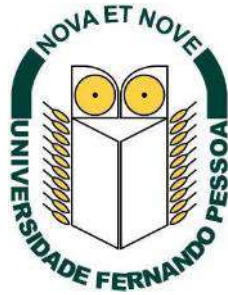


Carole Campos



Inventário de Capacidade para Amar: estudo piloto de adaptação e validação para
Portugal

Universidade Fernando Pessoa

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Porto 2021

Carole Campos

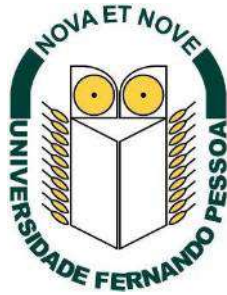


Inventário de Capacidade para Amar: estudo piloto de adaptação e validação para
Portugal

Trabalho realizado sob a orientação de Prof^ª. Doutora Carla Fonte

Universidade Fernando Pessoa
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
Porto 2021

Carole Campos



Inventário de Capacidade para Amar: estudo piloto de adaptação e validação para
Portugal

Trabalho realizado sob a orientação de Prof^ª. Doutora Carla Fonte

Dissertação apresentada à Universidade Fernando Pessoa
como parte de requisitos para obtenção do Grau de
Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde

Carole Campos

RESUMO

A capacidade individual para amar tem sido fortemente ligada à saúde mental e vista como um importante indicador do resultado do tratamento psicoterapêutico. O objetivo desta dissertação foi o de realizar o estudo piloto de adaptação e validação para a população portuguesa do Inventário de Capacidade para Amar de Kapusta *et al.* (2018). Os procedimentos passaram pela tradução-retroversão do instrumento e análise das qualidades psicométricas (análise fatorial exploratória e fiabilidade). Recorreu-se à administração do Inventário da Capacidade para Amar a uma amostra composta por 473 participantes entre os 18 e 74 anos. Os resultados demonstraram que, através da análise fatorial exploratória realizada, não foi possível replicar a mesma distribuição dos itens pelas seis dimensões/subescalas propostas no instrumento original, no entanto apresentou um nível elevado de consistência interna, apresentando um alfa de *Cronbach* da escala total de 0,93 e das subescalas os valores variaram entre 0,72 e 0,88, sugerindo um construto válido. Refletiu-se ainda os contributos da adaptação e validação deste instrumento para a população portuguesa, tal como algumas limitações e, consequentemente, sugestões para estudos futuros.

Palavras-chave: Inventário de Capacidade para Amar; Amor; Análise fatorial exploratória; Fiabilidade.

ABSTRACT

The individual capacity to love has been strongly linked to mental health and seen as an important indicator of the results of psycho-therapeutic treatment. The goal of this thesis is to complete a pilot study looking into adaptation and validation of the *Capacity to Love Inventory* from Kapusta *et al.* (2018) for the Portuguese population. The methods consisted in instrument translation and retroversion, and analysis of the psychometric qualities (exploratory factor analysis and reliability). The *Capacity to Love Inventory* was administered to a sample of 473 participants between the ages of 18 and 74. The results indicate that, within the exploratory factor analysis methods used, it was not possible to replicate the same distribution of the items through six dimensions/sub-scales proposed to the original instrument, however, it presented a high level of internal consistency, presenting a Cronbach alpha of total scale 0,93 and of sub-scale varying between 0,72 and 0,88, thus suggesting a valid argument. It also reflected on the contribution of the adaptation and validation of the instrument for the Portuguese people, as well as some limitations and, consequentially, suggestions for future research.

Keywords: Capacity to Love Inventory; Love; Exploratory factor analysis; Reliability

ÍNDICE

RESUMO	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE DE TABELAS	ix
ABREVIATURAS	x
INTRODUÇÃO.....	1
I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	2
1. Definições e taxonomias do amor.....	2
2. Modelos teóricos do amor.....	9
2.1 Modelo de Hazan & Shaver (1987).....	9
2.2. Modelo de Berscheid (2006, 2010).....	11
3. Medidas para avaliar o amor.....	12
4. A capacidade individual para amar: Conceito, teorias	13
4.1 O conceito	13
4.2. Teorias explicativas do desenvolvimento da capacidade para amar	14
4.2.1 Teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson (1958, 1963)	14
4.2.2. A teoria da vinculação de Bowlby (1969, 1973, 1980).....	18
4.2.3 Teoria das relações objetais (Greenberg & Mitchell, 1983).....	20
4.2.4. Limitações à capacidade de amar (Kernberg, 2011)	22
II – ESTUDO EMPÍRICO.....	23
1. Método	23
1.1. Participantes	23
1.2. Instrumento.....	24
a) Questionário sociodemográfico.....	24

b) Inventário de Capacidade para Amar	24
1.3. Procedimentos de recolha dos dados.....	27
1.4. Análise de dados.....	28
2. Resultados.....	29
2.1. Análise preliminar	29
2.2. Análise fatorial exploratória.....	29
DISCUSSÃO.....	36
CONCLUSÃO.....	39
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
ANEXOS	46
Anexo 1 - Inventário de Capacidade para Amar traduzido para português.....	46
Anexo 2 - Parecer da Comissão de Ética	49

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. Caracterização das variáveis sociodemográficas da amostra	24
Tabela 2. Frequência dos itens do Inventário Capacidade para Amar	32
Tabela 3. Pesos fatoriais e correlações item-total corrigidas do Inventário de Capacidade para Amar e variância explicada (n = 473)	34

ABREVIATURAS

%	Porcentagem
CTL	<i>Capacity to Love</i>
CTL-I	<i>Capacity to Love Inventory</i>
DP	Desvio Padrão
IBM SPSS	<i>International Business Machines Corporation Statistical Package for the Social Sciences</i>
KMO	Medida de Kaiser-Meyer-Olkin
Ku	Curtose
M	Média
N	Número
p	Probabilidade de Significância
r	Correlação de <i>Pearson</i>
Sk	Assimetria

INTRODUÇÃO

O amor é um sentimento fundamental na vida de qualquer pessoa e tem uma função positiva adaptativa no sentido de garantir a perpetuação da espécie humana. A literatura sobre o amor é vasta e, por vezes, contraditória. A especialização do tema tem levado diferentes autores a dedicarem-se ao estudo de aspetos mais específicos, mas decisivos para a compreensão do fenómeno. A capacidade de amar é um dos aspetos que resulta dessa segmentação do tema mais geral que é o amor. A justificação do interesse deste tema prende-se com o facto desta capacidade se constituir como um traço da personalidade de cada um e estar associada ao bem-estar psicológico ou ao sofrimento psicológico. Kapusta *et al.* (2018) consideraram por isso importante desenvolver um instrumento que permitisse avaliar esta capacidade. Em Portugal não existe qualquer instrumento validado que nos permita estudar este construto empiricamente. Assim, este trabalho tem como objetivo realizar um estudo piloto de validação do instrumento para a população portuguesa *Capacity To Love Inventory* da autoria de Kapusta *et al.* (2018). Para além da contribuição para o conhecimento científico que este trabalho permite, a novidade do tema e a sua pertinência torna este estudo um marco no âmbito da investigação em Psicologia em Portugal.

Este trabalho divide-se em quatro partes, a saber, o enquadramento teórico onde serão expostos os conceitos e modelos subjacentes ao tema; estudo empírico onde serão apresentados os procedimentos e opções metodológicas adequadas ao objetivo de validação do instrumento; os resultados, onde se dará conta da adequabilidade do instrumento à população portuguesa; e, por fim, a discussão, onde apreciaremos o processo e daremos conta das implicações mais significativas desta validação; a discussão incluirá uma conclusão onde se destacarão os resultados mais importantes.

I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1. Definições e taxonomias do amor

Os filósofos classificam o amor entre as pessoas em três tipos, utilizando os termos gregos *Eros*, *Philia* e *Agape* para se referir a eles (Halwani, 2018). *Eros* refere-se ao amor sexual; amor erótico, amor apaixonado ou amor romântico. *Philia* geralmente refere-se ao amor amigo, que inclui amizades e qualquer tipo de amor semelhante, como aquele entre irmãos, colegas, pais e filhos, e até mesmo marido e mulher (dependendo do tipo de casamento que eles têm e em que estágio está). *Ágape* (*caritas* em latim) é diferente porque não se baseia nas qualidades da pessoa amada. Enquanto em *Eros* ou *Philia* (supostamente) amamos os outros por causa de quem eles são ou das qualidades que possuem (por exemplo, “ele é meu filho”, “ela é bonita”), com o *Agape* amamos os outros gratuitamente; é um amor que não depende de nossa própria atração (Halwani, 2018).

Rubin (1970, 1973) definiu o amor como uma atitude que predispõe a pessoa a pensar, sentir e agir de maneiras específicas em relação a um objeto de amor. Além disso, especificou três componentes do amor: intimidade, necessidade - apego e carinho. Berscheid and Walster (1974) definiram amor romântico como uma combinação de atração romântica e sexual, em que tanto a excitação fisiológica quanto a sua interpretação em relação às nossas concepções de amor, eram essenciais. Berscheid e Hatfield (1974; Hatfield & Walster, 1978) argumentaram que o amor não é uma entidade única, mas é melhor conceptualizado em termos de dois tipos básicos: amor apaixonado e amor companheiro. O amor apaixonado é definido como um estado emocional caracterizado por extremos emocionais, excitação fisiológica e atração sexual. Esse tipo de amor é tipicamente experimentado por apenas um, ao invés de vários alvos. O amor companheiro é definido como “afeição amigável e profundo apego a alguém” (Hatfield & Walster,

1978, p. 2). Este tipo de amor é caracterizado por carinho, confiança, honestidade e respeito. Pode ser experienciado em relação a várias pessoas, como amigos íntimos, familiares e parceiros românticos. O amor foi teorizado como qualitativamente diferente entre indivíduos, relacionamentos e contextos, mas, ainda assim, uma experiência psicológica unificada em que a união do romance e da sexualidade era essencial (Berscheid & Walster, 1974).

Para Jankowiak e Fischer (1992), o amor romântico é qualquer atração intensa que envolva a idealização do outro, num contexto erótico, com a expectativa de perdurar por algum tempo no futuro. Aaron Ben-Ze'ev (2019) distingue entre amor romântico (duradouro e profundo) e amor romântico agudo (sendo as características das emoções agudas a instabilidade, intensidade, parcialidade e brevidade). Karandashev (2019) destaca a ideia cultural de que o amor inclui as intenções e ações benevolentes para com os outros; inclui desejar e fazer algo de bom para os outros; e, portanto, requer sentimentos de empatia, compaixão, carinho, altruísmo e, às vezes, abnegação de interesses próprios.

