



Universidade de Coimbra
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

UC/FPCE – 2016

O uso excessivo das redes sociais pelos adolescentes

Elsa Isabel Barbosa Teixeira (e-mail: elsabt7@gmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento sob a orientação da Professora Doutora Maria São João de Castilho Brêda

O uso excessivo das redes sociais pelos adolescentes

Resumo

O estudo centra-se particularmente na intensidade do uso das redes sociais, seus determinantes pessoais e de variáveis de socialização, pretendendo-se estudar os padrões de uso e do impacto de dimensões do temperamento e da socialização no tempo de uso diário, e no funcionamento quotidiano e relacionamento social do adolescente no contexto do conjunto das suas interações online e offline.

O presente estudo faz uma interseção entre a literatura acerca do temperamento e da personalidade que influenciam o processo de socialização, acerca da comunicação online, e uso da internet e das redes sociais e em particular, o seu uso excessivo. Tendo em vista este objetivo, foram aplicados a alunos de vários níveis do ensino básico e secundário do 7º ao 12º ano (n= 136) os seguintes instrumentos: Perfil e Inventário da Personalidade de Gordon (GPP-I), versão portuguesa, Bateria de Socialização- Auto-avaliação, versão portuguesa (Ferreira & Rocha, 2004) e um questionário sociodemográfico e relativo a vários aspetos do uso da internet e redes sociais pelos adolescentes construído especificamente para este estudo.

A análise das relações entre categorias na resposta às perguntas do questionário e os scores das escalas das variáveis pessoais revelou existirem algumas relações coerentes/sistemáticas. Observou-se uma tendência estatisticamente significativa para os sujeitos que reportam como razões do seu uso das redes sociais o facto de ser mais fácil comunicar por esse canal do que através da comunicação face a face apresentarem níveis mais altos de ansiedade/timidez. Também se observou que os sujeitos com nível mais baixo de isolamento reportam usar este meio de comunicação para conversarem com os seus amigos da escola. Por fim, sendo objetivo do estudo analisar o impacto das redes sociais nas relações pessoais face-a-face dos adolescentes, verificou-se que existe uma tendência para os mesmos se encontrarem a aceder às redes sociais ao mesmo tempo que estão junto dos seus

amigos.

Palavras-chave: socialização; personalidade; temperamento; redes sociais; padrões de uso das redes sociais; uso excessivo; impacto; ansiedade/timidez; isolamento.

Excessive use of social networks for teens

Abstract

This study is focused particularly on the intensity of the use of social networks, its personal determinants and socialization variables, with the purpose of studying patterns of use, the impact of temperamental dimensions, the socialization and function in everyday use and the social relationship of teenagers concerning online and offline interactions.

The present study states an intersection between literature about temperament and personality, which influences the process of socialization, about online communication, the use of internet and social networks and specifically its excessive use. Considering this aim, the portuguese versions of the following instruments were applied at various levels of 136 elementary and high school students (from 7th to 12th): Gordon Personality Profile Inventory and Socialization Battery (Ferreira & Rocha, 2004). At last it was applied a customized social-demographic questionnaire, that included several aspects about adolescent's internet and social networks use.

The association analysis between the questionnaire responses and the personal variables scales scores revealed a systematic and coherent connections. There was a statistically significant tendency for the subjects who reported as reasons for its use of social networks that it is easier to communicate through this channel than through face to face communication presented higher levels of anxiety / shyness. It was also observed that subjects with lower isolation level report using this

mean to talk with their school friends. Finally, being objective of the study is to analyze the impact of social networks on personal relationships face to face adolescents, it was found that there is a tendency for them to find the access to social networks at the same time they are among friends.

Key-words: socialization; personality; temperament; social networks; patterns of use; excessive use; impact; anxiety/shyness; isolation.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, quero agradecer à Professora Doutora Maria São João Brêda, pelos conhecimentos transmitidos, incentivos, dedicação e ajuda durante este ano letivo.

Quero agradecer a todos os professores da faculdade que me transmitiram os seus conhecimentos que me ajudarão no futuro a ser uma boa profissional.

Aos meus pais agradeço o facto de sempre me apoiarem, de nunca deixarem que me faltasse nada desde os bens materiais ao apoio, carinho, paciência e dedicação e por possibilitarem a realização do meu sonho.

Ao meu irmão quero agradecer todo o apoio, compreensão e disponibilidade que sempre me deu durante estes cinco anos.

Quero agradecer ao meu namorado, Pedro, pela paciência, compreensão, apoio e pela palavra de apoio quando foi necessário.

Agradeço às “manas Santos Rocha” pela compreensão e um pedido de desculpa pela ausência e falta de disponibilidade durante este ano.

Por fim, agradeço a todas as pessoas que de alguma maneira contribuíram para o meu sucesso.

Índice

Introdução	1
I – Enquadramento conceptual	3
II - Objectivos e Hipóteses	24
III - Método	26
1-Amostra e procedimentos	26
1.2- Instrumentos	28
IV - Resultados e Discussão	31
VI - Conclusão	45
Bibliografia	49

Índice de Quadros

Quadro 1. Caracterização da amostra quanto ao sexo.....	26
Quadro 2. Caracterização da amostra de acordo com a idade	27
Quadro 3- Distribuição da amostra de acordo com o ano de escolaridade	27
Quadro 4- Média e desvio-padrão de ansiedade-timidez dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na expectativa de ser mais fácil conversar face a face do que online.....	34
Quadro 5- Média e desvio-padrão de ansiedade-timidez de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na expectativa de ser mais fácil estabelecer conversa online com uma pessoa que querem conhecer.....	35
Quadro 6 – Coeficiente de correlação não paramétrica ρ de Spearman, o nível de significância e o número de sujeitos usado na análise	37
Quadro 7- Média e desvio-padrão do isolamento de dois grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no uso das redes sociais para conversar com amigos da escola.....	38
Quadro 8- Média e desvio-padrão do isolamento de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no uso das redes sociais para jogar.....	39
Quadro 9- Média e desvio-padrão do isolamento dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no acesso às redes sociais simultaneamente ao convívio presencial com os amigos	39
Quadro 10- Média da sociabilidade na satisfação do contacto face a face.....	41
Quadro 11- Média e desvio-padrão da prudência de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na resposta a mensagens e marcação de encontros com desconhecidos e na permissão do acesso ao seu perfil a qualquer pessoa	43

Índice de Figuras

Figura 1- Modelo Bioecológico de Bronfenbrenner.....	12
--	----

Introdução

A adolescência é uma fase em que o indivíduo descobre e experimenta coisas novas. O que é possível através das redes sociais, uma vez que estas permitem ao adolescente experimentar o estabelecimento de novas relações e interações sociais e construir a sua identidade, assumindo, assim, um papel importante na vida do adolescente (Dias, 2003, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014).

A socialização é um processo ativo, complexo e dinâmico que ocorre na infância e na adolescência através de práticas sociais e experiências. Este processo é influenciado por todos os elementos que estão presentes no meio e contextos onde se encontra inserido o indivíduo (Belloni, 2007). A escola é um agente de socialização importante que, atualmente, encontra os *media* como um agente concorrente que é considerado como uma escola paralela (Belloni, 2001; Porcher, 1974, *in* Belloni, 2007).

As sociedades contemporâneas estão a sofrer diversas alterações entre as quais o grau ou intensidade com que os jovens progressivamente interagem com as novas tecnologias (Belloni, 2007). A revolução social *online* em que nos encontramos está a alterar o comportamento e pensamento das pessoas (Amaral & Sousa, 2010). O universo virtual é, possivelmente, o espaço de maior interação entre as pessoas, uma vez que estão cada vez mais tempo na Internet (Nuernberg & Gonçalves, 2012), o que pode levar ao seu uso excessivo.

O uso excessivo da Internet tem sido enunciado como gerador de diversos problemas a nível psicológico no indivíduo (Nuernberg & Gonçalves, 2012), também têm sido indicados timidez, pânico, isolamento social, transtorno afetivo e depressão. No caso dos adolescentes, este uso pode ser explicado pela fase de desenvolvimento em que o indivíduo se encontra, uma vez que nesta fase ele está interessado em estabelecer relações sociais (Regan & Steeves, 2010, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014).

Este trabalho está organizado em cinco partes fundamentais. Numa primeira parte, referente ao enquadramento conceptual, são abordados os aspetos da adolescência, personalidade, temperamento, o processo de socialização, a comunicação online, as redes sociais e a internet, e, por fim, o uso excessivo da internet. Na segunda parte, são apresentados os objetivos e as hipóteses do estudo empírico desenvolvido. Na terceira parte, expõe-se a metodologia utilizada, mais concretamente a descrição da amostra, dos procedimentos estabelecidos para a recolha e tratamento dos dados e dos instrumentos que foram utilizados. Na quarta parte, são apresentados os resultados e apresentada uma interpretação e discussão dos mesmos. Para finalizar, na quinta parte, é realizada uma conclusão e reflexão acerca do estudo realizado.

I – Enquadramento conceptual

Adolescência

Na adolescência ocorrem muitas mudanças físicas e psicológicas que duram até à idade adulta. Segundo Papalia, Olds e Feldman (2009, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) a passagem para a idade adulta é diferente em diversas culturas, sendo que existem rituais de maturidade próprios das mesmas. No entanto, as transformações corporais que ocorrem nesta fase são universais (Zagury, 2009, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Nesta fase, o indivíduo constrói a sua identidade, descobre o seu “eu”, onde pertence, o seu corpo, as suas emoções e constrói as suas próprias opiniões (Zagury, 2009, Nuernberg & Gonçalves, 2012; Alves, 2008, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) e descobre e experimenta coisas novas (Dias, 2003, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014).

Para construir a sua identidade e formar um conceito de si mesmo, descobrir o seu verdadeiro “eu”, na fase da adolescência, o indivíduo experimenta diversos papéis (Erikson, 1972, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014). Um meio utilizado pelos adolescentes para a experimentação destes vários papéis são as redes sociais, uma vez que estas permitem aos seus utilizadores experimentar o estabelecimento de novas relações e interações sociais, modificar a sua identidade até estes atingirem uma identidade que lhes seja satisfatória, assumindo, assim um papel importante na vida do adolescente (Turkle, 1998; *in* Rosado, Jager & Dias, 2014).

Nesta fase, o adolescente necessita de conquistar a sua autonomia e independência e libertar-se do controlo dos pais, sendo os amigos o grupo de apoio do adolescente. Estes, por vezes, são encontrados nas redes sociais e transmitem ao adolescente afeto, compreensão e solidariedade (Papalia, Olds e Feldman, 2009, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012). No entanto, esta amizade virtual não exige

proximidade entre os indivíduos, podendo levar o adolescente a afastar-se daqueles que o rodeia e a não experienciar a demonstração de afeto, através do toque, abraço, beijo, aperto de mão e um carinho (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Temperamento

Diferentes indivíduos podem responder de forma diferente aos mesmos estímulos, devido à existência de características individuais. Estas vão influenciar as trajetórias, e conjuntamente com as condições envolventes nos seus contextos de participação direta e indireta, têm impacto no sucesso e/ou desadaptação à mudança. De entre o conjunto de características individuais é de salientar o temperamento (Klein & Linhares, 2007).

O temperamento deve ser diferenciado de personalidade. Este tem uma base biológica, surge nos primeiros anos de vida e continua a desempenhar um papel na vida do indivíduo ainda na idade adulta, representando uma dimensão afetiva e emocional da personalidade (Portela & Pires, 2007).

Nas Teorias Psicológicas, foram formuladas várias tipologias, entre as quais as de Jung (1967, 1974, *in* Pasquali, 2000) que concebeu duas dimensões psicológicas: a dimensão das funções, pensamento, sentimento, sensação e intuição, e a dimensão dos tipos, sobretudo os tipos de Extroversão e Introversão. Thomas e Chess (1977, *in* Klein & Linhares, 2010) consideram o temperamento como o conjunto das diferenças individuais no estilo de resposta aos estímulos e às situações significativas, analisando a maneira como estas diferenças individuais se expressam, bem como o motivo que guia essas reações.

