleçam, comunicação, abertura de sentimentos e liberdade de expressão; respeito, valorização mútua e estima às diferenças de cada um; igualdade, toma de decisões conjuntas; afeto, demonstração de afeto e partilha de sentimentos; confiança e reforço da confiança mútua; liberdade, respeito pelo espaço de cada um; honestidade e reconhecimento pela privacidade de cada um; e, na vida sexual, consenso na sexualidade entre ambos. As relações só serão melhoradas caso o indivíduo adquira aptidão de amar e de ser amado, contribuindo desta forma para o bem estar físico e mental (SNS, 2023). Ainda nas relações de namoro há sempre uma tendência em agradar ao outro, e isto é válido se não for contra os ideais que a pessoa acredita, daí o equilíbrio emocional nas relações de pares ser fundamental, de forma a não haver uma insatisfação na relação (Santos & Antão, 2020).

Contudo, o equilíbrio emocional é um processo construtivo e demorado. Um processo fulcral para os relacionamentos de namoro saudáveis, em que a liberdade de expressão e a aceitação tornam-se os pilares elementares numa relação. De acordo com Santos e Antão (2020), é fundamental “a capacidade de regular as emoções, pois ninguém nasce a saber agir e, quanto mais saudável se for emocionalmente, maior a probabilidade do sucesso de uma relação” (p.21).

No seguinte ponto é salientada a importância da área Educação Social perante a dependência emocional, reforçando a intervenção que os técnicos superiores de Educação Social podem vir a ter com as pessoas dependentes emocionais.

4. Intervenção do Educador Social no apoio ao dependente emocional

A Educação Social é uma área de saber que ainda se encontra em desenvolvimento (Azevedo, 2021). Enquanto profissão, a Educação Social, encontra-se no campo das ciências da educação, enquadrada na pedagogia social (Correia et al., 2014 citados por Costa, 2021) e converge entre o âmbito educativo e social (Gueifão et al., 2021).

Azevedo (2021) entende a educação social como “uma práxis complexa, composta por diferenciados campos de intervenção, que só fazem sentido num modelo de interação integrado e sociopedagógico com a pessoa” (p.52). Esta profissão, segundo Azevedo (2021), adota “limites específicos na finalidade da intervenção dos educadores sociais, com o intuito de compreender e explicar a realidade interventiva, mas também

promover a possibilidade de formular novas metodologias a acrescentar à prática profissional” (p.52).

Em Portugal, a Educação Social surgiu por exigência dos sistemas de proteção social (Costa, 2021), assumindo como princípios base, a paciência da vontade, a responsabilidade, a hospitalidade, o humanismo, a proximidade, a educabilidade, o espírito de renúncia, a sensibilidade ética, o compromisso e a aceitação incondicional (Baptista, 2012 citada por Azevedo, 2021).

A Educação Social, segundo António e Arco (2021), deve estar em constante atualização para dar resposta à sociedade cada vez mais dinâmica, heterogênea e diversa, de forma a promover e a valorizar o bem comum. Afirma ainda que esta área científica é dotada de profissionais que podem desenvolver diversas ações em prol da transformação social, de forma a auxiliar e a reconhecer problemas, assim como a sua resolução (António e Arco, 2021 citados por Costa, 2021).

No âmbito da dependência emocional, os educadores sociais podem contribuir, progressivamente, para a promoção e desenvolvimento de competências sociais e emocionais dos seres humanos (Costa & Faria, 2019), pelo que, se torna necessário contextualizar a Educação Social de forma a recuar a dependência social. Segundo Zins et al., (2001), citados por Costa e Faria (2019) a “Educação Social e emocional constitui um quadro conceptual, que conjuga um leque de competências cognitivas e interpessoais e permitem ao jovem desenvolver e atingir objetivos académicos, sociais e emocionais significativos com o suporte dos principais agentes envolvidos na educação dos jovens, como a família, a escola e a comunidade” (p.7).

Na dependência emocional, o papel do educador social pode passar por promover o desenvolvimento pessoal e emocional do ser humano, também por promover competências sociais e emocionais e ainda, auxiliar na aprendizagem da regulação emocional. Além disso, o educador social pode ainda, apoiar na prevenção de dificuldades emocionais, assim como, fortalecer o conhecimento emocional perante os indivíduos para que dessa forma, consigam lidar com as suas próprias emoções (Almeida, 2017). Denham (1998), citado por Almeida (2017) aponta que, a forma mais clara de conhecer as emoções é através da regulação emocional que implica a “capacidade de reconhecer e saber lidar com as mesmas”, tornando-se numa tarefa difícil, pois a regulação emocional é “inseparável da experiência e expressão e compreensão das emoções” (p.18).

Em suma, Azevedo (2021) aponta “os Educadores Sociais como investigadores socioeducativos, que exigem um conhecimento científico não apenas suportado em

teorias e modelos de intervenção, mas essencialmente de conhecimentos, de metodologias de pesquisa e de métodos quantitativos e qualitativos que lhes permitam analisar, interpretar e fazer propostas de desenvolvimento comunitário, social, educativo e humano num contexto do debate político, profissional e científico” (p.63). Os educadores sociais podem, por exemplo, dinamizar dinâmicas em contexto escolar ou fazer comunicações, como palestras educativas.

Parte II

Investigação empírica

Nesta segunda parte apresentam-se os aspetos metodológicos que caracterizam esta investigação. Esta parte divide-se em dois capítulos, o capítulo II referente à contextualização do estudo e o capítulo III, relativo à apresentação dos resultados.

No capítulo II apresenta-se a justificação do estudo, a metodologia de investigação utilizada, a questão problema, objetivos, hipóteses e amostra, o instrumento de recolha de dados e por fim, o tratamento e interpretação dos dados. Já no capítulo III, constam a apresentação e descrição da amostra, a apresentação e análise dos dados recolhidos no inquérito por questionário, a análise das hipóteses de investigação e por último, a análise e discussão dos resultados. Para levantamento e procedimento dos resultados fez-se uso do programa *Jamovi*.

Capítulo II

Contextualização do estudo

1. Justificação do estudo

A temática da dependência emocional é recente e complexa, pouco tratada e conhecida. Distinguida como um transtorno mental e de comportamento, a dependência emocional é conhecida na literatura científica (Castelló, 2005).

A dependência emocional afeta várias áreas da vida do ser humano. Destacamos, principalmente neste estudo, a área cognitiva, a área emocional e a área comportamental e foi nestas mesmas áreas que o instrumento de recolha de dados utilizado incidiu. Na área cognitiva, o dependente emocional tem uma distorção nos pensamentos, nas crenças e nas opiniões. Na área emocional diferenciam-se os vários estados emocionais da pessoa dependente emocional que podem distinguir-se em positivos ou negativos, nesta área a constante mudança dos estados emocionais desencadeia diferentes reações no dependente emocional. Já na área comportamental são encontrados diferentes comportamentos desadaptativos na rotina do dependente emocional (Castelló, 2005).

A presente investigação emerge da necessidade de compreender a temática da dependência emocional nas relações de namoro dos jovens, com idades compreendidas

entre os 18 e os 29 anos de idade, nas diferentes áreas referidas anteriormente uma vez que a literatura se foca na idade adulta. Desta forma, o objetivo deste estudo foi reconhecer qual o sexo mais afetado pela dependência emocional nos jovens e qual a área de desenvolvimento mais afetada pela dependência emocional nos jovens da nossa sociedade. O desequilíbrio afetivo, a ansiedade e a depressão são as consequências mais frequentes e apontadas no desenvolver da dependência emocional. A dependência emocional na bibliografia anteriormente utilizada dá referência a uma necessidade de vinculação afetiva excessiva noutra pessoa, resultando numa vinculação disfuncional (Amor et al., 2022).

Com a realização deste estudo de investigação pretende-se analisar e compreender a dependência emocional nas relações de namoro entre os jovens em três áreas de desenvolvimento, na área cognitiva, emocional e comportamental. Assim, esta investigação realiza-se junto da população mais jovem do sexo masculino e feminino, uma vez, existir nesta faixa etária uma maior acumulação de comportamentos que podem desencadear estados emocionais preocupantes para a vida do ser humano e também uma maior partilha e influência de conhecimentos e aprendizagens.

2. Metodologia da investigação

A metodologia de investigação é uma base primordial numa investigação para a obtenção de respostas às nossas questões. Desta forma a metodologia privilegiada para a concretização deste trabalho de estudo foi a pesquisa quantitativa de carácter descritivo.

De acordo com Moresi (2003), a pesquisa quantitativa serve para medir opiniões, atitudes e comportamentos, como se pretende neste estudo, perceber a posição pessoal dos jovens quanto à existência de dependência emocional nas suas relações de namoro. A metodologia quantitativa consiste na análise de dados de linguagem matemática, com fim a interpretar os resultados levantados para fazer a ligação entre a realidade e a revisão da literatura fundamentada na primeira parte deste trabalho de estudo (Silva, 2010).

O instrumento de recolha de dados utilizado, de forma a conseguir atingir os objetivos pretendidos, foi o inquérito por questionário. O questionário, segundo Moresi (2003), é um “instrumento constituído por perguntas que devem ser formuladas de maneira clara, objetiva, precisa e de linguagem acessível” (p. 65). Neste sentido, para a elaboração deste questionário foi determinante a questão problema, os objetivos e as hipóteses de investigação. Assim, foram consideradas como tipo de perguntas para o

questionário de estudo, perguntas fechadas, que correspondem à seleção de apenas uma alternativa de resposta, perguntas abertas, perguntas de resposta livre e perguntas de nível de concordância, que permitem medir graus de concordância pessoal.

A escolha desta abordagem metodológica quantitativa permite um número alargado de participantes assim como, analisar as relações entre variáveis (Álvares, 2021) e testar as hipóteses definidas em relação ao tema da dependência emocional. Neste sentido, as variáveis distinguem-se em dois tipos, variáveis dependentes e independentes (tabela 1). As variáveis dependentes permitem fazer uma medição através de testes ou da resolução de problemas em situações reais. As variáveis independentes são aquelas que podem ser manipuladas e que, posteriormente, determinam uma situação, característica ou fenómeno. (Coutinho, 2015, citado por Bernardo e Cossa, 2021).

