



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Mélanie de Fátima Sobral Sieiro

## ESTILOS EDUCATIVOS PARENTAIS, UTILIZAÇÃO DAS TIC E SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES

Dissertação no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia, área de especialização em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento, sob a orientação científica da Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias e apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

julho de 2020

## Agradecimentos

---

Primeiro, quero agradecer ao Eduardo por todo o apoio e por nunca me ter deixado desistir.

Mãe, obrigada por tudo, sempre.

À Rosette, pela preocupação e apoio na recolha.

À Mariana, pelo incentivo, toda a ajuda e dedicação neste percurso.

À minha orientadora, Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias, pela orientação do trabalho e partilha de competências.

Às instituições e aos alunos que se disponibilizaram a colaborar neste estudo.

## Resumo

---

Nos dias que correm existe um elevado interesse da literatura científica no estudo das TIC e na sua utilização, nomeadamente pela população mais jovem. É consensual que o mundo das novas tecnologias de informação e comunicação têm influência em todos nós, especialmente nos adolescentes, que tendem a usar mais estes meios de comunicação. A par disto, interessa perceber se fatores como o ambiente familiar estarão relacionados com o uso das TIC e domínios da saúde mental. Por conseguinte, este trabalho tem o objetivo de avaliar a existência de relações entre os Estilos Educativos Parentais, o uso das TIC e a Saúde Mental. Assim, utilizou-se uma amostra de 209 sujeitos com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos, que participaram preenchendo cinco instrumentos: um Questionário Sociodemográfico (Maia de Carvalho, Vale Dias, & Sieiro, 2019), a Escala de Estilos Educativos Parentais (Barros de Oliveira, 1994), a adaptação portuguesa do MTUAS-PY (Costa et al., 2016), a adaptação portuguesa do BSI (Canavarro, 1999) e o MHC-SF adaptado para a população portuguesa por Matos et al. (2010). Os resultados demonstram que os Estilos Educativos Parentais não se relacionam com a frequência da utilização do Facebook e que por sua vez, a frequência de utilização do Facebook poderá ter consequências na Saúde Mental. As implicações que esta investigação apresenta para estudos futuros é a sua replicação com uma amostra maior e mais equilibrada e a utilização de outras variáveis. Concluiu-se que, deve existir uma intervenção preventiva no que respeita ao uso das redes sociais pelos adolescentes.

Palavras chave: Adolescência; Estilos Educativos Parentais; Facebook e Saúde Mental.

## Abstract

---

In the modern scientific literature, it is possible to perceive a recent increase of interest and number of studies about new technologies of information and communication, with particular incidence on younger population. It's a fact that the technological advancements verified in the modern world currently play a major role of influence in all of us, and specially, teenagers. Parallel to this, it matters to understand if factors like family environment are related to the user of ICTs and the domains of mental health. By estimate, this work aims to assess the existence of relationships between Parenting Educational Styles, the use of ICT and Mental Health. So, use a sample of 209 subjects aged between 15 and 18, who recorded five instruments: a Socio-Demographic Questionnaire (Maia de Carvalho, Vale Dias and Sieiro, 2019), the Parenting Educational Styles Scale (Barros de Oliveira, 1994), a Portuguese adaptation of MTUAS-PY (Costa et al., 2016), a Portuguese adaptation of BSI (Canavarro, 1999) and the MHC-SF adapted for the Portuguese population by Matos et al. (2010). The results demonstrate that Parenting Educational Styles are not related to the use of Facebook and that, in turn, the frequency of Facebook use may have consequences on Mental Health. The results demonstrate that Parenting Educational Styles are not related to the use of Facebook and that, in turn, the frequency of using Facebook may have consequences on Mental Health. The implications that this investigation has for future studies is its replication with a larger and more balanced sample and the use of other variables. It was concluded that, there must be a preventive intervention regarding the use of social networks by adolescents.

Keywords: Adolescence; Parenting Educational Styles; Facebook and Mental Health.

# Índice

---

<b>Introdução .....</b>	<b>7</b>
<b>I. Enquadramento Concetual.....</b>	<b>8</b>
1.1. Adolescência .....	8
1.2. Estilos Educativos Parentais .....	10
1.3. Tecnologias de Informação e Comunicação .....	14
1.4. Saúde Mental .....	17
<b>II. Objetivos .....</b>	<b>21</b>
<b>III. Metodologia.....</b>	<b>23</b>
3.1. Caraterização da Amostra .....	23
3.2. Instrumentos.....	25
3.3. Procedimentos.....	28
<b>IV. Resultados .....</b>	<b>30</b>
<b>V. Discussão .....</b>	<b>37</b>
<b>VI. Conclusões .....</b>	<b>40</b>
<b>VII. Referências Bibliográfica .....</b>	<b>42</b>

## **Anexos**

**Anexo A** – Questionário Sociodemográfico e Instrumentos

**Anexo B** – Valores do Alpha de Cronbach

**Anexo C** – Pedido de Autorização

## Introdução

---

O contexto familiar é muito importante no desenvolvimento do adolescente. A família é considerada um pilar no amadurecimento e desenvolvimento biopsicossocial dos indivíduos (Osório, 1996) e interfere na forma como estes se relacionam com o mundo, nomeadamente com a internet e com os outros. No que refere ao papel dos pais é também importante a criação de um ambiente adequado que permita a aprendizagem que sustenta o processo de desenvolvimento cognitivo dos seres humanos (Osório, 1996) e que favorece a saúde mental.

A dominância das tecnologias no quotidiano dos adolescentes é bastante perceptível, tendo-se verificado cada vez mais, que recorrem à Internet e às redes sociais como uma forma de comunicação e socialização. É importante perceber se este uso pode ser prejudicial no seu bem-estar. A saúde mental remete para a ausência de sintomas psicopatológicos e de forma positiva engloba um bem-estar emocional, psicológico e social. A utilização da Internet tem uma influência no bem-estar, dependendo do objetivo pela qual é utilizada. Esta relação pode também diferir quanto ao género, segundo alguns autores os rapazes são mais propensos a utilizar a Internet para jogar e a raparigas para fazer compras (Ciarrochi, 2016), neste sentido é importante perceber que influência estes usos têm na saúde mental dos adolescentes.

Em suma, entre investigações já realizadas sobre o uso das TIC, não foram encontrados estudos a medir estas variáveis, assim, a presente investigação pretende estudar as relações entre os Estilos Educativos Parentais e o uso do Facebook e do Smartphone pelos adolescentes, e por sua vez perceber as associações existentes entre o uso do Facebook e a Saúde Mental medida pela psicopatologia e pelo bem-estar.

A primeira parte deste trabalho incorpora o enquadramento concetual sendo uma revisão de literatura sobre os construtos que foram mencionados, estando dividido em seis capítulos: o primeiro caracteriza a faixa etária estudada, a adolescência. O segundo descreve brevemente os aspetos históricos e científicos que ostentaram o interesse do estudo pelos Estilos Educativos Parentais e a sua influência nas tecnologias. O terceiro, apresenta as preocupações da atualidade sobre o uso das Novas Tecnologias de Informação. O quarto, caracteriza a Saúde mental e todos os seus envolventes na promoção do bem-estar, bem como a influência das tecnologias. A segunda parte deste trabalho tem uma perspetiva empírica, que contém os objetivos deste estudo, a metodologia utilizada, os resultados da investigação, a sua discussão e conclusões.

# I. Enquadramento Concetual

---

## I.1. Adolescência

A presente investigação debruça-se na adolescência, caracterizada como a fase de identidade e confusão de identidade entre os 12 e os 18 anos. Erikson (1987) identificou esta fase como uma crise de identidade, em que os adolescentes procuram na sua própria identidade uma segurança perante as suas transformações físicas e psicológicas. É nesta fase que surge a vontade de se inserirem na sociedade, como por exemplo a escolha de grupos (envolvimento ideológico), é esta procura de um papel na sociedade que remete para uma confusão de identidade, pois os adolescentes preocupam-se com a opinião dos outros e isso leva a que por vezes modifiquem as suas atitudes, moldando a sua personalidade ao mesmo ritmo que as suas transformações físicas (Erikson, 1987).

Erikson (1987) referiu nos seus estudos que o ser humano mantém as suas defesas para sobreviver, na confusão de identidade os adolescentes podem sentir-se ansiosos, isolados ou incapazes de se encaixarem no mundo, que pode estar associado a perturbações psicológicas. A crise da confusão de identidade pode ser ultrapassada, com a constante resolução de crises anteriores levando à estabilização, à lealdade e à fidelidade consigo mesmo (senso de identidade contínua) (Erikson, 1987).

É também nesta fase que surge as mudanças de humor e emoções constantes, que afetam o comportamento do indivíduo na relação com os outros (Papalia & Olds, 1995). É também quando os jovens procuram mais afeto junto dos seus pares, do que com os seus pais, surgindo uma tenção entre filhos e pais, quando os filhos necessitam de ser independentes dos pais, mas aperceberem-se do quão dependentes ainda são deles (Papalia & Olds, 1995).

É nestas idades que os jovens procuram um refúgio nas amizades, por se sentirem mais livres de falar sobre os seus sentimentos e das suas relações amorosas, ainda, mais agora com as novas tecnologias que cada vez mais se torna uma forma de comunicação entre eles.

“A puberdade é um parâmetro universal ao ser humano impregnado de valores morais e éticos mesmo naquelas culturas que não reconhecem a adolescência socialmente. É mais que um puro indicador biológico. A puberdade também serve como um sinalizador de ritos de iniciação,

escolhas de papéis e de construção de relações para a vida adulta do sujeito. É a fase da morte ritual da criança e o nascimento do ser adulto.” (Lírio, 2012, p.73).

Os adolescentes segundo Piaget chegam ao nível mais alto de desenvolvimento cognitivo (operatório-formal) quando desenvolvem a capacidade de pensar de forma abstrata. Esse desenvolvimento, que lhes proporciona uma maneira mais flexível de manipular a informação (Papalia & Feldman, 2013, p.405). Pensar de forma abstrata traz algumas implicações emocionais e esta capacidade de “pensar sobre o que se está pensando” e, portanto, gerir os processos mentais pode ser o principal avanço do pensamento do adolescente, o resultado das mudanças que ocorrem no cérebro do adolescente (Kuhn, 2006, citado por Papalia & Feldman, 2013, p.406).

Esta fase é ainda caracterizada pelo desenvolvimento da capacidade de raciocínio mais complexo sobre questões morais, como o altruísmo e a empatia. Os adolescentes são capazes de adotar o ponto de vista de outra pessoa, de solucionar problemas sociais, de lidar com relacionamentos interpessoais e de se verem como seres sociais, tudo isto promove o desenvolvimento moral (Papalia & Feldman, 2013, p.408). Considera-se importante o papel dos pais no desenvolvimento moral dos filhos, Eisenberg e Morris (2004) afirmaram que pais democráticos que estimulam os filhos a questionar e expandir o seu raciocínio moral tendem a raciocinar em níveis mais altos, assim como também afeta o raciocínio moral os grupos e as amizades, ter mais amigos íntimos, passar um tempo de qualidade com eles e ser considerado como líder estão associados a um raciocínio moral mais alto (Eisenberg e Morris, 2004, citado por Papalia & Feldman, 2013, p.410).