Também, Rothart (1981, *in* Klein & Linhares, 2010) refere que o temperamento consiste em diferenças individuais baseadas na reatividade e na autorregulação e que são influenciadas pela hereditariedade, maturação e experiência ao longo do tempo. A

reatividade diz respeito à forma como o indivíduo responde à estimulação advinda do meio. A autorregulação diz respeito aos processos que modificam a reatividade, tais como: a inibição comportamental e a tentativa de controlo da atenção (Gartein & Rothar, 2006).

Buss & Plomin (1984, *in* Klein & Linhares, 2010) definem temperamento como um conjunto de traços de personalidade de origem hereditária que aparecem desde logo na vida do indivíduo. Estes autores seguiram a definição dada por Allport (1961, *in* Pasquali, 2000), que considera que o temperamento é constituído por quatro componentes, são eles: a atividade, a emocionalidade, a sociabilidade e a impulsividade. No entanto, acrescentaram quatro critérios, que são os seguintes: a hereditariedade, a estabilidade, a adaptabilidade e presença filogenética, isto é, deve ter representação também entre os animais.

O temperamento consiste num conjunto de traços inatos da personalidade que são hereditários e que podem ser alterados pelas experiências do indivíduo (Buss & Plomin, 1984, *in* Batista, 2008). É entendido como um conjunto de diferenças individuais estáveis, de forte base genética e neurobiológica, que interagem com variáveis ambientais que aparecem a partir do nascimento e influenciam trajetórias de desenvolvimento da criança (Fox, Henderson, Rubin, Calkins & Schmidt, 2001, *in* Klein & Linhares, 2010). É, muitas vezes, entendido como um aspeto da personalidade que diz respeito às disposições e reações emocionais (Pasquali, 2000).

Assim, vários estudos consideram que o temperamento é útil na compreensão das interações entre as crianças e o meio social (Almeida, Seabra-Santos & Major, 2010). Existem várias conceptualizações divergentes do temperamento, no entanto, é possível encontrar alguns pontos de concordância, entre os quais: que esta variável se reflete em diferenças individuais no comportamento e na personalidade; o facto de possuir uma base neurobiológica e ser uma variável estável, mas que

pode ser influenciada pelas condições ambientais (Almeida, Seabra-Santos & Major, 2010).

O temperamento pode expor ou, pelo contrário, proteger as crianças dos riscos que são fruto do ambiente onde está inserida (Rutter, 1989; Keogh, 1994; Almeida, Seabra-Santos & Major, 2010).

Personalidade

É muito complicado apresentar uma única definição de Personalidade, uma vez que existem diversas propostas de definição devido à razão pela qual está a ser definida e às diferentes posições teóricas adotadas pelos autores (Cook, 1984; Hall & Lindsey (1984, *in* Rocha, 2010).

O termo “Personalidade” deriva da palavra latina *persona*, que significa máscara de teatro, que era usada pelos atores da Antiguidade para exprimir diferentes emoções e atitudes (Portela & Pires, 2007). Este conceito consiste nas diferenças individuais respeitante às suas preferências, comportamentos, sentimentos, atos e escolhas existentes entre indivíduos, incluindo, também, os aspetos que são comuns aos indivíduos pertencentes ao mesmo grupo e cultura (Alchieri, Cervo & Núñez, 2005).

Numa perspetiva humanista, que realça o papel da subjetividade, Allport (1966, *in* Silva & Nakano, 2011; Allport, 1937, *in* Rocha, 2010) afirma que a personalidade diz respeito à estrutura dinâmica de sistemas físicos, psicológicos e sociais que demarcam o comportamento e pensamento de cada indivíduo e a sua adaptação ao mundo que o rodeia. Consiste num conjunto de características que torna o indivíduo único através dos seus comportamentos e pensamentos (Trentini, Hutz, Bandeira, Teixeira, Gonçalves e Thomazoni, 2009, *in* Silva & Nakano, 2011).

Segundo Erikson (1968, *in* Batista, 2008), a personalidade desenvolve-se em oito estádios psicossociais que exigem a resolução de

crises específicas: a pequena infância (0-18 meses), crise confiança vs desconfiança; a primeira infância (18 meses aos 3 anos), crise autonomia vs vergonha e dúvida; idade do jogo (3-6 anos), crise iniciativa vs sentimento de culpa; idade escolar (6-11 anos), crise diligência vs sentimento de inferioridade; adolescência (12-20 anos), crise identidade vs confusão; jovem adulto (20-35 anos), crise intimidade vs isolamento; maturidade (35-65 anos), crise generatividade vs estagnação; e velhice (65 anos em diante), crise integridade vs desespero.

Na abordagem das disposições, Allport (1937, *in* Batista, 2008) foi o primeiro a usar o conceito de traços de personalidade. Estes são a base da personalidade, são de origem hereditária e desenvolvem-se ao longo da vida e levam o indivíduo a agir de determinada forma em diferentes situações (Cattell, 1965, *in* Batista, 2008; Cattell, 1965, *in* Rocha, 2010). Eysenck (1990, *in* Batista, 2008) propõe um modelo de três traços, são eles: a extroversão vs introversão, neuroticismo vs estabilidade emocional e psicoticismo vs força do “Eu”. Segundo o autor, a personalidade consiste numa organização do caráter, temperamento, inteligência e estrutura corporal que é estável e duradoura e tornam o indivíduo um ser único (Eysenck, 1970, *in* Rocha, 2010).

Theodore Millon formulou uma teoria de aprendizagem biopsicossocial e de patologia de personalidade, o Modelo de Estilos de Personalidade, através de categorias de personalidade e deduções formais (Aiken, 1997, *in* Alchieri, Cervo & Núñez, 2005). Para o autor, os estilos de personalidade são fruto das experiências de aprendizagem decorrentes dos vários contextos em que o indivíduo se encontra inserido desde que nasce. Quando o indivíduo não adquiriu todas as aprendizagens necessárias para a sua adaptação, este pode expressar ações desadaptadas e/ou patogênicas (Kirchner, Torres & Forns, 1998, *in* Alchieri, Cervo & Núñez, 2005).

Millon (Alchieri, Cervo & Núñez, 2005) considera que existem quatro fatores que influenciam o desenvolvimento adaptativo da personalidade, são eles: a resistência à extinção, uma vez aprendidos os comportamentos estes mantêm-se ao longo do tempo, exceto em casos em que foi necessária uma reaprendizagem; o reforço social, a vinculação aos familiares ou a sua ausência pode reforçar as suas aprendizagens anteriores; a necessidade de permanência, mesmo que uma determinada situação não se repita, as aprendizagens dela retiradas podem ficar retidas na memória mesmo que de forma inconsciente; influências socioculturais, o contexto social onde o indivíduo está inserido tem um papel importante na sua personalidade, através dos seus valores, uma vez que está constantemente presente no seu desenvolvimento.

Segundo Millon (1996, *in* Alchieri, Cervo & Núñez, 2005), os estilos de personalidade são construídos por um conjunto de necessidades, motivações e traços. Embora estes sejam considerados como características psicológicas que revelam tendências estáveis e constantes da maneira de pensar e agir estes não são imutáveis, podendo, assim, existir mudanças fruto do meio social em que o indivíduo está inserido (Sisto & Oliveira, 2007, *in* Silva & Nakano, 2011). Também, Costa & McCrae (1998, *in* Silva & Nakano, 2011) adotam esta abordagem sugerindo que os traços de personalidade podem sofrer alterações devido a fatores afetivos, motivacionais, comportamentais e atitudinais.

Embora vários autores concordem que existem fatores que são determinantes do comportamento, não existe concordância no número de fatores, existindo, assim, a proposta de modelos de três fatores (Eysenck, 1975, 1986; Tellegen, 1985, *in* Carver & Cornor-Smith, 2010), um modelo de cinco fatores alternativo (Zuckerman et al., 1993, *in* Carver & Cornor-Smith, 2010) e um modelo de seis fatores (Ashton et al., 2004, *in* Carver & Cornor-Smith, 2010).

McCrae (1991, *in* Rocha, 2010), propôs ainda o Modelo dos Cinco Fatores, que apresenta inúmeras diferenças individuais existentes entre indivíduos nas várias dimensões: emocionais, atitudinais, interpessoais e motivacionais resumidas em cinco fatores, que são os seguintes: *Abertura à Experiência*, *Neuroticismo*, *Extroversão*, *Conscienciosidade* e *Amabilidade*.

A *Extroversão* pode se basear em diversas medidas, entre as quais: assertividade, espontaneidade, energia, dominância, confiança, agência e tendência de felicidade (Depue & Collins 1999, *in* Carver & Corner-Smith, 2010). Alguns autores consideram que a extroversão tem duas facetas, nomeadamente o conceito de agência e o conceito de sociabilidade (Depue & Morrone-Strupinsky 2005, *in* Carver & Corner-Smith, 2010). No entanto, outros autores consideram que algumas características da extroversão dão origem à sociabilidade (Lucas et al., 2000, *in* Carver & Corner-Smith, 2010).

O *Neuroticismo* conciste na facilidade e frequência com que o indivíduo se apresenta angustiado e irritado. Um estado de neuroticismo pode ser expresso através do mau humor, ansiedade e depressão. Para avaliação desta dimensão, muitas vezes são abordadas questões relacionadas com a hostilidade e vulnerabilidade às experiências de ansiedade e angústia. Tem sido associado ao temperamento de evitamento, uma vez que a ansiedade e a sensibilidade à ameaça são consideradas como o núcleo emocional do indivíduo (Caspi & Shiner 2006, Caspi et al. 2005, Evans & Rothbart 2007, *in* Carver & Corner-Smith, 2010).

A *Conscienciosidade* consiste na capacidade de planeamento, persistência, esforço para atingir os objetivos, de responsabilidade, de controlo dos impulsos e de confiança (Digman & Inouye, 1986, *in* Carver & Corner-Smith, 2010). A *Conscienciosidade* e *agradabilidade* necessitam de uma abordagem mais ampla. A *conscienciosidade* implica uma perspetiva de tempo, onde o indivíduo considera os

acontecimentos futuros e agradabilidade implica uma perspectiva social, onde o indivíduo considera as necessidades dos outros.

Algumas pesquisas sobre o Bem-estar Subjetivo têm revelado que a Extrovesão e o Neuroticismo se encontram associados ao mesmo, mas em sentidos diferentes, o primeiro de forma positiva e o segundo de forma negativa (Chico Libran, 2006; Diener, & Lucas, 1998; Headey & Wearing, 1989; Knyazev, 2004; Robinson, Solberg, Vargas, & Tamir, 200, *in* Nunes, Hutz & Giacomoni, 2009), mesmo se verifica no que diz respeito à satisfação de vida (Diener & Lucas (1998, Nunes, Hutz & Giacomoni, 2009). Alguns estudos também apontam a Agradabilidade como estando associada ao Bem-estar Subjetivo, sendo bom preditor do mesmo (DeNeve & Cooper, 1998; Furnham & Brewin, 1990; Hills & Argyle, 2001; Hayes & Joseph, 2003, *in* Nunes, Hutz & Giacomoni, 2009).

Socialização

A socialização é um processo ativo, complexo e dinâmico que ocorre na infância e na adolescência através de práticas sociais e experiências. Este processo é influenciado por todos os elementos que estão presentes no meio e contextos onde se encontra inserido o indivíduo (Belloni, 2007).

Segundo Belloni (2007), consiste em interações entre o indivíduo e o outro, onde as primeiras relações a serem estabelecidas são no contexto familiar, onde têm um papel fundamental, nomeadamente com a mãe. Assim, a família é um agente da socialização primária, pois é no contexto familiar que a criança cria o primeiro vínculo afetivo e é onde aprende a inibir determinadas emoções e a expressar outras, aprendendo, assim, a lidar com elas e a dominá-las (Belloni, 2007).

Durkheim (1958, *in* Belloni, 2007) entende a socialização como um processo de transmissão de vários aspetos da sociedade onde se insere o indivíduo, tendo em vista a coesão social, tais como: crenças

religiosas, tradições nacionais ou profissionais, opiniões coletivas, normas e regras aceites por todos os membros da sociedade. É, também, um processo interativo de formação de personalidade e de construção de identidade pessoal e do ser social na relação com o outro e de capacidades que permitem ao indivíduo participar em interações e expressar a sua identidade (Mead, 2006; Habermas, 1987, *in* Belloni, 2007).