De acordo com Álvares (2021), “a construção de um questionário parte de um conceito que se traduz num conjunto de dimensões e que se materializam em indicadores e deduzem-se em variáveis de estudo” (p.9).

Álvares (2021) compreende que:

“a opção pela recolha autónoma de dados e aplicação de um inquérito por questionário é a mais acertada em situações de pesquisa em que existe já alguma informação exploratória e a intenção é descrever um fenómeno, considerando a sua amplitude e é possível equacionar hipóteses explicativas originais, para as quais não existe já informação disponível.” (p.9)

Variável independente	Variáveis dependente
Sexo	Área cognitiva
	Área emocional
	Área comportamental

Tabela 1. Classificação das variáveis independentes e dependentes

(Fonte: elaboração própria)

Através de uma pesquisa quantitativa é legítimo gerar medidas precisas e confiáveis que permitam uma análise estatística de dados. Assim recorreu-se à técnica de análise estatística descritiva para descrever e interpretar os dados recolhidos, à estatística

descritiva e inferencial e ao teste do Alfa de *Cronbach* para medir a consistência interna e fiabilidade do instrumento de recolha de dados.

3. Questão problema, objetivos, amostra e hipóteses

Para uma investigação é fundamental a construção e formulação de um problema, a definição de objetivos, a seleção da amostra e também a identificação de hipóteses, com fim a corroborar a teoria e a metodologia.

A definição de um objetivo principal permite testar a hipótese geral da investigação e os objetivos específicos procuram testar hipóteses ainda mais específicas numa investigação (Álvares, 2021). E, neste sentido, definiu-se como objetivo geral deste estudo, o seguinte:

- Analisar a possível existência de dependência emocional dos jovens nas relações de namoro;

E como objetivos específicos:

- Reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional;
- Identificar a área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos.

Segundo Morais (2013) uma questão problema é “qualquer questão para a qual não se conhece resposta e se procura pelo menos uma solução, em qualquer domínio do conhecimento, assumindo características científicas quando envolve variáveis, ou categorias, que podem ser observadas e testadas cientificamente” (p.2). Desta forma, a questão problema deste estudo é a seguinte,

- De que forma a dependência emocional afeta os jovens nos seus relacionamentos de intimidade?

Após delinear os objetivos e a questão problema, a amostra determina o conjunto de pessoas ou a unidade de análise sobre o qual os dados precisos são recolhidos para a investigação pretendida (Paranhos, 2016; Sampieri, 2007, citados por Pinto, 2022). Desta forma, a amostra para esta investigação é definida, segundo três critérios de seleção:

- Jovens dos 18 aos 29 anos de idade;
- Sexo feminino ou sexo masculino;
- Jovens que se encontrassem ou já se tinham encontrado anteriormente numa situação amorosa;

De referir, caso não se encontrassem ou se nunca tivessem estado numa situação amorosa, os participantes seriam excluídos da investigação.

Por conseguinte, para dar resposta aos objetivos definidos foram criadas um conjunto de hipóteses de investigação. As hipóteses constituem respostas provisórias ao trabalho de investigação em causa que podem vir a confirmar-se ou não nas conclusões do estudo (Pinto, 2022). Assim, definem-se como hipóteses de investigação, as seguintes:

- Hipótese 1: A dependência emocional afeta mais o sexo feminino
- Hipótese 2: As três áreas envolvidas na dependência emocional, área cognitiva, área emocional e área comportamental estão correlacionadas;
- Hipótese 3: A área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos é a emocional;
- Hipótese 4: O maior tipo de violência sofrido entre os jovens é a violência psicológica.

4. Instrumento de recolha de dados

Para esta investigação o instrumento de recolha de dados selecionado foi o inquérito por questionário (anexo 1). Segundo Pinto (2022), este instrumento é a opção mais utilizada nas ciências sociais e humanas, que para Soares (2017) permite abranger um maior número de participantes e também obter respostas livres e ainda, conseguir conclusões generalizadas da amostra (Pinto, 2022). A elaboração deste instrumento fez-se a partir da questão problema previamente definida e a partir da bibliografia utilizada no enquadramento teórico. O inquérito por questionário é constituído por perguntas abertas e perguntas fechadas. As perguntas abertas permitiam uma maior liberdade de posicionamento pessoal sobre o tema em causa e as perguntas fechadas permitiam obter um resultado possível de ser analisado com recurso à estatística. Por sua vez, foi utilizada também uma escala de avaliação de concordância, de 1(discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente), designada por escala de *Likert*.

Quanto à organização do questionário, o mesmo foi segmentado em seis secções. A secção 1 consiste numa breve introdução e explicação da investigação em causa. Encontram-se explicados, nesta secção, os objetivos de estudo e a finalidade do mesmo, também se encontrava o termo de consentimento livre e informado, de forma a cumprir os critérios éticos que uma investigação exige. A secção 2, refere-se aos dados sociodemográficos, de forma a proceder a uma caracterização da amostra. Juntamente na

secção 3 e 4, uma vez que a investigação se dirige a jovens que estivessem atualmente ou tivessem estado numa relação de namoro, os inquiridos referem a sua posição pessoal relativamente à sua situação de namoro. E nas secções 5 e 6, referem-se a um conjunto de itens abertos, itens fechados e uma escala de avaliação de concordância, subdivididos em três áreas da dependência emocional estudadas ao longo deste estudo, a área cognitiva, a área emocional e a área comportamental. Estes itens referem-se, unicamente, ao posicionamento pessoal do jovem, com fim de dar resposta ao tema desta dissertação e assim, as respostas puderem permitir recolher dados para testar as hipóteses e serem confrontadas com a bibliografia utilizada na primeira parte deste trabalho de estudo.

Quanto ao procedimento de administração do instrumento de recolha de dados, o mesmo foi elaborado a partir da plataforma *Google Forms*, criado com o link online https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSewjrXNdtzxsDrJp0JOHJCQFM2-68Xp8T8hEPjiaNWsnTTCQ/viewform?usp=sf_link. A partir deste *link* fez-se a divulgação nas redes sociais, apelando à passagem de informação. Solicitou-se ainda, de forma a abranger mais jovens, um pedido de divulgação (anexo 2) ao professor e diretor da Escola Superior de Bragança, para que este pudesse divulgar através do *e-mail* geral dos alunos da Escola Superior de Bragança o inquérito por questionário. A recolha dos dados decorreu entre 1 de agosto a 9 de outubro, sendo que o tempo médio para o seu preenchimento foi estimado em cerca de 7 a 10 minutos.

5. Tratamento e interpretação dos dados

Para tratamento e interpretação dos dados desta pesquisa quantitativa foi utilizado o programa estatístico de acesso gratuito, *jamovi*. O *jamovi* é um software de estatística que permite tratar e analisar dados quantitativos.

Foram utilizados como procedimentos estatísticos, a estatística descritiva, com fim a, analisar dados quantitativos, o teste de Alfa de *Cronbach* para medição e avaliação da consistência interna do instrumento de recolha de dados e a estatística inferencial para calcular correlações entre variáveis.

Morais (2005) define a estatística descritiva como, “um conjunto de técnicas analíticas utilizado para resumir o conjunto dos dados recolhidos numa dada investigação que são organizados, geralmente, através de números, tabelas e gráficos. Para tal, evidenciou-se o valor mínimo, valor máximo, a soma dos valores, as contagens, a média, a moda, a mediana, a variância e o desvio padrão” (p.8). A estatística refere-se assim, a

um conjunto de técnicas e métodos de pesquisa que permitem a recolha, a organização de dados, a análise e a disseminação de informação (Morais, 2005). A estatística inferencial refere-se a medidas de associação que quantificam a intensidade e a direção de associação de variáveis (Maroco, 2007, citado por Rodrigues, 2012). A medida do Alfa de *Cronbach* refere-se à consistência da fiabilidade de um instrumento de recolha de dados (Maroco & Garcia-Marques, 2006). Segundo Matthiensen (2011) “os valores de alfa variam de 0 a 1 e quanto mais próximo de 1, maior a confiabilidade entre os indicadores” (p.9).

Neste sentido, procedeu-se estatisticamente, num primeiro momento, à descrição da amostra através de variáveis demográficas, como a idade dos participantes, o sexo, o nível de qualificação, a situação amorosa, a duração da relação assim como, a idade do/a parceiro/a. Aplicaram-se as medidas de tendência central que representam valores frequentes num conjunto de dados, a média, a mediana e a moda, as medidas de dispersão que permitem quantificar a dispersão num conjunto de dados, o desvio padrão e também o valor máximo e valor mínimo que envolve a ordenação dos valores numéricos dos dados. Num segundo momento procedeu-se à caracterização do instrumento de recolha de dados, recorrendo ao Alfa de *Cronbach* a avaliação da consistência interna do questionário aplicado nesta investigação. E num terceiro momento à análise das hipóteses recorrendo a vários testes estatísticos de análise estatística inferencial.

Capítulo III

Apresentação dos resultados

6. Apresentação e descrição da amostra

Para esta dissertação foi selecionada uma amostra a partir de três critérios particulares e com base nos objetivos delineados. Neste caso, os critérios selecionados foram: (i) sexo masculino e sexo feminino; (ii) idades entre os 18 e os 29 anos de idade; e (iii) que estivessem ou tivessem estado recentemente numa relação de namoro. Caso não cumprissem estes critérios, o participante seria de imediato excluído da presente investigação. Assim, os dados recolhidos assentam nas respostas dadas pelos participantes através do questionário via *online* (Anexo 1).

De acordo com a tabela 2., consentiram participar nesta investigação uma amostra de n=76 jovens, sendo que n=55 (72,4%) eram jovens do sexo feminino e n= 21 (27,6%) jovens do sexo masculino.

Sexo	N	% do Total	% acumulada
Feminino	55	72.4 %	72.4 %
Masculino	21	27.6 %	100.0 %

Tabela 2. Caracterização da amostra por sexo

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

No que concerne à idade dos participantes (tabela 3), esta varia entre os 18 e os 29 anos de idade, conforme os critérios definidos para esta investigação, sendo a média de 23 anos de idade.