Refletindo sobre todas as condições apresentadas sobre a adolescência, os seguintes autores (Vieira, Marques, Silva, Vieira & Margarido, 2019) através de entrevistas a adolescentes portuguesas, procuraram perceber qual o ponto de vista dos jovens sobre o mundo digital. Os autores referem que, em todos os casos os jovens usam a internet para estudar, mas sobretudo para entretenimento, contudo, um dos casos estudados refere que usam principalmente as redes sociais como forma de manter relações antigas da escola, porque de outra forma não teriam contacto com eles.

Este estudo conclui que nem sempre os jovens se consideram desligados no mundo real por estarem sempre online e a imagem que os jovens tem de si não é a mesma que os adultos tem deles (Vieira, et al., 2019).

## 1.2. Estilos Educativos Parentais

Os estilos parentais são um conjunto de aspetos comportamentais e emocionais na interação entre pais e filhos (Darling & Steingber, 1993).

Quando pouco estava descrito sobre as relações entre pais e filhos no que diz respeito a formas de educar e cuidar, Diana Baumrind (1967) no seu estudo pioneiro, identificou três estilos parentais iniciais: parentalidade autoritária, parentalidade autoritativa (democrática) e parentalidade permissiva.

Segundo a autora, o Estilo Autoritário tenta moldar, controlar e avaliar o comportamento e as atitudes da criança de acordo com um padrão de conduta estabelecido, um padrão teologicamente motivado e formulado por uma autoridade superior. Este estilo valoriza a obediência como uma virtude e defende medidas punitivas para refrear a vontade própria em pontos onde as ações ou crenças da criança entram em conflito com o que o “pai” pensa ser a conduta correta a seguir. A par disto, a figura parental acredita na necessidade de manter a criança no seu lugar, em restringir a sua autonomia e em atribuir responsabilidades domésticas a fim de incutir respeito pelo trabalho. Considera a preservação da ordem e a estrutura tradicional como um valor e não estimula o dar e receber verbal, acreditando que a criança deve aceitar o que é certo (Baumrind, 1967).

O Estilo Autoritativo (democrático) tenta direcionar as atividades da criança, mas de uma maneira racional e orientada para as questões. Neste estilo a figura parental incentiva o dar e receber, compartilha com a criança o raciocínio por detrás da sua política e solicita as suas objeções quando se recusa a conformar. São valorizadas a autonomia e o conformismo disciplinado. O pai ou a mãe, ou ainda outro cuidador principal, exerce um controlo em pontos de divergência entre pais e filhos. Neste âmbito, o cuidador reforça a sua própria perspetiva como um adulto, mas reconhece os interesses individuais e os modos especiais da criança (Baumrind, 1967).

O Estilo Permissivo remete-se para uma posição afirmativa e de aceitação de acordo com os impulsos, desejos e ações da criança. Neste caso, o cuidador consulta a criança para decisões em casa, mostrando que a sua decisão é importante. De notar que este permite que a criança regule as suas atividades o máximo possível, evitando o controlo e não a incentiva a obedecer a padrões definidos externamente. Neste estilo são usados o raciocínio e a manipulação (Baumrind, 1967).

Mais tarde, Darling e Steingber (1993) distinguiram estilos educativos parentais de práticas parentais, afirmando que as práticas são os comportamentos dos pais tidos em eventos ou ocasiões específicas, sendo que estas podem variar entre situações.

Maccoby e Martin (1983) expandiram este modelo de estilo parental através de uma

estrutura bidimensional, com as dimensões de exigência (*demandingness*) e de responsividade (*responsiveness*) (Weber et al., 2004). A exigência remete-se para o controlo que é exercido nos filhos pelos pais, para os fazer cumprir os limites estipulados, promovendo a disciplina, a maturidade e a integração no contexto familiar. A responsividade refere-se ao reconhecimento dos interesses e necessidades dos filhos pelos pais. Estes autores expandiram a parentalidade permissiva de Baumrind em dois tipos: parentalidade indulgente e parentalidade negligente, pois entendiam que os pais com baixos níveis de responsividade e exigência podiam variar na intensidade da responsividade (Darling & Steingber, 1993).

Maccoby e Martin (1983) definiram os pais com altos níveis de responsividade e exigência como mais autoritários e os pais com esses mesmos níveis mais baixos como mais negligentes. Mosmann (2007) refere que pais com maior nível de responsividade, mas pouca exigência, são caracterizados como indulgentes e os que apresentam maiores níveis de exigência e menos responsividade são caracterizados como autoritários (Mosmann, 2007, citado por Darling & Steingber, 1993).

Para avaliar de que forma as estratégias de desempenho dos adolescentes estão interligadas aos estilos educativos parentais (Aunola, Stattin, & Nurmi, 2000) estes autores fizeram um estudo em adolescentes com 14 anos. Os resultados mostraram que adolescentes de famílias autorizadas aplicam estratégias de realização mais adaptativas, que engloba baixos níveis de expectativas de falha e autoaperfeiçoamento, enquanto que adolescentes de famílias negligentes aplicam estratégias não adaptativas, englobando altos níveis de comportamento irrelevante para a tarefa, passividade e falta de atribuições de autoaperfeiçoamento. Assim confirma-se que os estilos educativos parentais podem influenciar o desempenho académico dos adolescentes (Aunola, Stattin, & Nurmi, 2000).

Um estudo incidente em contextos familiares da Coreia do Sul, levado a cabo por Lee (2007), relacionando o uso da internet com a variação no tempo despendido com a família. Revela que a influência da internet no tempo em família e comunicação familiar difere de acordo com o tipo de atividade online levada a cabo pela criança. A análise da relação entre as técnicas de mediação parental e as atividades online da criança mostrou que o aconselhamento parental de recursos online úteis estava relacionado com a frequência das crianças em atividades online do foro pedagógico. No entanto, o estudo colmatou que as restrições parentais no tempo de acesso a recursos online não alteraram a utilização da internet por parte das crianças (Lee, 2007).

Fuster, Murillo e Garcia (2008) nos seus estudos mostraram que o estilo autoritário não é melhor do que o estilo indulgente em relação ao ajuste psicológico e que a relação entre estilo parental e ajuste psicológico adolescente não é constante entre as culturas. Na cultura espanhola, os adolescentes de famílias indulgentes obtêm o mesmo ou melhor desempenho em diferentes indicadores de ajuste psicológico do que os adolescentes de famílias autorizadas. Valores nas

relações familiares, como igualdade e tolerância, bem como a tendência a formas parentais mais permissivas e democráticas, que caracterizam boa parte das famílias espanholas contemporâneas, parecem apoiar as vantagens do estilo parental indulgente (Grace & Blacksmith; Lila, Van Acken, Musitu, & Buelga, 2006).

É ainda relevante, o estudo feito por Wilfred e Allan (2013) sobre a influência de género, religião e estilo parental nos comportamentos online de risco. Estes autores verificaram que os homens têm mais tendência do que as mulheres a envolver-se em comportamentos online mais arriscados. Em termos de religião cristãos e não-cristãos não se verificou diferenças significativas e sobre os estilos parentais não pareciam ser eficazes na redução de comportamentos online de risco (Wilfred & Allan, 2013).

Confirmando a influência dos estilos parentais no uso da internet em casa por crianças Ihmeideh e Shawareb (2014) revelaram que o estilo parental autoritativo era o mais usado pelos pais, seguido pelos estilos parentais permissivos e autoritários, sendo o estilo parental negligente o menos utilizado. Os pais afirmaram que o uso da internet pelos filhos geralmente envolvia jogar online e visitar sites. Este estudo conclui assim que, apenas o estilo parental autoritário era um preditor significativo do uso da Internet pelas crianças (Ihmeideh & Shawareb, 2014).

À luz da proliferação das tecnologias digitais populares nos anos mais recentes, Wartella (2016) tece um estudo onde explora a dinâmica entre as dificuldades, objetivos, premissas, conclusões e conjeturas da parentalidade moderna e a prevalência destas novas tecnologias na sociedade.

Começando pela revelação de que a maioria dos pais acredita que as tecnologias de informação e comunicação não facilitam os seus esforços parentais, o estudo afirma que os pais usam estas tecnologias para gerir melhor o seu quotidiano, no entanto outras atividades, livros e brinquedos são mais utilizados para entreter crianças. No entanto, apenas pouco mais de um terço dos participantes admitiu ceder um smartphone ou tablet a crianças de modo a mantê-las entretidas. Quando as circunstâncias remetem para a beneficiação ou punição de uma criança devido ao seu bom ou mau comportamento, a maioria dos pais considera usar as tecnologias para esse efeito (Wartella, 2016). Um fator importante tido em conta no estudo de Wartella (2016), foi a disparidade verificada entre famílias com rendimentos anuais maiores e menores relativamente ao acesso às tecnologias, família com rendimentos menores passam menos horas na internet contrariamente às que tem maiores rendimentos.

Tur-Porcar (2017) no seu estudo com adolescentes espanhóis revela que o estilo negligente dos pais tem uma relação mais forte com o uso da internet pelos jovens, sendo que, existem diferenças significativas entre géneros. No masculino o uso da internet está relacionado a uma combinação de diferentes estilos parentais, resultantes de inconsistências e contradições entre os pais. Verifica-se também que, a internet é bastante utilizada para realizar compras

online, por exemplo de roupas e jogos, e os adolescentes veem este meio de comunicação como uma resposta emocional às suas necessidades.

“Os pais negligentes são caracterizados pela falta de calor em relação aos filhos. Nessa situação, as crianças percebem a Internet como uma maneira fácil de receber apoio e compreensão” (Eastin et al., 2006, citado por Tur-Porcar, 2017, p.1021). É importante salientar que, o facto de os pais imporem regras sem fornecer explicações sobre o conteúdo e o uso da internet pode levar a um maior desejo de a utilizar e a criar alguma ansiedade nos adolescentes (Tur-Porcar, 2017).

Relativamente à influência dos estilos e práticas parentais em comportamentos de risco na adolescência, num estudo feita por Proença (2017), verificou-se um novo estilo de socialização parental, em que os pais apresentam práticas associadas ao estilo autoritativo e ao autoritário. Refere também que perante situações positivas os pais reagem em forma de diálogo e afeto associando, assim ao estilo de socialização autoritário, contudo perante situações negativas reagem com coerção verbal e privação, associadas também ao mesmo estilo falado anteriormente.

Patrão e Fernandes (2017) estudaram a perceção do controlo que os pais dispõem na relação entre a dependência online dos adolescentes e o funcionamento familiar. Revelando que a dependência online corresponde a um bom funcionamento familiar, podendo ser um fator preocupante a utilização das redes sociais como uma prevenção de conflitos familiares.