Parsons (1955, *in* Belloni, 2007) formula uma definição de socialização em que esta é considerada como um sistema, formado por quatro subsistemas, nomeadamente: biológico, psicológico, social e cultural. Assim, o autor propõe que a socialização desempenha quatro funções, são elas: a função de latência deve assegurar a estabilidade das normas para ser possível prever o comportamento dos indivíduos; função de integração deve favorecer a coordenação do comportamento dos indivíduos; função de atingimento de metas deve possibilitar o estabelecimento de metas, bem como o seu alcance; e função de adaptação deve permitir que o indivíduo e o seu comportamento se adaptem ao meio em que está inserido, bem como às suas normas.

Segundo Durkheim (1958, *in* Belloni, 2007), o indivíduo socializado é fruto das influências da sociedade onde se encontra inserido e o objetivo da socialização é desenvolver uma consciência coletiva para manter o consenso que possibilita a vida social. Assim, Bronfenbrenner (1999, *in* Bhering & Sarkis, 2009), concebeu o modelo bioecológico com o objetivo de avaliar o desenvolvimento do indivíduo e a sua relação recíproca com o meio. Este considera o contexto de socialização como uma condição que pode influenciar e ser influenciada pelo indivíduo (Bronfenbrenner & Crouter, 1983, *in* Bhering & Sarkis, 2009). O contexto em interação com as características individuais pode promover o desenvolvimento através de recursos materiais, físicos e sociais e da sua estabilidade e organização (Bhering & Sarkis, 2009).

No Modelo Bioecológico, o contexto de socialização é considerado como um conjunto de sistemas que envolvem o indivíduo, nomeadamente: o microsistema, o mesossistema, o exossistema, o macrosistema e o cronossistema (Bronfenbrenner, 1995, *in* Bhering & Sarkis, 2009).

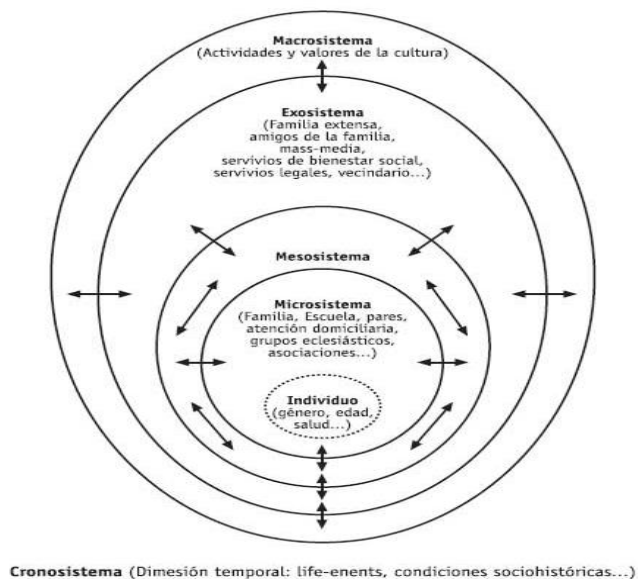


Figura 1- Modelo Bioecológico de Bronfenbrenner

O microsistema consiste num modelo de interações complexas que são estabelecidas face a face pelo indivíduo com outras pessoas e que promovem alterações no seu comportamento e desenvolvimento pessoal (Bronfenbrenner, 2005; Bronfenbrenner & Morris, 1998, *in* Bhering & Sarkis, 2009). Ainda, é neste contexto que ocorrem as atividades diárias do indivíduo. Os ambientes que são disponibilizados ao indivíduo quando criança devem ser organizados de forma a que as relações significativas sejam estabelecidas de modo a propiciar o seu desenvolvimento e formação. O mesossistema consiste numa interconexão de microsistemas. Este caracteriza-se por ligações e processos que são estabelecidas entre o indivíduo em desenvolvimento e dois ou mais contextos em que o indivíduo se encontra inserido (Bronfenbrenner, 1993, *in* Bhering & Sarkis, 2009). Por exemplo, as

conexões estabelecidas entre os microsistemas família e escola, em que os pais se deslocam à escola para avaliar as suas condições, se informarem para matricular o seu filho e se envolverem na vida escolar dos mesmos. Assim, Bronfenbrenner (2005, *in* Bhering & Sarkis, 2009) considera que para um contexto promover desenvolvimento necessita das ligações sociais entre vários ambientes em que o indivíduo atua. Estas ligações sociais dizem respeito à entrada do indivíduo num novo contexto, o que o obriga a desempenhar novos papéis, por exemplo, a entrada na escola (Bronfenbrenner, 1979, *in* Bhering & Sarkis, 2009). O exossistema consiste nas ligações e processos que são estabelecidas entre dois ou mais ambientes. No entanto, contrariamente ao que acontece no mesossistema o indivíduo não se encontra inserido em pelo menos um destes ambientes, mas os acontecimentos decorrentes deste ambiente influenciam mesmo que indiretamente o ambiente em que o indivíduo se encontra inserido (Bronfenbrenner, 1993, *in* Bhering & Sarkis, 2009). Por exemplo, o emprego dos pais e o contexto casa. Embora o indivíduo não esteja inserido no contexto de emprego dos pais, as alterações e obrigações do mesmo terão implicações na dinâmica familiar e no seu desenvolvimento. O macrosistema é um contexto mais abrangente que contém os microsistemas e mesossistemas. Este contexto é resultado dos aspetos culturais e sociais dados pelos microsistemas, mesossistemas e exossistemas, entre os quais: as crenças, os estilos de vida, as oportunidades e padrões de mudanças sociais inseridos nos sistemas. Segundo Bronfenbrenner (2005, *in* Bhering & Sarkis, 2009), o macrosistema é caracterizado por estilos de vida e objetivos semelhantes entre os indivíduos, o que se reflete no processo de socialização. Assim, o macrosistema influenciará diretamente os microsistemas do indivíduo. Por fim, o cronossistema consiste no aspeto temporal ligado às transições que ocorrem ao longo do desenvolvimento do indivíduo, que podem ser: normativas, aquelas transições que são esperadas que aconteçam (*eg.*, a entrada na escola e a puberdade); e não-normativas, aquelas transições

que ocorrem, mas que não esperadas (*eg.*, o divórcio, mudança de residência e mudança de emprego) (Bronfenbrenner, 1986, *in* Bhering & Sarkis, 2009).

Segundo Bronfenbrenner (2005, *in* Bhering & Sarkis, 2009), para podermos compreender o desenvolvimento do ser humano é necessário compreender os ambientes e/ou contextos onde este se encontra inserido, bem como aqueles em que não se encontra inserido, mas que contacta com indivíduos do mesmo e que têm muita proximidade e que influenciam o seu desenvolvimento.

No processo de socialização o indivíduo é o ator principal, mas também é objeto de ação de vários agentes, entre os quais: a família, a escola, as igrejas e os media. É durante este processo que o indivíduo desenvolve a sua personalidade através das interações com os seus pares (*eg.*, amigos, familiares, vizinhos e colegas da escola) (Belloni, 2007). Em primeiro lugar, a criança está em contacto com o contexto familiar, a sua casa, e o contexto escolar. De seguida, esta entra em contacto com diferentes contextos e interage com diferentes pares, nomeadamente: o grupo de amigos, os adultos de referência e a igreja ou clubes que, possivelmente, são frequentados pela sua família (Belloni, 2007).

Através da socialização é possível transmitir ao indivíduo os valores, os modos de vida, as crenças, os papéis sociais e os modelos de comportamento, remete para vários diferentes processos de aprendizagem. Por vezes, a família, a classe social, o bairro e a religião a que o indivíduo pertence funcionam como agentes de diferenciação entre os indivíduos, no entanto, a escola e os media funcionam como agentes de igualdade, isto é, de coesão social, onde os valores e normas são iguais para todos os indivíduos e são fundamentais para a vida social (Belloni, 2007). Esta também é um agente de socialização importante, no entanto, atualmente, surgiu um outro agente de socialização concorrente, a televisão e os outros *media*, que são

considerados por vários estudos como uma escola paralela, deixando, assim, a escola de ser o único local de aprendizagem (Belloni, 2001; PORCHER, 1974, *in* Belloni, 2007).

As sociedades contemporâneas estão a sofrer diversas alterações entre as quais o facto de os jovens interagirem cada vez mais com as novas tecnologias (Belloni, 2007). Os meios de comunicação eletrónicos encontram-se cada vez mais presentes, o que leva a criança a criar uma confusão na definição de vida privada e de vida pública (Belloni, 2007).

Comunicação online

A partir do séc. XX, as noções de espaço público e espaço privado foram sofrendo transformações. A ideia de que os assuntos pessoais do indivíduo devem ser resolvidos na privacidade do seu lar com a sua família foi substituída por uma ideia de que os problemas pessoais e as questões íntimas são solucionadas através da sua exposição aos olhares alheios que fazem parte das redes (Santos & Polivanov, 2015). O processo de introspeção está a alterar-se sendo este realizado através da exposição do problema (Sibilia, 2008, *in* Santos & Polivanov, 2015).

A revolução social *online* em que nos encontramos está a alterar o comportamento e pensamento das pessoas (Amaral & Sousa, 2010). O universo virtual é, possivelmente, o espaço de maior interação entre as pessoas, uma vez que as pessoas estão cada vez mais tempo na Internet (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

A comunicação virtual é tema de poucas pesquisas académicas, uma vez que é um fenómeno social recente. Mas, em 1990 já se discutia a possibilidade de esta forma de comunicação levar o indivíduo ao isolamento e afastamento das pessoas que o rodeia (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Internet

A Internet é um meio de comunicação que permite a interação entre muitas pessoas a nível mundial (Castells, 2004, *in* Nuernberg &

Gonçalves, 2012). Segundo Pelandia (2000, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012), a Internet é um conjunto de interações entre várias pessoas que se realizam através de uma tecnologia digital. A Internet é definida por Lima & Colaboradores (2002, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) como um meio sem limites para a circulação de informações, sejam elas governamentais, organizacionais ou pessoais, e que garante a segurança e proteção dessas informações, mas que nem sempre acontece.

A internet está cada vez mais presente no dia-a-dia das pessoas, uma vez que esta permite a criação de um mundo à parte, ou seja, vivem no mundo virtual, o qual permite vivenciar experiências que não eram possíveis na realidade que o rodeia (Schwartz, 2005, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012). Esta permite ao utilizador ser quem ele quiser sem ser censurado. Uma vez que este se encontra à frente de um computador e não à frente da outra pessoa é mais fácil para o indivíduo ser quem ele é na realidade (Fortim & Araujo, 20013), ou o inverso, a criação experimental de identidades diferentes e seu role-playing, ou outras experiências.

Segundo Diaz & Gertener (2000, *in* Morgado, 2003), as motivações e/ou benefícios procurados com o uso da Internet podem ser agrupadas em duas grandes categorias: os benefícios utilitários, estão relacionados com a realização de comunicação e busca de informação; e os benefícios hedónicos, que pretendem satisfazer a busca de prazer realizada pelo utilizador, nomeadamente experiências de divertimento, relaxamento e convívio.

O uso da Internet pode ter alguns malefícios ou desvantagens que são referenciadas por diversos autores na literatura. Alguns dos malefícios do uso da Internet apontados podem ser: o contacto com a pornografia, o acesso a conteúdos violentos, a possibilidade de encontrar pessoas pouco convenientes, o *cyberbullying*, a perda de privacidade e a possibilidade de ser vítima de fraude (Fonte, 2008, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012; Caetano & Colaboradores, 2010, *in*

Nuernberg & Gonçalves, 2012)

Segundo Fonte (2008, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) o acesso à Internet não supervisionado pode prejudicar o processo socio-emocional do adolescente. O mesmo autor acrescenta ainda que, embora este meio de comunicação permita ao utilizador estabelecer contactos pessoais que não seriam possíveis de outra forma, este contribui para o isolamento social. Os utilizadores da Internet que preferem a vida virtual à vida presencial poderão ter alguns danos na sua vida social e profissional, isto é, poderão colocar em risco os relacionamentos mais importantes do indivíduo (*eg.*, casamento, namoro e relações entre pais e filhos) e reduzir o rendimento académico e/ou profissional (young, Pistner, O'Mara & Buchanan, 1999; Young & Case, 2004, *in* Fortim & Araujo, 2013).