Fredrickson (2016) define o amor-emoção como um micro-momento de ressonância positiva, durante o qual três elementos centrais - (1) emoção positiva compartilhada, (2) cuidado mútuo e (3) sincronia biocomportamental - emergem com coerência temporal entre as pessoas. Os micromomentos de ressonância positiva fertilizam o crescimento de recursos pessoais e sociais consequentes, incluindo a proximidade duradoura e os relacionamentos íntimos, bem como a saúde física e mental (Fredrickson, 2016). A autora considera que a primeira pré-condição do amor é a percepção de segurança. Quando as pessoas avaliam as suas circunstâncias atuais como ameaçadoras ou perigosas, a capacidade de compartilhar uma experiência de ressonância positiva torna-se altamente improvável. Aqueles que sofrem de ansiedade, depressão, solidão ou baixa autoestima,

por exemplo, percebem ameaças com muito mais frequência do que as suas circunstâncias objetivas justificam; este estado de alerta impede o surgimento de todas as emoções positivas, incluindo o amor (Fredrickson, 2016). Ainda de acordo com a autora, a segunda pré-condição do amor é a conexão sensorial. Esta conexão sensorial é física e desdobra-se em tempo real, requerendo a presença dos corpos, através do toque, da voz ou de posturas, gestos ou expressões faciais visivelmente sincronizados. No entanto, o principal modo de conexão sensorial é o contacto visual (Fredrickson, 2016).

No seu livro *Colors of Love*, John Allen Lee (1973) apresenta a sua teoria da roda das cores do amor. O autor distingue tipos de amor primários e secundários. Dentro dos tipos primários de amor, encontraremos três tipos de amor, que são a base para os tipos secundários, tal como as três cores básicas (amarelo, azul e vermelho), que quando combinadas de maneiras diferentes dão origem às outras cores. Os três tipos primários de amor são: *Eros*, *Ludus* e *Storge*. Quando combinados, surgem os tipos secundários de amor (Lee, 1973).

Eros refere-se ao amor apaixonado: romance, paixão, erotismo, sexualidade, desejo. Os símbolos associados a esse tipo de amor incluem São Valentim, Cupido (o nome latino para o deus grego Eros) e a cor vermelha (Lee, 1973). *Eros* era filho de Afrodite, a deusa do amor. O nível de intensidade deste tipo de amor é alto, baseado na química, hormonas e instinto. As características que pertencem a *Eros* de acordo com Lee (1973) são: procura de aventuras sexuais e de variedade; prontidão para correr os riscos que acompanham o amor; os parceiros costumam ser estranhos, no início, o que evoca entusiasmo; o relacionamento pode ser exclusivo, mas não possessivo e é baseado numa forte ligação física e emocional.

Ludus, que se traduz literalmente como "jogo", é o amor romântico associado à brincadeira: *flirt*, provocação, travessuras dos namorados, etc. Trata-se de ver e

interpretar o amor como um jogo. A sexualidade é encarada como um desporto, uma forma de se manter entretido. Definitivamente, não procurando compromisso, divertir-se é o principal motivador; desde que não haja compromisso e o relacionamento seja fácil. Os traços que caracterizam *Ludus* são: pode ter vários parceiros ao mesmo tempo; não tem qualquer intenção de se apaixonar; não há ligações emocionais e, se os sentimentos emergirem, o relacionamento tende a acabar (Lee, 1973).

Storge é a palavra grega para o afeto natural, amor familiar ou amor entre amigos. Este tipo de amor é altamente afetuoso, como por exemplo, o vínculo entre pai e filho. Há fortes necessidades de lealdade. Dentro de *Storge* existem muitas responsabilidades, deveres e direitos, o que proporciona segurança. Dentro dos relacionamentos, Eros pode ser transformado em *Storge*. Isso acontece quando um relacionamento tende a ser duradouro e o amante também se torna um verdadeiro amigo. O *Storge* não é baseado no desejo sexual; é possessivo, mas pouco ciumento; e tem como base a confiança e a lealdade (Lee, 1973). Lee pinta o *Storge* com um amarelo quente.

Os tipos secundários de amor são *Agape* (Eros + *Storge*); *Mania* (Eros + *Ludus*) e *Pragma* (*Storge* + *Ludos*). O *Agape* é visto como a forma mais pura de amor, porque é o único totalmente altruísta. Frequentemente, é caracterizado como amor religioso e pode ser resumido em palavras como compaixão, altruísmo, generosidade, caridade e o que os budistas chamam bondade amorosa. Lee (1973) representa o ágape com um laranja profundo. Quando o amor *Agape* surge num relacionamento, o casal está pronto para enfrentar os obstáculos mais difíceis. Os amantes do *Agape* vêem os seus parceiros como uma bênção e estão dispostos a tudo por eles. Este tipo de amor também surge quando se está apaixonado por alguma coisa, por exemplo, o trabalho de caridade e a ajuda a estranhos, o amor pela natureza e o amor pela religião ou espiritualidade. As diferentes características do *Agape* de acordo com Lee são: pode colocar as necessidades do parceiro

antes das próprias; altamente dedicado, mas não ciumento nem obsessivo; e mostra um comportamento altruísta (Lee, 1973).

A *Mania* é caracterizada por extremos altos e baixos. De muitas maneiras, pode ser declarado o oposto de *Agape*. Querer amar ao extremo e procurar continuamente a reafirmação do seu parceiro, o amante *Mania* tem a sensação de ‘precisar’ do seu parceiro. Os amantes *Mania* podem ser obsessivos, ciumentos e possessivos ou, pelo contrário, extremamente distantes e relutantes. Traços reconhecíveis para *Mania* são: a distância entre apaixonado e obsessivo é muito pequena; é ambivalente na medida em que tem medo de se magoar, mas sente-se desejoso de se apaixonar; força o afeto e a emoção por parte do parceiro; quando ou se o relacionamento termina, não consegue pensar em mais nada (Lee, 1973).

Pragma é o amor prático e compatível, a conveniência sobre o romance. Paixão e emoção dão um passo atrás e a lógica assume o controlo. Necessidades e desejos importantes têm prioridade. Para tal, os amantes de *Pragma* olham para o histórico dos seus parceiros em potencial. Educação, capacidade financeira, crenças religiosas e status social, desempenham um papel importante. Os traços reconhecíveis do *Pragma* são: têm tipos preferidos para parceiros potenciais; analisam prós e contras antes de optar; cada etapa é altamente planeada; acredita que a compatibilidade pode levar a vidas muito felizes (Lee, 1973).

Com base no trabalho de Lee (1973), Hendrick & Hendrick (1986) desenvolveram um instrumento que avaliasse os seis estilos de amor: *eros* (romântico, amor apaixonado), *storge* (amor baseado na amizade), *agape* (amor altruísta), *ludus* (amor como jogo), *mania* (amor obsessivo, dependente) e *pragma* (amor prático). No estudo destes autores de 1986, os autores encontraram uma replicação da estrutura proposta por Lee (1973): *Eros*: Fortes preferências físicas, atração precoce e intensidade de emoção são atributos

do amor erótico, juntamente com um forte compromisso com o amante. O amor é muito valorizado pelos tipos de *Eros* (Hendrick & Hendrick, 1986). *Ludus*: O amor como jogo de interação a ser disputado com diversos parceiros parece ser o principal atributo dos tipos de *Ludus*. O engano do amante é aceitável dentro dos limites adequados do papel. Não há grande profundidade de sentimento; na verdade, o amante lúdico desconfia da intensidade emocional dos outros. O amor lúdico tem uma qualidade manipuladora, o que resulta em aparente menor desejabilidade social. É importante notar, contudo, que há aspetos lúdicos em muitos, senão na maioria, dos relacionamentos amorosos (Hendrick & Hendrick, 1986). *Storge*: este estilo reflete uma inclinação para fundir amor e amizade. Não há fogo no amor *storge*; é sólido, prático e presumivelmente duradouro. Esta ênfase evolucionária ao invés de revolucionária é refletida pela maioria dos itens *Storge* (Hendrick & Hendrick, 1986). *Pragma*: o cálculo racional com foco nos atributos desejados do amante é fundamental para o amor pragmático. Na verdade, planeamento do amor é uma descrição apropriada. Porque os tipos de *Pragma* utilizam a correspondência de critérios, é fácil vê-los como pessoas compatíveis (Hendrick & Hendrick, 1986). *Mania*: a leitura dos itens sugere que *Mania* é um “amor sintoma”, baseado na incerteza de si mesmo e do amante. Pode ser mais característico de adolescentes, mas frequentemente ocorrem exemplos de amantes maníacos mais velhos (Hendrick & Hendrick, 1986). *Agape*: claramente, é um amor que tudo concede e não exige (Hendrick & Hendrick, 1986).

Sternberg (1986) desenvolveu a teoria triangular do amor na qual o amor era conceptualizado como um triângulo, com a paixão, a intimidade e o compromisso de decisão como vértices. As várias combinações destes elementos produzem oito tipos diferentes de amor (por exemplo, o amor companheiro é a combinação dos componentes de intimidade e decisão-compromisso). Esta teoria aborda tanto a natureza do amor

quanto os vários tipos de amor nos relacionamentos. O modelo de Sternberg trata das maneiras como os amores diferem um do outro e inclui várias outras teorias. A teoria defende que o amor pode ser explicado em termos de três componentes: intimidade (sentimentos calorosos de proximidade, conexão e união), paixão (impulsos românticos e sexuais; atração física) e decisão / compromisso (curto e longo prazo intenções de amar e manter o amor). Este modelo tripartido tenta fornecer uma base abrangente para a compreensão de muitos aspetos do amor em relacionamentos íntimos, isto é, de acordo com Sternberg (1998), as três dimensões de intimidade, paixão e compromisso, sozinhas ou em combinação, formam vários tipos de experiências amorosas. Essas experiências incluem gostar (intimidade), paixão (passional), amor vazio (compromisso sozinho), amor romântico (intimidade mais paixão), amor companheiro (intimidade mais compromisso), amor louco (paixão mais compromisso) e amor consumado (intimidade mais paixão mais compromisso). Sternberg (1986) descreveu como é que os níveis dos três componentes básicos mudam ao longo de relacionamentos bem-sucedidos e fracassados, e as incompatibilidades que ocorrem no envolvimento de relacionamento de dois indivíduos quando existem discrepâncias no tamanho geométrico e na forma de seu amor "triangular".

De acordo com Sternberg (1986), a paixão pode estar associada à excitação física ou ao estímulo emocional; ela caracteriza-se por um forte sentimento de entusiasmo ou entusiasmo por algo ou por fazer algo; um forte sentimento (como raiva) que faz com que as pessoas ajam de forma perigosa; e um forte sentimento sexual ou romântico dirigido a alguém. A intimidade é o sentimento de proximidade e vinculação um ao outro, o que tende a fortalecer o vínculo estreito que é compartilhado por dois indivíduos. Além disso, ter uma sensação de intimidade ajuda a criar a sensação de estar à vontade um com o outro, no sentido de que as duas partes são mútuas nos seus sentimentos. A intimidade é

definida principalmente como algo de natureza pessoal ou privada e familiar (Sternberg, 1986). O compromisso envolve uma decisão consciente de ficar um com o outro. A decisão de permanecer comprometido é determinada principalmente pelo nível de satisfação que o parceiro obtém com o relacionamento. Existem três maneiras de definir o compromisso, a saber, uma promessa de fazer ou dar algo; a promessa de ser leal a alguém ou a alguma coisa; e a atitude de alguém que trabalha muito para fazer ou apoiar algo. Diferentes estágios e tipos de amor podem ser explicados como diferentes combinações destes três elementos; por exemplo, a ênfase relativa de cada componente muda com o tempo à medida que um relacionamento romântico adulto se desenvolve. Um relacionamento baseado num único elemento tem menos probabilidade de sobreviver do que um relacionamento baseado em dois ou três elementos (Sternberg, 1986).