Vale Dias, Franco-Borges, Martinho e Piedade (2012) revelam no seu estudo que os estilos educativos parentais têm influência no comportamento anti social dos adolescentes. “Bowlby (1973) afirmou nos seus estudos que os Estilos Educativos se relacionavam com a Vinculação aos Pais, sendo, portanto, esperado que, nos adolescentes inquiridos, os fatores Amor e Autonomia da Escala de Estilos Educativos Parentais se associam positivamente a essa variável” (citado por Mendes & Vale Dias, 2018, p.141). Estes autores referem a importância da procura pelos estilos parentais mais positivos no desenvolvimento da vinculação entre pais e filhos e que quanto maior esta for, melhor será a prática de uma educação positiva baseada no amor e na autonomia (Mendes & Vale Dias, 2018).

Alguns estudos revelam que estilos parentais mais permissivos e a falta de coesão familiar relacionam-se com a presença de uma dependência *online* em jovens (Gunuc & Dogan, 2013; Gündüz & Sahin, 2011; Li, Dang, Zhang, Zhang, & Guo, 2014; Kalaitzaki & Birtchnell, 2014; citado por Patrão & Fernandes, 2019, p.137).

### 1.3. Tecnologias de Informação e Comunicação

As novas tecnologias protagonizam um papel fulcral no desenvolvimento dos sujeitos situados na faixa etária entre os 15 e os 18 anos. A sua dominância no quotidiano, como fonte de informação, comunicação e regulação emocional, faz delas um alvo de estudo no que toca à avaliação do desenvolvimento dos adolescentes. Relativamente a estas tecnologias, foram consideradas principalmente tecnologias dependentes, constituintes ou integrantes da internet.

Kurose e Ross (2000) definem a internet como sendo, na sua essência, uma rede global de computadores. Contudo, os investigadores destacam que esta é uma abordagem extremamente conservadora, estando assim longe de descrever o meio que é esta rede de dispositivos na sua totalidade.

Dentro dos serviços de comunicação facilitados pela internet, pode-se contar com o email, serviços de mensagens instantâneas, meios de serviços de mensagens curtas e, finalmente serviços de voz. Kraut et al. (2004) concluiu, a partir do seguimento de um estudo iniciado em 1998 e denominado de *HomeNet*, que as consequências do uso da internet, e tecnologias de comunicação a ela associadas, eram geralmente positivas. Contudo, verificou-se um modelo evolutivo potenciador das características sociais de cada indivíduo, no sentido em que, em indivíduos extrovertidos manifestou-se uma melhoria no envolvimento na comunidade enquadrante e autoestima, no entanto associou-se o inverso para indivíduos introvertidos.

Assim, Kim et al. (2007) define as configurações relacionais entre indivíduos, num estudo desenvolvido na Coreia do Sul, estabelecendo comparações entre os diversos meios de comunicação nos quais estas relações se verificam. O estudo desenvolvido por este autor evidencia uma forte tendência para o uso do email no seio profissional, no entanto, devido à sua assincronia, o email também se mostrou um preferido no que toca ao contacto entre familiares distantes.

Relativamente às tecnologias de mensagens instantâneas, estas parecem predominar nas relações entre jovens, esposos, irmãos, pais e ainda, de forma central, mas significativamente menos frequente, familiares e outros amigos. Por fim, o autor verificou ainda que as configurações relacionais são muito semelhantes no que toca a relações cara-a-cara e relações através de serviços de voz, envolvendo estas opções num enquadramento separado das restantes tecnologias. O autor revela que as configurações relacionais estabelecidas por meio de voz são preditoras de relações cara-a-cara.

A definição de rede social, no contexto apropriado a este estudo, pode ser adotada a partir da definição dada por Boyd e Ellison (2007), em que uma rede social é um serviço baseado na web, onde o utilizador pode criar um perfil público ou semipúblico, conectar-se com outros utilizadores e aceder a dados de visualização de conexões entre utilizadores de acordo

com o sistema e conceito de cada rede. É de notar que a principal característica que separa as redes sociais de outros serviços de comunicação via web, é que a comunicação não é o foco primário de uma rede social. Tal como o nome indica, o foco da experiência para o utilizador é a gestão e partilha de ligações entre o próprio e outros utilizadores.

Relacionando o uso problemático da internet com deficiências nos hábitos de sono de grupos Punamäki et al., (2007) avalia esta dinâmica dividindo os resultados pelo tipo de acesso à internet, sendo ele executado através de plataformas móveis ou plataformas fixas, e normalizando-os pelo género dos participantes. Verificou-se que os participantes do género masculinos exibiam uma tendência clara para os acessos através de plataformas fixas bem como para o acesso a jogos online, email e navegar na internet. Já os participantes do género feminino exibiram uma preferência pelo acesso através de plataformas móveis, bem como também foi averiguado que estes tinham uma taxa mais elevada de propriedade destas plataformas móveis de comunicação, versus os indivíduos do género masculino que acediam através de uma plataforma partilhada do seio familiar (Punamäki et al., 2007).

Kim (2009) avalia a solidão como causa-efeito do uso patológico da internet relacionando o uso da internet com o bem-estar psicológico dos indivíduos contemplados no estudo. O autor conclui que se verifica um ciclo vicioso no que toca a esta dinâmica, pois um indivíduo que sofra de solidão demonstra mais facilmente preferência pela interação online como forma de compensar certas deficiências na sua competência de interação social, por conseguinte o uso problemático da internet, podendo retornar agravantes negativas na vida do agente (por exemplo, através da negligência de outras áreas de importância na vida do indivíduo), pode completar o ciclo onde o efeito é também a causa do problema. Assim, é plausível constatar que diversos estudos incidem sobre a dinâmica estabelecida entre a saúde mental e o uso, muitas vezes compulsivo, da internet.

Correa (2009) expõe a interseção entre as personalidades de utilizadores e o acesso às redes sociais. A autora refere que noutros estudos que apontam para uma tendência no acesso às redes sociais por parte de indivíduos mais abertos a novas experiências e indivíduos com elevados graus de Neuroticismo, os resultados podem não ser aplicáveis ao grosso da população por falta de relacionamento com potenciais agentes influenciadores como idade, género ou outras variáveis sociodemográficas. O estudo explora a dinâmica referida, tendo em conta a idade e o género da amostra, de modo a conseguir resultados mais sólidos, retornando que, para os indivíduos do género masculino, a extroversão relaciona-se de forma positiva com o uso de redes sociais, e o inverso verifica-se para a estabilidade emocional. Já nos indivíduos do género feminino, a mesma relação positiva foi verificada no que toca à extroversão e à abertura à experiência, contudo a estabilidade emocional não se relacionou com o uso das redes sociais.

A televisão constitui a tecnologia mais antiga, de entre as referidas neste estudo, a ser introduzida no tecido social humano. Esta tecnologia, que dominava os media na década de 90,

compete agora com as restantes plataformas de distribuição de informação por via digital (OPP, 2013). Assim, apesar de não ser uma tecnologia propriamente nova, mas por ser ainda parte integrante do quotidiano da generalidade da população, foi determinado que esta tecnologia fosse um dos fatores a considerar no desenvolvimento deste estudo.

Young (1998), evidencia num estudo, efetuado com recurso à administração online do inventário para da depressão de Beck, a relação direta entre índices depressivos, em alguns casos severos, e o uso patológico da internet. Weinstein e Lejoyeux (2010) mais tarde revelam que o uso patológico da internet, desenvolve-se nos pacientes como uma estratégia inadequada para enfrentar o stress, verificaram uma correlação genética, nos adolescentes que demonstraram uso patológico da internet, em polimorfismos do gene do transportador de serotonina e no que corresponde à busca de novas experiências e auto preservação de acordo com o questionário tridimensional de personalidades de Cloninger. Verificou-se que o uso da internet tinha uma frequência mais elevada em pacientes com traços de personalidade semelhantes a pacientes com depressão (Weinstein & Lejoyeux, 2010).

Num estudo mais recente, Ciarrochi (2016) avalia de forma separada e mais atual, vários componentes do uso de serviços online e a sua relação com o uso desregulado dos mesmos. Assim, Ciarrochi (2016) conclui que os indivíduos do género masculino demonstram maior probabilidade para aceder a jogos e sites de conteúdo para adultos, enquanto que indivíduos do género feminino mais provavelmente optam por usar o Twitter e o Facebook. Ao longo dos vários graus de dependência analisados pelo autor de forma separada, o uso compulsivo da internet nunca esteve associado à busca de informação.

Por fim, é rematado no estudo que não foram encontrados efeitos de saúde mental que constituíssem causas do uso patológico da internet e o autor revela que estes resultados são incoerentes com os averiguados noutros estudos e serão necessários mais estudos, com maior abrangência de variáveis pertinentes, para precisar se o uso compulsivo da internet precede um decréscimo na saúde mental, ou vice-versa (Ciarrochi, 2016).

Terras e Ramsay (2016) fizeram uma revisão sobre as influências no uso de smartphones por parte das crianças de modo a estender o conhecimento sobre os desafios que os pais podem enfrentar e a forma como podem gerir as interações das suas crianças com a tecnologia. Ao longo do estudo, dois fatores de maior importância são revelados: o acesso à tecnologia por parte das crianças está intimamente relacionado com acesso à mesma por parte dos pais, e apesar de estes regularmente verbalizarem as suas preocupações no que remete para o uso problemático das tecnologias por parte das crianças, seja em termos de natureza ou extensão deste, os próprios pais, recorrentemente, incorrem em más práticas em interações com este tipo de tecnologia. Assim, define-se como possível método de correção a sensibilização dos pais relativamente às suas metodologias parentais relativamente ao uso das tecnologias (Terras, 2016).

Del Duca e Lima (2019) verificaram em adolescentes brasileiros que é através da internet que os jovens procuram respostas para as suas questões, o que os leva a acreditar que não precisam de outros meios de informação para as obter. É também através da internet que as respostas são imediatas e assim, não necessitam de esperar que alguns pensamentos se tornem realidade, a internet transforma-se num fator estimulante na vida de um adolescente (Del Duca & Lima, 2019).

O “novo papel da escola deve ser ensinar os alunos como buscar, classificar, e interpretar a informação: quando, como e em que condições utilizar o conhecimento e como produzir o conhecimento” (Filmus, 2004). É fundamental o equilíbrio desta utilização no meio escolar, sendo atualmente uma ferramenta fundamental de aprendizagem. Mostra-se a necessidade de equipas multidisciplinares promoverem debates e reflexões sobre o uso excessivo da internet, referindo o impacto negativo a curto e a longo prazo na vida dos jovens (Barros, 2019).

Moura (2020) investigou a influência das redes sociais nos relacionamentos conjugais, com casais entre os 20 e 40 anos, com pelo menos mais de três anos de relacionamento, constatando que as redes sociais demonstram uma forma de comunicação e um fator que desafia e valoriza a relação entre os casais. Sendo o Facebook a rede social mais utilizada, o Whatsapp é o que tem mais utilização na procura de trabalho ou negócios.

## **I.4. Saúde Mental**

A Organização Mundial da Saúde (OMS 2005, p. 2) definiu a saúde mental como “um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas próprias habilidades, em que pode lidar com o stress normal da vida, pode trabalhar produtivamente e frutuamente, e é capaz de contribuir com sua comunidade” (Westerhof & Keyes, 2008).