A Internet é considerada como uma ferramenta que visa interligar as pessoas de todo o mundo. Assim, o uso deste meio de comunicação apresenta várias vantagens, entre as quais: a conexão de pessoas de todo o mundo num período reduzido de tempo, reduz a distância geográfica de forma a agilizar e facilitar o processo de comunicação, a possibilidade de conhecer pessoas novas, de aumentar o numero de amizades e a possibilidade de comunicar com outras pessoas sem necessitar de estar à frente delas e de saberem quem se encontra do outro lado do computador (Spizzirri, Wagner, Mosmman & Armani, 2012 *in* Rosado, Jager & Dias, 2014; Besserra, Ponte, Silva, Besserra, Sousa & Gubert, 2016)

A Internet é cada vez mais usada pelos utilizadores como um espaço de exposição das suas vidas e opiniões, nomeadamente através da partilha de fotografias, vídeos e comentários. Assim, um dos perigos associados ao uso inadequado deste meio de comunicação é o *cyberbullying*, uma vez que este cria espaços de discussões entre os jovens e a sociedade e não existe controlo dos conteúdos (Besserra, Ponte, Silva, Besserra, Sousa & Gubert, 2016).

Besserra, Ponte, Silva, Besserra, Sousa & Gubert (2016) realizaram um estudo no Brasil que permite caracterizar o uso que os jovens fazem da Internet. O estudo abrangeu 35 jovens entre os 11 e os 16 anos, rapazes e raparigas. Os resultados deste estudo revelaram que o site mais acedido é o Facebook (74%) e os sites menos acedidos são os de pesquisa escolar (3%), o objetivo de uso mais referenciado foi o de conversar com os parentes e amigos (83%), a frequência de uso da Internet é, maioritariamente, diária (54%) e que o tipo de relação considerado pelos jovens como a mais importante é a relação virtual (66%). Esta preferência pode ser explicada pelo facto de a internet lhes dar a sensação de controlo da relação com o outro e sensação de estabilidade, o que não acontece na vida *offline* onde o indivíduo sente medo da rejeição quando mostra o seu verdadeiro “eu”. Embora a Internet dê a sensação de controlo da relação, os utilizadores a determinada altura perdem o controlo de si próprios (Fortim & Araujo, 2013). Isto é, perdem a perceção daquilo que é conveniente e/ou adequado dizer, numa relação, para não magoar o outro. O processo de aprendizagem e treino das competências sociais adquiridas na interação com os outros é colocado em risco, uma vez que, através das interações online, não existe um confronto direto com o impacto e consequências as ações dos utilizadores no outro, que existiria nas relações face a face.

Segundo Kayany e yelsma (2000, *in* Morgado, 2003) existem diferenças no uso da Internet aos níveis do género e da idade. No que diz respeito às diferenças de género, o sexo masculino usa mais frequentemente a Internet do que o feminino. No que diz respeito às diferenças ao nível da idade, as crianças usam a Internet mais tempo do que os adultos.

A Internet tem tido impacto na vida das pessoas e alterado o seu comportamento. Lévy (2000) afirma que a Internet pode ser um auxílio na aprendizagem e aquisição de conhecimentos, mas, também, pode comprometer a vida social do utilizador levando-o ao isolamento e

separação dos seus pares, diminuindo, assim, as relações presenciais e aumento as relações virtuais que, por vezes, se tornam uma dependência (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Redes Sociais

As redes sociais são ferramentas importantes da interação com os outros (Wolton, 2003, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014; Recuero, 2009, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014). Este meio de comunicação é considerado como uma ferramenta mais rápida de relacionamento com o outro (Besserra, Ponte, Silva, Besserra, Sousa & Gubert, 2016). As redes sociais são um espaço onde se encontram um conjunto de indivíduos interligados e que permitem aos seus utilizadores experimentarem identidades e estabelecer novas relações com outras pessoas (Dias, 2003; Turkle, 1998, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014). Estas podem ajudar a compreender os adolescentes da atualidade e os aspetos relacionados com a formação da sua identidade na sociedade virtual (Barbosa & Amante, 2015). Este meio de comunicação tornou-se uma diversão para os jovens, substituindo, muitas vezes, o contacto físico (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

Atualmente, as redes sociais são usadas como meio de interação e entretenimento pela maioria dos seus utilizadores (Arantes et al., 2003, *in* Barbosa & Amante, 2015). Estas oferecem a oportunidade de se ligarem e interagirem com pessoas de muitos lugares do mundo com quem podem partilhar interesses, encontrarem uma nova fonte de informação e divulgação de conteúdo e expressão de opinião de um modo mais rápido e prático, o que contribui para um sentimento de co-presença em relação aos outros (Amaral & Sousa, 2010; Nuernberg & Gonçalves, 2012; Miller, 2012, *in* Santos & Polivanov, 2015; Barbosa & Amante, 2015).

Uso Excessivo da Internet

O uso excessivo da Internet é definido, na literatura, por diversos termos, entre os quais: ‘vício da Internet’, ‘uso patológico’, ‘uso

compulsivo' e 'dependência' da mesma (Abreu, Karam, Góes & Spritzer, 2008).

O conceito de dependência deixou de ser visto como uma opção e considerado como uma doença no sec. XIX e foram vários os autores que o tentaram definir (Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005). Foi designado pela primeira vez por Ivan Goldberg, em 1996, caracterizando-o como uso excessivo e patológico deste meio de comunicação (Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005). Segundo Young (1996, *in* Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005), a adição à Internet consiste na falta de controlo do uso da mesma, sendo este expresso por sintomas cognitivos de conduta que podem levar a uma alteração dos objetivos pessoais, familiares e profissionais.

Alguns autores denominam o uso excessivo da Internet como dependência comportamental (Carbonell, Guardiola, Beranuy & Belles, 2009, *in* Fortim & Araujo, 2013). São propostos alguns critérios principais de diagnóstico, por Griffiths (2000; 2001, 2005, *in* Fortim & Araujo, 2013), entre os quais: a saliência, quando a Internet se torna a atividade mais importante do indivíduo, condicionando o seu pensamento e comportamento; sintomas de abstinência, como sejam o desconforto e desagrado presentes quando o indivíduo não se encontra a usar a Internet; conflito, que ocorre devido ao uso excessivo da Internet e à ausência do indivíduo para aqueles que o rodeiam e que sentem a sua falta, os quais vão discutir e entrar em conflito com o indivíduo; e, por último, a recaída, que se verifica quando, não obstante terem existido períodos de abstinência do uso da Internet, o indivíduo repete os padrões de uso excessivo adotados anteriormente (Fortim & Araujo, 2013).

Também Shapira et al. (2003, *in* Abreu, Karam, Góes & Spritzer, 2008) propõem critérios de diagnóstico, nomeadamente: (1) Preocupação mal adaptativa com o uso da Internet através de inquietações incontroláveis com o uso e/ou uso da Internet por um

período maior do que tinha sido programado; (2) o uso da Internet provocar danos significativos nas relações interpessoais, atividades ocupacionais e outras áreas importante para o funcionamento do indivíduo; (3) O uso excessivo não ocorrer apenas nos períodos de hipomania ou mania e, também, não ser explicado por nenhum dos transtornos presentes no Eixo I, isto é, perturbações clínicas e outras situações que podem ser foco de atenção médica, exceto Perturbações da Personalidade e Deficiência Mental, que aparecem na primeira e segunda infâncias ou na adolescência.

Young (1996, *in* Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005) aponta alguns sintomas alarmantes do uso excessivo, entre os quais: a falta de controlo do uso da Internet, a necessidade de se conectar cada vez mais vezes, usar a Internet como meio de escapar dos seus problemas ou de melhorar o seu estado de humor, irritação e agitação quando seu uso é limitado e perda de alguma relação significativa para o indivíduo devido ao uso da Internet. Também, Fonte (2008, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) enumera alguns indícios que demonstram a existência de dependência, nomeadamente: a preocupação com a Internet, o uso da Internet como meio de fuga dos problemas (*eg.*, insegurança, culpa e ansiedade), mentir às pessoas com o objetivo de esconder o uso da Internet, comprometimento das áreas social e motora, ser extremamente prazeroso usar a Internet e, por fim, a duração dos indícios anteriores por um período maior do que seis meses.

Embora não tenha sido estabelecido um diagnóstico psiquiátrico no DSM-IV-R, devido à falta de pesquisas sobre esta problemática, esta foi incluída no apêndice do DSM-V visando a estimulação da realização de mais pesquisas (Joviae & Dinõae, 2011, *in* Fortim & Araujo).

Diversos estudos revelaram que a dependência da Internet está relacionada com algumas comorbidades psiquiátricas, entre as quais: a depressão, o transtorno de humor bipolar, transtornos de ansiedade e transtorno de déficit de atenção e hiperatividade. Por exemplo, no caso

da depressão, os estudos revelaram que quanto maior é o grau de depressão maior é a utilização da Internet (Abreu, Karam, Góes & Spritzer, 2008). A dependência na Internet tem sido enunciada como geradora de diversos problemas a nível psicológico no indivíduo, também têm sido indicados (Nuernberg & Gonçalves, 2012) timidez, pânico, isolamento social, transtorno afetivo e depressão.

Vários autores apontam as consequências da dependência da Internet na vida do indivíduo dependente. Algumas consequências apontadas são relacionadas com o emprego, faltas; baixa produção; demissão; a área financeira; dependência e compra online. Também, um desejo incontrolável de usar a Internet, a dificuldade em controlar o uso da mesma, irritação quando o indivíduo não está a usar a Internet e euforia quando tem a possibilidade de aceder à mesma, obsessão pela vida virtual e despreocupação com a vida não virtual, nomeadamente os relacionamentos interpessoais *offline* (Fortim & Araujo, 2013), alteração dos objetivos pessoais, familiares e profissionais (Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005). Beranuy et al (2008, *in* Fortim & Araujo, 2013) apontam outra consequência desta dependência no indivíduo, nomeadamente o desleixo consigo mesmo e com pessoas dependentes deste (*eg.*, crianças e bebés) que deixam de ter tanta importância para o indivíduo.

No caso dos adolescentes, o uso excessivo da Internet pode ser justificado pela fase de desenvolvimento em que o indivíduo se encontra, uma vez que nesta fase ele está interessado em estabelecer relações sociais (Regan & Steeves, 2010, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014).

Suller (1996, *in* Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005) tenta explicar a dependência da Internet através da Hierarquia das Necessidades de Maslow, considerando que a Internet satisfaz necessidades humanas. As necessidades básicas como a reprodução, que corresponde ao primeiro nível da hierarquia, seriam satisfeitas devido ao grande

número de namoros existentes nas salas de conversação. Nos níveis da hierarquia seguintes que correspondem às necessidades secundárias, a necessidade social ou de participação seria satisfeita através dos contactos interpessoais, reconhecimento e sentimento de pertença que o uso da internet possibilita. A necessidade de autoestima poderia ser satisfeita através do reconhecimento adquirido. Por fim, no nível mais alto da hierarquia, a necessidade de autorrealização estaria relacionada com o esforço do indivíduo em procurar a realização pessoal através do uso da Internet.

Prado (1998, *in* Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005) aponta vários fatores que considera importantes no uso excessivo da Internet. O primeiro fator é o anonimato, que existe quando o indivíduo se conecta à Internet, e navega livremente nas páginas da Internet mantendo-se anónimo; o segundo é a segurança, na medida em que o indivíduo se pode expressar livremente sem que ocorram consequências dos conteúdos que proferiu ou escreveu; o terceiro é a facilidade de uso e de acesso; o quarto é o suporte social, encontrado através da criação de grupos de utilizadores que comunicam através da Internet e que sentem as mesmas necessidades mas que por terem baixa autoestima e um nível elevado de timidez não conseguem estabelecer contacto face a face; o quinto fator é a satisfação social, nomeadamente as fantasias sexuais que podem ser satisfeitas através dos namoros existentes nas salas de conversação; sexto factor, é a personalidade virtual, o facto de que a Internet permite ao indivíduo transformar-se numa nova pessoa *online* (Young, 1996, *in* Moraes, Pilatti & Scandelari, 2005), ou seja, criar uma nova personalidade com características físicas, idade, raça e sexo diferentes daquelas com que se apresenta na interação quotidiana face a face.