Por análise na tabela 3. observa-se uma média de 23,1 anos para o sexo feminino com um desvio padrão de 2,54 anos e uma média de 23,7 anos para o sexo masculino com um desvio padrão de 2,26 anos. Neste caso, a mediana da amostra de ambos os sexos incidia nos 23 anos de idade.

	Sexo	N	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Idade	Feminino	55	23.1	23	2.54	18	29
	Masculino	21	23.7	23	2.26	20	29

Tabela 3. Caracterização das faixas etárias da amostra por sexo

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Relativamente ao nível de qualificação académica (tabela 4), a maior parte da amostra possuía habilitações de ensino superior, prevalecendo a licenciatura com n=34 (44,7%) participantes, a seguir n=15 (19,7%) referiam ter o mestrado, n=14 (18,7%) dos participantes afirmaram ter o ensino secundário vocacionado para o ensino superior, n=6 (7,9%) participantes detinham qualificação de nível pós-secundária (nível 5), a seguir n=4 (5,3%) referiam ter ensino secundário obtido por percursos de dupla certificação (nível 4), n= 1 (1,3%) o 2º ciclo de ensino básico e n= 2 (2,6%) o 3º ciclo do ensino básico.

Nível de Qualificação	N	% do Total	% acumula da
Nível 1- 2º Ciclo do Ensino básico	1	1.3 %	97.4 %
Nível 2- 3º Ciclo do Ensino Básico obtido no ensino geral ou por percursos de dupla certificação	2	2.6 %	100.0 %
Nível 3- Ensino Secundário vocacionado para prosseguimento de estudos de nível superior	14	18.4 %	63.2 %
Nível 4- Ensino Secundário obtido por percursos de dupla certificação ou Ensino Secundário vocacionado para prosseguimento de estudos de nível superior acrescido de estágio profissional – mínimo de 6 meses	4	5.3 %	96.1 %
Nível 5- Qualificação de nível pós-secundária não superior com créditos para prosseguimento de estudos de nível superior	6	7.9 %	90.8 %
Nível 6- Licenciatura	34	44.7 %	44.7 %
Nível 7- Mestrado	15	19.7 %	82.9 %

Tabela 4. Caracterização das qualificações académicas da amostra

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

No que respeita à situação amorosa dos participantes (tabela 5), n= 62 (81,6%) jovens responderam que se encontravam ou recentemente se tinham encontrado numa relação de namoro e n= 14 (18,4%) referiram que nunca tinham estado numa relação ou não se encontravam numa relação, pelo que, foram de imediato excluídos da amostra de investigação, uma vez que se aplicava a jovens que já tivessem experienciado uma situação amorosa. Neste sentido, esta investigação recai sobre numa amostra de n=62 elementos. Quanto à duração de namoro, n=42 participantes referiram que se encontravam ou se tinham encontrado numa relação com mais de um ano, n=7 referiram de 7 meses a 1 ano, n=7 indicaram 3 a 6 meses e n=5 há menos de três meses.

Situação de namoro	N	% do Total	% acumulada
Sim	62	81.6 %	81.6 %
Não	14	18.4 %	100.0 %

Tabela 5. Caracterização da amostra quanto à sua situação de namoro

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Apresentada e descrita a amostra desta investigação segue-se no tópico seguinte, a caracterização do instrumento de recolha de dados.

7. Caracterização do instrumento de recolha de dados

Para análise da fiabilidade do instrumento de recolha de dados recorreu-se ao Alfa de *Cronbach*. Este teste permite analisar a consistência interna e medir a fiabilidade de uma escala (Maroco e Garcia-Marquez, 2006). Neste sentido, os valores de uma consistência interna de Alfa de *Cronbach* variam numa escala de [0-1], sendo que, um instrumento contém uma fiabilidade apropriada a partir de 0,70, entre [0,8-0,9] a fiabilidade é considerada moderada e a partir de 0,9 a fiabilidade é elevada (Maroco e Garcia-Marquez, 2006).

Na tabela 6 é apresentado o valor total Alfa de *Cronbach* das escalas do instrumento de recolha de dados. As questões consideradas para este valor corresponderam às escalas das três áreas de desenvolvimento humano afetadas pela dependência emocional área cognitiva (questões 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 e 18), área emocional (questões 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26) e área comportamental (questões 27, 28, 29, 30, 31, 34, 35 e 37) (anexo 1).

O valor referido é de 0,908, revelando que as questões foram bem explanadas, considerando o instrumento de recolha de dados utilizado com uma fiabilidade elevada, por se encontrar acima de 0,9 (tabela 6.).

	<i>α de Cronbach</i>
Escala	0.908

Tabela 6. Teste de Alfa de *Cronbach* do questionário

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Porém, o valor total do questionário incluía questões que se correlacionavam negativamente com as restantes da escala, pelo que, foi decidida a eliminação das mesmas de forma a não influenciar o valor de Alfa de Cronbach. As questões eliminadas foram a 15, a 19 e a 23 (anexo 1).

Com a retirada das questões mencionadas anteriormente, o valor de Alfa de *Cronbach* do questionário é de 0,933 (tabela 7) resultando num instrumento de recolha de dados de elevada fiabilidade por se deparar acima de 0,9.

	<i>α de Cronbach</i>
Escala	0,933

Tabela 7. Teste de Alfa de *Cronbach* do questionário

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Aplicou-se também o teste de Alfa de *Cronbach* a cada uma das escalas das áreas da dependência emocional.

Considerando a tabela 8 referente à escala da área cognitiva da dependência emocional o valor de Alfa de *Cronbach* é de 0,819, revelando uma fiabilidade de consistência interna moderada por se encontrar entre [0,8-0,9].

	<i>α de Cronbach</i>
Escala	0,819

Tabela 8. Teste de Alfa de *Cronbach* para a escala da área cognitiva

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Na tabela referenciada abaixo (tabela 9) é apresentado um valor de Alfa de *Cronbach* de 0,866, considerando também uma fiabilidade moderada da escala da área emocional encontrando-se entre [0,8-0,9].

	<i>α de Cronbach</i>
Escala	0,866

Tabela 9. Teste de Alfa de *Cronbach* para a escala da área emocional

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

De acordo com a tabela 10, o valor de Alfa de *Cronbach* de 0,819 indica que a escala da área comportamental é de fiabilidade moderada por se deparar entre [0,8-0,9].

	<i>α de Cronbach</i>
Escala	0,819

Tabela 10. Teste de Alfa de *Cronbach* para a escala da área comportamental

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Assim, considerados os resultados do teste de Alfa de *Cronbach* podemos afirmar que estamos perante um instrumento de recolha de dados de boa fiabilidade e de qualidade.

8. Análise das hipóteses de investigação

Hipótese 1- A dependência emocional afeta mais o sexo feminino

Para analisar e testar a primeira hipótese de investigação formulada optou-se por, primeiramente, somar os valores de cada uma das áreas da dependência emocional e, seguidamente, fazer a soma total das três áreas referentes à dependência emocional.

Com a soma dos valores foi possível comparar as médias obtidas pelos dois sexos, o sexo feminino e o sexo masculino nas três respetivas áreas da dependência emocional, na área cognitiva, na área comportamental e na área emocional.

	Sexo		Escala área cognitiva		Escala área comportamental		Escala área emocional		Total das escalas	
N		Feminino	46		46		46		46	
		Masculino	16		16		16		16	
Média		Feminino	19.8		19.3		11.2		50.3	
		Masculino	25.5		25.8		16.6		67.9	
Mediana		Feminino	20.0		19.5		10.0		48	
		Masculino	23.5		25.0		15.0		61.5	
Desvio-padrão		Feminino	4.89		5.99		4.76		13.6	
		Masculino	7.16		6.24		7.62		19.9	
Mínimo		Feminino	12		8.00		6.00		32.0	
		Masculino	18		15.0		8.00		44.0	
Máximo		Feminino	30		34.0		24.0		85.0	
		Masculino	40		37.0		30.0		107	

Tabela 11. Médias das áreas da dependência emocional da amostra por sexo

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

De acordo com a tabela 11, na escala da área cognitiva verifica-se que o sexo feminino tem uma média de 19,8 e o sexo masculino uma média de 25,5, um valor consideravelmente mais acima que o sexo feminino. Estes resultados permitem confirmar que o sexo masculino tem uma maior distorção de pensamentos vulneráveis e inseguros relativamente a si próprio, tornando-o assim mais dependente emocional.

Na escala da área comportamental (tabela 11) confirma-se que o sexo feminino tem uma média de 19,3 e o sexo masculino uma média de 25,8. Identificando o sexo masculino com uma maior dependência e submissão em relação ao seu/sua parceiro/a, resultando em comportamentos de carência e de obsessão.

Seguindo na tabela 11, na escala da área emocional, a média do sexo feminino é de 11,2 e a do sexo masculino é de 16,6. Esta diferença de valores reconhece o sexo

masculino com uma maior dependência relativamente aos estados emocionais do/da seu/sua parceiro/a de forma a sentir-se bem emocionalmente.

Assim, o sexo masculino apresenta nesta amostra uma média total de 67,9 com desvio padrão de 19,9, um valor consistentemente mais alto que o sexo feminino com uma média de 50,3 e com desvio padrão de 13,6 (tabela 11). Neste sentido, para verificar a existência de diferenças estatísticas significativas na amostra deste estudo optou-se por aplicar o teste de U de Mann-Whitney em alternativa ao teste t , uma vez não ter sido possível aplicar este devido à violação dos pressupostos da normalidade.

Assim, objetivou-se por analisar o nível de significância da diferença utilizando o teste de equivalência não paramétrico, teste de U de Mann-Whitney, para cada uma das escalas das áreas da dependência emocional encontrando na amostra de estudo algumas diferenças.

		Estatística	p
Escala área cognitiva	U de Mann-Whitney	193	0.005
Nota. $H_a \mu_{\text{Feminino}} \neq \mu_{\text{Masculino}}$			

Tabela 12. Teste de U de Mann-Whitney da escala da área cognitiva

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Na tabela 12 observa-se o teste de U de Mann-Whitney de significância num valor de 193 correspondente a um p de 0,005 mostrando assim, a existência da diferença estatística significativa das médias no sexo feminino e do sexo masculino na área cognitiva.