Nas décadas de 80 houve uma revisão no conceito de bem-estar na tradição hedônica (Ryff 1989; Waterman 1993, citado por Keyes 2005), surgindo o bem-estar eudaimônico. O conceito de eudaimonia remonta a Aristóteles, para quem não a felicidade, mas a realização dos próprios potenciais era o elemento essencial de uma vida boa (Waterman 1993, citado por Keyes, 2005). Com a criação do Instituto Nacional de Saúde Mental, o campo da psicopatologia foi melhorado empiricamente relativamente à literatura teórica da psicologia clínica e da personalidade que informou concepções de saúde mental positiva (Jahoda, 1958; Smith, 1959,

citado por Keyes, 2005). A saúde positiva pode ser operacionalizada por uma combinação de excelente forma em medidas biológicas, subjetivas e funcionais.

Os efeitos do uso da internet na saúde mental de cada indivíduo dependem do propósito desse uso, assim Weiser (2001) definiu duas funções através das quais a internet influencia o contexto psicológico e social do indivíduo de acordo com objetivo do mesmo aquando do acesso à internet, a regulação sócio afetiva e a aquisição de bens e informação. Num dos seus estudos Weiser (2001) concluiu que quando o incentivo se enquadra no contexto de regulação sócio afetiva, o uso da internet impacta de forma negativa a saúde mental do indivíduo, começando por reduzir a sua integração social. No entanto, nas circunstâncias em que o acesso à internet é motivado pela aquisição de bens ou informação o uso da internet desenvolve um papel positivo na saúde mental do indivíduo, promovendo a sua integração social.

Keyes e Westerhof (2010) abordam a saúde mental com três principais componentes: o bem-estar emocional incluindo os sentimentos de felicidade e a satisfação com a vida, o bem-estar psicológico que é o funcionamento efetivo de um indivíduo e a sua autorrealização e o bem-estar social que é o funcionamento efetivo de uma comunidade. É necessária uma combinação de bem-estar emocional, psicológico e social para ser considerado mentalmente saudável (Keyes, 2002). Ryff após examinar algumas teorias psicológicas juntou seis elementos que compõem o que ela chama de bem-estar psicológico (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995):

1. Autoaceitação: uma atitude positiva e aceitadora em relação a aspetos do “eu” no passado e no presente;
2. Propósito na vida: objetivos e crenças que afirmam um sentido de direção e significado na vida;
3. Autonomia: auto direção, guiada pelos próprios padrões internos;
4. Relações positivas com os outros: ter relações pessoais satisfatórias nas quais se expressam empatia e intimidade;
5. Domínio ambiental: a capacidade de gerenciar o ambiente complexo de acordo com as próprias necessidades;
6. Crescimento pessoal: a percepção do próprio potencial de autodesenvolvimento.

Keyes (2005) estudou a relação entre a saúde mental e a doença mental usando dados do estudo Midlife Development nos Estados Unidos (MIDUS), referindo que, a saúde mental é melhor vista como um estado completo, isto é, não apenas a ausência de doença mental, mas também a presença de ou bem-estar. Essa pesquisa forneceu um modelo que foi replicado em adolescentes entre os 12 e os 18 anos dos EUA (Keyes, 2006), em adultos holandeses (Westerhof & Keyes, 2008) e em adultos sul-africanos (Keyes et al., 2008).

Nos seus estudos Keyes, mostrou que adultos e adolescentes diagnosticados com saúde mental completa têm um melhor funcionamento em termos de doença física, utilização de serviços de saúde, produtividade no trabalho e funcionamento psicossocial. Curiosamente refere

que os indivíduos com ausência de bem-estar funcionam tão mal ou pior na maioria dos resultados quanto aqueles que apresentam uma doença mental (Westerhof & Keyes, 2008). Este estudo conclui que a ausência de doença mental é insuficiente como critério no estudo da saúde mental.

Nos estudos de Seligman (2008) a saúde positiva prediz um aumento da longevidade (correção da qualidade de vida), redução dos custos de saúde, melhora a saúde mental no envelhecimento e tem um melhor prognóstico quando a doença ocorre. No estudo de Keyes (2006), com adolescentes entre os 12 e os 18 anos os sintomas depressivos diminuem com o aumento da saúde mental, a prevalência de problemas de conduta também desce e as medidas do funcionamento psicossocial aumentam conforme a mentalidade.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP, 2013), refere algumas preocupações e problemas que afetem a saúde mental dos adolescentes, que ainda atualmente se verificam, como por exemplo a desestruturação familiar e desistência da escola. Perante isso propuseram algumas estratégias de promoção de saúde mental, que pretende ter um impacto positivo no bem-estar dos adolescentes: o reforço das capacidades e competências individuais; o reforço das capacidades e competências das comunidades e a redução das barreiras sociais à saúde mental.

Com vista à prevenção e promoção da saúde mental procura-se ainda um aumento das atitudes positivas relativamente às crianças e maior conhecimento sobre os seus comportamentos, ambiente mais estimulante para as crianças, desenvolvimento físico e psicossocial mais saudável, mais satisfação com a vida e sentimentos de bem-estar, maior ajustamento psicossocial, redução dos problemas de aprendizagem e do comportamento, melhoria dos relacionamentos interpessoais e das capacidades sociais adaptativas, diminuição do consumo de tabaco/álcool/comportamentos de risco (OPP, 2013).

A internet pode ser considerada uma estratégia de regulação de humor, porque os indivíduos poderão sentir-se mais aceites em alguns grupos (Patrão et al., 2015). Para os indivíduos com mais dificuldades de expressão de pensamentos, ideias e opiniões utilizam a internet como uma forma de aceitação e aprovação na sociedade pelos outros, procurando elevar a própria autoestima. No estudo realizado com adolescentes por Machado (2015) verificou-se a existência de uma associação negativa entre o bem-estar e o uso da internet, afirmando que quanto mais elevados são os níveis do uso da internet, menores é o bem-estar psicológico. Sendo que, neste estudo foi tido em conta questionários não validados para a população portuguesa (Machado, 2015).

Mateus (2016) verificou a influência do estilo educativo parental na saúde mental do adulto, citando autores (Gerlsma, Snijders, Duijn, & Emmelkamp, 1997), dizendo que na população em geral os pacientes com problemas de saúde mental, frequentemente referem-se como menos afetuosos e podem ser mais protetores. Neste estudo a autora verificou a relação positiva entre o estilo parental autoritário e a sintomatologia ansiosa; a disfunção social; a

depressão grave e a sintomatologia geral e a associação positiva entre o estilo permissivo e a ansiedade e insónia e a disfunção social (Mateus, 2016).

O mau funcionamento no meio familiar tem sido associado à depressão, ansiedade e estratégias parentais desadequadas (Mateus, 2016). Alguns autores verificaram que a saúde mental tem um efeito sobre o afeto parental, os pais com sintomatologia depressiva tendem a ser mais insensíveis e excessivamente hostis (Wade, Llewellyn, & Matthews, 2015, citado por Mateus, 2016). Assim contrariamente a este estudo, pretendemos perceber qual a relação dos Estilos Educativos Parentais na Saúde mental dos Adolescentes.

Entre a influência direta ou indireta das práticas educativas parentais com os comportamentos socialmente competentes problemas de comportamento e comportamentos relacionados à saúde na adolescência, os seguintes autores testaram qual das influências é mais dominante. Guisantes De Salvo e Ferreira de Matos (2017), demonstraram no seu estudo que as práticas parentais são preditoras de competência social, internalização, externalização e problemas de comportamento, além de comportamentos de risco e proteção à saúde, e ainda que a influência parental na fase inicial da adolescência ocorre de forma direta, sendo as práticas parentais determinantes de comportamento de saúde de risco (Guisantes De Salvo & Ferreira de Matos, 2017).

Avaliando a saúde mental dos adolescentes portugueses (Gaspar et al., 2019), verificaram diferenças entre o género masculino e feminino no que respeita a perceção sobre a qualidade de vida e a saúde mental positiva. Na fase da adolescência os rapazes têm maior tendência de usar substâncias ou ter comportamentos agressivos e as raparigas tem maior risco em contrair sintomas como a ansiedade e a depressão (Chaplin, Gillham, & Seligman, 2009). As raparigas têm resultados menos positivos relativamente aos rapazes sobre a perceção da qualidade de vida e os adolescentes mais novos têm uma maior perceção da qualidade de vida do que os mais velhos (Gaspar et al., 2019).

Souza e Cunha (2019) realizaram uma revisão de literatura em adolescentes brasileiros e evidenciaram a influência da dependência tecnológica na saúde mental. Neste estudo apontam que passam mais horas online adolescentes envolvidos com o cyberbullying, desta forma é possível detetar problemas emocionais (agressividade) e sociais, baixo rendimento académico, sintomas depressivos e mudanças de comportamento. Ainda (Souza & Cunha, 2019) verificaram que, mentiam sobre o tempo que passam online e demonstram uma certa ansiedade de se conectarem à internet e ao telemóvel. Perante isto, os adolescentes quebram os laços de amizade e contacto físico com outros jovens e ficam mais sensíveis à opinião dos outros (Souza & Cunha, 2019).

## II. Objetivos

---

Este trabalho pretende dar um contributo para a investigação em torno das relações entre os estilos educativos parentais (Amor e Autonomia), o uso das tecnologias de informação e a saúde mental em adolescentes. Especificamente, pretende-se explorar se existem relações de associação entre o Amor e a Autonomia, determinados padrões de uso da internet e a saúde mental. Será ainda, analisada a influência de algumas características sociobiográficas em cada um destes construtos.

H1 - Existem relações de associação significativa entre o Amor e a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook;

H2 - As relações de associação significativa entre o Amor e a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino;

H3 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Facebook;

H4 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Smartphone;

H5 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e os Sintomas psicopatológicos;

H6 - Existem relações de associação positiva e significativa entre a frequência de utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos, nomeadamente entre os sintomas depressivos e de ansiedade;

H7 - As relações de associação entre a frequência de utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino;

H8 - Existem relações de associação negativa e significativa entre o Amor e a Autonomia e os Sintomas psicopatológicos;

H9 - Existem relações de associação positiva e significativa entre o Amor e a Autonomia e a Saúde mental;

H10 - As relações de associação significativas entre o Amor e a Autonomia e a Saúde mental não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino;

H11 - Existem relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e a frequência de utilização do Facebook;

H12 - Existem relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e o Amor e a Autonomia;

H13 - Existem relações de associação significativa entre a frequência de utilização do Facebook pelos adolescentes em função da idade;

H14 - A Autonomia é preditor da frequência de utilização do Facebook;

H15 - A frequência de utilização do Facebook é preditor de sintomas depressivos.

### III. Metodologia

---

#### 3.1. Caracterização da Amostra

Este estudo contou com 222 participantes dos quais apenas 209 se consideraram válidos para constituir a amostra. A população tem idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos e a média das idades é de 16,90 anos (DP=1,098), (cf. Tabela 1).