Para concluir, segundo Leandro (2007, *in* Nuernberg & Gonçalves, 2012) os adolescentes que são dependentes necessitarão de apoio psicoterapêutico. Tal como acontece na dependência de

substâncias psicoativas, será necessário, em alguns casos, recorrer a medicamentos como forma de tratamento. Assim, ter atenção em relação ao uso da Internet que é feito pelos jovens é muito importante para sua segurança e prevenção de dependência da mesma (Nuernberg & Gonçalves, 2012).

II - Objectivos e Hipóteses

O presente estudo assume como objetivo principal caracterizar o impacto do uso das redes sociais no quotidiano e relações dos adolescentes e quanto a determinantes pessoais e de socialização. Pretende-se contribuir para a revisão teórica e para a obtenção de dados empíricos, baseados no autorrelato, sobre as influências das redes sociais no dia-a-dia dos jovens, na atenção/ concentração, no humor e agressividade, e nas relações presenciais com os pares.

Objetivos específicos englobam, a nível descritivo, a caracterização da utilização pelos adolescentes das redes sociais, num conjunto de aspetos que permitam definir padrões quanto a riscos de utilização excessiva e prejudicial para o humor, o funcionamento quotidiano e o relacionamento face a face, a consciência dos riscos na comunicação com pessoas desconhecidas ou que têm acesso ao(s) seu(s) perfil(s) nas redes sociais; motivações inerentes ao uso das redes sociais e possível relação com o uso excessivo; e a nível inferencial, o teste de um conjunto de hipóteses sobre correlatos relativos à personalidade e diferenças individuais, e do processo de socialização, do padrão de uso e do potencial nível excessivo de uso das redes sociais por parte dos jovens.

A este nível são estudadas as relações entre os traços de carácter gerais e relacionados com a socialização dos adolescentes, nas dimensões de emocionalidade negativa ou sua ausência no contexto de socialização (ansiedade/timidez), de emocionalidade positiva / sociabilidade ou o seu oposto, o isolamento, e ainda de prudência, por

um lado, e os seus motivos de uso das redes, expectativas, tempo de uso, e tomadas de decisão acerca de contactos com pessoas conhecidas online e impacto do uso no funcionamento quotidiano e relações do adolescente, por outro lado.

Hipóteses de investigação com eles relacionados:

H1: Os sujeitos que indicam que ao criarem o seu perfil esperavam encontrar um local onde seria mais fácil conversar com os outros do que face a face apresentam um nível de ansiedade/timidez, medida com a escala da BAS-3, mais elevado do que os sujeitos que não indicaram esta expectativa.

H2: Os sujeitos que indicam que quando querem conhecer melhor uma pessoa pela qual sentem interesse e que apenas conhecem de vista é mais fácil para eles estabelecer conversa online são mais ansiosos que os sujeitos que indicam ser mais fácil estabelecer conversa face a face, ou seja os primeiros apresentam uma pontuação superior na escala de ansiedade/timidez da BAS-3 quando comparados com os segundos.

H3: Existe correlação significativa entre o grau em que os adolescentes reportam sentir ansiedade nas situações sociais, medido através da escala de ansiedade/timidez da BAS-3, e o tempo que de uso das redes sociais diária e semanalmente.

H4: Os sujeitos que utilizam as redes sociais com o motivo de conversa nesse canal com os amigos da escola apresentam um nível de isolamento, medido pela escala da BAS-3, mais baixo.

H5: Os sujeitos com nível mais alto de isolamento, medido pela escala com o mesmo nome da BAS-3, têm uma tendência significativa para usar as redes sociais para jogar, reportando ser esse o seu motivo de uso mais importante.

H6: Os sujeitos com nível mais alto de isolamento, avaliado pela escala da BAS-3, reportam que quando se encontram presencialmente com o seus amigos, estão simultaneamente a aceder às

redes sociais.

H7: Os sujeitos com nível de sociabilidade elevado referem que o seu humor permanece inalterado quando não conseguem aceder às redes sociais e/ou maior satisfação nas relações online.

H8: Os sujeitos mais prudentes referem que não respondem a mensagens, não marcam encontros com desconhecidos e não permitem o acesso ao seu perfil a qualquer pessoa.

III - Método

1.1- Amostra e procedimentos

A amostra foi de conveniência, recolhida na Escola Básica e Secundária de Idães, no Concelho de Felgueiras, distrito do Porto. É constituída por 136 alunos do 7º ao 12º ano de escolaridade,

Para descrição da amostra foram consideradas as variáveis: sexo, idade e ano de escolaridade.

No que diz respeito à variável sexo (Quadro 1), esta pode ser considerada homogénea, uma vez que é constituída por 59 (43,4%) sujeitos do sexo masculino e 77 (56,6%) sujeitos do sexo feminino.

Quadro 1. Caracterização da amostra quanto ao sexo

Sexo	N	%
Masculino	59	43,4
Feminino	77	56,6
Total	136	100,0

Quanto à idade (Quadro 2), os sujeitos encontram-se entre os 12 e 17 anos ou mais, sendo que 43 (31,6%) dos sujeitos tem entre 12 e 14 anos, 61 (44,9%) dos sujeitos tem entre 15 e 16 anos e 32 (23,5%) dos sujeitos tem 17 anos ou mais.

Quadro 2. caracterização da amostra de acordo com a idade

Idade	N	%
12-14 anos	43	31,6
15-16 anos	61	44,9
17 anos ou +	32	23,5
Total	136	100,0

Por fim, no que diz respeito aos níveis de escolaridade abrangidos (do 7º ao 12º anos) (Quadro 3) a distribuição foi a seguinte: 6 (4,4%) sujeitos frequentavam o 7º ano, 34 (25%) frequentavam o 8º ano, 21 (15,4%) frequentavam o 9º ano, 26 (19,1%) frequentavam o 10º ano, 31 (22,8%) frequentavam o 11º ano e 18 (13,2%) sujeitos frequentavam o 12º ano.

Quadro 3- Distribuição da amostra de acordo com o ano de escolaridade

Ano de escolaridade	N	%
8º ano	34	25,0
9º ano	21	15,4
10º ano	26	19,1
11º ano	31	22,8
12º ano	18	13,2
Total	136	100,0

Tendo em vista os objetivos da presente investigação foram entregues os três instrumentos de preenchimento individual a alunos do 7º ao 12º ano.

A recolha de dados decorreu na Escola Básica e Secundária de Idães, concelho de Felgueiras e distrito do Porto.

Para proceder à recolha dos dados foi realizado um pedido de autorização ao Ministério da Educação (Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar) para a aplicação do estudo e, posteriormente, à direção do Agrupamento. Após a autorização por parte da Direção do Agrupamento Escolar, foi enviado aos Encarregados de Educação dos alunos um consentimento informado, uma vez que os alunos são menores. A recolha dos dados foi realizada no mês de junho de 2016.

Os questionários foram administrados pelos professores em contexto de turma, tendo-lhes sido explicados os objetivos da investigação e o carácter confidencial dos dados fornecidos.

No tratamento dos dados, verificou-se que grande parte dos sujeitos não responderam a ou à BAS-3 ou ao GPPI, mas a quase totalidade respondeu geralmente na íntegra ao questionário socio-demográfico e do uso da internet. Este facto pode ser explicado pelo eventual cansaço ou pouca motivação para responderem a inventários ou testes, eventualmente agravado pela impossibilidade da investigadora acompanhar a recolha providenciando instruções orais facilitadoras da abordagem destes inventários.

. Assim, foi necessário dividir a amostra $n=136$ em duas subamostras da seguinte forma: uma subamostra que respondeu ao questionário e apenas ao GPPI ($n=61$) e outra subamostra que respondeu ao questionário e à BAS-3 ($n=46$).

1.2- Instrumentos

Foi construído um questionário com o propósito de caracterizar o padrão de utilização da internet e redes sociais por parte dos adolescentes. Este questionário era composto de uma pergunta de teor sociodemográfico, e de um conjunto de outras questões organizadas por tópicos (Anexo 1).

Foram aplicados a versão portuguesa do Perfil e Inventário de Personalidade de Gordon (GPP-I) (CEGOC-TEA, 2001), baseada no *Gordon Personal Profile- Inventory* (Gordon, 1992) e a versão portuguesa da Bateria de Socialização - Autoavaliação (BAS-3) (Ferreira & Rocha, 2004), baseada na *Batería de Socialización (Autoevaluación)* (Moreno & Pallás, 1983).

1.2.1- Perfil e Inventário de Personalidade de Gordon (GPP-I)

Este instrumento destina-se a aplicação a adolescentes e adultos. É fruto da junção do Perfil de Personalidade e do Inventário de

Personalidade de Gordon. É constituído por 152 itens divididos por 8 escalas, sendo que 4 pertencem ao Perfil de personalidade e outras 4 ao Inventário de personalidade. Ao primeiro, pertencem as escalas: a) *ascendência*, que avalia a capacidade do indivíduo em ter um forte presença, capacidade de tomada de decisão sem se deixar influenciar pelos outros e a autoconfiança em estabelecer relações com os outros; b) *responsabilidade*, que se refere à capacidade do indivíduo executar as tarefas até ao fim, com persistência e determinação; *estabilidade emocional*, que avalia a capacidade de manter a calma e de relaxar facilmente perante as situações e de se ajustar emocionalmente às mesmas; *sociabilidade*, facilidade do indivíduo em se relacionar com os outros, bem como o interesse em fazê-lo. O somatório dos itens de auto-descrição favorável destas quatro escalas permite obter uma medida da autoestima.

Ao segundo, pertencem as escalas: a) *prudência*, a qual avalia a cautela, a tomada de decisão, e (inversamente), a precipitação e o gosto pelo risco e excitação; b) *a originalidade*, referente à curiosidade intelectual, gosto pela novidade e por discutir ideias; c) *o relacionamento pessoal*, o qual avalia a compreensão, a confiança nos outros, a tolerância e a paciência; e por último, d) *a vitalidade*, que avalia a energia, a agilidade, o rendimento e a produtividade do indivíduo. A resposta é feita através da escolha forçada numa téttrade, de um item muito descritivo da pessoa, de um item pouco ou não descritivo da pessoa, restando 2 itens que não são positiva nem negativamente característicos da pessoa.

Neste estudo, de entre estas escalas foram selecionadas as relacionadas com as dimensões de sociabilidade e prudência.

O modo de cálculo de um índice dos principais constructos avaliados pelas escalas, em termos de resultados brutos, foi obtido a partir de indicadores separados, para os itens que estavam formulados

no sentido favorável, e para aqueles que estavam no sentido desfavorável. Foram constituídos dois somatórios, um para o polo favorável, o outro para o polo desfavorável. Cada um destes somatórios foi obtido cotando com 2 valores os itens descritivos da pessoa e 0 valores os negativamente descritivos da pessoa. Finalmente, a dimensão foi quantificada através da diferença entre o somatório do polo positivo ao do polo negativo da escala.

1.2.2- Bateria de Socialização – Auto-avaliação

Este instrumento é aplicável a crianças e adolescentes dos 11 aos 18 anos. É constituído por 75 itens divididos por dimensões sociais, que são as seguintes: a *consideração pelos outros*, que avalia o grau da sensibilidade social e de preocupação em relação com os outros e com os seus problemas; a *auto-controlo nas relações sociais*, que avalia a aceitação das regras e normas sociais que permitem a convivência com os outros; a *isolamento social*, e que avalia o nível de afastamento do indivíduo em relação aos outros; a *ansiedade social/timidez*, que avalia a ansiedade manifestada nas relações sociais (eg., medo, vergonha e nervosismo); e a *liderança*, que avalia a ascendência, a popularidade, a capacidade de iniciativa e a disponibilidade para os outros.

De entre estas dimensões, neste estudo, foram utilizadas as dimensões de ansiedade/timidez e isolamento.