		Estatística	p
Escala área emocional	U de Mann-Whitney	199	0.006
Nota. $H_a \mu_{\text{Feminino}} \neq \mu_{\text{Masculino}}$			

Tabela 13. Teste U de Mann-Whitney da escala da área emocional

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Na tabela 13, para a escala da área emocional, o valor do teste de U de Mann-Whitney foi de 199 correspondente a um p de 0,006 referindo que as médias observadas entre os dois sexos são também estatisticamente diferentes.

		Estatística	p
Escala área comportamental	U de Mann-Whitney	155	< .001
Nota. $H_a \mu_{\text{Feminino}} \neq \mu_{\text{Masculino}}$			

Tabela 14. Teste U de Mann-Whitney da escala da área comportamental

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Na tabela 14, o teste estatístico de equivalência não paramétrico de U de Mann-Whitney num valor de 155 correspondente a um $p < 0,001$, sendo inferior ao nível de significância de $p < 0,05$, indica que na escala da área comportamental a média do sexo feminino é estatisticamente diferente da média da obtida pelos respondentes do sexo masculino.

Os resultados verificados nesta amostra, concluem que o sexo masculino é o mais afetado pela dependência emocional nas três áreas referenciadas, na área cognitiva, na área emocional e na área comportamental.

Hipótese 2- As três áreas envolvidas na dependência emocional, área cognitiva, área emocional e área comportamental estão correlacionadas;

		Escala área cognitiva	Escala área emocional
Escala área emocional	R de Pearson	0.874	—
	gl	60	—
	p-value	< .001	—
	Rho de Spearman	0.775	—
	gl	60	—
	p-value	< .001	—
Escala área comportamental	R de Pearson	0.679	0.716

		Escala área cognitiva	Escala área emocional
	gl	60	60
	p-value	< .001	< .001
	Rho de Spearman	0.601	0.596
	gl	60	60
	p-value	< .001	< .001

Tabela 15. Matriz de Correlações das três área da dependência emocional

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Considerada a segunda hipótese optou-se por fazer uma análise de correlação entre as três áreas da dependência emocional, a área cognitiva, a área emocional e área comportamental (tabela 15).

Verifica-se na tabela 15 a existência de três correlações estatísticas significativas, a primeira entre a área cognitiva e a área emocional, resultando numa correlação significativa com um R de Pearson de 0,874, a segunda entre a área emocional e a área comportamental com um R de Pearson de 0,716 e a terceira entre a área cognitiva e a área comportamental com um R de Pearson com 0,679.

Neste sentido, confirma-se que a área cognitiva tem uma maior relação com área emocional do que com a comportamental, o que permite afirmar que a dependência emocional está mais correlacionada com a forma como o indivíduo se sente do que com a forma como se comportar.

Os resultados obtidos para esta segunda hipóteses mostram uma correlação entre as três áreas da dependência emocional, destacando a área cognitiva com a área emocional em particular.

Hipótese 3- A área da dependência emocional mais afetada em ambos os sexos é a emocional;

Na tabela 16 apresentam-se as médias das três áreas da dependência emocional obtidas pela amostra desta investigação, pelo sexo feminino e pelo sexo masculino. A

média obtida pelo sexo feminino na área emocional é de 11,2 e a do sexo masculino é de 16,6, enquanto na área cognitiva o sexo feminino tem uma média de 19,8 e o masculino uma média de 25,5 o que significa uma média mais elevada que a emocional, já na área comportamental a média do sexo feminino é de 19,3 e a do masculino é de 25,8, concluindo que cada sexo é mais afetado numa área que outra, enquanto que o sexo feminino é mais afetado na área cognitiva, o sexo masculino é mais afetado na área comportamental.

	Sexo	Escala área cognitiva	Escala área emocional	Escala área comportamental
N	Feminino	46	46	46
	Masculino	16	16	16
Média	Feminino	19.8	11.2	19.3
	Masculino	25.5	16.6	25.8
Desvio-padrão	Feminino	4.89	4.76	5.99
	Masculino	7.16	7.62	6.24

Tabela 16. Média das escalas das áreas da dependência emocional por sexo

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Hipótese 4- O maior tipo de violência sofrido entre os jovens é a violência psicológica:

Com base nos dados apresentados na tabela 17 verifica-se que n=36 (58,1%) da amostra feminina e n=11 (17,7%) da amostra masculina negaram ter sido vítimas de violência e uma amostra de n=10 (16,1 %) dos participantes do sexo feminino e n= 5 (8,1%) do sexo masculino afirmam ter sido já vítimas de violência.

Questão 32.	Sexo	N	% do Total	% acumulada
Não	Feminino	36	58.1 %	58.1 %
	Masculino	11	17.7 %	75.8 %
Sim	Feminino	10	16.1 %	91.9 %
	Masculino	5	8.1 %	100.0 %

Tabela 17. Questão 32 “Já alguma vez foste vítima de qualquer tipo de violência por parte do (a) teu (tua) parceiro (a)?”

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

Neste sentido para esta investigação optou-se por saber qual o tipo de violência mais sofrido em ambos os sexos, uma vez que na literatura referenciada evidenciava a violência psicológica.

De acordo com a tabela 18, os tipos de violência mais apontados foram a violência psicológica com uma amostra de n= 6 do sexo feminino, seguindo o sexo masculino com n= 4, a seguir a violência verbal com n= 3 do sexo feminino e apenas n= 1 do sexo masculino e por fim a violência social com apenas uma amostra de n= 1, sendo do sexo feminino.

Tipo de violência mais sofrida	Sexo	Contagens	% do Total
Verbal	Feminino	3	20.0 %
	Masculino	1	6.7 %
Psicológica	Feminino	6	40.0 %
	Masculino	4	26.7 %
Social	Feminino	1	6.7 %
	Masculino	0	0.0 %

Tabela 18. Questão 33 “Qual o tipo de violência mais sofrida?”

(Fonte: elaboração própria com recurso ao Jamovi)

9. Análise e discussão dos resultados

Neste ponto apresenta-se a análise e a discussão dos resultados obtidos pela análise das respostas dadas pelos participantes através do inquérito por questionário de natureza quantitativa. Neste sentido pretende-se, neste ponto, discutir e refletir os resultados assim como, compreendê-los. Os objetivos definidos logo desde o início deste estudo permitiram orientar esta investigação sobre a perspetiva dos jovens relativamente à dependência emocional nas relações de namoro.

Para compreender o tema da dependência emocional foi considerado o inquérito por questionário para recolha de dados da amostra de investigação que se pretendia estudar. Este método de recolha de dados contemplou três áreas mais afetadas no desenvolvimento humano pela dependência emocional, a área cognitiva, a área emocional e área comportamental representadas em escalas de *Likert*, sendo que o instrumento para o efeito teve um Alfa de *Cronbach* que aponta para uma elevada fiabilidade de 0,933.

Consentiram participar neste estudo uma amostra de n=76 participantes, foram excluídos n=14 por não se encontrarem ou nunca se terem encontrado numa relação de namoro. Neste sentido, obtivemos, neste estudo, uma amostra constituída por n=62 participantes, n=46 do sexo feminino e n=16 do sexo masculino, que tinham em média 23,2 anos. A maior parte da amostra tinham qualificações académicas de nível superior, predominando a licenciatura. Da amostra n=42 referiram que se encontravam ou se tinham encontrado numa relação amorosa há mais de um ano, n=7 assinalaram de 7 meses a 1 ano, n=7 indicaram de 3 a 6 meses e n=5 há menos de 3 meses.

Assim, numa primeira parte do questionário, os participantes foram questionados diretamente se já tinham sofrido ou achavam que tinham sofrido de dependência emocional, a amostra revelou que 25,8% (n=16) do sexo feminino e 11,3% (n=7) do sexo masculino afirmam já ter sofrido, 24,2% (n=15) do sexo feminino e 6,5% (4) do sexo masculino responderam “talvez” e 24,2% (n=15) do sexo feminino e 8,1% (n=5) do sexo masculino responderam “não”. Estes resultados vão ao encontro dos alcançados estudos bibliográficos citados ao longo desta investigação, em que o sexo feminino é mais predominante na dependência emocional do que o sexo masculino por demonstrarem pensamentos patológicos, sentimentos de medo e comportamentos de subordinação. (Castelló, 2005).

Para compreender a dependência emocional considerou-se fulcral aceder às conceções que os jovens tinham acerca deste tema. Os resultados conseguidos pela amostra revelaram o tema da dependência ser reconhecido pela população jovem sendo que a maior parte desta, reconhece o sentido do termo de dependência emocional. As definições de dependência emocional dadas pelos participantes foram, por exemplo: Resposta 1: “*Na minha opinião dependência emocional é quando alguém sente a necessidade de ter alguém a seu lado que lhe de atenção, carinho, que fale com ela ou simplesmente ter a presença constante do namorado/a, amigo, mãe...*”; Esta opinião vai de encontro a estudos de Bution e Wechesler (2016) em que a dependência emocional é, caracterizada para estes autores como “um padrão crónico de demandas afetivas