**Tabela 1.** Descrição da amostra de adolescentes em função da idade

	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-Padrão</b>
Idade	209	15	18	16,90	1,098

Relativamente às variáveis sociodemográficas da amostra, verifica-se que a maioria dos sujeitos são do género feminino, 135 (64,6%) e os restantes 74 (35,4) do género masculino (cf. Tabela 2).

**Tabela 2.** Descrição da amostra de adolescentes em função do género

	<b>N</b>	<b>%</b>
Feminino	135	64,6
Masculino	74	35,4
Total	209	100

A Nível Socioeconómico é possível verificar que os níveis Socioeconómicos médio e baixo são os que aparecem com maior frequência, sendo que, o médio com 45% e o baixo com 43,1% (cf. Tabela 3). Em relação ao Agregado Familiar dos sujeitos, o mais frequente é o apenas com a mãe (49,6%), seguindo-se com os pais e irmãos (48,6%) (cf. Tabela 3).

**Tabela 3.** Descrição da amostra de adolescentes em função do Nível Socioeconómico e do Agregado Familiar

	N	%
<b>Nível Socioeconómico</b>		
Baixo	90	43,1
Médio	94	45
Elevado	25	12
Total	209	100
<b>Agregado Familiar</b>		
Pais	45	21,6
Mãe	20	49,6
Pai	6	2,9
Pais e irmãos	101	48,6
Outro	36	17,3
Total	208	100
Ausente	1	
Total	209	

No que respeita ao relacionamento amoroso, o fator A namorar pressupõe estar numa relação amorosa e o fator Solteiro(a) implica não ter uma relação amorosa. Verifica-se que a maioria dos sujeitos desta amostra encontra-se a namorar (70,8%) (cf. Tabela 4).

**Tabela 4.** Descrição da amostra de adolescentes em função do relacionamento amoroso

	N	%
A namorar	148	70,8
Solteiro(a)	61	29,2
Total	209	100

## 3.2. Instrumentos

### **Questionário Sociodemográfico**

De forma a recolher dados para caracterizar a amostra em estudo, foi construído um questionário sociodemográfico (cf. Anexo A), composto por 13 questões referentes às características dos sujeitos, nomeadamente, o sexo, a idade, a nacionalidade, o estado civil, o agregado familiar e o local de residência. Por forma a estimar o nível socioeconómico colocou-se as questões de profissão do sujeito, profissão dos pais, habilitações literárias do sujeito e habilitações literárias dos pais (Simões, 2000).

A categorização das profissões foi feita em nove grupos, tendo como referência a Classificação Portuguesa das Profissões (2010) do Instituto Nacional de Estatística de Lisboa e para as variáveis socioeconómicas foi tido em conta o estudo de Simões (2000).

### **EEEP – Estilos Educativos Parentais (Barros de Oliveira, 1994)**

A Escala de Estilos Educativos Parentais foi criada em 1994 por Barros de Oliveira. Esta permite avaliar um padrão de comportamentos e atitudes presentes na dinâmica pais-filhos através da percepção que os intervenientes têm dos mesmos.

A avaliação baseia-se num conjunto de 22 itens, numa versão reduzida, com respostas numa escala Likert de 5 pontos (1 = “totalmente em desacordo” e 5 = “totalmente de acordo”).

A escala apresenta duas variantes, uma para filhos e outra para pais. No sentido de operacionalizar os objetivos deste estudo foi utilizada a escala para filhos, a qual é dividida em dois fatores, segundo o modelo de Schaefer: autonomia e amor.

O fator um (autonomia) corresponde aos itens 1, 2, 3, 4, 6, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 21, e o segundo fator (amor) corresponde aos itens 5, 7, 8, 9, 13, 17, 19, 22. Tendo o primeiro fator, a autonomia, um valor máximo de 70, e o segundo fator, o amor, um valor máximo de 40. De acordo com o autor, uma pontuação alta nos dois fatores indica a presença do estilo autoritativo; uma pontuação alta em amor e baixa em autonomia representa o estilo permissivo; uma pontuação baixa em ambos os fatores é indicadora do estilo autoritário; e, finalmente, uma pontuação baixa em amor e alta em autonomia traduz um estilo negligente.

Nesta investigação a Escala de Estilos Educativos Parentais, versão para filhos, revela uma boa consistência interna nos dois fatores, amor ( $\alpha=.92$ ) e autonomia ( $\alpha=.90$ ), assim como nos estudos originais, em que o fator amor ( $\alpha=.90$ ) e o fator autonomia ( $\alpha=.87$ ) (cf. Anexo B, Tabela B1).

**MTUAS-PY – The Media and Technology Usage and Attitudes Scale for Portuguese Youth (Costa et al., 2016; adaptado de Rosen, Whaling, Carrier, Cheever, & Rökkum, 2013)**

Da escala original para adultos, Escala de Atitude e Uso de Media e Tecnologia (Rosen, Whaling, Carrier, & Rökkum, 2013), foi traduzida e adaptada a escala MTUAS-PY (Costa et al., 2016), para adolescentes portugueses, aplicada entre os 12 e 18 anos de idade. Este instrumento de autorrelato, teve o intuito de avaliar a ansiedade e dependência das Tecnologias de Informação e Comunicação, assim como a frequência de utilização e as atitudes relacionadas com o uso das novas tecnologias. Estes autores concluíram que, participantes que tenham uma alta ansiedade/dependência apresentam médias mais altas em vários indicadores de uso de TIC (Costa et al., 2016).

Os primeiros 40 itens, são cotados numa escala Likert de 10 pontos (1 = "Nunca" a 10 = "Constantemente") e os itens 41 a 44 são classificados numa escala Likert de 9 pontos (1 = "0" a 9 = "751 ou mais"). Estes itens estão divididos em dez fatores: F1 - utilização do Facebook (item 32 a 42); F2 - utilização de E-mail (item 1,2,3,4,9); F3 - pesquisa na Internet e partilha de multimédia (item 22 a 26); F4 - uso do Smartphone (item 5,7,11,12,16); F5 - gravação de vídeo e captura de imagem (item 13,15); F6 - Videojogos (item 29 a 31); F7 - pesquisa de Informação (item 10,14,17); F8 - ver Televisão (item 19,20); F9 - pesquisa de Multimédia (item 27,28); F10 - amizades online (item 43,44). Ainda, os itens de 45 a 56 são cotados numa escala Likert de 5 pontos (5 = "Concordo fortemente" a 1 = "Discordo fortemente"), estando divididos em quatro fatores: F1 - Ansiedade e Depressão (item 48 a 53); F2 - Preferência por mudar de tarefas (item 57 a 60); F3 - Atitude positiva (item 45 a 47); F4 - Atitude negativa (item 54 a 56).

Segundo Hill e Hill (2009) quando o valor de Alpha é inferior a .60 este não é considerado aceitável, assim, comparando com os estudos para a população portuguesa, nas subescalas de atitudes que variam entre ( $\alpha=.68$ ) e ( $\alpha=.84$ ) nesta investigação o fator *Preferência em mudar de tarefas* ( $\alpha=.39$ ) não será considerado. Não será tido em conta também o fator *Televisão* ( $\alpha=.44$ ) das subescalas de uso, sendo que, nos estudos originais os valores variam entre ( $\alpha=.54$ ) e ( $\alpha=.95$ ) (cf. Anexo B, Tabela B2).

**BSI – Inventário de sintomas psicopatológicos (Canavarro, 1999; adaptado de Derogatis, 1982)**

O Inventário de Sintomas Psicopatológicos de Canavarro (1999) é uma adaptação portuguesa do Brief Symptom Inventory de L. Derogatis (1982). Este inventário avalia sintomas psicopatológicos, como o mal-estar sintomático ao longo de um contínuo progressivo a partir do

mal-estar psicológico, de baixa significância clínica, para o mal-estar mórbido, característico de um enquadramento onde se verifiquem perturbações psiquiátricas.

O inventário está composto por 53 itens, numa escala de resposta tipo Likert de 4 pontos (0 = "Nunca" a 4 = "Muitíssimas vezes"). No que concerne à sua cotação pode ser dividido em nove dimensões de sintomatologia e três Índices Globais, sendo estes últimos, avaliações sumárias de perturbação emocional. Dimensão 1- Somatização (item 2, 7, 23, 29, 30, 33 e 37); Dimensão 2 - Obsessões-Compulsões: (item 5, 15, 26, 27, 32 e 36); Dimensão 3 - Sensibilidade interpessoal: (item 20, 21, 22 e 42); Dimensão 4 - Depressão: (item 9, 16, 17, 18, 35 e 50); Dimensão 5 - Ansiedade:(item 1, 12, 19, 38, 45 e 49); Dimensão 6 - Hostilidade: (item 6, 13, 40, 41 e 46); Dimensão 7 - Ansiedade Fóbica: (item 8, 28, 31, 43 e 47); Dimensão 8 - Ideação Paranóide: (item 4, 10, 24, 48 e 51); Dimensão 9 - Psicoticismo: (item 3, 14, 34, 44 e 53). Os itens 11, 25, 39 e 52 não pertencem a nenhuma das dimensões, são apenas considerados nos três Índices Globais: Índice Geral de Sintomas (IGS) - Somas das pontuações de todos os itens/nº total de itens: Total de Sintomas Positivos (TSP) - nº de itens assinalados com resposta positiva (>0); Índice de Sintomas Positivos (ISP) - divisão do somatório de todos os itens pelo TSP.

O BSI apresenta uma ótima consistência interna ( $\alpha=.97$ ), assim como, as nove dimensões com os seguintes valores: Somatização ( $\alpha=.84$ ); Obsessões-Compulsões ( $\alpha=.81$ ); Sensibilidade Intemporal ( $\alpha=.84$ ); Depressão ( $\alpha=.90$ ); Ansiedade ( $\alpha=.83$ ); Hostilidade ( $\alpha=.83$ ); Ansiedade Fóbica ( $\alpha=.77$ ); Ideação Paranóide ( $\alpha=.78$ ) e Psicoticismo ( $\alpha=.79$ ), apresentam uma boa consistência interna, comparando com os estudos originais de Canavarro (1999), em que os valores dos fatores variam entre ( $\alpha=.62$ ) e ( $\alpha=.80$ ) (cf. Anexo B, Tabela B3).

### **MHC – SF - O Mental Health Continuum– Short Form (Matos et al., 2010; adaptado de Keyes, 2009)**

O *Mental Health Continuum– Short Form* foi inicialmente concebido por Keyes (2009) para aceder de forma coesa ao bem-estar geral de adolescentes através da perceção que o indivíduo tem de três dimensões de bem-estar (psicológico, social e emocional).

Matos, A. P. et al. (2010) conduziram um estudo com adolescentes Portugueses, concluindo que a escala apresenta boas propriedades psicométricas, estrutura fatorial e consistência interna sólidas que lhe conferem a qualidade apropriada à sua implementação na avaliação do bem-estar psicológico dos jovens portugueses. Ainda, devido à escala se basear numa avaliação de três dimensões do bem-estar do adolescente de forma separada, os dados adquiridos podem ser usados para a indicação de necessidade de despiste, prevenção e tratamento da doença mental.

