

Questionário de estilos de vinculação (ASQ-SF)

O ASQ-SF é um instrumento de autorresposta que mede os estilos de vinculação no adulto, em particular as dimensões evitante e ansiosa. Assenta em 5 subescalas que permitem explorar com maior detalhe as dinâmicas relacionais, como a necessidade de aprovação ou o desconforto com a intimidade. A sua estrutura dimensional e as suas normas clínicas fazem dele um instrumento útil para enriquecer a formulação de caso e orientar as intervenções terapêuticas centradas nas relações interpessoais.

Número de perguntas	29 perguntas
Duração estimada	7 minutos
Idioma	Português
Nome original	Attachment Style Questionnaire
Público-alvo	Adultos
Autores	Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L., & Noller, P. (2001)
Categoria	Dependência afetiva, Dificuldades interpessoais

Pré-visualização das 29 perguntas

Em que medida concorda com a seguinte afirmação?

Confio que os outros estarão presentes quando eu precisar deles

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Em que medida concorda com a seguinte afirmação?

Prefiro contar comigo próprio/a em vez de contar com os outros

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Em que medida concorda com a seguinte afirmação?

Prefiro estar sozinho/a

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Em que medida concorda com a seguinte afirmação?

Ter sucesso é mais importante do que construir relações

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Em que medida concorda com a seguinte afirmação?

Fazer o melhor possível é mais importante do que relacionar-se bem com os outros

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Cotação e interpretação

O ASQ-SF mede os estilos de vinculação no adulto através de **2 dimensões principais**: **vinculação evitante** e **vinculação ansiosa**, cada uma derivada de várias subescalas específicas.

O questionário é composto por **29 itens**, repartidos por **5 subescalas**:

- **Desconforto com a proximidade**
  Itens: 2, 3, 11, 12, 15, 16, 18, 20, 27
- **Relações como secundárias**
  Itens: 4, 5, 6, 9
- **Preocupação com as relações**
  Itens: 13, 17, 22, 23, 25
- **Necessidade de aprovação**
  Itens: 7, 8, 10, 19, 21
- **Confiança nas interações interpessoais**
  Itens: 1, 14, 24, 26, 28, 29

Some as respostas (escala de Likert de 1 a 6) de cada subescala para obter as **pontuações brutas**. As respostas aos itens 15, 16 e 26 são cotadas de forma invertida.

Os **principais estilos de vinculação** são calculados a partir destas subescalas, com um ajustamento baseado em determinados itens da subescala de confiança para ter em conta o nível de segurança relacional.

A **pontuação de vinculação evitante** (amplitude de -5 a 75) calcula-se somando as pontuações das subescalas *Desconforto com a proximidade* e *Relações como secundárias* e subtraindo depois as pontuações dos itens 1, 14 e 28 da subescala *Confiança nas interações interpessoais*.

A **pontuação de vinculação ansiosa** (amplitude de -18 a 57) calcula-se somando as pontuações das subescalas *Preocupação com as relações* e *Necessidade de aprovação* e subtraindo depois as pontuações dos itens 24, 26 e 29 da mesma subescala de confiança.

Estes ajustamentos corrigem as pontuações de modo a refletir o efeito protetor de uma vinculação mais segura.

- **Pontuações elevadas** indicam uma expressão marcada do estilo de vinculação em causa (evitante ou ansioso).
- **Pontuações baixas ou negativas** sugerem uma **vinculação mais segura** ou uma ausência marcada de traços de vinculação insegura.