insatisfeitas, que buscam ser atendidas através de relacionamentos interpessoais” (p.79); Na resposta 2: “*Sentimentos de baixa autoestima que levam a pessoa a ter comportamentos para manter o/a companheiro/a perto por medo de serem abandonadas*”; esta ideia vai ao encontro aos estudos de Alegre e Paucar (2022) em que o dependente emocional possui sentimentos exagerados de medo por abandono; A resposta 3: “*Apego excessivo a outra pessoa*”; Resposta 4: “*É a falta de se ser capaz só, depende de alguém para ser feliz, para realizar tarefas, de saber estar só*”; Resposta 5: “*Depender de alguém, alterar a sua vida tendo a outra pessoa em mente em todas as alturas*”; Resposta 6: “*Gostar da maneira como nos trata mas não gostar em si*”; Resposta 7: “*É uma necessidade em que uma pessoa depende de outra para ser feliz e tomar as suas próprias decisões*”; Resposta 8: “*Dependencia emocional é quando dependes dessa pessoa para ser feliz*”; Resposta 9: “*Uma pessoa estar dependente da outra*”; Resposta 10: “*O que eu entendo por dependência emocional é estarmos tão dependente do outro para nos sentirmos bem no dia a dia*”; Resposta 11: “*Se não falarmos com a pessoa, se não tivermos a atenção da outra pessoa tudo corre mal, ficamos tristes*”; Resposta 12: “*Na minha opinião dependência emocional caracteriza a necessidade extrema e excessiva que uma pessoa tem na presença de outra, ou seja, a dependência que noutro ser humano para viver*”; Resposta 13: “*A dependência emocional ocorre quando uma pessoa é totalmente dependente de outra para ser feliz, criando um laço afetivo com o outro de dependência*”; Resposta 14: “*Depender da companhia do outro, da aprovação do outro, da mensagem do outro para se sentir bem e estar bem*”; Resposta 15: “*Quando uma pessoa acredita que só é feliz e só pode ser feliz se estiver com o seu parceiro, podendo influenciar o comportamento da mesma, levando a tomar decisões que anteriormente não tomaria, ou a abdicar das coisas que gosta de fazer para estar com o seu parceiro*”. Todas estas respostas são válidas para reconhecer o termo da dependência emocional como uma patologia, indo ao encontro da definição de dependência emocional de Castelló (2005), sendo “ a necessidade extrema de caráter afetivo que uma pessoa sente em relação ao/à seu/sua companheiro/a nas suas diferentes relações” (p.17) ou de Amor et al., (2022), “a dependência emocional implica uma vinculação afetiva excessiva a outra pessoa, que se torna disfuncional e se associa a uma baixa auto estima gerando carências afetivas significativas” (p. 292). Também estas opiniões dadas pelos participantes são comuns aos estudos dos autores da literatura referenciada, encontrando-se em paralelismo, por exemplo, com os estudos de Machado e Romanha (2020) que caracterizam a dependência emocional como a necessidade

excessiva de atenção e de ciúme extremo tornando o dependente emocional numa pessoa tóxica.

Para análise e teste das hipóteses foram consideradas as escalas de *Likert* distinguidas no instrumento de recolha de dados. As escalas mediam dependência emocional nas suas diferentes áreas, área cognitiva, área emocional e área comportamental. Em análise da hipótese 1: “A dependência emocional afeta mais o sexo feminino”, verificámos, para a nossa amostra, o oposto da bibliografia estudada, ou seja, o sexo feminino pode ser mais dependente emocional mas não nas três áreas referidas, mostrando ser mais dependente emocional numa área em específico da dependência emocional, na área cognitiva com 19,8. Castelló (2005); Paiva et al., (2022); Araújo (2020) apontaram as mulheres como o grupo mais afetado pela dependência emocional. Contudo, verificou-se na amostra deste estudo que o sexo masculino obteve valores mais elevados nas três áreas que o sexo feminino com estatísticas relevantes. Essa diferença de valores é reveladora, confirmando um valor de 50,3 para o sexo feminino e um valor de 67,9 para o sexo masculino. Os autores Bution e Wechsler (2016), no seu estudo concluíram não haver concordância entre autores quanto ao sexo que mais sofre pela dependência emocional, uns a partir dos seus estudos referiram o sexo feminino como o mais dependente emocional por apresentarem maiores distorções cognitivas, já outros referiram o sexo masculino por apresentarem mais ciúmes, raiva, dor e desconfiança, chegando a um não consenso entre diferentes autores. O estudo de Martín e Moral (2019) revelou uma maior dependência emocional nos homens indo ao encontro dos resultados do presente estudo. Neste sentido perante os resultados estatísticos desta investigação, concluímos que o sexo masculino é o mais afetado pela dependência emocional na área comportamental e o sexo feminino na área cognitiva.

Relativamente à hipótese 2: “As três áreas envolvidas na dependência emocional, área cognitiva, área emocional e área comportamental estão correlacionadas”, verificou-se uma maior correlação entre duas áreas em particular, entre a área cognitiva e a área emocional com um valor de R de Pearson de 0,874. Izquierdo Martínez, e Gómez-Acosta (2013) afirmam que a área cognitiva se liga ao pensamento, em que, o dependente emocional gera pensamentos obsessivos como, o medo da separação, da solidão e uma intensa preocupação excessiva de assegurar a presença do outro na relação de namoro, já a área cognitiva para estes autores refere-se aos estados emocionais em relação a si próprio e perante os outros que o rodeiam. Estudos dos autores enunciados anteriormente não abordam as relações entre as três áreas, sendo que nesta presente amostra uma

significativa existe uma correlação entre a área cognitiva e a área emocional. Nesta investigação são ainda apresentados resultados que apontam para a interligação da área emocional com a área comportamental, com uma correlação moderada de 0,716 e da área cognitiva com a área comportamental com uma correlação moderada de 0,679. Perante estes dados, pode afirmar-se que a dependência emocional se relaciona significativamente com “o que eu penso” (área cognitiva) e “o que eu sinto” (área emocional) e não tanto com a forma de como “eu me comporto” (área comportamental).

Para a hipótese 3 “A área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos é a emocional”, fez-se uma análise das médias das três escalas de *Likert* das áreas da dependência emocional. O resultados da amostra apresentaram uma evidência significativa, concluindo a existência de grandes diferenças entre os dois sexos, o feminino e o masculino. Concluímos que, o sexo feminino é mais dependente emocional na área cognitiva (19,8) e o sexo masculino apresenta uma maior dependência emocional na sua área comportamental (25,8). Pelos resultados obtidos, conclui-se que, a área emocional da dependência emocional é a menos afetada por ambos os sexos, apresentando resultados mais baixos. Neste caso, não encontramos estudos que apontassem para área mais afetada, não podendo comparar estes resultados com os de outros estudos existentes.

Considerando a última hipótese 4 “O maior tipo de violência sofrido entre os jovens é a violência psicológica”, verifica-se a confirmação desta hipótese através da análise estatística das frequências relativas de ambos os sexos, identificando uma maior frequência relativa no sexo feminino com 40,0% e o sexo masculino com 26,7%. Segundo Amor et al. (2022) a violência psicológica é mais recorrente na dependência emocional. Estudo desenvolvido pela UMAR (2023) referiu a violência psicológica como o maior indicador de comportamento de vitimização confirmando esta quarta afirmação. Martín e Moral (2019) referem no seu estudo que as pessoas que sofrem e que exercem violência psicológica têm uma maior propensão de sofrer dependência emocional, salientando a violência psicológica com uma maior prevalência nas relações de intimidade dos mais jovens.

Neste sentido, para perspetivar a opinião dos jovens considerou-se, numa fase final do questionário duas questões abertas, a primeira: “Na tua opinião, consideras que a dependência emocional leva a vítima de violência?” sendo que se verificaram algumas respostas de concordância por parte dos participantes, Resposta 1: “A *dependência emocional é um dos motivos que levam muitas mulheres a se submeterem a violência*

física e psicológica, faz com que a pessoa tenha medo de ser abandonada e tenta salvar o relacionamento a qualquer custo”, Resposta 2: *“Quanto maior for a dependência no outro, mais tendência há a perdoar atos que porventura não deveriam ser perdoados como por exemplo violência ou traição”*, Resposta 3: *“A pessoa que possui dependência emocional é mais facilmente manipulada, por querer agradar o parceiro a todo instante”*, Resposta 4: *“o parceiro vê que a companheira é tão vulnerável a nível emocional que se aproveita disso, ao ponto de exercer violência seja ela qual for porque sabe que a mesma se vai culpar no fim e acaba por perdoar por medo de se sentir sozinha”*, já outros inquiridos discordaram da pergunta fundamentando que, Resposta 5: *“Depende muito de pessoa para pessoa. Caso a pessoa seja mais instável mentalmente, é provável que a sua dependência leve a que o/a seu parceiro/a se sinta, de certa forma, superior”*, Resposta 6: *“Acho que não”*. As diversas opiniões dos participantes aqui explanadas vão ao encontro dos resultados do estudo realizado por Bution e Wechsler (2016) que apontam especificamente que *“os homens emocionalmente dependentes de suas parceiras tendem a desempenhar mais frequentemente o papel de abusadores, enquanto as mulheres dependentes tendem a ser vítimas”* (p.87/88).

Referente à segunda questão, *“Na tua opinião, consideras que a dependência emocional leva a ser agressor/a?”* a amostra mostrou-se hesitante e sem opinião nas suas respostas legitimando: Resposta 1: *“Não sei”*; Resposta 2: *“Depende da situação”*; Resposta 3: *“Não tenho uma opinião formada nessa resposta. Indiferente”*; Resposta 4: *“Vai depender, mais uma vez, do tipo de personalidade do companheiro. Mas nem sempre ser emocionalmente dependente de alguém, pode levar a atitudes de violência.”*, já outros inquiridos concordaram com a questão colocada: Resposta 5: *“Sim. A maioria dos agressores sentem que a partir da violência física ou psicológica conseguem tudo o que querem à sua volta. Querem a permanência do seu parceiro na sua própria vida, mesmo que o seu companheiro esteja desconfortável na relação. Deste modo, faz com que as relações que sofram de qualquer tipo de agressão não sejam saudáveis”*; Resposta 6: *“o parceiro vê que a companheira é tão vulnerável a nível emocional que se aproveita disso, ao ponto de exercer violência seja ela qual for porque sabe que a mesma se vai culpar no fim e acaba por perdoar por medo de se sentir sozinha”*. Um estudo realizado por Martín e Moral (2019) refere que o *“dependente emocional é uma pessoa emocionalmente vulnerável, que se encontra ofuscado por um sujeito, tornando-o assim, uma potencial vítima de violência ou também agressor”*. Em suma, há uma maior

prevalência, relativamente a visões de autores, o dependente emocional ser vítima de violência na relação de namoro.