2. Modelos teóricos do amor

2.1 Modelo de Hazan & Shaver (1987)

Hazan & Shaver (1987) aplicaram a teoria da vinculação aos relacionamentos românticos adultos, tendo verificado a existência de padrões de vinculação dos adultos aos seus parceiros românticos que refletiam os padrões de vinculação infantil (seguro, ansioso-ambivalente e evitativo). Embora a teoria da vinculação não seja especificamente uma teoria do amor (nem os estilos de vinculação constituem uma taxonomia do amor), existe evidência abundante acerca da forma como as pessoas com orientações vinculativas diferentes abordam o amor e os relacionamentos (Simpson & Rholes, 2012).

Os autores (Hazan & Shaver, 1987) exploraram a possibilidade de o amor romântico ser um processo vinculativo - um processo biossocial pelo qual os laços afetivos são formados entre amantes adultos, assim como os laços afetivos são formados no início da vida entre bebés e os seus pais. Os principais componentes da teoria da vinculação,

desenvolvida por Bowlby para explicar o desenvolvimento dos laços afetivos na infância, foram traduzidos em termos apropriados ao amor romântico adulto (Hazan & Shaver, 1987). Esta conversão centrou-se nos três principais estilos de vinculação na infância - seguro, evitante e ansioso / ambivalente - e na noção de que a continuidade do estilo de relacionamento se deve em parte aos modelos mentais do eu e da vida social. Esses modelos e, portanto, o estilo de vinculação de uma pessoa, surgem como determinados em parte pelos relacionamentos da infância com os pais. Os autores (Hazan & Shaver, 1987) concluíram que a prevalência relativa dos três estilos de vinculação é quase a mesma na idade adulta e na infância; os três tipos de adultos diferem na maneira como experienciam o amor romântico; e o estilo de vinculação está relacionado com modelos mentais do *self* e relacionamentos sociais bem como com experiências de relacionamento com os pais.

De acordo com Fall e Shankland (2020), os estilos de vinculação formados no início da vida no contexto familiar mostraram estar relacionados com aqueles formados em relacionamentos futuros, sobretudo os relacionamentos românticos vividos na idade adulta. Uma maneira de controlar ou alterar comportamentos negativos ou reações instintivas em resposta a situações que evocam dor ou *stress*, derivado de experiências passadas, é aumentar a atenção plena. Fall e Shankland (2020) encontraram uma correlação positiva entre estilos de vinculação (tanto parental quanto romântico) e o *mindfulness* disposicional. Constataram ainda que a atenção-plena disposicional media os vínculos existentes entre os estilos de vinculação parental e romântico apenas para a vinculação com a mãe.

2.2. Modelo de Berscheid (2006, 2010)

Berscheid (2006, 2010) propôs um modelo no qual dois tipos de amor foram adicionados à tipologia original de amor apaixonado-companheiro - amor vinculativo e amor compassivo. Neste modelo, o amor romântico é considerado sinónimo de amor apaixonado, eros e estar apaixonado. O amor companheiro é sinónimo de amizade, amor, paixão e forte afeição. Amor e compaixão é o termo geral para tipos de amor, como amor altruísta, ágape e capacidade de resposta mútua. O amor vinculativo refere-se a um forte vínculo afetivo com uma figura de apego. Berscheid (2006, 2010) reconheceu que estas variedades de amor tendem a ocorrer simultaneamente em relacionamentos românticos, mas devem ser distinguidas. Berscheid postulou que o amor romântico-apassionado é desencadeado por qualidades desejáveis no outro (por exemplo, atração física), desejo sexual e a perceção de que um é desejado pelo outro. O amor companheiro surge da proximidade, familiaridade e semelhança - variáveis que facilitam a formação de amizades. Berscheid (2006, 2010) especificou que os atos que estão associados ao amor romântico são aqueles que encorajam a procura de relações sexuais com outra pessoa. Comportamentos de amor companheiro são aqueles que tornam agradável interagir com o outro, o que inclui passar algum tempo juntos para que a familiaridade se possa desenvolver, perseguir interesses semelhantes e expressar simpatia.

Berscheid (2010) argumentou que o foco no amor romântico obscureceu o facto de que as pessoas experimentam uma variedade de outros tipos de amor nos relacionamentos, incluindo o amor compassivo. Além disso, o autor considera que o amor compassivo desempenha um papel importante na previsão da satisfação e estabilidade do relacionamento. Voltando-se para o contexto de uma relação romântica, Berscheid (2006, 2010) definiu o amor compassivo como "preocupação com o bem-estar do outro e ações para promovê-lo, independentemente de essas ações serem percebidas como resultando

em benefícios futuros para si mesmo " (Berscheid, 2006, p. 176; Berscheid, 2010) distingue entre as causas históricas (isto é, fatores evolutivos) e antecedentes mais proximais do amor compassivo, postulando que a principal causa imediata do amor compassivo é a percepção de que o outro está em sofrimento. A tendência de responder ao sofrimento dos outros com cuidado e preocupação (ou seja, o sistema de cuidado) faz parte da história evolutiva da humanidade, visto que os bebés só sobrevivem quando recebem cuidados e proteção dos cuidadores (Berscheid, 2010). Assim, de acordo com este modelo, o amor compassivo tem a sua base na evolução humana. O comportamento que é representado depende da avaliação de um indivíduo do tipo de resposta que seria mais eficaz para aliviar o sofrimento do outro. Em termos de curso temporal, Berscheid sugere que esse tipo de amor pode desenvolver-se desde o início num relacionamento, mas só é posto à prova quando o apoio e sacrifício são necessários por um longo período de tempo (Berscheid, 2010).

3. Medidas para avaliar o amor

Os psicólogos desenvolveram vários instrumentos (por exemplo, Love Attitude Scale, Hendrick & Hendrick, 1986, 1989; Romantic Beliefs Scale, Sprecher & Metts, 1989) que capturam a variabilidade nas experiências americanas e europeias ocidentais de amor romântico. No entanto, os estudos baseados exclusivamente em instrumentos de escala do tipo Likert não têm a capacidade de identificar vários significados e associações culturais atribuídos ao amor ausente nas conceptualizações americanas. Foram feitas várias tentativas para integrar diferentes modelos de amor através da realização de análises fatoriais de escalas de amor. Hendrick & Hendrick (1989) analisaram, numa perspetiva fatorial, a Escala de Atitudes do Amor (Hendrick & Hendrick, 1989) que avalia os seis estilos de amor - *eros*, *storge*, *agape*, *ludus*, *mania* e *pragma*), a Escala Triangular

do Amor (Sternberg, 1987; Sternberg, 1997), a Escala de Vinculação de Hazan & Shaver (1987), a Escala de Amor Apaixonado (Hatfield & Sprecher, 1986) e o Formulário de Avaliação do Relacionamento (Davis & Todd, 1982, 1985), que mede seis componentes dos relacionamentos: viabilidade, intimidade, paixão, cuidado, conflito e satisfação. Fehr (1994) também analisou escalas de amor, incluindo a Escala de Atitudes do Amor (Hendrick & Hendrick, 1989), Escalas de Amar e Gostar de Rubin (1970) e várias medidas de crenças românticas. Graham (2011) conduziu uma meta-análise das análises fatoriais das escalas de amor, que incluíam a Escalas de Amar e Gostar de Rubin (1970), a Escala de Atitudes de Amor (Hendrick & Hendrick, 1989), a Escala de Amor Apaixonado (Hatfield & Sprecher, 1986) e a Escala Triangular do Amor (Sternberg, 1987; Sternberg, 1997).

4. A capacidade individual para amar: Conceito, teorias

4.1 O conceito

O conceito proposto por Kapusta *et al.* (2018; Capacity to love – CTL) baseia-se numa teoria psicanalítica integrada – a teoria das relações objetais (Modell, 1963; Bergmann, 1971; Kernberg, 1974a, 1974b, 1977, 2011; Garza-Guerrero, 2000; Gottlieb, 2002) e tem a base empírica da ciência dos relacionamentos. Capacidade para amar refere-se à capacidade de se envolver, investir e manter um relacionamento de amor romântico comprometido (Kernberg, 2011). Numa perspetiva desenvolvimental, o CTL pode ser considerado uma culminação de processos complexos que começam nas primeiras relações de cuidado (Zayas *et al.*, 2011; Fraley & Roisman, 2015) e continuam a ser moldados ao longo da infância, adolescência e adultez emergente (Collins & Sroufe, 1999). A teoria subjacente ao construto é baseada na suposição de que várias inibições do funcionamento da personalidade resultam em limitações atuais para o CTL e, portanto,

em dificuldades no relacionamento interpessoal (Kapusta *et al.*, 2018). Muitas vezes as dificuldades nos relacionamentos amorosos aparecem associadas a queixas clínicas. Por essa razão, Kapusta *et al.* (2018) consideraram que seria útil, tendo em vista uma melhor compreensão empírica não do amor em si, mas da capacidade individual de amar, desenvolver meios para avaliar os componentes deste construto.

Previamente, Busch & Kapusta (2017) sugeriram que mulheres solteiras, comparadas com mulheres num relacionamento, apresentando uma capacidade para amar mais baixa e apresentam mais sintomas depressivos; além disso, uma capacidade para amar mais baixa está associada a mais ansiedade e sintomas depressivos. Sendo o CTL considerado pelos autores um traço de personalidade crucial (Busch & Kapusta, 2017), ele pode ser um moderador importante para lidar com os sintomas psiquiátricos comuns.

4.2. Teorias explicativas do desenvolvimento da capacidade para amar

4.2.1 Teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson (1958, 1963)

O modelo psicossocial de Erikson foi influenciado por Freud e compartilha com ele uma série de ideias centrais. Por exemplo, Freud e Erikson concordam que todo o indivíduo nasce com uma série de instintos básicos; que o desenvolvimento ocorre por meio de estágios e que a ordem desses estágios é influenciada pela maturação biológica (Sigelman & Shaffer, 1992). Erikson também acredita, como Freud, que a personalidade tem três componentes: o id, o ego e o superego. Portanto, é justo dizer que Erikson é um teórico psicanalítico. No entanto, Erikson argumenta que as influências sociais e culturais têm um papel crítico na formação do desenvolvimento humano, e menos importância deve ser atribuída ao papel dos impulsos sexuais. Freud notou, entretanto, que agentes sociais como os pais deveriam ser considerados importantes, mas é Erikson quem destaca as

forças dentro de um ambiente social muito mais amplo, incluindo colegas, professores e escolas que são altamente importantes de acordo com Erikson. De acordo com Erickson, experiências de vida, mudanças alcançadas através da aprendizagem, a influência dos métodos de educação dos filhos, mudanças sociais e culturais têm um papel excepcionalmente importante no desenvolvimento humano (Sigelman & Shaffer, 1992). Além disso, a teoria de Erikson abrange toda a vida humana, delineando os estágios que ocorrem. Erikson também considera o indivíduo como sendo responsável durante cada estágio de desenvolvimento tendo a oportunidade de alcançar uma resolução positiva e saudável para a "crise" vivida. Erikson, portanto, coloca menos ênfase no id e, em vez disso, coloca mais ênfase no ego. Em sua opinião, os seres humanos são criaturas racionais cujos pensamentos, sentimentos e ações são amplamente controlados pelo ego e é no desenvolvimento do ego que ele está interessado (Sigelman & Shaffer, 1992).

A teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson (1958, 1963) propõe que a personalidade se desenvolve em oito estádios, desde a infância até à velhice, sendo que a experiência social tem um papel decisivo ao longo da vida, pois em cada estágio existe um conflito específico entre as necessidades psicológicas e o ambiente social circundante. Para que cada um se torne membro da sociedade de forma funcional e confiante, deve concluir com sucesso cada estágio resolvendo dois estados conflitantes, por exemplo, o de confiança *versus* desconfiança e autonomia *versus* vergonha (Erikson, 1958, 1963). Quando isso acontece, adquirem-se virtudes humanas básicas e uma personalidade saudável; quando não acontece, sentem-se dificuldades no futuro devido a um sentido de inadequação (Erikson, 1958, 1963; Marcia, 2014; Syed & McLean, 2018). Os oito estádios consistem em: (1) Confiança *vs* Desconfiança (do nascimento aos 12 meses de idade, os bebés devem aprender que os adultos são confiáveis. Isto acontece quando os adultos atendem às necessidades básicas de sobrevivência de uma criança. Os bebés

dependem dos seus cuidadores, portanto, aqueles que são responsivos e sensíveis às necessidades de seus bebês ajudam-nos a desenvolver um sentimento de confiança; o bebê verá o mundo como um lugar seguro e previsível. Cuidadores indiferentes que não atendem às necessidades do seu bebê podem gerar sentimentos de ansiedade, medo e desconfiança; e o bebê pode ver o mundo como imprevisível) (Erikson, 1958, 1963); (2) *Autonomia vs Vergonha / Dúvida* (à medida que as crianças - entre 1 e 3 anos - começam a explorar o seu mundo, elas aprendem que podem controlar as suas ações e agir no ambiente para obter resultados. Começam a mostrar preferências por certos elementos do ambiente, como alimentos, brinquedos e roupas. A principal tarefa de uma criança é resolver a questão da autonomia versus vergonha e dúvida, trabalhando para estabelecer a independência. Este é o estágio “eu faço”. Se for negada a oportunidade de a criança agir no seu ambiente, ela pode começar a duvidar das suas habilidades, o que pode levar a uma baixa autoestima e sentimentos de vergonha) (Erikson, 1958, 1963); (3) *Iniciativa vs Culpa* (depois de atingir o estágio pré-escolar - entre 3 e 6 anos - as crianças são capazes de iniciar atividades e afirmar o controle sobre o seu mundo através de interações sociais e brincadeiras. Ao aprender a planejar e atingir metas enquanto interage com outras pessoas, as crianças passam a dominar a tarefa iniciativa vs culpa. Iniciativa, um sentido de ambição e responsabilidade, ocorre quando os pais permitem e apoiam que uma criança explore dentro de limites. Estas crianças desenvolverão autoconfiança e um sentido de propósito. Aqueles que não tiveram sucesso neste estágio - com a sua iniciativa falhada ou sufocada por pais supercontroladores - podem desenvolver sentimentos de culpa) (Erikson, 1958, 1963); (4) *Indústria vs Inferioridade* (durante o estágio do ensino fundamental - entre 6 e 12 anos - as crianças enfrentam a tarefa de indústria versus inferioridade. As crianças comparam-se com os seus colegas para ver como estão. Desenvolvem um sentimento de orgulho e realização nos seus trabalhos escolares,

desportos, atividades sociais e vida familiar, ou sentem-se inferiores e inadequados porque sentem que não estão à altura. Se as crianças não aprendem a dar-se bem com outras pessoas ou têm experiências negativas em casa ou com os colegas, um complexo de inferioridade pode desenvolver-se na adolescência e na idade adulta) (Erikson, 1958, 1963); (5) Identidade vs Confusão de papéis (na adolescência - entre 12 e 18 anos - as crianças enfrentam a tarefa da identidade versus confusão de papéis. De acordo com Erikson, a principal tarefa de um adolescente é desenvolver um sentido de identidade. Os adolescentes experimentam vários eus diferentes para os quais se encaixam; exploram vários papéis e ideias, estabelecem metas e tentam descobrir o seu eu “adulto”. Os adolescentes que têm sucesso nesta fase têm um forte sentido de identidade e são capazes de permanecer fiéis às suas crenças e valores diante dos problemas e das perspectivas das outras pessoas. Quando os adolescentes são apáticos, não fazem uma procura consciente da identidade ou são pressionados a conformar-se com as ideias dos pais para o futuro, eles podem desenvolver um fraco sentido de identidade e experimentar confusão de papéis. Tornam-se inseguros quanto à sua identidade e confusos quanto ao futuro) (Erikson, 1958, 1963); (6) Intimidade vs Isolamento (pessoas no início da idade adulta – entre 20 e 40 anos - preocupam-se com a intimidade versus o isolamento. Depois de desenvolver um sentido de identidade na adolescência, estão prontos para compartilhar a vida com os outros. No entanto, se os outros estádios não forem resolvidos com sucesso, os jovens adultos podem ter problemas em desenvolver e manter relacionamentos bem-sucedidos com outras pessoas. Os adultos que não desenvolvem um autoconceito positivo na adolescência podem experimentar sentimentos de solidão e isolamento emocional (Erikson, 1958, 1963); (7) Generatividade vs Estagnação (quando as pessoas chegam aos 40 anos, entram na meia-idade, que se estende até meados dos 60 anos. A generatividade envolve encontrar o trabalho da sua vida e contribuir para o desenvolvimento de outras

peças através de atividades como voluntariado, orientação e criação de filhos. Durante esta fase, os adultos de meia-idade começam a contribuir para a próxima geração e envolvem-se num trabalho significativo e produtivo que contribui positivamente para a sociedade. Aqueles que não dominam esta tarefa podem ficar estagnados e sentir que não estão a deixar uma marca no mundo de forma significativa; podem sentir pouca conexão com os outros e pouco interesse na produtividade e no autoaperfeiçoamento) (Erikson, 1958, 1963); (8) Integridade vs Desespero (de meados dos anos 60 ao fim da vida, estamos no período de desenvolvimento idade adulta tardia. As pessoas no final da idade adulta refletem sobre as suas vidas e têm uma sensação de satisfação ou de fracasso. As pessoas que se orgulham das suas realizações têm um sentido de integridade e podem olhar para trás com poucos arrependimentos. No entanto, as pessoas que não são bem-sucedidas neste estágio podem sentir que as suas vidas foram perdidas e enfrentam o fim das suas vidas com sentimentos de amargura, depressão e desespero) (Erikson, 1958, 1963).

A teoria psicossocial de Erik Erikson é consistente com a teoria da vinculação e com as investigações acerca do papel da experiência inicial em relações posteriores (Bowlby, 1969; Hazan & Shaver, 1987; Zayas *et al.*, 2011).

4.2.2. A teoria da vinculação de Bowlby (1969, 1973, 1980)

A teoria psicológica da vinculação foi descrita pela primeira vez por John Bowlby, um psicanalista que pesquisou os efeitos da separação entre bebés e os seus pais (Fraley, 2010). Bowlby levantou a hipótese de que os comportamentos extremos em que os bebés se envolvem para evitar a separação de um dos pais - como chorar, gritar e agarrar-se - eram mecanismos evolutivos. Bowlby considerou que estes comportamentos possivelmente teriam sido reforçados através da seleção natural e aumentaram as hipóteses de sobrevivência da criança. Estes comportamentos de vinculação são respostas

instintivas à ameaça percebida de perder as vantagens da sobrevivência que acompanham o ser cuidado e atendido pelo(s) cuidador(es) principal (is). Como os bebês que se envolviam nestes comportamentos tinham maior probabilidade de sobreviver, os instintos foram selecionados naturalmente e reforçados ao longo das gerações. Estes comportamentos constituem o que Bowlby chamou “sistema comportamental de vinculação”, o sistema que nos orienta nos nossos padrões e hábitos de formação e manutenção de relacionamentos (Fraley, 2010). A investigação acerca da teoria da vinculação mostrou que os bebês colocados numa situação desconhecida e separados dos seus pais geralmente reagem de uma das três maneiras após o reencontro com os pais: (1) vinculação segura (estes bebês mostraram angústia após a separação, mas procuraram conforto e foram facilmente consolados quando os pais voltaram); (2) vinculação ansiosa (um grupo menor de bebês experimentou níveis maiores de angústia e, ao reunir-se com os pais, parecia procurar conforto ao mesmo tempo que tentava “punir” os pais por terem saído); (3) vinculação evitante (os bebês na terceira categoria não mostraram stress ou apresentaram stress mínimo na separação dos pais e ignoraram os pais quando se voltaram a reunir ou evitaram-nos ativamente) (Fraley, 2010). Nos últimos anos, os investigadores adicionaram um quarto estilo de vinculação a esta lista: o estilo de vinculação desorganizado-desorientado, que se refere a crianças que não tem um padrão previsível de comportamento de vinculação (Kennedy & Kennedy, 2004).

A teoria evolutiva da vinculação de Bowlby (1969, 1973, 1980) sugere que as crianças vêm ao mundo biologicamente programadas para formar vínculos com outras pessoas, o que lhes permitirá sobreviver. Bowlby (1969, 1973, 1980) sustentou que uma criança formaria inicialmente apenas um vínculo e que a figura de vinculação atuaria como uma base segura para explorar o mundo. A relação de vinculação atua como um protótipo para todas as relações sociais futuras, portanto, interrompê-la pode ter consequências graves

(Bowlby, 1969, 1973, 1980), nomeadamente, delinquência, inteligência reduzida, agressividade, depressão, e psicopatia sem afeto.

As tarefas desenvolvimentais específicas da adolescência incluem a identidade, a autonomia e a iniciativa, que permitem desenvolver a capacidade do indivíduo em investirem relacionamentos que envolvem deceções intermitentes, compromissos e separações potenciais (Marcia, 2014). Assim, a capacidade de tolerar perdas e lutos permite a gestão de ameaças ao sentido de identidade do indivíduo face a ruturas de relacionamento (Marcia, 2014). Aqueles que são avessos ao sofrimento psicológico podem sentir dificuldades em investir totalmente numa experiência gratificante de relacionamento de amor significativo, embora imperfeito (Kapusta *et al.*, 2018).

4.2.3 Teoria das relações objetais (Greenberg & Mitchell, 1983)

Sendo um desdobramento da teoria psicanalítica freudiana, a teoria das relações objetais foi desenvolvida durante o final dos anos 1920 e 1930 e tornou-se extremamente popular durante os anos 1970. Karl Abraham, Margaret Mahler e Melanie Klein estão na sua origem e refinamento.