O instrumento é constituído por 14 itens no total, divididos por três dimensões: bem-estar emocional (item 1 a 3); bem-estar social (item 4 a 8) e bem-estar psicológico (item 9 a 14). As respostas a cada item são dadas de acordo com uma escala de Likert de 5 pontos em que, 0 - “Nunca” e 5 - “Todos os dias”.

Relativamente à consistência interna do MHC-SF ( $\alpha=.87$ ) é consideravelmente boa, assim como os fatores de bem-estar social ( $\alpha=.84$ ) e bem-estar psicológico ( $\alpha=.88$ ), contudo o fator bem-estar emocional, segundo Hill e Hill (2009) tem uma consistência interna muito baixa ( $\alpha=.45$ ) pelo que não será considerado por não se aproximar dos valores Alpha dos estudos originais, que variam entre ( $\alpha=.78$ ) e ( $\alpha=.84$ ) (cf. Anexo B, Tabela B4).

### 3.3. Procedimentos

De encontro aos objetivos acima referidos foi realizada a recolha de dados entre fevereiro e junho de 2019. Em primeiro lugar, foi estabelecido o contato com as escolas, o pedido de colaboração foi entregue por escrito e assinado, enviado por e-mail aos diretores das escolas, dando a conhecer o método de recolha de informação e o tempo previsto para o preenchimento do protocolo, as normas éticas desta investigação e a sua confidencialidade e anonimato das respostas. Após a autorização da parte das escolas, procedeu-se à entrega dos consentimentos informados aos encarregados de educação dos alunos com idades inferior a 18 anos, bem como consentimentos informados aos alunos com 18 anos (cf. Anexo C). Em março de 2019, após a recolha das autorizações, iniciou-se a distribuição dos protocolos de investigação pelas escolas, de forma presencial. De forma a que os participantes dispusessem de uma compreensão dos procedimentos do preenchimento do protocolo, clarificaram-se ainda as respetivas instruções. A conclusão da recolha deu-se no final do mês de junho de 2019.

Para a análise estatística dos dados recolhidos foi utilizado o programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versão 23 para Mac OS. As análises descritivas da amostra acima apresentadas, respeitam a estatística descritiva, nomeadamente, frequências absolutas, médias e desvio-padrão). Sendo relevante para a investigação foram analisadas cada uma das escalas utilizadas, ao nível da sua fiabilidade através do cálculo de Alpha de Cronbach.

A normalidade foi verificada através do teste Kolmogorov-Smirnov, em que valores  $\text{Sig} > \alpha = .05$  indicam a normalidade da distribuição e valores  $\text{Sig} \leq \alpha = .05$  sugerem a violação do pressuposto da normalidade. Verificou-se que não existem valores  $\text{Sig} \leq \alpha = .05$ , pelo que se considera a normalidade da distribuição desta amostra.

Para verificar a existência de relações de associação significativas entre variáveis

recorreu-se ao Coeficiente de Correlação de *Pearson*, sendo que, este foi também utilizado no sentido de testar associações nos diferentes grupos de género. As diferenças entre grupos foram exploradas com o Teste-T para amostras independentes e para testar os valores preditores foi utilizado regressões lineares simples.

## IV. Resultados

*H1 - Existem relações de associação significativa entre o Amor e a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook;*

Para explorar as relações de associação entre o Amor e a frequência de utilização do Facebook (H1), foi utilizado o Coeficiente de Correlação de *Pearson*. É possível verificar que não existe uma associação significativa ( $r = .054$ ,  $p \leq .05$ ). No entanto, entre a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook (H1) confirma-se a existência de associação estatisticamente significativa, ainda que relativamente muito fraca ( $r = .157$ ,  $p \leq .05$ ) (cf. Tabela 5).

**Tabela 5.** Correlação de *Pearson*

Variáveis	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. Autonomia	-	.848**	.157*	.096	.366**	-.383**	-.328**	-.260**
2. Amor		-	.054	.065	.342**	-.261**	-.324**	-.175*
3. Facebook			-	.319**	-.001	.230**	.262**	.257**
4. Smartphone				-	.147*	.161*	.154*	.136
5. Bem-estar					-	-.492**	-.555**	-.342**
6. Sintomas Psicopatológicos						-	.887**	.875**
7. Depressão							-	.722**
8. Ansiedade								-

\* $p \leq .05$  \*\* $p \leq .01$

*H2 - As relações de associação significativa entre o Amor e a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino.*

No que diz respeito ao género, foi realizada separadamente para raparigas e para rapazes, Correlações de *Pearson* para verificar a segunda hipótese (H2) (cf. Tabela 9). Os valores de associação entre os fatores de Autonomia e Amor e a frequência de utilização do Facebook são estatisticamente significativos nos rapazes ( $r = .404$ ,  $p \leq .01$ ); ( $r = .309$ ,  $p \leq .05$ ) e nas raparigas não se verificam valores de significância ( $r = .007$ ,  $p \leq .05$ ); ( $r = .096$ ,  $p \leq .05$ ).

Concluimos que as relações de associação significativa entre o Amor e a Autonomia e a frequência de utilização do Facebook variam entre rapazes e raparigas.

*H3 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência da utilização do Facebook.*

Relativamente ao Relacionamento amoroso e a relação com a frequência de utilização do Facebook, sendo que é dividido em dois grupos (1- A namorar; 2- Solteiro (a)), foi realizado um Teste -T para amostras independentes com a variável dependente Facebook. Resultando para os sujeitos que estão A namorar (M = 51.16, DP = 17.17) e Solteiro (a) [M = 52.74, DP = 20.75;  $t(82.94) = -.489$ ,  $p = .60$ ] (cf. Tabela 6). Para esta hipótese (H3) não se verifica associações estatisticamente significativa, pois não existem diferenças significativas entre grupos.

**Tabela 6.** Teste-T para amostras independentes, para o Relacionamento amoroso e a utilização do Facebook

	<b>A namorar</b>	<b>Solteiro (a)</b>			
	<b>(n = 128)</b>	<b>(n = 53)</b>	<b>t</b>	<b>df</b>	<b>Sig.(2-tailed)</b>
	<b>M (DP)</b>	<b>M (DP)</b>			
Facebook	51.16 (17.17)	52.74 (20.75)	-.489	82.94	.60

$p \leq .05$ ;  $p \leq .01$

*H4 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Smartphone.*

Para esta hipótese (H4), entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Smartphone, para os sujeitos que estão A namorar (M = 38.65, DP = 7.84) e Solteiro (a) [M = 41.82, DP = 6.59;  $t(206) = -2.773$ ,  $p = .006$ ] (cf. Tabela 7), verifica-se uma associação estatisticamente significativa, sendo que, existe uma diferença significativa entre grupos.

Foram utilizadas as diretrizes propostas por Cohen (1988), para interpretar o valor de eta ao quadrado. A magnitude das diferenças nas médias é pequena (eta ao quadrado = .036). Verifica-se que 36% da utilização do Smartphone é explicada pelo Relacionamento amoroso.

**Tabela 7.** Teste-T para amostras independentes, para o Relacionamento amoroso e a utilização do Smartphone

	<b>A namorar</b>	<b>Solteiro (a)</b>			
	<b>(n = 147)</b>	<b>(n = 61)</b>	<b>t</b>	<b>df</b>	<b>Sig.(2-tailed)</b>
	<b>M (DP)</b>	<b>M (DP)</b>			
Smartphone	38.65 (7.84)	41.82 (6.59)	-2.773	206	.006

p ≤ .05; p ≤ .01

*H5 - Existem relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e os Sintomas psicopatológicos.*

A relação do Relacionamento amoroso e os sintomas psicopatológicos, para os sujeitos que estão A namorar (M = 51.20, DP = 35.18) e Solteiro (a) [M = 69.35, DP = 42.21; t (87.37) = -2.844, p = .006] (cf. Tabela 8). Para esta hipótese (H5) também se verifica uma associação estatisticamente significativa, pois também apresenta uma diferença significativa entre grupos. A magnitude das diferenças nas médias é relativamente pequena ( $\eta^2$  ao quadrado = .040). Verifica-se que 40% dos sintomas psicopatológicos é explicado pelo Relacionamento amoroso.

**Tabela 8.** Teste-T para amostras independentes, para o Relacionamento amoroso e os Sintomas psicopatológicos

	<b>A namorar</b>	<b>Solteiro (a)</b>			
	<b>(n = 139)</b>	<b>(n = 56)</b>	<b>t</b>	<b>df</b>	<b>Sig.(2-tailed)</b>
	<b>M (DP)</b>	<b>M (DP)</b>			
Sintomas Psicopatológicos	51.20 (35.18)	69.35 (42.21)	-2.844	87.37	.006

p ≤ .05; p ≤ .01

*H6 - Existem relações de associação positiva e significativa entre a frequência de utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos, nomeadamente entre os sintomas depressivos e de ansiedade;*

Sendo os Sintomas psicopatológicos um ponto de interesse para este estudo, na hipótese 6 (H6) foi utilizado o Coeficiente de Correlação de *Pearson* para testar correlações entre as variáveis (cf. Tabela 5), verificou-se que entre a frequência de utilização do Facebook e os

sintomas depressivos e de ansiedade não se verifica uma associação positiva e significativa, sendo que depressão ( $r = -.262, p \leq .01$ ) e ansiedade ( $r = -.257, p \leq .01$ ).

*H7 - As relações de associação entre a frequência de utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino.*

No que diz respeito ao género, realizada separadamente para raparigas e para rapazes, correlações de *Pearson* para verificar a hipótese 7 (cf. Tabela 9), na associação da utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos nos rapazes ( $r = .313, p \leq .05$ ) verificou-se uma associação estatisticamente significativa e nas raparigas ( $r = .178, p \leq .05$ ), não se verificou esta hipótese.

*H8 - Existem relações de associação negativa e significativa entre o Amor e a Autonomia e os Sintomas psicopatológicos;*

Para esta hipótese foi possível verificar que entre o Amor e os Sintomas psicopatológicos existe uma associação negativa e significativa ( $r = .261, p \leq .01$ ). Entre a Autonomia e os Sintomas psicopatológicos verificou-se uma elevada associação negativa e significativa ( $r = -.383, p \leq .01$ ) (cf. Tabela 5). Assim, podemos concluir que, o fator Amor e o fator Autonomia associam-se negativamente e significativamente com os Sintomas psicopatológicos.

*H9 - Existem relações de associação positiva e significativa entre o Amor e a Autonomia e a Saúde mental.*

As correlações apresentadas na Tabela 5, permite-nos perceber que entre o Amor e Saúde mental positiva, em que se considera o fator bem-estar, verifica-se uma associação positiva e significativa ( $r = .342, p \leq .01$ ) e entre a Autonomia e Saúde mental também é apresentada uma associação positiva e significativa ( $r = .309, p \leq .01$ ) (cf. Tabela 5). No que respeita à associação destes fatores e a saúde mental verifica-se então uma associação positiva e significativa.