Em análise dos objetivos de investigação deste estudo, o objetivo geral: *Analisar a possível existência de dependência emocional dos jovens nas relações de namoro*, confirma-se que os jovens entre os 18 e os 29 anos têm dependência emocional em relação ao seu (sua) parceiro (a) no seu relacionamento de intimidade. Quanto aos objetivos específicos, o primeiro foi: *Reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional* e a este respeito salienta-se que nas três áreas da dependência emocional o sexo masculino apresenta dependência emocional indo de encontro ao estudo de Martín e Moral (2019). Consideramos também que, o sexo feminino é igualmente afetado pela dependência emocional, uma vez que é uma auto percepção na questão “Já sofreste ou achas que sofreste de dependência emocional?” se observou um maior número respostas afirmativas por parte das participantes femininas. No entanto, ponderámos que, talvez, o sexo masculino não reconheça diretamente a dependência emocional, apesar dos resultados obtidos através de indicadores, por exemplo, “Sentes-te incapaz de estar sozinho/a?”, “Sentes-te inseguro/a na relação, ao ponto de seres muito possessivo/a e ciumento/a com o/a teu/tua parceiro/a?”, “Sentes a necessidade constante de que o/a teu/tua parceiro/a exprima afetos por ti?” indicarem marcas de dependência emocional, visto que, os valores obtidos pela amostra nos indicam uma grande diferença nas respostas com resultados mais elevados para os respondentes do sexo masculino. O segundo objetivo específico foi: *Identificar a área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos*, verificamos nesta amostra uma diferença de respostas, sendo que no sexo feminino a área cognitiva obteve resultados mais elevados e no sexo masculino a área comportamental, acreditamos que os resultados na área cognitiva apontados se relaciona com o facto das mulheres considerarem excessivamente pensamentos de desvalorização pessoal, de baixa autoestima, de medo, abandono e solidão. Já na área comportamental, os homens dependerem de comportamentos que expressem uma atenção demasiada, de se sentirem sobrevalorização através da busca de atenção por parte da sua parceira na relação.

Em conclusão da análise e discussão dos resultados obtidos pela amostra ressaltamos diferenças significativas entre o sexo feminino e o sexo masculino sobre a posição pessoal dos jovens relativamente ao tema da dependência emocional, surgindo para a importância de desenvolver melhor este tema.

Considerações finais

Com a realização desta dissertação “*A dependência nas relações de namoro: uma perspectiva dos jovens*” pretendia-se dar importância ao tema da dependência emocional nas relações de namoro na população mais jovem e igualmente, contribuir para a afirmação da relevância da profissão da Educação Social e do papel do educador social, possibilitando a integração profissional deste com as pessoas dependentes emocionais. A dependência emocional é um tema pouco estudado e, por isso, tentou-se, ao longo deste trabalho evidenciar e salientar para a sua importância e para a necessidade de concretizar novos estudos nesta área.

Neste sentido, apresentam-se neste último ponto desta dissertação as principais conclusões retiradas nesta investigação através dos resultados alcançados, igualmente as limitações do presente estudo e, sugestões para próximas investigações sobre dependência emocional. Importa, ainda neste ponto, refletir sobre os objetivos de trabalho já evidenciados no ponto anterior bem como, dar resposta à questão problema definida antecipadamente nesta investigação.

Para a concretização deste estudo foi necessário, primeiramente, a construção de uma base teórica sobre o tema da dependência emocional, de forma a conceptualizar e compreender o seu conceito, as suas características bem como, as suas consequências. Posteriormente, foi essencial destacar os modelos que explicam a dependência emocional evidenciando o modelo da teoria da vinculação de Bowlby, o modelo da teoria social cognitiva de Bandura e o modelo da teoria feminista. Continuamente, foi essencial contextualizar a dependência emocional nas relações de namoro e igualmente, centrar a Educação Social na intervenção com as pessoas que sofrem de dependência emocional. Resultante da base teórica foi formulada a questão problema: “*De que forma a dependência emocional afeta os jovens nos próprios relacionamentos de intimidade?*”, o objetivo geral: *Analisar a possível existência de dependência emocional dos jovens nas relações de namoro* e os dois objetivos específicos: *Reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional* e *Identificar a área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos*. Com recurso ao inquérito por questionário foi possível dar resposta à questão problema assim como, cumprir com os objetivos de investigação planeados.

No que diz respeito ao objetivo geral- *Analisar a possível existência de dependência emocional dos jovens nas relações de namoro*, verificou-se na nossa investigação que existe dependência emocional nos jovens. A maior parte da literatura

referenciada enfatiza a idade adulta, sendo por isso que a nossa investigação se centrou na população mais jovem por estes mostrarem uma maior liberdade de experimentação e uma grande envolvimento de emoções durante as relações de intimidade, considerando uma etapa de desenvolvimento fulcral, a juventude, onde os jovens iniciam e ampliam os seus interesses românticos (Dias et al., 2014). O primeiro objetivo específico consistia - *Reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional*, de acordo com os resultados estatísticos obtidos verificámos uma significativa diferença entre os sexos, sendo que o sexo masculino apresenta resultados mais elevados de dependência emocional nas três áreas referidas, na área cognitiva, na área emocional e na área comportamental. Esta investigação contradiz a maior parte da literatura que refere que o sexo feminino como o mais dependente emocional. Sendo que, particularmente, num estudo de Martín e Moral (2019) os resultados aproximam-se dos objetivos nesta investigação, em que os homens são mais dependentes emocionais por estes procurarem incessantemente sensações de conforto. O segundo objetivo específico foi *Identificar a área da dependência emocional mais afetada em ambos os sexos* - os resultados da amostra são diferenciados, enquanto a área da dependência emocional mais afetada no sexo feminino é a cognitiva, a do sexo masculino é a área comportamental. Estes resultados são reconhecidos talvez porque, na área cognitiva o sexo feminino possui uma preocupação excessiva em agradar o seu parceiro e assegurar sempre a presença dele na relação, causando um maior medo pela separação e solidão. E o sexo masculino porque na área comportamental procura permanentemente atenção tornando-se obsessivo e agressivo para manter a sua parceira na relação (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013).

Contudo, para responder à questão problema definida logo desde o início desta investigação - *“De que forma a dependência emocional afeta os jovens nos próprios relacionamentos de intimidade?”* - afirmamos que a dependência emocional se manifesta através de comportamentos, formas de pensamento e forma de expressar emoções. Deste modo, podemos verificar que os jovens que sofrem de dependência emocional durante as relações de namoro são afetados, principalmente, na forma de pensar (área cognitiva), na forma de se exprimir emocionalmente (área emocional) e na forma de se comportar (área comportamental).

Pelos resultados obtidos nesta dissertação, podemos concluir que é de grande importância intervir junto dos jovens de ambos os sexos, de forma a compreender melhor

a problemática da dependência emocional e entender igualmente a existência de diferenças entre os dois sexos.

Assim, no contexto da dependência emocional, Bution e Wechsler (2016) acreditam que, a nível psicológico, os tratamentos para a dependência emocional sejam a terapia individual, a terapia grupal, grupos de apoio e livros de autoajuda, pelo que, aos olhos da educação social consideramos importante a aquisição de competências socioemocionais, uma vez que, nesta faixa etária existe um maior desenvolvimento nas primeiras relações e uma maior envolvimento de emoções nas relações de namoro. Sendo que, os relacionamentos de namoro geram um grande impacto na estrutura da personalidade do jovem (Machado & Romanha, 2020).

A Educação Social é uma área que procura promover o desenvolvimento do indivíduo para alcançar a sua autonomia pessoal a partir de práticas educativas (Azevedo, 2021). A mesma autora referencia ainda, que o educador social apresenta uma competência crítica e um pensamento reflexivo com impacto social. O profissional de Educação Social “emerge como um ator e mediador educativo, num espaço destinado à condição humana, preparado para autonomizar pessoas ou grupos, com dificuldades sociais, culturais, educativas” (Azevedo, 2021, p.62). Nesta perspetiva, o papel do educador social junto dos jovens dependentes emocionais passa por promover o bem estar do jovem, consciencializar para os impactos que a dependência emocional pode ter na sua rotina, sensibilizar os jovens acerca deste tema nos vários contextos, uma vez que afeta várias áreas de desenvolvimento, implementar estratégias de desenvolvimento e de aprendizagem social e emocional. Compreende-se a necessidade de os jovens adquirirem competências socioemocionais, destacando a área cognitiva, emocional e comportamental. Estas competências podem ser aprendidas na rotina do jovem através da promoção e desenvolvimento de competências socioemocionais perante as atitudes face a si próprio e ao outro, também na promoção do bem estar emocional, na prevenção de problemas de saúde mental e na reeducação de problemas de comportamentos de risco, como violência (Costa & Faria, 2019).

Com a realização desta investigação sobre a dependência emocional pretendeu-se conhecer e explorar esta problemática nas relações de namoro entre os jovens, assim como perspetivar a opinião destes, consciencializando-os e sensibilizando-os para este tema e para a sua relação com a violência de namoro.

Nesta investigação foram encontradas algumas limitações. Uma das principais limitações desta investigação foi a revisão da literatura, a literatura presente acerca da

dependência emocional é diminuta e a pouca existente não é recente. Também outra limitação tem a ver com a maior parte da literatura se referir à idade adulta, verificando pouco enfoque sobre a dependência emocional na população jovem. Outra das limitações foi o número de sujeitos da amostra, a amostra incidiu num número baixo impossibilitando retirar conclusões generalizáveis.

Por outro lado, importa ressaltar algumas sugestões para investigações futuras que se relacionam com as conclusões deste presente trabalho. Primeiramente, fazer uma análise de todos os estudos existentes sobre a dependência emocional, de forma a comparar resultados e complementá-los com a informação presente investigação. Contribuir para a importância da área da Educação Social na intervenção e no apoio dos jovens que sofrem de dependência emocional.

No que concerne à mais-valia desta investigação, reconhece-se as diferentes perspetivas de ambos os sexos com idades jovens e assim perceber a dependência emocional na faixa etária mais jovem, contrariando outros estudos existentes que dão mais ênfase a idade adulta.

Em suma, tendo alcançado resultados significativos nesta investigação sobre a dependência emocional nas relações de namoro na população jovem, este trabalho contribuiu para refletir sobre a dependência emocional nas idades mais jovens, assim como reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional e identificar as áreas de desenvolvimento mais afetadas pelos jovens dependentes emocionais. Esta dissertação contribui ainda, para elucidar sobre a Educação Social perante a dependência emocional, apesar de ser um tema mais tratado na psicologia.