1.2.3-Questionário sociodemográfico e do padrão de utilização da Internet e redes sociais

Este questionário foi elaborado para este estudo com objetivo de avaliar o uso que os adolescentes fazem das redes sociais. Este encontra-se dividido em diferentes secções, que são as seguintes: a *fase de iniciação*, que avalia a idade de iniciação nas redes sociais, *as razões de criação e as expectativas* sobre as mesmas; a *intensidade do uso*, que avalia o tempo despendido no seu uso diária e semanalmente e os instrumentos usados para o seu acesso e o uso que é feito,

nomeadamente atividades de comunicação com diferentes alvos ou interlocutores de diferentes contextos/sistemas de vida (*eg.*, familiares, vizinhos e amigos da escola) e atividades potencialmente solitárias, nas dimensões instrumental (*eg.*, pesquisar informações de utilidade académica entre outras) e hedónica (*eg.*, jogar); *a tomada de decisão*, que avalia o comportamento dos adolescentes perante o contacto de um desconhecido nas redes sociais e a possibilidade de marcar encontros; e *o Impacto*, que avalia a influência das redes sociais na socialização com os amigos, no humor e na concentração, a adoção de comportamentos indicadores de adição às redes sociais e a satisfação e facilidade em estabelecer relações virtuais ou face a face.

IV - Resultados e Discussão

Caracterização da amostra em tempo de utilização da internet e redes sociais, e manifestações de potencial uso excessivo

Foi realizada uma análise descritiva, da amostra completa, em função do sexo e faixa etária, do tempo que os sujeitos acedem às redes sociais. No que diz respeito ao sexo, é possível verificar que não existem diferenças significativas entre sexos, referindo ambos os grupos que acedem entre 1 a 2 horas diariamente e entre 5 a 7 horas semanalmente.

No que diz respeito à variável idade, é possível verificar que, no que diz respeito ao tempo usado diariamente, não existem diferenças entre os três grupos de sujeitos, sendo referido por ambos que acedem às redes sociais entre 2 a 3 horas diariamente. O mesmo se verifica no que diz respeito ao tempo de acesso semanal, indicado pelos três grupos como sendo de 5 a 7 horas por semana. Razões apontadas pelos investigadores que se debruçaram sobre o uso excessivo podem-se aplicar ao uso em geral, independentemente de ser excessivo ou não, uma vez que são invocadas motivações próprias de certas fases e tarefas

de desenvolvimento.

Adoção de comportamentos que são alarmantes para uso excessivo

No questionário foram abordados seis estados e comportamentos que podem ser manifestações do uso excessivo, que são os seguintes: ficar nervoso quando não está online, adiar a hora de deitar, estar mais tempo do que aquele que queria, não fazer atividades com a família e não fazer atividades com os amigos para ficar mais tempo online.

Na análise destes itens, por existirem missing values, tem-se uma amostra de 116 adolescentes, o que corresponde a 85,3 % da amostra total. As frequências destes comportamentos são as seguintes: o estar nervoso quando não está online, foi referido por 11% dos sujeitos; adiar a hora de deitar, por 42,6 % sujeitos sendo que a mesma percentagem referiu não o fazer; adiar a hora da refeição para estar mais tempo online foi indicado por 8,8% dos sujeitos ter; deixar de fazer atividade com a família para estar mais tempo online, por 2,9% dos sujeitos e, por fim, deixar de fazer atividades com os amigos para estar mais tempo online foi assinalado por 8,1% dos sujeitos.

Os dados denotam uma prevalência de um modo de uso da internet e redes sociais que tem uma interferência notada pelos próprios adolescentes nos padrões das suas atividades diárias, higiénicas (sono, refeições) e relacionais, numa percentagem variável através dos comportamentos, que pode ascender a 42,6%. É de notar ainda que a manifestação de irritabilidade/ansiedade reportada pelo adolescente quando impedido de estar online tem uma frequência de 11%.

Shapira et al. (2003, *in* Karam, Góes & Spritzer, 2008) propõem critérios de diagnóstico do uso excessivo entre os quais a preocupação mal adaptativa com o uso da internet e/ou uso da internet por um período maior do que aquele que tinham programado. Também, Young (1996, *in* Moraes, Pillatti & Scandelari, 2005) se pronuncia sobre este

assunto, apontando alguns sintomas que são alarmantes para o uso excessivo, entre os quais a presença de irritação ou agitação quando o uso da Internet é limitado. Os dados da amostra recolhida mostram que há uma percentagem em redor de 8% que adia diversas atividades, ao encontro do primeiro tipo de critério “uso excessivo”, enquanto 11% já aponta um sintoma alarmante, de alterações do humor, com irritabilidade.

Os dados obtidos poderão indicar que a amostra é constituída por uma percentagem significativa de adolescentes que preenchem os critérios diagnósticos para o uso excessivo, e que podem encontrar-se em risco. Se, através da aplicação do estudo a novas amostras e com outras metodologias e instrumentos de avaliação sensíveis às alterações emocionais e às perturbações das atividades de manutenção (*e.g.* refeições e sono), estes dados se confirmarem, tratando-se de adolescentes e mesmo pré-adolescentes (13-14 anos), mesmo uma percentagem de 8%, para certos comportamentos, e em especial, a de 11% para o estado de humor alterado, podem ser consideradas preocupantes. Se como é provável, os adolescentes não tiverem capacidades suficientemente desenvolvidas de autorregulação, e se agentes e figuras significativas não intervierem no sentido de promover a regulação e crescente autorregulação, é possível que o uso excessivo se mantenha ou agrave.

H1: Os sujeitos que indicam que ao criarem o seu perfil esperavam encontrar um local onde seria mais fácil conversar com os outros do que face a face apresentam um nível de ansiedade/timidez, medida com a escada da BAS-3, mais elevado do que os sujeitos que não indicaram esta expectativa.

Na dimensão da ansiedade/ timidez, existe a possibilidade de escolher doze itens positivos em relação a esta dimensão, pelo que o score pode variar entre 0 e 12, sendo que 12 significa um nível alto de

ansiedade/timidez. Com um $n=46$, a média obtida é de 4,93 e o desvio-padrão é de 2,89, o que revela que a amostra representa um nível intermédio de ansiedade/timidez, uma vez que a média atinge praticamente o ponto intermédio 5.

Quadro 4- Média e desvio-padrão de ansiedade-timidez dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na expectativa de ser mais fácil conversar face a face do que online

		Score de Ansiedade_Timidez (BAS-3)		
		n	Média	Desvio Padrão
Conversar	Mais Não	40	4,55	2,71
Facilmente	do que Sim	6	7,50	2,88
face a face				

Uma vez que o indicador das expectativas da criação do perfil na rede social consistia numa questão que admitia a resposta sim ou não, constitui uma categoria dicotómica. Consideraram-se assim dois grupos independentes, o grupo de sujeitos que possuía esta expectativa na criação do seu perfil nas redes sociais e o grupo de sujeitos que não possuía esta expectativa. Para fim de testar a diferença das médias de ansiedade/timidez entre estes dois grupos foi aplicado o teste-t de student, no qual se obtiveram os seguintes resultados: $t(44) = -2,46$, $p < 0,02$. A diferença é estatisticamente significativa, e vai no sentido de os sujeitos que, ao criarem o seu perfil nas redes sociais, o fazem com a expectativa de comunicar mais facilmente com os outros do que face-a-face, apresentarem níveis de ansiedade/timidez médios mais elevados (Quadro 4).

A tendência de os sujeitos criarem as redes sociais à procura de um local onde seria mais fácil estabelecer conversa com os outros pode ser explicada pelo facto de este meio de comunicação dar ao sujeito a sensação de controlo da relação com o outro e a sensação de estabilidade, contrariamente ao que acontece na comunicação face a face, onde este sente medo da rejeição ao se mostrar como realmente é. (Fortim & Araujo, 2013). Os sujeitos mais ansiosos nas situações e interações sociais são assim esperados verem na internet um modo de

reduzirem os seus níveis de ansiedade, e porventura, poderem evitar determinadas situações sociais. A hipótese encontra-se apoiada empiricamente.

Não se exclui que o uso compensatório das dificuldades de certos adolescentes em contatos sociais e interpessoais possa constituir um risco, ao potenciar o uso intensivo da internet, e o evitamento e o isolamento das relações face a face, nas quais o indivíduo pode vir a sentir-se menos eficaz.

H2: Os sujeitos que indicam que quando querem conhecer melhor uma pessoa pela qual sentem interesse e que apenas conhecem de vista é mais fácil para eles estabelecer conversa online são mais ansiosos que os sujeitos que indicam ser mais fácil estabelecer conversa face a face, ou seja os primeiros apresentam uma pontuação superior na escala de ansiedade/timidez da BAS-3 quando comparados com os segundos.

Quadro 5- Média e desvio-padrão de ansiedade-timidez de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na expectativa de ser mais fácil estabelecer conversa online com uma pessoa que querem conhecer

Score de Ansiedade_Timidez (BAS-3)			
	n	Média	Desvio Padrão
Conhecer melhor uma pessoa é mais Não fácil estabelecer conversa online	26	4,46	0,61
Sim	19	5,52	0,58

Existem dois grupos independentes, o grupo de sujeitos que indicam que quando querem conhecer uma pessoa é mais fácil estabelecer conversa online e o grupo de sujeitos que indica que, na mesma situação, é mais fácil estabelecer conversa face a face. Assim, para testar a diferença das médias de ansiedade/timidez foi aplicado o teste-t de student, no qual se obteve os seguintes resultados: $t(43) = -1$,

22, $p = 0,230$. A diferença não é estatisticamente significativa, no entanto, vai no sentido de os sujeitos quando querem conhecer uma pessoa lhes é mais fácil estabelecer conversa online (Quadro 5).

Esta tendência, se for encontrada em futuros estudos, poderia levar ao uso excessivo das redes sociais. Prado (1998, *in* Moraes, Pillatti & Scandelari, 2005) aponta como um fator importante deste fenómeno a motivação do jovem para obter suporte social, que é procurado/encontrado através da criação de perfis nas redes sociais. Isto é, mesmo os seus utilizadores sentindo as mesmas necessidades de comunicarem que os utilizadores mais moderados, muitas vezes, possuem uma autoestima baixa e um elevado nível de timidez.

No entanto, na nossa amostra, não se pode rejeitar a hipótese nula que consiste na inexistência de diferenças entre as médias dos grupos de sujeitos que referiram ser mais fácil estabelecer conversa online e dos sujeitos que referiram ser mais fácil estabelecer conversa face a face, numa situação em que desejavam conhecer melhor uma pessoa que conheciam de vista

Relativamente a esta hipótese e à H1, a relação entre estas variáveis indicia que as auto-descrições em termos dos reportórios típicos dos jovens na relação social, no que diz respeito à sensibilidade às emoções negativas, e à experiência de ansiedade nas interações sociais e que fazem parte do seu auto-conceito entram de algum modo, nas expectativas que estes têm ao aderir às redes sociais, e por conseguinte, pode pensar-se que influenciam decisivamente o seu padrão e preferências por interagir online em relação ao face-a-face. No entanto, neste estudo, a evidência sobre esta influência é parcial, enquanto H1 tem apoio empírico, mas não H2. Esta sugere ainda que alguma da interação online pode ser motivada pelo evitamento da interação face a face aquando da fase de estabelecer contactos. O que leva a concluir que quando se trata da ação de estabelecimento de contactos pessoais face-a-face, a ansiedade e timidez os adolescentes da amostra não são inibidos por ansiedade e timidez.

H3: Existe correlação significativa entre o grau em que os adolescentes reportam sentir ansiedade nas situações sociais, medido através da escala de ansiedade/timidez da BAS-3, e o tempo que de uso das redes sociais diária e semanalmente.

Quadro 6- Coeficiente de correlação não paramétrica ρ de Spearman, o nível de significância e o número de sujeitos usado na análise

	Tempo diário de uso	Tempo semanal de uso
Tempo diário de uso	1	,581**
	.	,000
	46	46
Tempo semanal de uso	,581**	1
	,000	.
	46	46
Score_Ansiedade/ Timidez	,073	,258
	,632	,084
	46	46

A análise de correlação permite constatar que não existe correlação estatisticamente significativa entre o tempo que é usado diariamente com as redes sociais e a dimensão ansiedade/timidez, bem como entre esta dimensão e o tempo que é usado semanalmente, uma vez que $p > 0,05$ (Quadro 6). Esta hipótese não se encontra empiricamente apoiada nos resultados não podendo a hipótese nula ser rejeitada.