*H10 - As relações de associação significativas entre o Amor e a Autonomia e a Saúde mental não variam quanto à pertença ao género masculino ou feminino.*

Como apresentado na Tabela 9, as Correlações de *Pearson*, permitem verificar que nesta hipótese (H10), existe associações estatisticamente significativas tanto no género masculino como no feminino, rapazes ( $r = .329, p \leq .01$ ); ( $r = .293, p \leq .05$ ) e raparigas ( $r = .413, p \leq .01$ ); ( $r = .410, p \leq .05$ ).

**Quadro 9.** Correlação de *Pearson* para Raparigas e para Rapazes

	1.	2.	3.	4.	5.
<b>Raparigas</b>					
1. Autonomia	-	.876**	-.007	.413**	-.436**
2. Amor		-	-.096	.410**	-.269**
3. Facebook			-	-.198*	.178
4. Bem-estar				-	-.593**
5. Sintomas Psicopatológicos					-
<b>Rapazes</b>					
1. Autonomia	-	.803**	.404**	.329**	-.334**
2. Amor		-	.309*	.293*	-.301*
3. Facebook			-	.313*	.296*
4. Bem-estar				-	-.361**
5. Sintomas Psicopatológicos					-

\* $p \leq .05$  \*\* $p \leq .01$

*H11 - Existem relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e a frequência de utilização do Facebook.*

Para perceber a relação entre o Nível Socioeconómico e a frequência de utilização do Facebook (H11), recorreu-se também ao Coeficiente de Correlação de *Pearson* (cf. Tabela 10), onde não se verifica uma associação significativa entre estes fatores ( $r = .122$ ,  $p \leq .05$ ).

*H12 - Existem relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e o Amor e a Autonomia.*

É de notar que, nas correlações apresentadas (cf. Tabela 10), entre o Nível Socioeconómico e o Amor não existe uma relação de associação significativa ( $r = .107$ ,  $p \leq .05$ ), assim como, com a Autonomia também não existe uma associação significativa ( $r = .064$ ,  $p \leq .05$ ). Podemos concluir que o Nível Socioeconómico não apresenta qualquer relação com os fatores colocados em hipótese.

**Tabela 10.** Correlação de *Pearson*

Variáveis	1.	2.	3.	4.
1. Nível Socioeconómico	-	.122	.107	.064
2. Facebook		-	.157*	.054
3. Autonomia			-	.848**
4. Amor				-

\*p ≤ .05 \*\*p ≤ .01

*H13 - Existem relações de associação significativa entre a frequência de utilização do Facebook pelos adolescentes em função da idade.*

Para testar a frequência de utilização do Facebook em função da idade pelos adolescentes, foi utilizado um Teste-T para amostras independentes, em que se dividiu a amostra de idades em dois grupos (Grupo 1: 15-16 anos; Grupo 2: 17-18 anos). A frequência de utilização do Facebook percebida pelo o Grupo 1 (M = 50.27, DP = 18.42) e pelo Grupo 2 [M = 52.27, DP = 18.21;  $t(179) = -.690$ ,  $p = .491$ ] (cf. Tabela 11).

Para esta hipótese (H13) perante os valores apresentados na tabela 11, não existe diferenças significativas entre grupos, pelo que não se verifica uma relação de associação significativa.

**Tabela 11.** Teste-T para amostras independentes, para a frequência de utilização do Facebook e a idade

	15-16 anos (n = 59)	17-18 anos (n = 122)	t	df	Sig.(2-tailed)
	M (DP)	M (DP)			
Facebook	50.27 (18.42)	52.27 (18.21)	-.690	179	.491

p ≤ .05; p ≤ .01

Ainda, foi analisada a potencial diferença entre rapazes e raparigas quanto ao uso do Facebook, no entanto, o Teste-T para amostras independentes para rapazes (M = 50,36, DP = 18,89) e raparigas [M = 52,31, DP = 17,93;  $t(179) = 0,69$ ,  $p = 0,49$ ], revelou que não há valores de significância a assinalar.

*H14 – A Autonomia é preditor da frequência de utilização do Facebook.*

Foi testada uma regressão linear simples para o valor preditivo da Autonomia. Relativamente ao diagrama de dispersão não apresentou uma forma linear e na ANOVA de regressão (Sig =.036;  $p < .05$ ) rejeita-se a  $H_0$ , validando que o modelo é adequado. Foi analisado também os valores dos resíduos estandardizados (M=0; DP=.997) que apresenta um desvio-padrão inferior a 1, sendo este pressuposto validado, assim como, os resíduos estandardizados seguem uma distribuição normal (Sig =.173;  $p > .05$ ).

No entanto, as assunções para a regressão linear não foram todas cumpridas, pelo que não é possível identificar capacidade preditiva da Autonomia na frequência de utilização do Facebook.

*H15 - A frequência de utilização do Facebook é preditor de sintomas depressivos.*

Para testar se a frequência de utilização do Facebook é preditiva, foi também utilizada uma regressão linear simples. Não apresentou linearidade no diagrama de dispersão e na ANOVA de regressão (Sig =.000;  $p < .05$ ) rejeita-se a  $H_0$ , validando o pressuposto de que o modelo é adequado. No que respeita aos valores dos resíduos estandardizados (M=0; DP=.997) verificou-se que o desvio-padrão é inferior a 1, posto isto este pressuposto é validado, contudo, não foi aceite o pressuposto que os resíduos estandardizados seguem uma distribuição normal (Sig =.000;  $p > .05$ ).

Assim, não foram cumpridos todos os pressupostos para a regressão linear, não sendo possível reconhecer o valor preditivo da frequência de utilização do Facebook nos sintomas depressivos.

## V. Discussão

---

Procurou-se, com este estudo, dar um contributo para a compreensão da Saúde mental na adolescência, a sua relação com os Estilos Educativos Parentais (EEP) e com as TIC. Foi fundamental explorar algumas variáveis presentes neste estudo, como o Relacionamento amoroso e o Nível Socioeconómico. Com base na medida de Barros de Oliveira (1994), neste estudo foram medidos os fatores Amor e Autonomia que em níveis diferentes caracterizam os estilos educativos parentais Permissivo, Autoritário e Autoritativo.

Considerando que, uma pontuação baixa em Amor e alta em Autonomia traduz um estilo negligente (Barros de Oliveira, 1994), nesta amostra verifica-se valores superiores na Autonomia, por isso existe predominantemente um estilo negligente. Pode verificar-se também a influência do estilo parental autoritativo, em que são valorizadas a Autonomia e o conformismo e caracterizados por baixos níveis de responsividade e exigência. Este resultado vem confirmar os estudos já apresentados na revisão de literatura, como o estilo negligente (Tur-Porcar, 2017) e o estilo autoritativo (Ihmeideh & Shawareb, 2014) serem os mais influenciadores na frequência de utilização da internet e de redes sociais. Assim, rejeita-se a primeira hipótese (H1) não sendo possível verificar relações de associação positiva entre os fatores dos EEP e a frequência de utilização do Facebook, ainda que se tenha verificado uma relação muito fraca para a Autonomia. De forma a perceber se as relações de associação significativa entre os fatores anteriormente referidos poderiam variar entre géneros, foi elaborada a segunda hipótese (H2), que devido aos resultados apresentados, a hipótese não é aceite, pois essa associação significativa apenas se verifica nos rapazes.

Perante a escassez de teoria sobre a temática da influência das redes sociais nos relacionamentos conjugais como refere Moura (2020), foi importante perceber qual a frequência de utilização das redes sociais nos adolescentes influenciado pelo estado civil. Nesta amostra constatou-se que 70,8% dos adolescentes se encontra numa relação amorosa, por esta razão foi elaborada a terceira hipótese (H3) para perceber as relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Facebook e não se verificou diferenças significativas entre os grupos utilizados para identificar o estado civil, assim a hipótese rejeita-se esta hipótese. Foi também importante elaborar a quarta hipótese (H4) para testar relações de associação significativa entre o Relacionamento amoroso e a frequência de utilização do Smartphone, onde se verificou uma diferença significativa entre os grupos, aceitando-se a quarta hipótese. Foi ainda, colocada a quinta hipótese (H5) para testar se o Relacionamento amoroso

pode estar associado significativamente aos Sintomas psicopatológicos, verificando-se uma relação de associação significativa, aceitando-se a quinta hipótese.

Atendendo à revisão de literatura (Salvo & Matos, 2017) as práticas parentais são preditoras de competência social e problemas de comportamento. Considerando que, o uso da internet tem uma frequência mais elevada em pacientes com traços de personalidade semelhantes a pacientes com depressão e estratégias inadequadas em enfrentar o stress (Weinstein & Lejoyeux, 2010), posto isto, considerou-se a sexta hipótese (H6). Explorando a relação de associação positiva e significativa entre a frequência de utilização do Facebook e os Sintomas psicopatológicos, os resultados apresentam uma associação estatisticamente significativa, por essa razão entende-se que passar mais tempo no Facebook pode aumentar os sintomas depressivos e de ansiedade, assim aceita-se esta hipótese (H6).

O tempo passado na internet tem influência do motivo ou objetivo pela qual é utilizada, pelo que segundo Weiser (2001), o uso da internet no âmbito das redes sociais tem um impacto negativo na saúde mental dos sujeitos no contexto de regulação sócio afetiva, podendo levar ao isolamento, mas caso a internet seja utilizada na aquisição de informação pode ter uma influência positiva na saúde mental e na integração social (Weiser, 2001). Ainda, para averiguar se a relação de associação entre estes fatores não variam quanto ao género colocou-se a sétima hipótese (H7). Como referido nos estudos de Keyes (2006), os sintomas depressivos tendem a diminuir quando a Saúde mental ou o Bem-estar aumenta, perante os valores estatisticamente significativos apresentados das correlações entre géneros, rejeita-se a hipótese colocada (H7) porque se confirma que os valores variam entre géneros.

A literatura sugere que existe uma relação de influência dos Estilos Educativos Parentais, nomeadamente, o autoritário e o permissivo, na saúde mental do adulto (Mateus, 2016). Para os adolescentes nesta amostra foi colocado em hipótese (H8) a associação negativa e significativa entre os fatores dos EEP e os Sintomas psicopatológicos, constatado nas correlações realizadas, o Amor e a Autonomia associam-se negativamente e significativamente com os Sintomas psicopatológicos, pelo que se aceita a hipótese apresentada (H8). Para perceber a presença de uma relação positiva e significativa dos EEP com a Saúde mental, foi proposta a nona hipótese, que perante os resultados apresentados esta hipótese é aceite (H9), porque entre o Amor e o Bem-estar e a Autonomia e o Bem-estar verifica-se associações positivas e significativas. Posto isto, foi também importante identificar se a relação de associação significativa entre estes fatores varia quanto à pertença de géneros (H10), concluindo-se que existe relações de associação significativas nos dois géneros, assim aceita-se esta hipótese. Os resultados apresentados nas duas hipóteses anteriores revelam que sempre que o Amor ou a Autonomia aumenta os Sintomas psicopatológicos diminuem, e o Bem-estar aumenta.