A teoria das relações de objeto centra-se nos nossos relacionamentos com os outros. De acordo com esta teoria, as competências de relacionamento ao longo da vida estão enraizadas nos vínculos iniciais com os pais, especialmente com as mães. Os objetos referem-se a pessoas, partes de pessoas ou objetos físicos que representam simbolicamente uma pessoa ou parte de uma pessoa. Relações de objeto são os relacionamentos com essas pessoas ou objetos (Greenberg & Mitchell, 1983).

Conceitos fundamentais desta teoria são os de objeto interno, objeto externo e constância do objeto. Um objeto externo é uma pessoa ou coisa real em que alguém investe energia emocional. Um objeto completo é uma pessoa como ela realmente existe, com todos os

traços positivos e negativos que ela incorpora. Se passarmos pelos estágios de desenvolvimento com sucesso, seremos capazes de nos relacionar com os outros mais como um todo e como eles realmente são (Greenberg & Mitchell, 1983). Um objeto interno é a nossa representação psicológica e emocional de uma pessoa. É a representação que mantemos quando a pessoa não está fisicamente presente e influencia a forma como vemos a pessoa na vida real. Consequentemente, o objeto interno tem muito impacto no nosso relacionamento com a pessoa que ele representa (Greenberg & Mitchell, 1983). Constância do objeto é a capacidade de reconhecer que os objetos não mudam simplesmente porque não os vemos. Os bebés começam a aprender a constância do objeto quando os seus pais se afastam por um curto período e depois voltam. Conforme os filhos amadurecem, passam mais tempo longe dos pais. A ansiedade de separação e o medo do abandono são comuns em pessoas que não desenvolveram com sucesso um sentido de constância do objeto (Greenberg & Mitchell, 1983).

As teorias psicanalíticas das relações objetais colocam a internalização, estruturação e reativação clínica (na transferência e contratransferência) das primeiras relações objetais diádicas no centro das formulações motivacionais (estruturais, clínicas e genéticas e de desenvolvimento) (Greenberg & Mitchell, 1983). A internalização das relações objetais refere-se ao conceito de que, em todas as interações do bebé e da criança com as figuras parentais significativas, o que o bebé internaliza não é uma imagem ou representação do outro ("o objeto"), mas a relação entre si e o outro, na forma de uma imagem própria ou representação própria interagindo com uma imagem de objeto ou representação de objeto. Esta estrutura interna replica-se no mundo intrapsíquico das relações reais e fantasiosas com outras pessoas significativas (Greenberg & Mitchell, 1983).

De acordo com Kealy *et al.* (2015), as relações objetais maduras indicam relacionamentos mutuamente satisfatórios, envolvendo a capacidade de ternura, luto e tolerância à perda.

Pelo contrário, o narcisismo patológico, uma perturbação de personalidade que implica déficits e mecanismos inadequados em relação à manutenção da autoimagem, é um exemplo de circunstâncias psicológicas que envolvem um CTL prejudicado (Kealy & Ogrodniczuk, 2014). Indivíduos com elevados níveis de narcisismo patológico tendem a manifestar padrões de vinculação ansiosos e histórias de relacionamentos infelizes (Kealy *et al.*, 2015).

4.2.4. Limitações à capacidade de amar (Kernberg, 2011)

Kernberg (2011) estudou as limitações da capacidade para uma pessoa se apaixonar e estabelecer uma relação de amor, fazendo uma transição entre a teoria psicanalítica e a realidade clínica, concluindo que todos os principais sistemas neurobiológicos estão envolvidos no desenvolvimento da capacidade para o amor sexual maduro - excitação sexual, vinculação, atração seletiva, vínculo lúdico e também competitividade agressiva com o rival sexual. Contudo, Kernberg (2011) considera que há um risco de reducionismo ao relacionar-se os sistemas neurobiológicos e sua expressão comportamental diretamente com o comportamento humano complexo, como o amor sexual. Neste estudo, Kernberg (2011) inclui nesta capacidade para amar outras capacidades como a capacidade para perdoar, a capacidade para aceitar a perda e a descontinuidade das relações. Além disso, Kernberg (2011) identifica algumas perturbações psicológicas como interferências na capacidade de obter um amor sexual maduro, sobretudo as personalidades masoquista, narcísica e paranoica.

II – ESTUDO EMPÍRICO

1. Método

Nesta parte apresenta-se, em detalhe, o modo como este estudo foi conduzido, nomeadamente, a descrição dos participantes, o material utilizado e os procedimentos adotados.

Este estudo apresenta-se como sendo de carácter quantitativo e o seu objetivo geral prende-se com a validação e adaptação piloto para a população portuguesa do Inventário de Capacidade para Amar (Kapusta *et al.*, 2018). Como objetivos específicos pretende-se realizar uma análise das qualidades psicométricas da tradução para português do inventário em termos de validade do construto e dos itens; fidelidade (avaliada através da consistência interna com o alfa de Cronbach e análise fatorial exploratória, para perceber de que forma se comportam os itens e em que fatores se encaixam.

1.1. Participantes

Esta amostra é composta por 473 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 74 anos ($M= 39,36$ anos; $DP= 13,69$). A amostra é constituída maioritariamente por participantes do sexo feminino (79, 3%). Em termos do estado civil, a maioria é solteira (44%), 42,3% são casados ou vivem em união de facto e o restante, 12,1% e 1,7% são divorciados/separados e viúvos, respetivamente. No entanto, 378 participantes assumem estar envolvidos numa relação íntima (no momento que respondem o questionário), ou seja, 79,9% da amostra encontra-se numa relação romântica. No total dos 473 participantes, 52,9% têm filhos. Quanto à orientação sexual com que se identificam, houve duas respostas omissas, 92,4% heterossexual, 3,8% homossexual, 1,3% bissexual e 2,1% dos participantes preferiu não responder.

Os participantes tiveram que se referir a uma relação que mantêm ou mantiveram para responder ao questionário da Capacidade para Amar, das quais 41,2% se referiram a uma relação de namoro, 40,6% referenciaram-se a uma relação de casamento, 14,6% a união de facto e, houve 17 participantes que não responderam.

Tabela 1.

Caracterização das variáveis sociodemográficas da amostra

Variáveis	Percentagens (M/=DP)
Sexo	
Feminino	375
Masculino	98
Idade	(39,36/=13,69)
Nível escolaridade	
2º ciclo do ensino básico	0,2%
3º ciclo do ensino básico	4,0%
Ensino Secundário	32,8%
Licenciatura	39,7%
Mestrado	19,2%
Doutoramento	4,0%
Relacionamento	
Numa relação	79,9%
Solteiro(a)	44%
Casado(a)/União de Facto	42,3%
Divorciado(a)	12,1%
Viúvo(a)	1,7%

1.2. Instrumento

a) Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico aplicado consistiu em questões relacionadas com idade, género, orientação sexual, estado civil, nível de escolaridade, nacionalidade, distrito onde vive (se num meio rural, se num meio urbano) e ocupação profissional.

b) Inventário de Capacidade para Amar

Segundo Kapusta *et al.* (2018), a capacidade para amar envolve múltiplos componentes e refere-se à competência de comprometimento em investir e em manter uma relação romântica.

Inicialmente, 70 itens do questionário prospetivo foram aplicados a uma amostra composta por pessoas alemãs (tradução alemã) e a versão reduzida final com 41 itens foi utilizada em mais três amostras, duas alemãs e uma polaca. Os itens foram classificados numa escala de tipo *Likert* de quatro pontos (1-4). Assim, a capacidade individual para amar (CTL, Kapusta *et al.*, 2018) é avaliada através de 41 itens distribuídos por seis subescalas/dimensões: a) interesse no projeto de vida do outro (itens 1, 2, 3, 4, 5, 6 e 7); b) confiança básica (itens 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 e 16); c) humildade e gratidão (itens 17, 18, 19, 20, 21, 22 e 23); um ideal do ego comum (itens 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 e 31); e) permanência da paixão sexual (itens 32 e 33) e f) aceitação da perda, luto e ressentimento (itens 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 e 41). Os itens 7, 13, 15, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 e 41 são itens invertidos.

A dimensão interesse nos projetos de vida do outro refere-se a um processo constante de curiosidade e interesse na vida da pessoa amada, na sua experiência emocional, história pessoal, ideais, valores e aspirações, vistas como uma fonte ilimitada de estímulos e crescimento da sua própria experiência de vida. Este interesse na vida do outro e no seu desenvolvimento emocional e crescimento pessoal permite um enriquecimento e acrescenta uma dimensão profunda em relação à exploração conjunta de interesses intelectuais, a relação com a natureza, arte e conflitos humanos, aprofundando o amor e gratidão sentidos pelo que o casal partilha. Ou seja, o processo de identificação com a pessoa amada acontece como uma identificação com o projeto de vida do outro e dos seus valores que se torna parte das suas próprias aspirações e comprometimentos (Kernberg, 2011).

A dimensão confiança básica é uma das características presentes na capacidade para amar (amor maduro), que corresponde à abertura de demonstrar os pontos fracos, conflitos, fragilidades e necessidade e abertura em pedir ajuda. Refere-se à confiança e certeza que

a pessoa tem de, aquando de uma crise, o amor não será afetado negativamente por demonstrar as suas vulnerabilidades. Esta honestidade deverá ser recíproca para que os dois se sintam à vontade para se revelarem e assim, estimularam-se no seu crescimento pessoal e enquanto casal (Kernberg, 2011).

Outra dimensão bastante importante da capacidade para amar é a gratidão e humildade, que se expressa na profunda gratidão pela existência da outra pessoa, gratidão pelo amor recebido, pela possibilidade de poder depender da outra pessoa e também, pela aceitação da incerteza do futuro que pode alterar a relação, como crises financeiras ou doença. Implícito num amor maduro encontra-se esta capacidade em aceitar a necessidade de um do outro (Kernberg, 2011).

O ideal comum do eu, representa outra dimensão, ou subescala deste instrumento, que se refere a dedicação a uma relação amorosa, integrada no projeto de vida conjunta que está presente nas tarefas do dia a dia e ao interesse contínuo na personalidade e experiência subjetiva do outro. Este ideal comum do eu é uma expressão, portanto, do investimento e trabalho na relação com o objetivo de protegê-la das adversidades (Kernberg, 2011).

A permanência da paixão sexual é a dimensão que diz respeito à idealização do corpo e desejo de experienciar a beleza física do outro como sendo um aspeto permanente do amor, que não tem de ser afetado pelas mudanças no corpo pela idade ou por doença. Significa amar o outro com as suas imperfeições físicas, tal como ter a capacidade de partilhar com o outro as suas inseguranças e imperfeições em si mesmo. Partilhar esta intimidade corporal é a contrapartida para a partilha da sua intimidade emocional e problemas, desejos e inseguranças sexuais (Kernberg, 2011).

A última dimensão presente neste instrumento é a aceitação da perda, luto e ressentimento que se refere a capacidade de reconhecer que a outra pessoa é livre e não pode ser forçada a amar. Ou seja, é razoável esperar reciprocidade de amor e compromisso da outra pessoa,

no entanto, quando isto não acontece, deve ser aceite e iniciar-se o processo de luto (Kernberg, 2011).