Porém, é possível observar uma tendência para os sujeitos que passam mais tempo semanal com as redes sociais apresentarem maior nível de ansiedade/timidez, tendência que não alcança significação estatística.

H4: Os sujeitos que utilizam as redes sociais com o motivo de conversa nesse canal com os amigos da escola apresentam um nível de isolamento, medido pela escala da BAS-3, mais baixo.

Quanto à dimensão do isolamento, existe a possibilidade de

escolher sete itens positivos e quatro negativos, e portanto o score total pode variar entre -4 e 2, sendo que -4 significa baixo isolamento. Com um $n=46$, a média obtida é de -1,70 e o desvio-padrão é de 1,56, o que revela que a amostra representa pouco isolamento. Há, no entanto, uma variação que abrange os as pontuações extremas (min=-4; max=2).

Quadro 7- Média e desvio-padrão do isolamento de dois grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no uso das redes sociais para conversar com amigos da escola

		Score de Isolamento (BAS-3)		
		n	Média	Desvio Padrão
Usar as redes sociais para conversar com os amigos da escola	Não	3	0,67	2,31
	Sim	43	- 1,86	1,39

Através da análise da igualdade de médias dos grupos de sujeitos que refere usar as redes sociais para conversar com amigos da escola e o que refere as não usar para esse fim, através do teste-t de student, $t(44)= 2,93$, $p= 0,005$, a diferença é estatisticamente significativa, e vai no sentido de os sujeitos que usam as redes sociais para conversar com os amigos apresentam níveis de isolamento médios mais baixos (Quadro 7). Esta relação mostra que, nos adolescentes, a internet pode ter um uso mais integrado com as relações sociais, e um uso que favorece o isolamento.

Esta hipótese encontra-se empiricamente apoiada pelos os resultados, o que permite rejeitar a hipótese nula, que considera que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos.

H5: Os sujeitos com nível mais alto de isolamento, medido pela escala com o mesmo nome da BAS-3, têm uma tendência significativa para usar as redes sociais para jogar, reportando ser esse o seu motivo de uso mais importante.

Quadro 8- Média e desvio-padrão do isolamento de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no uso ds redes sociais para jogar

		Score de Isolamento (BAS-3)		
		n	Média	Desvio Padrão
Usar as redes sociais para jogar	Não	33	- 1,88	0,26
	Sim	13	-1,23	1,74

Utilizando o teste-t para analisar a igualdade de médias entre os dois grupos independentes de sujeitos que referem usar as redes sociais para jogar e os que referem não o fazer é possível obter os seguintes resultados: $t(44) = -1,28$, $p = 0,21$. A diferença não é estatisticamente significativa, no entanto, vai no sentido de que os sujeitos que usam as redes sociais para jogar, apresentem níveis de isolamento mais altos(Quadro 8).

Estes permitem constatar que não existe uma tendência estatisticamente significativa dos sujeitos com nível mais alto de isolamento usa as redes sociais para jogar.

Não é possível rejeitar a hipótese nula uma vez que a hipótese proposta não se encontra empiricamente apoiada pelos resultados.

H6: Os sujeitos com nível mais alto de isolamento, avaliado pela escala da BAS-3, reportam que quando se encontram presencialmente com o seus amigos, estão simultaneamente a aceder às redes sociais.

Quadro 9- Média e desvio-padrão do isolamento dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) no acesso às redes sociais simultaneamente ao convívio presencial com os amigos

		Score de Isolamento (BAS-3)		
		n	Média	Desvio Padrão
Quando estás com os	Não	18	- 1,78	0,43

teus amigos estás nas redes sociais?	Sim	27	-1,63	0,27
--------------------------------------	-----	----	-------	------

Utilizando o teste-t para analisar a igualdade de médias entre dois grupos independentes de sujeitos que referem aceder às redes sociais e conviver presencialmente com os seus amigos simultaneamente e os que referiram não o fazer é possível obter os seguintes resultados: $t(43) = -0,31$, $p = 0,76$. A diferença não é estatisticamente significativa, no entanto, vai no sentido de que os sujeitos que usarem as redes sociais enquanto estão com os seus amigos representam um nível mais alto de isolamento (Quadro 9).

Desde 1990, é discutida a possibilidade de a comunicação online levar o indivíduo a afastar-se das pessoas que o rodeia. Esta questão encontra-se expressa nos resultados obtidos da amostra que embora não seja uma tendência estatisticamente significativa existe essa tendência. Possivelmente, com uma amostra maior a tendência poderá ser estatisticamente significativa.

A hipótese não se encontra empiricamente apoiada nos resultados, o que não permite rejeitar a hipótese nula que consiste na inexistência de diferenças significativas das médias dos dois grupos no que diz respeito ao uso das redes sociais enquanto se encontram com os seus amigos.

A noção de um uso mais ou menos integrador da esfera online e da esfera offline ou face-a-face surge validada pelo menos parcialmente, pela sua associação com níveis diferentes de isolamento reportados pelos adolescentes. Esta noção recolhe algum apoio, designadamente, dos resultados do teste empírico da H4. Quanto às relações previstas nas hipóteses H5 e H6 (os jogos como atividade de adolescentes mais isolados, e o uso da internet ao mesmo tempo que se encontram em presença dos amigos como manifestação de isolamento) verificam-se apenas tendências para diferenças no sentido esperado, mas que não alcançam significação estatística.

H7: Os sujeitos com nível de sociabilidade elevado referem que o seu humor permanece inalterado quando não conseguem aceder às redes sociais e/ou maior satisfação nas relações online.

Na sociabilidade, existe a possibilidade de escolher sete itens favoráveis e onze desfavoráveis, pelo que o score varia entre -13 e 8, sendo que -13 significa baixa sociabilidade. Com um N=61, a média obtida é de -1,21 e o desvio-padrão é de 4,65, o que revela que a amostra representa um nível intermédio de sociabilidade.

É possível relacionar esta dimensão com a da extroversão, do Modelo dos Cinco fatores de McCrae & Costa (1992). Esta pode abranger várias medidas, entre as quais: a assertividade, a espontaneidade, a energia, a dominância, a confiança e a agência, que podem originar a dimensão da sociabilidade (Carver & Corner-Smith, 2010). No entanto, na amostra o nível de sociabilidade não é alto o que pode indiciar que o nível de extroversão também não seja elevado.

Através da análise da comparação das médias é possível verificar que não existem diferenças estatisticamente significativas em relação aos dois grupos independentes de sujeitos que referem que o humor permanece inalterado e dos sujeitos que referem existir alterações do mesmo.

O nível de humor pode ser relacionado com a dimensão do neuroticismo do Modelo dos Cinco Fatores de McCrae (1992), uma vez que um estado de neuroticismo pode ser expresso através do mau humor, ansiedade e depressão (Carver & Corner-Smith, 2010). Porém, este estado não se encontra representado na amostra.

Quadro 10- Média da sociabilidade na satisfação do contacto face a face

	Maior satisfação no contacto face a face	
		Média
Score_Sociabilidade	Não	0,67
	Sim	- 1,31
Score_Sociabilidade_positiva	Não	8,33

	Sim	7,91
Score_Sociabilidade_Negativa	Não	7,67
	Sim	9,22

Ainda associada a esta hipótese é possível analisar a diferença entre a satisfação na relação face a face e na relação online, que poderá estar relacionada com a alteração do humor. Contrariamente ao que era esperado, os sujeitos que apresentam maior satisfação nas relações face a face não são aqueles que se apresentam como os mais sociáveis, no entanto, através a análise de comparação de médias verifica-se que não existe uma diferença estatisticamente significativa entre os dois grupos (Quadro 10).

Face às relações anteriormente hipotetizadas, relativas à influência da sociabilidade nos padrões de uso mais ou menos integrados com as relações presenciais, era esperado que a existência de existissem traços e aspetos da socialização, a ausência de sociabilidade e o isolamento, que favoreçam o uso excessivo, e a formação de dependência em relação ao uso das redes sociais. É Pressuposto que a dependência se manifeste em alterações do humor quando é impedida a atividade de aceder às redes sociais.

No que diz respeito à sociabilidade, a correlação negativa esperada não foi encontrada, no entanto, por razões de índole prática, a variável Isolamento não foi cruzada com a resposta de autorrelato de humor alterado quando impedido de aceder à internet.

Esta hipótese não se encontra apoiada empiricamente nos resultados, o que não permite rejeitar a hipótese nula, não existem diferenças significativas entre os dois grupos independentes.

H8: Os sujeitos mais prudentes referem que não respondem a mensagens, não marcam encontros com desconhecidos e não permitem o acesso ao seu perfil a qualquer pessoa.

Nesta dimensão, existe a possibilidade de escolher nove itens favoráveis e dez desfavoráveis, pelo que o score varia entre -10 e 13, sendo que -10 significa baixo nível de prudência. Com um $n=61$, a média obtida é de 0,44 e o desvio-padrão é de 4,53, o que revela que a amostra representa nível de prudência positivo que se encontra num ponto intermédio.

Quadro 11- Média e desvio-padrão da prudência de dois dos grupos constituídos pelas respostas (sim vs não) na resposta a mensagens e marcação de encontros com desconhecidos e na permissão do acesso ao seu perfil a qualquer pessoa.

Score de Prudência (GPP-I)		
	Média	Desvio Padrão
Não responde a mensagens de desconhecidos	0,56	0,176
Sim	1,00	0,000
Não marca encontros com desconhecidos	0,75	0,164
Sim	1,00	0,000
Qualquer pessoa pode aceder à página pessoal	0,22	0,147
Sim	0,50	0,500

Através da análise de comparação das médias, o teste-t de student permitiu obter os seguintes resultados: $t(8) = -2,530$, $p = 0,035$. Estes permitem verificar que existe uma tendência estatisticamente significativa para os sujeitos mais prudentes não responderem a mensagens de desconhecidos (Quadro 11).

No que diz respeito ao facto de não marcarem encontros com desconhecidos, através do teste-t de student foi possível obter os seguintes resultados: $t(8) = -0,730$, $p = 0,486$. Estes permitem verificar que existe uma tendência de os sujeitos não marcarem encontros com desconhecidos, no entanto esta tendência não é estatisticamente significativa.

Por fim, através do teste-t de student é possível obter os seguintes resultados: $t(9) = -0,744$, $p = 0,677$. Estes permitem verificar que existe uma tendência de os sujeitos não permitirem o acesso do seu

perfil a qualquer pessoa, no entanto, esta tendência não é estatisticamente significativa.

Assim, não é possível rejeitar a hipótese visto que a hipótese proposta, a nível geral, não se encontra empiricamente apoiada nos resultados, porém se forem analisados de forma independente a hipótese encontra-se apoiada empiricamente nos resultados em relação ao facto de não responderem a mensagens de desconhecidos, uma vez que esta tendência é estatisticamente significativa.

O tipo de temperamento do indivíduo pode explicar esta tendência, uma vez que este pode expor e/ou proteger os indivíduos dos riscos oriundos do seu ambiente (Rutter, 1989; Keogh, 1994, *in* Almeida, Seabra- Santos & Major, 2010).

Existirão certas propensões pessoais relacionadas com a perceção, e atitude ao risco, e a propensão para seguir regras e tomar medidas de proteção ao risco no contacto com pessoas desconhecidas através do canal online.

Segundo Millon (Alchieri, Cervo & Núñez, 2005), existem vários fatores que influenciam o desenvolvimento adaptativo da personalidade, entre os quais o reforço social, uma vez que a vinculação aos familiares ou a falta desta pode reforçar as aprendizagens do indivíduo. A existência desta vinculação permite a transmissão de conhecimentos e conselhos acerca dos riscos da internet, o pode explicar o nível de prudência representado pela amostra.

Por fim, a tendência para rejeitar o contacto com desconhecidos revela um nível positivo de prudência, que é possível ser relacionado com um fator do Modelo dos Cinco Fatores, nomeadamente a *conscienciosidade* que consiste na responsabilidade do indivíduo, no controlo dos impulsos e da confiança e na consideração de possíveis consequências futuras (Digman & Inouye, 1986, *in* Carver & Corner-Smith, 2010).