Assim considera-se primordial a aquisição de competências socioemocionais para recuar o desenvolvimento de dependência emocional na população mais jovens, uma vez que, os jovens vivem intensamente as suas relações de namoro não havendo uma homogeneidade de percepção acerca destas.

Referências bibliográficas

- Aboim, S. (2009). Da pluralidade dos afetos: Trajetórias e orientações amorosas nas conjugalidades contemporâneas. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 24(70). <https://doi.org/10.1590/S0102-69092009000200007>
- Alegre, G. G. S. K & Paucar, J. M. A. (2022). Dependencia emocional y violencia en parejas universitarias, Chimbote, 2021. [Dissertação de mestrado, Universidad César Vallejo- Facultad ciencias de la salud- Escuela profesional de psicología].
- Almeida, C. D. (2008). *Violência doméstica. Que políticas? O impacto das políticas sociais no combate à violência doméstica no Concelho de Montemor-o-Velho* [Dissertação de mestrado, FEUC - Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra]. Repositório científico da UC. <http://hdl.handle.net/10316/8970>
- Almeida, I. I. P. B. (2017). *“Emoções”- Um projeto para o desenvolvimento socioemocional em idade pré-escolar. Faculdade de Psicologia e de ciências da educação.* [Dissertação de mestrado, Universidade de Coimbra]. Repositório científico da UC. <http://hdl.handle.net/10316/83924>
- Álvares, M. (2021). *Investigação em administração e gestão educacional: Introdução à investigação quantitativa e análise SPSS.* Universidade Aberta
- American Psychiatric Association (Ed.). (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5.* Arlington, VA. American Psychiatric Publishing.
- Amor, P., Echeburúa, E., Camarillo, L., Ferre, F., Sarasua, B., & Zubizarreta, I. (2022). Emotional dependency and abuse in female victims of intimate partner violence. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 30(1), 291–307. <https://doi.org/10.51668/bp.8322115s>
- António, R. P. & Arco, J. (2021). Educação social e desenvolvimento local: que contributos? O Projeto n(d)o Município de Almodôvar. In Barros, R., & Fragoso, A (Coords.). *Investigação em Educação Social – Prática e Reflexão.* II, 101-115. <https://doi.org/10.34623/npza-sf56>
- Antunes, O. (2016). *Violência nos relacionamentos íntimos em estudantes universitários*

- [Dissertação de mestrado, Universidade Lusófona de Humanidade e Tecnologias].
Repositório Científico Lusófona. <http://hdl.handle.net/10437/7152>
- Araújo, N. L. (2020). *Dependência emocional: Mulheres que sofrem de violência*. Universidade de Caxias do Sul. Repositório Institucional da UCS. <https://repositorio.ucs.br/11338/9075>
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima- APAV. (2022, abril). *Estatísticas APAV- Relatório Anual 2021*. https://apav.pt/apav_v3/index.php/pt/estatisticas-apav
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima- APAV. (2023, março 13). *Relações saudáveis e não saudáveis*. <https://www.apavparajovens.pt/pt/go/relacoes-saudaveis-e-nao-saudaveis>
- Azevedo, S. (2021). Educação Social: Profissão ou ciência? Contributos para uma discussão científica. *Revista Interações*, 17(56), 50-67. <https://doi.org/10.25755/int.21238>
- Bandura, A., Azzi, G. T. R., Polydoro, S., & Cols. (2008). Teoria social cognitiva: conceitos básicos. In: Bandura, A. *A evolução da teoria social cognitiva* (15-38). Artmed
- Bee, H. (1984). *A criança em desenvolvimento*. (3ª ed.). Edição Harbra.
- Bernardo, I. M. R & Cossa, S. P. (2021). Análise de variância em Investigação em Educação. In: Costa, A. P., Moreira, A. & Sá, P. (Coords). *Reflexões em torno de Metodologias de Investigação: análise de dados* (vol 3). <https://doi.org/10.34624/dws9-6j98>
- Bertoldo, R. B. & Barbara, A. (2006). Representação social do namoro: a intimidade na visão dos jovens. *PsicoUSF*, 11(2), 229-237. psicic.bvsalud.org/pdf/psicousf/v11n2/v11n2a11.pdf
- Boscardin, M. K., & Kristensen, C. H. (2011). Esquemas Iniciais Desadaptativos em Mulheres com Amor Patológico. *Revista de Psicologia da IMED*, 3(1), 517-526. <https://doi.org/10.18256/2175-5027/psico-imed.v3n1p517-526>
- Bution, D. C., & Wechsler, A. M. (2016). Dependência emocional: Uma revisão

- sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(1), 77-101.
<https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n1p77>
- Castelló, J. B. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento* (1ª ed.). Alianza Editorial.
- Castelló, J. B. (2012). *La superación de la dependencia emocional: Como impedir que el amor se convierta en un suplicio*. (1ª ed.). Edições Corona Borealis
- Costa, A. & Faria, L. (2019). Programas de educação social e emocional na escola: importância e perspetivas no contexto português. Repositório aberto da Universidade do Porto, 6-9. <https://hdl.handle.net/10216/126171>
- Costa, M. C. F. (2021). *Violência nas relações de intimidade: refletir a problemática com adolescentes*. [Dissertação de mestrado, IPB – Instituto Politécnico de Bragança]. Biblioteca digital IPB. <http://hdl.handle.net/10198/24553>
- Cueva, N. J. R., & Rodríguez, L. M. V. (2022). Dependencia emocional y violencia de género: Una revisión sistemática. Universidad César Vallejo. Repositorio Digital Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/102284>
- Dalbem, J., X., & Dell’Aglío, D., D. (2005). Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 57 (1), 12-24
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v57n1/v57n1a03.pdf>
- Dias, A. R., Machado, C., Gonçalves, R. A., & Manita, C. (2014). Discursos socioculturais sobre o amor em Portugal: Um percurso geracional? *Revista de Psicologia*, 28 (1), 1-18.
https://sigarra.up.pt/icbas/pt/pub_geral.show_file?pi_doc_id=119909
- Esbec, E. & Echeburúa, E. (2010). Violencia y trastornos de la personalidad: implicaciones clínicas y forenses. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 38(5), 249-261. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3329588>
- Fonsêca, P. N., Couto, R. N., da Silva, P. G.N., Guimarães, C. L. C. & Machado, M. O. S. (2020). Evidências psicométricas do questionário de dependencia emocional

(CDE). *Avaliação Psicológica*, 19(1), 67-77.
<http://dx.doi.org/10.15689/ap.2020.1901.16791.08>

Fouto, C. I.S. (2017). *Relação entre qualidade na relação amorosa: Muito, pouco ou nada?*. [Dissertação de mestrado, Universidade de Évora- Escola de ciências sociais]. Repositório Universidade de Évora.

Gueifão, R. C., Correia, F. & Azevedo, S. (2021). Educação Social: contextos e funções. *Associação dos Profissionais Técnicos Superiores de Educação Social*.

Goleman, D. (1995). *Inteligência Emocional*. Ed. Objetiva LTDA. Rio de Janeiro.

Hoffmeister, A., Carvalho, L. M., & Marin, A. H. (2019). Compreendendo o amor e as suas expressões em diferentes etapas do desenvolvimento. *Revista Subjetividades*, 19(3), 1-14. <http://doi.org/10.5020/23590777.rs.v19i3.e9529>

Izquierdo Martínez, S. A., & Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: Abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia*, 7(1), 81–91.
<http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v7n1/v7n1a08.pdf>

Machado, I., & Romanha, R. (2020). Dependência emocional nas relações interpessoais em universitários. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(1), 77-101.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000100006

Maroco, J. e Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65-90.
<http://hdl.handle.net/10400.12/133>

Martin, B. e Moral, M. de la V. (2019). Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes. *Revista iberoamericana de psicologia y salud*. 10 (2), 75-89.
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.02.027>

Matthiensen, A. (2011). Uso do Coeficiente Alfa de Cronbach em Avaliações por Questionários. Documentos. (1ª edição).
<https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/936813/1/DOC482011ID>

112.pdf

- Morais, C. (2013). *Investigação: Do problema aos resultados*. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança. <http://www.ipb.pt/~cmmm/conteudos/DaInvProblema.pdf>
- Moral- Jiménez, M., V., & González- Sáez, M., E. (2020) Distorsiones cognitivas y estrategias de afrontamiento em jóvenes com dependencia emocional. *Revista Iberoamericana de psicología y salud*. 11 (1), 15-30. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.032>
- Moral, M., V., García, A., Cuetos, G., & Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista iberoamericana de psicología y salud*. 8(2), 96-107. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2017.08.009>
- Moresi, E. (2003). *Metodologia de pesquisa*. Universidade Católica de Brasília. <http://www.inf.ufes.br/~pdcosta/ensino/2010-2-metodologia-de-pesquisa/MetodologiaPesquisa-Moresi2003.pdf>
- Nascimento, M. I. T. (2019). *Violência nas relações de namoro: Prevenção em contexto escolar*. [Dissertação de mestrado, ESEPF- Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti]. Repositório ESEPF. <http://hdl.handle.net/20.500.11796/2834>
- Oliveira, S. R. C. (2016). *Violência no namoro: crenças sobre violência e empowerment em estudantes universitários*. [Dissertação de mestrado, UBI- Universidade da Beira Anterior]. Repositório Digital da UBI. <http://hdl.handle.net/10400.6/5787>
- Paiva, T. T., Lima, K. S., & Cavalcanti, J. G. (2022). Abuso psicológico, autoestima e dependência emocional de mulheres durante a pandemia de COVID-19. *Ciências Psicológicas*, 16 (2). <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2257>
- Pinto, N. S. C. (2022). *Violência no namoro: Perceção dos adolescentes em escolas do concelho de Montijo* [Dissertação de mestrado, UL – Universidade Lusófona]. Repositório Científico Lusófona. <http://hdl.handle.net/10437/12969>
- Rodrigues, M. A. V. R. (2012). *Metodologia para a Investigação Social*. Escolar Editora.