Os autores do instrumento aplicaram a quatro amostras independentes de pessoas saudáveis, na Áustria e na Polónia, um protótipo do CTL-I. A consistência interna do total do questionário e de cada subescala foi avaliada através do alfa de Cronbach, que oscilou entre .67 e .90 em todas as amostras, sugerindo que o CTL mede um construto válido. A validade externa foi medida através da análise da relação do CTL com o Inventário de Depressão de Beck (Beck & Steer, 1984), Inventário de Qualidade de Relacionamento (Pierce *et al.*, 1999), Inventário de Orientação Sócio-sexual (Penke & Asendorpf, 2008), Inventário de Narcisismo Patológico (Pincus *et al.*, 2009) e Inventário de Personalidade Narcísica (Raskin & Terry, 1988). Kapusta *et al.* (2018) avaliaram a estabilidade e confiabilidade do instrumento através do teste-reteste ($r = .80$). A análise fatorial confirmatória levada a cabo pelos autores confirmou os 41 itens e as seis dimensões. Além disso, o CTL-I foi moderada e positivamente associado à qualidade do relacionamento (suporte $r = .63$, conflito $r = -.66$ e profundidade $r = .66$) e negativamente associado aos sintomas de depressão ($r = -.37$), ao narcisismo patológico ($r = -.29$) e à promiscuidade ($r = -.42$). Também em 2018, Margherita *et al.* (2018) publicaram os resultados preliminares da validação italiana do CTL que foram bastante promissores com valores de consistência interna bastante satisfatórios: escala total com 0.94 e subescalas entre 0.83 e 0.87 valores).

1.3. Procedimentos de recolha dos dados

Inicialmente foi enviado o projeto e os seus objetivos à Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa a qual obteve um parecer positivo o que nos permitiu seguir em frente com o estudo exploratório de adaptação e validação, fazendo este estudo

parte de um projeto de investigação mais alargado sob a coordenação da Prof. Doutora Carla, intitulado WE LOVE LIFE CHALLENGES - *O papel da capacidade para amar e da personalidade autotélica na promoção do bem-estar e da saúde mental.*

A versão original do Inventário de Capacidade para Amar (Kapusta *et al.*, 2018) foi traduzida por dois portugueses fluentes em inglês e com formação em Psicologia, de forma a obter uma só versão após discussão. A versão consequente desta análise foi traduzida de novo para inglês por uma pessoa de nacionalidade inglesa fluente em português e verificada a equivalência semântica dos itens. Seguidamente, esta versão foi debatida com um grupo de especialistas com o intuito de aperfeiçoar conceptualmente alguns itens. Depois, procedeu-se a uma reflexão falada do inventário com um grupo heterogéneo de participantes, quanto à idade e nível de escolaridades, com intuito de analisar a compreensibilidade e clareza dos itens. Após esta análise, o Inventário foi administrado a um grupo maior (473 participantes), a aplicação dos questionários ocorreu entre os meses de outubro a agosto de 2020.

A recolha ocorreu de dados foi realizada online (via redes sociais), de forma não aleatória e pelo método *Snowball*. Todas as informações do estudo foram fornecidas, com o devido consentimento livre e informado assim como a garantia de confidencialidade e anonimato dos dados e a ausência de qualquer despesa ou consequências em caso de desistência do participante.

1.4. Análise de dados

As análises dos dados foram realizadas com recurso ao programa de análise estatística IBM SPSS versão 26.

2. Resultados

2.1. Análise preliminar

A validade uni e multivariada das variáveis foi avaliada pelos coeficientes de assimetria (Sk) e curtose (Ku), considerando-se que não existem violações severas à distribuição normal com os valores: $Sk < 3$ e $Ku < 7$ (Marôco, 2010).

Numa análise preliminar dos resultados verificou-se que não existem valores omissos, tendo sido respondidos todos os 41 itens do Inventário de Capacidade para Amar. Também não se verificaram indicadores de violações severos à distribuição dos itens, (Tabela 2).

2.2. Análise fatorial exploratória

Uma análise dos componentes principais foi conduzida nos 41 itens do instrumento com rotação ortogonal Varimax numa amostra de 473 participantes. A medida de Kaiser-Meyer-Olkin verificou a adequação amostral para a análise ($KMO = 0,946$). O teste de esfericidade de Bartlett [qui-quadrado (820) = 10385,251, p menor que 0,000], indicou que as correlações entre os itens são suficientes para a realização da análise fatorial. No que diz respeito às comunalidades, os valores variaram entre os 0,3 e os 0,7, oito itens apresentaram valores abaixo de 0,5, são eles: “5. Quando o meu parceiro/a está triste, eu também me sinto triste.”, “6. Sinto-me capaz de compreender o meu parceiro/a”, “9. Não me importo que o meu/minha parceiro/a conheça as minhas fraquezas, dilemas e dificuldades.”, “13. Guardo muitos segredos que não conto ao meu/minha parceiro/a”, “15. Às vezes sinto que coloco limites/barreiras nas minhas relações que, apesar dos esforços, não consigo ultrapassar.”, “27. Gosto de observar os gestos e as reações do meu/minha parceiro/a.”, “34. Tenho/teria dificuldades em aceitar quando a pessoa que amo não corresponde ao meu amor.” E “35. Quando estou numa relação que termina,

habitualmente sinto/ sentira que a culpa foi do meu/ da minha ex-parceiro/a.”. Os restantes itens apresentaram comunalidades acima de 0,5 valores.

Quanto ao número de fatores a extrair, com base no valor do *eigenvalue* superior a 1, com rotação ortogonal Varimax, apontaram para a extração de 7 fatores, contudo foi forçada a extração de seis fatores, com o objetivo de se aproximar do inventário original com as seis dimensões/subescalas. Estes seis fatores extraídos explicaram 57,1% do inventário, e obteve-se uma distribuição de itens que não corresponde com exatidão à proposta do instrumento original de Kapusta *et al.* (2018) (Tabela 3). O fator 1, onde constam quase todos os itens do fator original confiança básica (faltando os itens 13 e 15) sendo composta por 14 itens (8, 9, 10, 11, 12, 14 e 16, e ainda pelos itens 17, 18, 19, 20 originalmente pertencentes ao fator gratidão, e pelos itens 25, 30 e 31 ao fator ideal comum do eu), apresentou uma variância explicada de 34,2%. No fator 2 saturaram os itens 5, 6 que pertencem à dimensão interesse nos projetos de vida do outro, os itens 21, 22 e 23 da dimensão gratidão, os itens 24, 26, 27, 28 e 29 que fazem parte da subescala ideal comum do eu, que explica 7,6% da variância. No fator 3 apenas saturaram os itens 1,2, 3 e 4 que fazem parte da dimensão interesse nos projetos de vida do outro. No fator 4 saturam os itens: 7 que corresponde à dimensão interesse nos projetos de vida do outro, os itens 13 e 15 que correspondem à subescala confiança básica, os itens 32 e 33, que correspondem à dimensão permanência da paixão sexual. O fator 4 apresenta uma variância explicada de 4,1%. No fator 5 saturam os itens 37, 38, 39, 40 e 41 que correspondem à dimensão aceitação da perda, luto e ressentimento. Este fator explica 3,5% da escala. No fator 6 saturaram os itens 34, 35 e 36, pertencentes à dimensão aceitação da perda, luto e ressentimento, explicando 2,9% da variância total (Tabela 2, a cinzento as saturações).

As correlações item-total corrigidas (Tabela 3) encontram-se entre 0.3 (item 34) e 0,73 (item 19).

A fiabilidade da escala foi avaliada pela consistência interna dos fatores, medida através dos valores de alfa de Cronbach. O alfa correspondente da escala total de 41 itens foi 0,933, indicando confiabilidade pelo método de consistência interna. Os valores de alfa nas subescalas foram: interesse no projeto de vida do outro 0,790, na subescala confiança básica 0,873, na subescala gratidão 0,885, na subescala ideal comum do eu 0,870, na subescala permanência da paixão sexual 0,866 e na subescala aceitação perda/luto 0,724.

Tabela 2.

Frequência dos itens do Inventário Capacidade para Amar

Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão	Assimetria	Curtose
1. É importante para mim conhecer os projetos de vida do meu parceiro/da minha parceira.	473	1	4	3,70	,489	-1,480	2,597
2. Partilho os meus projetos de vida com o meu parceiro/a minha parceira.	473	1	4	3,59	,549	-,997	,418
3. Fico feliz por ver o sucesso do meu parceiro/da minha parceira.	473	3	4	3,84	,364	-1,897	1,607
4. Sinto que o crescimento pessoal e a experiência de vida do meu parceiro/da minha parceira me enriquece.	473	1	4	3,63	,529	-1,191	1,436
5. Quando o meu parceiro/a minha parceira está triste, eu também me sinto triste.	473	1	4	3,32	,624	-,466	-,105
6. Sinto-me capaz de compreender o meu parceiro/a minha parceira.	473	1	4	3,29	,553	-,077	-,122
7. Muitas vezes torna-se aborrecido estar com o meu parceiro/a minha parceira.	473	1	4	3,07	,758	-,374	-,454
8. Eu confio na capacidade do meu/da minha parceiro/a me ouvir e apoiar quando necessário.	473	1	4	3,25	,708	-,794	,739
9. Não me importo que o meu/minha parceiro/a conheça as minhas fraquezas, dilemas e dificuldades.	473	1	4	3,38	,656	-,944	1,290
10. Sinto que posso expressar abertamente ao meu parceiro/à minha parceira o que sinto e as minhas necessidades.	473	1	4	3,36	,683	-,787	,263
11. Acredito que em situações de incerteza e em que não sei o que fazer o meu parceiro/a minha parceira estará lá para me apoiar.	473	1	4	3,38	,704	-1,025	,939
12. Sinto que posso ser honesto/a com o meu parceiro/a.	473	1	4	3,52	,618	-1,062	,867
13. Guardo muitos segredos que não conto ao meu parceiro/à minha parceira.	473	1	4	3,22	,704	-,492	-,348
14. Sinto que posso admitir abertamente as minhas fraquezas ao/à meu/minha parceiro/a.	473	1	4	3,31	,672	-,631	,037
15. Às vezes sinto que coloco limites/barreiras nas minhas relações que, apesar dos esforços, não consigo ultrapassar.	473	1	4	2,72	,833	-,096	-,626
16. Sinto-me confortável e seguro(a) na companhia do meu parceiro/da minha parceira.	473	1	4	3,44	,702	-1,181	1,249
17. Sinto-me grato/a pelo facto do meu parceiro/da minha parceira existir na minha vida.	473	1	4	3,48	,648	-1,114	1,124
18. Sinto gratidão pelo amor que recebo.	473	1	4	3,42	,676	-1,007	,811
19. Mesmo quando estamos separados, sinto-me ligada(o) ao meu parceiro/à minha parceira.	473	1	4	3,37	,644	-,661	,110

Inventário de Capacidade para Amar: estudo piloto de adaptação e validação para Portugal