VI - Conclusão

Atendendo ao enquadramento conceptual apresentado, objetivos colocados, metodologia utilizada e aos resultados obtidos neste estudo, apresentam-se de seguida as principais conclusões retiradas.

Analisando o tempo que a amostra acede às redes sociais diária e semanalmente, quanto às variáveis sexo e idade, não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, podendo verificar um uso médio diário de 1 a 2 horas e semanal de 5 a 7 horas.

Registam-se dados do uso da internet e redes sociais pelos adolescentes que podem ser preocupantes quanto a alguns comportamentos inadequados, entre os quais: deixar de fazer atividades com amigos e/ou familiares, adiar uma refeição e estar mais tempo do que queriam. O estudo permite afirmar que existe a adoção destes dois últimos comportamentos. Este excesso pode ser explicado pela fase de desenvolvimento em que o indivíduo se encontra, uma vez que nesta fase ele está interessado em estabelecer relações sociais (Regan & Steeves, 2010, *in* Rosado, Jager & Dias, 2014) e terá de resolver a crise identidade *vs* confusão Erikson. (1968, *in* Batista, 2008), através da experimentação de vários papéis até descobrir o seu verdadeiro “eu”.

O uso das redes sociais foi relacionado com a dimensão *ansiedade/ timidez* da BAS-3. É possível afirmar que o nível de ansiedade/timidez do indivíduo leva a uma tendência cada vez maior do uso das redes sociais para comunicar mais facilmente com os outros, através da criação de perfis online, por exemplo. Ainda, é possível observar que existe uma tendência para acederem mais tempos às redes sociais do que indivíduos com níveis mais baixos de ansiedade.

O recurso a este meio de comunicação pode ser explicado pela sensação de controlo de estabilidade na relação com o outro que as redes sociais transmitem ao indivíduo, uma vez que este não se encontra em frente ao outro e pode não revelar o seu verdadeiro “eu”, o que

diminui a ansiedade do indivíduo (Fortim & Araujo, 2013). Embora estas lhe forneçam um suporte social, o aumento do recurso a este meio de comunicação pode levar o utilizador ao seu uso excessivo (Prado, 1998, *in* Moraes, Pillatti & Scandelari, 2005) aponta como um fator importante deste fenómeno o suporte social, que é encontrado através da criação de perfis nas redes sociais. Isto é, mesmo os seus utilizadores sentindo as mesmas necessidades de comunicarem estes, muitas vezes, possuem uma autoestima baixa e um elevado nível de timidez.

Ainda tendo em conta a BAS-3, também se procurou relacionar o recurso às redes sociais com a dimensão *isolamento*. Constatou-se que o *isolamento* influencia o uso deste meio de comunicação para comunicar com os amigos da escola existindo uma tendência estatisticamente significativa para sujeitos com um nível mais baixo de isolamento recorrerem mais a este meio de comunicação para este efeito do que os sujeitos com níveis mais altos. Ainda, é possível observar que existe uma tendência para sujeitos com níveis mais altos de isolamento acederem às redes sociais enquanto se encontram com os seus amigos, o que poderá afastar o indivíduo das pessoas que o rodeiam, alterar o processo de socialização do indivíduo e interferir com a aquisição e treino de competências sociais e de comunicação com os outros que são realizadas através da conversa, convívio e interação com os outros. Esta é uma preocupação que já vem sendo discutida desde 1990.

Através da análise do impacto das redes sociais no humor do indivíduo e da sua relação com a dimensão da *sociabilidade* do GPP-I, foi possível observar que existe uma tendência para a alteração do mesmo, embora esta não seja estatisticamente significativa. O nível de humor pode ser relacionado com a dimensão do neuroticismo do Modelo dos Cinco Fatores de McCrae (1992), uma vez que um estado de neuroticismo pode ser expresso através do mau humor, ansiedade e depressão (Carver & Corner-Smith, 2010). Porém, este estado não se encontra representado pela amostra.

Ainda dentro desta dimensão da *sociabilidade*, relacionando-a

com a satisfação em estabelecer relações face a face é possível afirmar que, na amostra, os sujeitos que se apresentam como menos sociáveis são aqueles que apresentam maior nível de satisfação neste tipo de comunicação. Isto poderá ser explicado pela presença de ansiedade/timidez que condiciona o estabelecimento de relação face a face e que leva os sujeitos a substituí-la pela relação online.

As redes sociais são uma ferramenta muito útil que permite a interação com os outros independentemente da sua localização e a partilha de informações e aprendizagens. No entanto, é necessário ter em conta os riscos que este uso acarreta uma vez que os seus utilizadores podem se manter no anonimato e/ou criar identidades falsas. Esta preocupação encontra-se relacionada com a dimensão da *prudência* do GPP-I e com a dimensão da *conscienciosidade* do Modelo dos Cinco Fatores de McCrae (1992). Foi possível verificar que existe uma tendência para os sujeitos com um nível mais elevado de prudência não responderem a mensagens nem marcarem encontros com desconhecidos e não permitirem o acesso aos seus perfis online a qualquer pessoa. Neste aspeto, a vinculação familiar pode reforçar adoção destes comportamentos através da monitorização e aconselhamento dos utilizadores acerca dos riscos que podem correr no mundo virtual (Millon, *in* Alchieri, Cervo & Núñez, 2005).

Uma vez que os adolescentes passam a maior parte do seu tempo na escola, esta tem um papel muito importante na sua educação para o uso das redes sociais, bem como na formação dos Encarregados de Educação. Isto é, deveriam ser realizadas formações o seu uso das redes sociais e os perigos e/ou riscos associados, sensibilização para a adoção de algumas regras de tempos de uso e promoção de atividades alternativas satisfatórias, no dia-a-dia, e em períodos de lazer (*eg.*, disponibilização de várias atividades desportivas, criação de ateliers didáticos e formação de clubes de diversos interesses). Ainda em contexto escolar, o psicólogo poderá ter um papel importante na intervenção desta problemática, nomeadamente, através da realização

de intervenções em turma visando a promoção de atividades em grupo e trabalho em equipa, demonstração do impacto das redes sociais no processo de socialização (*eg.*, demonstração de vídeos), estimulação para a realização de tarefas em equipa e promoção de atividades de convívio e lazer.

É de salientar a importância da realização de estudos longitudinais para objetivar de maneira mais específica a evolução no tempo, ao longo do desenvolvimento, dos padrões de uso, e do uso excessivo analisando simultaneamente aspetos do desenvolvimento do adolescente e mudanças nos seus sistemas relacionais que potencialmente possam ora agir em prol da resiliência, para reverter padrões de atividades que não sejam funcionais, ora agir tornando crónicos ou agravando o isolamento e/ou a dependência da internet por parte do adolescente. Isto significaria adotar uma perspetiva sistémica, complementar à do presente estudo, em estudos mais vastos, que para além das diferenças individuais e outros fatores pessoais que podem ser predisponentes para o uso excessivo, também aborde nos sistemas de atividades, e de relações, e mudanças no tempo, em que o adolescente está envolvido, e suas implicações desenvolvimentais.

É importante referir que o tamanho da amostra usado neste estudo não é o tamanho que foi estabelecido inicialmente. Este encontra-se mais reduzido devido à desistência da passagem dos inquiridos por uma escola que inicialmente aceitou passar os inquiridos e também pela falta de autorização da maioria dos Encarregados de Educação do preenchimento dos mesmos.

Durante a realização deste estudo foi possível encontrar vários artigos relacionados com o uso das redes sociais e com o uso excessivo, no entanto, realizados no Brasil. Trabalhos relacionados com esta temática realizados em Portugal são bastantes escassos. Seria necessário e importante serem realizados mais estudos sobre esta tema uma vez que as redes sociais estão cada vez mais presentes na vida dos indivíduos e têm cada vez mais influência no seu quotidiano.

Bibliografia

Abreu, C. N., Karam, R. G., Góes, D. S. & Spritzer, D. T. (2008). Dependência de Internet e de jogos eletrônicos. *Revista Brasileira Psiquiátrica*, 30(2), 156-167.

Alchieri, J. C., Cervo, C. S. & Núñez, J. C. (2005). Avaliação de estilos de personalidade segundo a proposta de Theodore Millon. *Psico*, 36(2), 175-179.

Almeida, M. M., Seabra-Santos, M. J. & Major, S. (2010). Bateria de avaliação do temperamento infantil- forma revista. *Psychologica*, 53,313-328.

Amaral, I. & Sousa, H. (2010). Redes Sociais no Twitter: a emergência de uma nova sociabilidade num novo ecossistema de comunicação? *Interações* (19), 115-132.

Barbosa, F. & Amante, L. (2015). *Facebook e socialização no ensino secundário. Dissertação de Mestrado em Pedagogia do Elearning*. Universidade Aberta: Évora.

Batista, N. J. M. (2008). *Teorias da Personalidade*. Trabalho realizado no âmbito da Licenciatura em Aconselhamento Psicossocial, Instituto Universitário da Maia, Porto, Portugal. Recuperado em 04 de Julho, 2016, de www.Psicologia.com.pt

Belloni, M. L. (2007). Infância, mídias e educação: revisitando o conceito de socialização. *Perspectiva*, 25(1), 41-58.

Bhering, E. & Sarkis, A. (2009). Modelo Bioecológico do desenvolvimento de Bronfenbrenner: implicações para as

pesquisas na área da educação infantil. *Horizontes*, 27(2), 7-20.

Besserr, L., Ponte, B. A. L., Silva, R. P., Beserra, E. P., Sousa, L. B. & Gubert, F. A. (2016). Atividade de vida “Comunicar” e uso de redes sociais sob a perspectiva de adolescentes. *Cogitare enfermagem*. 21(1), 01-09.

Carver, C. S. & Cornor-Smith, J. (2010). Personalaty and Coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.

Fortim, I. & Araujo, C. A. (2013). Aspectos Psicológicos do uso patológico de Internet. *Boletim da Academia Paulista de Psicologia*, 33(85), 292-311.

Klein, V. C. & Linhares, M. B. M. (2007). Temperamento, comportamento e experiência dolorosa na trajetória de desenvolvimento da criança. *Paidéia*, 17(36), 33-44.

Klein, V. C. & Linhares, M. B. M. (2010). Temperamento e desenvolvimento da criança: revisão sistemática da literatura. *Psicologia em Estudo*, 15(4), 821-829.

Moraes, G. B., Pilatti, L. A & Scandelari, L. (2005). Comportamento patológico provocado pelo uso indevido de Internte: uma leitura do ambiente produtivo e social. *XXV Encontro Nacional de Engenharia de Produção*. Brasil: Porto Alegre.

Morgado, M. G. (2003). *Comportamento do consumidor online: perfil, uso da Internet e atitudes*. Tese de Doutorado em Admnistração. FGV-EAESP: São Paulo.

Nuernberg, D. & Gonçalves, B. G. (2012). A dependência dos adolescentes ao mundo virtual. *Revista de Ciências Humanas*, 46(1), 165-182.

Nunes, C. H & Giacomoni, S. H. (2009). Associação entre Bem-estar Subjetivo e personalidade no Modelo dos Cinco Fatores.

Avaliação Psicológica, 8(1), 99-108.

Pasquali, L. (2000). *Os tipos humanos: a teoria da personalidade*. Brasília: Copymarket.

Portela, C. I. M & Pires, A. M. L (2007). *Psicologia Diferencial: os vários temas deste ramo da Psicologia*. Recuperado em 04 de Julho, 2016, de www.Psicologia.com.pt.

Rocha, A. F. L. (2010). *Espontaneidade e Personalidade: Um estudo Correlacional*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Instituto Superior de Ciências Psicológicas, Lisboa, Portugal.

Rosado, J. S., Jager, M. E. & Dias, A. C. (2014). Padrões de uso e motivos para o envolvimento em redes sociais virtuais na adolescência. *Interação Psicol.*, 18(1), 13-23.

Santos, D. R. & Polivanov, B. B. (2015). “*O mais importante é que a outra pessoa possa te perceber forte.*” *Narrativas de superação e conflito em términos de relacionamento no Facebook: Congresso Internacional de comunicação e consumo*. São Paulo: Escola Superior de Propaganda e Marketing.

Silva, I. B. & Nakano, T. C. (2010). Modelo dos cinco grandes fatores da personalidade: análise de pesquisas. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 52-62.