- Santos, T. & Antão, C. C. M. (2020). Emoções no Namoro - A base de um relacionamento saudável. *Adolescência - Revista júnior de investigação*, 7(1), 16-89. <http://hdl.handle.net/10198/23008>
- Schlosser, A. (2014). Interface entre Saúde Mental e Relacionamento Amoroso: Um Olhar a Partir da Psicologia Positiva. *Pensando Famílias*, 18(2), 17-33. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2014000200003
- Serviço Nacional de Saúde- SNS (2023, 23 de março). *Emoções, relações e violência*. <https://www.sns24.gov.pt/guia/emocoes-relacoes-e-violencia/>
- Silva, G. C. R. F. (2010). O método científico na psicologia: abordagem qualitativa e quantitativa. *Portal dos psicólogos*, 1-10. <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0539.pdf>
- Soares, I. (1996). *Representação da vinculação na idade adulta e na adolescência: Estudo intergeracional: mãe – filho (a)*. Universidade do Minho. Instituto de Educação e Psicologia.
- Soares, J., E. B. (2017). *Assimetrias nas relações de intimidade: percepção de jovens do ensino superior*. [Dissertação de mestrado, IPB – Instituto Politécnico de Bragança]. Biblioteca digital IPB <http://hdl.handle.net/10198/14823>
- Tello, J. J. A. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411–437. <https://doi.org/10.18800/psico.201502.007>
- Terenó, S. & Matos, I. (2017). Contributos da teoria da vinculação para a prática clínica desenvolvimental. *Análise psicológica*, 4 (XXXV), 409-423. <https://doi.org/10.14417/ap.1115>
- União de Mulheres Alternativa e Resposta- UMAR. (2023). *Estudo Nacional sobre Violência no namoro*. <http://www.umarfeminismos.org/>

Anexos

Anexo 1- Inquérito por questionário

A dependência emocional nas relações de namoro: uma perspetiva dos jovens

(* Indica uma pergunta obrigatória)

O presente estudo de investigação intitulado de “A dependência emocional nas relações de namoro: uma perspetiva dos jovens” insere-se no âmbito da dissertação do 2º ano de mestrado em Educação Social- Educação e Intervenção ao Longo da Vida da Escola Superior de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança.

O mesmo pretende explicar como o fenómeno da dependência emocional, em volta das relações amorosas, contribui para o mal estar relacional entre os jovens e na possibilidade de desenvolver atitudes impróprias nós mesmos, também perceber como é que a dependência emocional afeta os jovens.

Desta forma, o principal objetivo deste estudo de investigação é analisar a possível existência de dependência emocional nos jovens. E os objetivos específicos são reconhecer o sexo mais afetado pela dependência emocional e identificar a área da dependência emocional mais afetada por ambos os sexos.

Este estudo de investigação é de participação livre, podendo desistir a qualquer momento. Os dados fornecidos são confidenciais e anónimos, exclusivamente recolhidos para este trabalho de investigação.

Muito grata pela tua participação e colaboração!

Termo de Consentimento Livre e Informado

Declaro estar informado (a) sobre os objetivos e condições de participação neste estudo de investigação.

Mais declaro que aceito participar neste estudo de forma voluntária, autorizando assim, a utilização de dados, exclusivamente, para fins de investigação nas condições previamente mencionadas.

- Sim
- Não

Grupo I- Dados demográficos

1. Idade *

2. Sexo *

- Masculino
- Feminino

3. Nível de qualificação *

- Nível 1- 2º Ciclo do Ensino básico
- Nível 2- 3º Ciclo do Ensino Básico obtido no ensino geral ou por percursos de dupla certificação
- Nível 3- Ensino Secundário vocacionado para prosseguimento de estudos de nível superior
- Nível 4- Ensino Secundário obtido por percursos de dupla certificação ou Ensino Secundário vocacionado para prosseguimento de estudos de nível superior acrescido de estágio profissional – mínimo de 6 meses
- Nível 5- Qualificação de nível pós-secundária não superior com créditos para prosseguimento de estudos de nível superior
- Nível 6- Licenciatura
- Nível 7- Mestrado Nível 8- Doutoramento Nenhum nível de qualificação obtido

Grupo II- Caracterização do namoro

4. Encontras-te neste momento ou recentemente encontraste-te numa relação de namoro?

*

Nota: Caso a tua resposta for Sim, prosseguirás com o presente formulário. Se a tua resposta for Não, não irás continuar o formulário, uma vez que se aplica a pessoas que estejam ou já tenham estado em relações de namoro.

Agradeço a tua colaboração e participação!

- Sim
- Não

5. Qual a duração da tua relação ou da mais recente relação de namoro que tenhas tido?

- Menos de 3 meses
- De 3 a 6 meses
- De 7 a 1 ano Mais de 1 ano

6. Qual a idade do (a) teu (tua) parceiro (a)?

Grupo III- Dependência emocional

7. Já alguma vez ouviste falar de dependência emocional (p. ex. meios de comunicação, redes sociais, contexto escolar, etc...)? *

- Sim
- Não

8. Sabes o que significa dependência emocional? *

(Marcar apenas uma oval.)

- Sim
- Não

9. Se respondeste sim à questão anterior, expõe uma breve definição daquilo que consideras ser a dependência emocional.

10. Já sofreste ou achas que sofreste de dependência emocional? *

(Marcar apenas uma oval.)

- Sim
- Não
- Talvez

Dependência emocional: Área Cognitiva

(Numa escala de 1 a 5, sendo 1- discordo totalmente, 2- discordo parcialmente, 3- nem discordo e nem concordo, 4- concordo, 5- concordo totalmente, seleciona a opção tendo em consideração o teu grau de concordância.)

11. Sentes-te incapaz de estar sozinho(a)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

12. Sentes ou já sentiste medo de que o (a) teu (tua) parceiro (a) te deixe? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

13. Quando a tua relação passa por fases menos boas culpas-te por isso? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

14. Após o término de uma relação de namoro, sentes a necessidade de iniciar outra? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

15. Em idade infantil sempre foste uma criança rodeada de amor, afeto e carinho (p.ex. família, amigos...)?*

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

16. Em tempos de criança foste, em algum momento, rejeitado (a) afetivamente?*

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

17. Consideras o ciúme e a obsessão uma demonstração de amor? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

18. Consideras que o amor se baseia na necessidade excessiva de afeto? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

Dependência emocional: Área emocional

19. Consideras ter um nível emocional estável? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

20. Sentes-te inseguro (a) na relação, ao ponto de seres muito possessivo (a) e ciumento (a) com o (a) teu (tua) parceiro (a)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

21. Tens dificuldade em tomar decisões sozinho (a) por mais simples que sejam? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

22. Tens dificuldade em discordar com o (a) teu (tua) parceiro (a) com medo de ser rejeitado (a)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

23. Consegues controlar as tuas emoções menos boas (p. ex. raiva, frustração, etc...) quando tens discussões com o(a) teu (tua) parceiro (a)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

24. Quando acontecem discussões na tua relação sentes, de imediato, receio pela separação? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

25. Na tua relação de namoro, caso houvesse uma traição, perdoarias o (a) teu (tua) parceiro (a) para não o (a) perder? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

26. Sentes a necessidade constante de estar com alguém, de forma a ficares bem emocionalmente? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

Dependência emocional: Área comportamental

27. Sentes a necessidade constante de que o (a) teu (tua) parceiro (a) exprima afetos por ti? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

28. Consideras que a tua vida só adquire sentido se estiveres com o (a) teu (tua) parceiro (a)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

29. Priorizas a tua relação acima de qualquer outra coisa (p. ex. de ti próprio (a), família, amigos, etc...)? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

30. Quando inicias uma relação de namoro tens o hábito de te afastares dos teus amigos ou família? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

31. Alguma vez privaste de fazer algo porque sabias que o (a) teu (tua) parceiro (a) não gostava? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

32. Já alguma vez foste vítima de qualquer tipo de violência por parte do (a) teu (tua) parceiro (a)? *

Sim

Não

33. Se respondeste sim à questão anterior, qual o tipo de violência que já sofreste?

Física

Psicológica

Sexual

Verbal

Social

34. Já desvalorizaste comportamentos violentos por parte do (a) teu (tua) parceiro (a) por medo da separação? *

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

35. Na tua opinião, consideras que a dependência emocional leva a vítima de violência?*

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

36. Justifica a tua resposta anterior.

37. Na tua opinião, consideras que a dependência emocional leva a ser agressor (a) de violência?*

Discordo totalmente (1) (2) (3) (4) (5) Concordo totalmente

38. Justifica a tua resposta anterior.

Obrigada pela tua colaboração e participação!

Anexo 2- Pedido de validação o de divulgação do inquérito por questionário

Boa tarde excelentíssimo professor Carlos Teixeira,

O meu nome é Paula Vale e sou estudante de mestrado em Educação Social e orientanda do professor Pedro Salgueiro, e venho por este meio pedir a sua divulgação do meu questionário para obtenção do grau de mestre em Educação Social.

O mesmo tem como objetivo reconhecer a problemática da dependente emocional e as suas respetivas implicações para o desenvolvimento do ser humano.

O link abaixo refere se ao questionário para divulgação, onde consta ainda mais informações sobre o mesmo. No mesmo está inserido ainda o termo de consentimento livre e informado.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSewjrXNdt0zxsDrJp0JQHJCQFM2-68Xp8T8hEPijaNWsnTTCQ/viewform?usp=sf_link

Com os melhores cumprimentos,
Paula Vale

Figura 1. Pedido de divulgação do Inquérito por questionário

Muito boa tarde, estimadas e estimados estudantes da ESEB!

A pedido da estudante Paula Vale, do 2.º ano de mestrado em Educação Social, venho solicitar a vossa participação no questionário que se encontra disponível em

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSewjrXNdt0zxsDrJp0JQHJCQFM2-68Xp8T8hEPijaNWsnTTCQ/viewform?usp=sf_link

O questionário intitulado “ A dependência emocional nas relações de namoro: uma perspetiva dos jovens” realiza-se no âmbito de uma investigação cujo objetivo é reconhecer qual o sexo mais afetado pela dependência emocional e ainda saber quais as implicações que isto tem para a vida do jovem.

Agradeço a vossa participação.

Com os melhores cumprimentos,

Carlos Teixeira

Diretor
Escola Superior de Educação
Instituto Politécnico de Bragança

Figura 2. Divulgação do Inquérito por questionário