20. Aceito que preciso do meu/minha parceiro/a.	473	1	4	3,16	,734	-,620	,180
21. Gosto de proporcionar conforto e segurança ao meu/à minha parceiro/a.	473	1	4	3,55	,531	-,635	-,298
22. Gosto de cuidar do meu parceiro/da minha parceira quando ele/a precisa da minha ajuda.	473	1	4	3,64	,511	-,1,006	,419
23. Gosto de partilhar/dividir as responsabilidades do dia-a-dia para assim aliviar a pressão sobre o meu parceiro/a minha parceira.	473	1	4	3,41	,587	-,595	,484
24. Eu dedico-me e comprometo-me com as minhas relações.	473	1	4	3,58	,531	-,788	-,028
25. Eu e o meu/minha parceiro/a investimos e trabalhamos na nossa relação.	473	1	4	3,22	,751	-,725	,150
26. Respeito a personalidade e os valores essenciais do meu parceiro/da minha parceira.	473	2	4	3,40	,567	-,274	-,806
27. Gosto de observar os gestos e as reações do meu/da minha parceiro/a.	473	1	4	3,36	,572	-,406	,519
28. Sinto-me comprometido/a com a nossa vida e com os planos que partilhamos.	473	1	4	3,35	,676	-,810	,519
29. Procuvo soluções de compromisso quando surgem conflitos ou quando os nossos objetivos divergem.	473	1	4	3,24	,614	-,469	,772
30. Costumo dizer ao meu parceiro/a que o/a amo.	473	1	4	3,26	,756	-,758	,066
31. Sinto-me profundamente ligado/a à minha parceira/ao meu parceiro.	473	1	4	3,33	,699	-,780	,245
32. Considero que numa relação longa as pessoas sentem-se entediadas ou menos interessadas sexualmente.	473	1	4	2,76	,762	-,203	-,286
33. Considero que ao longo do tempo o desejo sexual pelo/a parceiro/a vai diminuindo.	473	1	4	2,79	,773	-,227	-,316
34. Tenho/teria dificuldades em aceitar quando a pessoa que amo não corresponde/a ao meu amor.	473	1	4	2,20	,755	,222	-,261
35. Quando estou numa relação que termina, habitualmente sinto/sentiria que a culpa foi do meu/da minha ex-parceiro/a.	473	1	4	2,93	,597	-,394	,989
36. Sinto/sentiria vontade de me vingar quando/se terminam/terminassem uma relação comigo.	473	1	4	3,40	,657	-,916	,884
37. Quando/se uma relação terminar, tenho dificuldade em acreditar que é verdade.	473	1	4	2,79	,780	-,070	-,574
38. Sinto muitas vezes ciúmes.	473	1	4	2,77	,753	-,226	-,225
39. Muitas vezes sinto-me culpado/a depois/se de uma relação terminar.	473	1	4	2,76	,745	-,230	-,185
40. Se o meu parceiro/a minha parceira me deixasse, eu colocaria em causa o meu valor.	473	1	4	2,97	,795	-,425	-,270
41. Quando uma relação termina, tenho/teria dificuldade em voltar a estar disponível para um novo relacionamento.	473	1	4	2,41	,837	,112	-,547

Tabela 3.

Pesos fatoriais e correlações item-total corrigidas do Inventário de Capacidade para Amar e variância explicada (n = 473)

Item	Fator 1	Fator 2	Fator 3	Fator 4	Fator 5	Fator 6	Correlações item-total corrigidas
1. É importante para mim conhecer os projetos de vida do meu parceiro/da minha parceira.	,193	,162	,799				,469
2. Partilho os meus projetos de vida com o meu parceiro/a minha parceira.	,364	,192	,696	,154			,609
3. Fico feliz por ver o sucesso do meu parceiro/da minha parceira.	,212	,219	,695				,473
4. Sinto que o crescimento pessoal e a experiência de vida do meu parceiro/da minha parceira me enriquece.	,360	,285	,577				,588
5. Quando o meu parceiro/a minha parceira está triste, eu também me sinto triste.	,324	,340	,326			-,175	,427
6. Sinto-me capaz de compreender o meu parceiro/a minha parceira.	,365	,396	,224	,167		,174	,559
7. Muitas vezes torna-se aborrecido estar com o meu parceiro/a minha parceira.	,466	,181		,553			,591
8. Eu confio na capacidade do meu/da minha parceiro/a me ouvir e apoiar quando necessário.	,732		,174	,172		,103	,642
9. Não me importo que o meu/minha parceiro/a conheça as minhas fraquezas, dilemas e dificuldades.	,415	,209	,414	,115			,551
10. Sinto que posso expressar abertamente ao meu parceiro/à minha parceira o que sinto e as minhas necessidades.	,737		,336	,196			,713
11. Acredito que em situações de incerteza e em que não sei o que fazer o meu parceiro/a minha parceira estará lá para me apoiar.	,767	,142	,198		,128		,648
12. Sinto que posso ser honesto/a com o meu parceiro/a.	,727	,114	,269	,192		,113	,683
13. Guardo muitos segredos que não conto ao meu parceiro/à minha parceira.	,307		,260	,424			,440
14. Sinto que posso admitir abertamente as minhas fraquezas ao/à meu/minha parceiro/a.	,714	,102	,342	,184			,704
15. As vezes sinto que coloco limites/barreiras nas minhas relações que, apesar dos esforços, não consigo ultrapassar.	,184	,156		,449	,429		,421
16. Sinto-me confortável e seguro(a) na companhia do meu parceiro/da minha parceira.	,771	,242	,114				,683
17. Sinto-me grato/a pelo facto do meu parceiro/da minha parceira existir na minha vida.	,775	,336					,689
18. Sinto grato/da pelo amor que recebo.	,629	,417	,103				,654
19. Mesmo quando estamos separados, sinto-me ligada(o) ao meu parceiro/à minha parceira.	,672	,333	,216	,210		-,239	,730

Inventário de Capacidade para Amar: estudo piloto de adaptação e validação para Portugal

20. Aceito que preciso do meu/minha parceiro/a.	,530	,329	,132	-422	,500
21. Gosto de proporcionar conforto e segurança ao meu/à minha parceiro/a.	,372	,628	,301		,649
22. Gosto de cuidar do meu parceiro/da minha parceira quando ele/a precisa da minha ajuda.	,352	,606	,378	,135	,668
23. Gosto de partilhar/dividir as responsabilidades do dia-a-dia para assim aliviar a pressão sobre o meu parceiro/a minha parceira.	,355	,534	,267	,139	,623
24. Eu dedico-me e comprometo-me com as minhas relações.	,148	,610	,350	,227	,534
25. Eu e o meu/minha parceiro/a investimos e trabalhamos na nossa relação.	,686	,355	,242		,750
26. Respeito a personalidade e os valores essenciais do meu parceiro/da minha parceira.	,441	,562	,123	,175	,667
27. Gosto de observar os gestos e as reações do meu/da minha parceiro/a.	,388	,516	,124	,141	,563
28. Sinto-me comprometido/a com a nossa vida e com os planos que partilhamos.	,450	,470	,192	,191	,643
29. Procuvo soluções de compromisso quando surgem conflitos ou quando os nossos objetivos divergem.	,113	,700	,129		,432
30. Costumo dizer ao meu parceiro/a que o/a amo.	,483	,298	,160	,389	,631
31. Sinto-me profundamente ligado/a à minha parceira/ao meu parceiro.	,580	,389	,141	,335	,697
32. Considero que numa relação longa as pessoas sentem-se entediadas ou menos interessadas sexualmente.	,133	,194	,779	,202	,451
33. Considero que ao longo do tempo o desejo sexual pelo/a parceiro/a vai diminuindo.	,163	,219	,796	,173	,476
34. Tenho/teria dificuldades em aceitar quando a pessoa que amo não corresponde/a ao meu amor.	-182	,218	,163	,576	,039
35. Quando estou numa relação que termina, habitualmente sinto/sentiria que a culpa foi do meu/da minha ex-parceiro/a.	,171			,547	,177
36. Sinto/sentiria vontade de me vingar quando/se terminam/terminassem uma relação comigo.		,239	,113	,257	,268
37. Quando/se uma relação terminar, tenho dificuldade em acreditar que é verdade.		,104	,592	,450	,165
38. Sinto muitas vezes ciúmes.	,118	-137	,528	,304	,100
39. Muitas vezes sinto-me culpado/a depois/se de uma relação terminar.		,194	,735		,197
40. Se o meu parceiro/a minha parceira me deixasse, eu colocaria em causa o meu valor.			,723	,184	,109
41. Quando uma relação termina, tenho/teria dificuldade em voltar a estar disponível para um novo relacionamento.	-109	-163	,666		,050
Variância explicada (%) Total (57,12%)	34,23	7,64	4,55	4,14	3,56
				2,97	

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo validar e adaptar, numa fase piloto, o Inventário de Capacidade para Amar para a população portuguesa. Nesse sentido, o processo sucedeu-se em três fases distintas. Inicialmente procedeu-se à tradução e retroversão dos itens do Inventário de Capacidade para Amar, de seguida, a versão de investigação foi discutida com um painel de especialistas para depois, se proceder a uma reflexão falada do inventário com um grupo heterogéneo de participantes, quanto à idade e nível de escolaridade, com intuito de analisar a compreensibilidade e clareza dos itens. Por fim, a versão de investigação foi administrada a uma amostra de 473 participantes, maioritariamente do sexo feminino, com idades entre os 18 e os 74 anos.

Na versão original (Kapusta *et al.*, 2018), o Inventário de Capacidade para Amar é composto por 41 itens distribuídos por seis subescalas/dimensões Interesse nos projetos de vida do outro (itens 1, 2, 3, 4, 5, 6 e 7), confiança básica (itens 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 e 16), humildade e gratidão (itens 17, 18, 19, 20, 21, 22 e 23), ideal do ego comum (itens 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 e 31), permanência da paixão sexual (itens 32 e 33) e aceitação da perda, luto e ressentimento (itens 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 e 41). No entanto, na análise fatorial exploratória, realizada neste estudo, não foi possível replicar a mesma distribuição, tendo-se verificado que nenhuma dimensão apresentou pesos fatoriais para que os itens ficassem agrupados como no instrumento original, porém, tendo em conta que se trata de uma validação preliminar, decidiu-se manter a mesma estrutura. Acrescendo o facto, que este estudo demonstrou uma boa consistência interna, quer a nível da escala total com 0.93, quer nas subescalas, onde os valores variaram entre 0.72 e 0.88, revelando uma boa consistência interna. No estudo original (Kapusta *et al.*, 2018), a consistência interna da escala total foi de 0.90 e nas subescalas os valores variaram entre os

0.67 e 0.90. Na versão da validação italiana (Margherita *et al.*, 2018), também se demonstraram bons valores de consistência interna (escala total com 0.94 e subescalas entre 0.83 valores e 0.87).

Apesar do presente estudo, de carácter preliminar, ainda não permitir clarificar a estrutura da escala para a população portuguesa, esta revelou boas propriedades psicométricas, nomeadamente, no que concerne à consistência interna, em que os alfas de Cronbach obtidos para as diferentes subescalas foram bons.

Os resultados não demonstram um encaixe totalmente satisfatório no que concerne à sobreposição às dimensões emergentes do estudo original realizado por Kapusta *et al.* (2018), podendo tal advir de razões socioculturais, uma vez que o funcionamento psicométrico do CTL português parecer ter um bom funcionamento psicométrico, semelhante ao da versão original, assim como o da versão italiana.

Tal como aconteceu com o estudo de Margherita *et al.* (2018), a presente versão não foi aplicada a uma amostra clínica, no entanto, e apesar disto, concordamos que este instrumento apresenta implicações bastante importantes no que toca ao desenvolvimento da ação clínica, uma vez, por exemplo, correlações negativas obtidas nas diferentes escalas podem ser preditivas no que concerne à incapacidade ou dificuldade de amar, podendo-se revelar traços, por exemplo, de psicopatia, onde, apesar da pessoa com psicopatia, apresentarem um desejo obsessivo de ser amado, mostram uma quase incapacidade de amar (Lino, 2009). Também ainda dentro do contexto clínico, este instrumento pode ser bastante relevante de forma a detetar personalidades narcísicas. Por exemplo, no que concerne ao luto, estas pessoas têm grande dificuldade neste processo uma vez que, em vez do luto, as pessoas com narcisismo patológico culpam os outros pela perda do objeto amado e, desta forma, inibem (e são assim protegidas) um processo de luto doloroso. De acordo com Kapusta *et al.* (2018).

Este instrumento pode ainda ter potencial para avaliar os resultados dos diferentes processos terapêuticos utilizados durante uma intervenção, nomeadamente, na ligação em que o cliente faz com os outros à sua volta à medida que a intervenção se vai desenvolvendo, podendo, o CTL constituir-se como um instrumento bastante útil a fim de monitorizar o sucesso da intervenção clínica.

Também no âmbito não clínico, este instrumento revela ser bastante flexível e indicado para medir dimensões de proteção e de risco individual, prevenindo-se o desenvolvimento de doença mental, naqueles que mostrem correlações negativas nestas subescalas (Margherita et al., 2018),

CONCLUSÃO

De acordo com o objetivo deste estudo e devido à pertinência de que a capacidade para amar se constitui como um traço da personalidade de cada um, a mesma pode estar associada, tanto ao bem-estar, como ao sofrimento. Kapusta *et al.* (2018), o presente estudo preliminar de validação e adaptação, demonstra potencialidades a nível de consistência interna, contudo, apresenta algumas limitações, nomeadamente a amostra reduzida e por conveniência. Outra limitação deste estudo deve-se ao facto de não se ter realizado uma análise convergente e divergente, ao contrário do que aconteceu no estudo original de Kapusta *et al.* (2018) onde se demonstrou uma correlação positiva com o construto qualidade do relacionamento e negativamente correlacionados com sintomas de depressão e narcisismo patológico. Estudos futuros devem incluir, não só uma amostra mais alargada e representativa da população portuguesa, como também incluir outros instrumentos que permitam ser relacionados com os construtos atrás referidos, com o intuito de uma melhor justificação da pertinência na utilização clínica. Para além disso, estudos futuros devem integrar uma análise fatorial confirmatória (tal como ocorreu na versão original e na versão italiana), para confirmar a distribuição do modelo encontrado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beck, A. T., & Steer, R. A. (1984). Internal consistencies of the original and revised Beck Depression Inventory. *Journal of Clinical Psychology*, 40(6), 1365-1367.
- Ben-Ze'ev, A. (2019). *The arc of love: How our romantic lives change over time*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bergmann, M. (1971). Psychoanalytic observations on the capacity to love In: McDevitt, J. B. & Settlage, C. F. (Eds.), *Separation-individuation: Essays in Honor of Margaret S. Mahler* (pp. 15-40). New York: International Universities Press.
- Berscheid, E., & Hatfield, E. (1974). A little bit about love. In: Huston, T. L. (Ed.), *Foundations of interpersonal attraction* (pp. 157–215). New York: Academic Press.
- Berscheid, E., & Walster, E. H. (1974). Physical attractiveness. In: Berkowitz, L. (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (7th ed., pp. 158-216). New York: Academy Press.
- Berscheid, E. (2006). Searching for the meaning of “love.” In: Sternberg, R. J. & Weis, K. (Eds.), *The new psychology of love* (pp. 171–183). New Haven: Yale University Press.
- Berscheid, E. (2010). Love in the fourth dimension. *Annual Review of Psychology*, 61, 1–25.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment (Vol. 1)*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation (Vol. 2)*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness and depression (Vol. 3)*. New York: Basic Books
- Busch, I., & Kapusta, N. D. (2017). Evaluation of capacity to love, depression, and anxiety in women according to their relationship status. *European Psychiatry*, 41(S1), s900-s900.

- Collins, A., & Sroufe, L. A. (1999). Capacity for intimate relationships: a developmental construction, In: Furman, W., Brown, B. B. & Feiring, C. (Eds.), *Development of Romantic Relationships in Adolescence* (pp. 125-147). New York: Cambridge University Press.
- Davis, K. E., & Todd, M. J. (1982). Friendship and love relationships. In: Davis, K. E. & Mitchell, T. O. (Eds.), *Advances in descriptive psychology* (Vol. 2, pp. 79–122). London: Jessica Kingsley.
- Davis, K. E., & Todd, M. J. (1985). Assessing friendship: Prototypes, paradigm cases and relationship description. In: Duck, S. & Perlman, D. (Eds.), *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach* (pp. 17–38). Thousand Oaks: Sage.
- Erikson, E. (1958). Identity and the psychosocial development of the child. In: *Discussion on Child Development* (Vol. 30). New York: International Universities Press.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and society*. New York: W.W. Norton and Company.
- Fall, E., & Shankland, R. (2020). The Mediating Role of Dispositional Mindfulness in the Relationship Between Parental and Romantic Attachment. *Journal of Adult Development*, 1-12.
- Fehr, B. (1994). Prototype-based assessment of laypeople's views of love. *Personal Relationships*, 1, 309–331.
- Fraley, R. C. (2010). *A brief overview of adult attachment theory and research*. [Em Linha] Disponível em: <https://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm>
- Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2015). Do early caregiving experiences leave an enduring or transient mark on developmental adaptation? *Current Opinion in Psychology*, 1, 101–106.
- Fredrickson, B. L. (2016). Love: Positivity resonance as a fresh, evidence-based perspective on an age-old topic. In: Lewis M., Barrett, L. F. & Haviland-Jones, J. M. (Eds.). *Handbook of emotions* (pp. 847–858). New York: Guilford Publications.

- Garza-Guerrero, C. (2000). Idealization and mourning in love relationships: Normal and pathological spectra. *The Psychoanalytic Quarterly*, 69(1), 121-150.
- Gottlieb, S. (2002). The capacity for love, In: Mann, D. (Ed.), *Love and Hate: Psychoanalytic Perspectives*. United Kingdom: Psychology Press.
- Graham, J. M. (2011). Measuring love in romantic relationships: A meta-analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 748–771.
- Greenberg, J., & Mitchell, S. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*. London: Harvard University Press.
- Halwani, R. (2018). *Philosophy of love, sex, and marriage: an introduction*. New York: Routledge.
- Hatfield, E., & Walster, G. W. (1978). *A new look at love*. Lanham: University Press of America.
- Hatfield, E., & Sprecher, S. (1986). Measuring passionate love in intimate relationships. *Journal of Adolescence*, 9, 383–410.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392–402.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1989). Research on love: Does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 784–794.
- Jankowiak, W. R., & Fischer, E. F. (1992). A cross-cultural perspective on romantic love. *Ethnology*, 31, 149-155.

- Kapusta, N. D., Jankowski, K. S., Wolf, V., Guludec, C. L., Lopatka, M., Hammerer, C., ... & Blüml, V. (2018). Measuring the capacity to love: development of the CTL-inventory. *Frontiers in Psychology*, 9, 1115.
- Karandashev, V. (2019). Love as Benevolence. In: Karandashev, V. (2019). *Cross-Cultural Perspectives on the Experience and Expression of Love* (pp. 175-185). Cham: Springer.
- Kealy, D., & Ogrodniczuk, J. S. (2014). Pathological narcissism and the obstruction of love. *Psychodynamic Psychiatry*, 42(1), 101-119.
- Kealy, D., Ogrodniczuk, J. S., Joyce, A. S., Steinberg, P. I., & Piper, W. E. (2015). Narcissism and relational representations among psychiatric outpatients. *Journal of Personality Disorders*, 29(3), 393-407.
- Kennedy, J. H., & Kennedy, C. E. (2004). Attachment theory: Implications for school psychology. *Psychology in the Schools*, 41, 247-259.
- Kernberg, O. F. (1974a). Barriers to falling and remaining in love. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 22(3), 486-511.
- Kernberg, O. F. (1974b). Mature love: Prerequisites and characteristics. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 22(4), 743-768.
- Kernberg, O. F. (1977). Boundaries and structure in love relations. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 25(1), 81-114.
- Kernberg, O. F. (2011). Limitations to the capacity to love. *The International Journal of Psychoanalysis*, 92(6), 1501-1515.
- Lee, J. A. (1973). *The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving*. Ontario: New Press.
- Lino, T. (2009). *A Patologia do Amor – Da Paixão à Psicopatologia*. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0146.pdf>. Acedido a 12 de julho 2021.

- Marcia, J. E. (2014). From industry to integrity. *Identity*, 14(3), 165-176.
- Margherita, G., Gargiulo, A., Troisi, G., Tessitore, F., & Kapusta, N. D. (2018). Italian validation of the capacity to love inventory: Preliminary results. *Frontiers in Psychology*, 9, 1434.
- Modell, A. H. (1963). Primitive object relationships and the predisposition to schizophrenia. *The International Journal of Psychoanalysis*, 44, 282–292.
- Marôco, J. (2010). *Análise de equações estruturais: Fundamentos teóricos, Software & Aplicações*. Report Number, Lda.
- Penke, L., & Asendorpf, J. B. (2008). Beyond global sociosexual orientations: a more differentiated look at sociosexuality and its effects on courtship and romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(5), 1113.
- Pierce, G. R., Sarason, I. G., Sarason, B. R., Solky-Butzel, J. A., & Nagle, L. C. (1997). Assessing the quality of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(3), 339-356.
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G., & Levy, K. N. (2009). Initial construction and validation of the pathological narcissism inventory. *Psychological Assessment*, 21(3), 365.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265–273.
- Rubin, Z. (1973). *Liking and loving*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Sigelman, C. K. & Shaffer, D. R. (1991). *Life-span Human development*. U.S.A.: Wadsworth.

Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. In: Devine, P. & Plant, A. (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 45, pp. 279–328). San Diego: Academic Press.

Sprecher, S., & Metts, S. (1989). Development of the "Romantic Beliefs Scale" and examination of the effects of gender and gender-role orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(4), 387–411.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119–135.

Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27, 313–335.

Sternberg, R. J. (1998). *Cupid's arrow: the course of love through time*. London: Cambridge University Press.

Syed, M., & McLean, K. C. (2018). The future of identity development research: Reflections, tensions, and challenges. In McLean, K. C. & Syed, M. (Eds.), *The Oxford handbook of identity development* (pp. 562-573). New York: Oxford University Press.

Zayas, V., Mischel, W., Shoda, Y., & Aber, J. L. (2011). Roots of attachment: maternal caregiving at 18 months predicts adult peer and partner attachment. *Social Psychological and Personality Science*, 22(3), 376–383.