Analisando a importância do tempo que se passa na internet, através dos estudos de Wartella (2016) onde foi verificado uma discrepância entre famílias, relativamente ao seu rendimento, foi relevante ter em conta neste estudo o Nível Socioeconómico das famílias dos adolescentes. Colocou-se em hipótese (H11) se existe relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e a frequência de utilização do Facebook, perante os resultados apresentados verificou-se que não existe essa associação, assim rejeita-se a hipótese onze. Foi também colocado em hipótese (H12) se existe relações de associação significativa entre o Nível Socioeconómico e o Amor e a Autonomia, pelo que não se verificou uma relação de associação significativa para ambos os fatores, rejeitando assim a hipótese doze. Concluímos que o Nível Socioeconómico não tem relações com os Estilos Educativos Parentais e com o Facebook.

Relativamente às TIC, neste estudo foi destacado o Facebook porque foi o fator que se verificou ser mais utilizado pelos adolescentes, assim perante os resultados apresentados anteriormente sobre a sua frequência de utilização pretendemos também testar a diferença entre as idades, criando assim a hipótese treze. Nesta hipótese (H13) pretendeu-se testar se existe relações de associação significativa entre a frequência de utilização do Facebook pelos adolescentes em função da idade, com a divisão de grupos dos mais novos e dos mais velhos consoante as idades tidas em conta neste estudo, rejeita-se esta hipótese pois não se verifica nenhuma diferença significativa entre grupos. Foi ainda, testado esta relação em função do género e não se constatou qualquer relação de associação entre rapazes e raparigas.

A fim de investigar a influência que o Facebook tem na vida dos adolescentes que participaram neste estudo, foi elaborada a décima quarta hipótese, para testar a predição que o fator Autonomia tem sobre a frequência de utilização do Facebook (H14), contudo não foi possível identificar a predição porque não cumpria os requisitos, rejeitando esta hipótese. Do mesmo modo que na décima quinta hipótese, na tentativa de testar se a frequência de utilização do Facebook é preditor de sintomas depressivos, também não foi possível cumprir os requisitos, rejeitando também esta hipótese (H15).

Na presença destes resultados, constata-se que apesar da tentativa de testar a predição de outros fatores, como os Sintomas psicopatológicos, o fator Autonomia e o Relacionamento amoroso, esta amostra não nos permitiu tirar essas conclusões.

## VI. Conclusões

---

Com este estudo foi possível contribuir, de forma modesta, para o estudo das relações entre os Estilos Educativos Parentais, a Saúde mental e o uso do Facebook em adolescentes. Não teve como finalidade perceber qual o EEP mais presente na relação entre pais e filhos, mas sim perceber qual poderia ter mais influência nos comportamentos dos adolescentes. Posteriormente à revisão de literatura foram elaborados os objetivos acima apresentados de forma a perceber as relações entre as variáveis e foi ainda explorado várias hipóteses que foram surgindo, assim como variáveis sociobiográficas.

No que diz respeito aos pontos fortes do estudo, é de notar que foi o primeiro estudo a usar as variáveis apresentadas, em Portugal e com uma amostra de adolescentes. Simultaneamente, o estudo usou um conjunto de instrumentos com boas propriedades psicométricas, que se encontram disponíveis à escala internacional e que possibilitam que os dados sejam analisados de forma comparativa. Consideramos ainda importante ter delimitado bem a amostra de estudo, numa faixa etária específica do Ensino Secundário.

Contudo, perante as conclusões retiradas é de reconhecer algumas limitações que o seu desenho acarreta. Em primeiro lugar, esta amostra considera-se ocasional e não representativa e existe um grande desequilíbrio entre as subamostras em relação ao género, sendo a maioria da amostra representada por raparigas. A par disto, no Relacionamento amoroso também existe grande disparidade nos grupos, assim, em estudos futuros seria benéfico estabelecer comparações entre subgrupos de dimensão equiparável. Por outro lado, ainda sobre os pontos fracos do estudo, a utilização de medidas de autorrelato é também um ponto fraco a referir, pois não é possível por exemplo medir quanto tempo é que os adolescentes objetivamente gastam online. É também uma limitação o facto de ser apenas estudado a perspetiva dos adolescentes e não dos pais e também a inexistência de um histórico clínico dos indivíduos.

No que se refere a sugestões para investigações futuras, seria fundamental reproduzir este estudo com uma amostra maior e que contemplasse subamostras maiores. Assim, valeria a pena replicar as análises quanto às diferenças de género, Nível Socioeconómico, Relacionamento amoroso com grupos mais equilibrados. Seria ainda interessante controlar o efeito da variável número de horas passadas em redes sociais ou a navegar na internet e estudar outras variáveis de redes sociais para além do Facebook. Outras variáveis importantes para análise seriam os estilos de vinculação com os pais, o parceiro amoroso, o rendimento escolar e

as estratégias de regulação emocional e ainda, perceber se qualquer uma destas variáveis pode estar associada à saúde mental dos adolescentes ou ter poder preditivo sobre o uso da internet.

Finalmente, atendendo ao que a pesquisa científica indica sobre o crescente uso da internet em adolescentes e suas potenciais implicações para a saúde mental é importante manter a atenção em âmbito familiar e escolar sobre os hábitos dos adolescentes e o seu impacto na sua saúde mental. Esta atenção envolve um balanço entre amor, investimento e promoção da autonomia, pelo que o treino dos estilos educativos parentais pode ser uma ferramenta utilizada pelo psicólogo escolar que visa a prevenção do uso patológico da internet.

Pode concluir-se que, deve existir uma intervenção social preventiva ao uso das redes sociais, pois a internet faz parte dos nossos dias e tanto os filhos como os pais têm de aprender a “conviver” com ela de forma a promover uma saúde mental positiva no meio familiar.

## VII. Referências Bibliográfica

---

- Aunola, K., Stattin, H., & Nurmi, J.-E. (2000). *Parenting styles and adolescents' achievement strategies*. *Journal of Adolescence*, 23(2), 205–222. doi:10.1006/jado.2000.0308
- Barros, J., (1994). *Psicologia da Educação Familiar*. Coimbra, *Livraria Almedina*.
- Barros, Benvinda Pereira de (2019). *O Uso Excessivo da Internet por Jovens*. Psicologado, [S.l.].
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95. doi:10.1177/02724316911111004
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of computer-mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Canavarro, M. C. (1999). Inventário de Sintomas Psicopatológicos: BSI. In M. R. Simões, M. Gonçalves, & L. S. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. II, pp. 87-109). Braga.
- Canavarro, M. C. (2007). Inventário de Sintomas Psicopatológicos: Uma revisão crítica dos estudos realizados em Portugal. In M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.), *Avaliação psicológica: Instrumentos validados para a população Portuguesa* (vol. III, pp. 305-331). Coimbra: Quarteto Editora.
- Chaplin, T. M., Gillham, J. E., & Seligman, M. E. (2009). Gender, anxiety, and depressive symptoms: A longitudinal study of early adolescents. *The Journal of early adolescence*, 29(2), 307-327.
- Ciarrochi, J., Parker, P., Sahdra, B., Marshall, S., Jackson, C., Gloster, A. T., & Heaven, P. (2016). The development of compulsive internet use and mental health: A four-year study of adolescence. *Developmental psychology*, 52(2), 272.
- Classificação Portuguesa das Profissões: 2010 / Instituto Nacional de Estatística. *Lisboa: INE*, 2015. ISBN 978-989-25-0010-2
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Correa, T., Hinsley, A. W., & De Zuniga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in human behavior*, 26(2), 247-253.

- Costa, J. J., Matos, A. P., Pinheiro, M. R., Salvador, M. C., Vale-Dias, M. L., & Zenha-Rela, M. (2016). Evaluating Use and Attitudes Towards Social Media and ICT for Portuguese youth: the MTUAS-PY scale. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 12, 99-115 doi:10.15405/epsbs.2016.07.02.9
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological bulletin*, 113(3), 487.
- Del Duca, R. M., & Lima, V. H. B. (2019). A influência das mídias na adolescência. *Cadernos de Psicologia*.
- Erikson, E., H. (1987). *Infância e Sociedade*, 2ª ed. Rio de Janeiro: Zahar editores.
- Filmus, D. (2004). Breves reflexões sobre a escola do futuro e apresentação da experiência “aulas na rede” da cidade de Buenos Aires. *Educação e novas tecnologias: esperança ou incerteza*, 93-97.
- Fuster, E. G., Murillo, M. L. & Garcia, F. (2008). Estilos Educativos Parentales y ajuste psicológico de los hijos: cuestionando la preeminencia del estilo autorizativo. Universidad de Valencia.
- Gaspar, T., Tomé, G., Gómez-Baya, D., Botelho Guedes, F., Cerqueira, A., Borges, A., & Gaspar de Matos, M. (2019). O bem-estar e a saúde mental dos adolescentes portugueses. *Journal of Child & Adolescent Psychology/Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 10(1).
- Guisantes De Salvo Toni, C., & Ferreira de Matos Silveiras, E. (2017). Práticas educativas parentais e comportamentos de saúde e risco na adolescência: Um modelo preditivo. *Psicologia Argumento*, 31(74).
- Hill, M. M., & Hill, A. (2009). *Investigação por questionário* (2a ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Ihmeideh, F. M., & Shawareb, A. A. (2014). The Association Between Internet Parenting Styles and Children’s Use of the Internet at Home. *Journal of Research in Childhood Education*, 28(4), 411–425.
- James Kurose e Keith Ross (2004). *Computer Networking: A Top-Down Approach Featuring the Internet*. (3a ed.).
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548.
- Keyes, C. L. M. (2006). Mental health in adolescence: Is America’s youth flourishing? *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 395–402.

- Keyes, C., Wissing, M., Potgieter, J., Temane, M., Kruger, A., & Rooy, A. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum–Short Form (MHC-SF) in Setswana-Speaking South Africans. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 181–192.
- Kim, H., Kim, G., Park, H., Rice, R. (2007). Configurations of Relationships in Different Media: FtF, Email, Instant Messenger, Mobile Phone, and SMS. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 12, 1183-1207.
- Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 451-455.
- Kraut, R., S. Kiesler, B. Boneva, J. Cummings, V. Helgeson e A. Crawford (2002). Internet Paradox Revisited, *Journal of Social Issues* 58(1): 49–74.
- Lee, S. J., & Chae, Y. G. (2007). Children's Internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation. *Cyberpsychology & behavior*, 10(5), 640-644.
- Lírio, C., L. (2012). A construção histórica da adolescência. In *Anais do Congresso Internacional da Faculdades EST* (Vol. 1, pp. 1675-1688).
- Machado, M. D. C. L. (2015). *Jovens e a internet: Uma relação com a perturbação do sono e o bem-estar psicológico*. Dissertação de mestrado, ISPA.
- Mateus, T. I. S. (2016). *Relação entre os Estilos e práticas Parentais e Saúde mental. Um Estudo com a População Geral*. Dissertação de mestrado, Universidade do Algarve.
- Mendes, L. S., & Vale Dias, M. L. (2018). Relação entre estilos educativos parentais, confiança interpessoal e vinculação na adolescência. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 19(1), 136-143.
- Milevsky, A., Schlechter, M., Netter, S., & Keehn, D. (2006). Maternal and Paternal Parenting Styles in Adolescents: Associations with Self-Esteem, Depression and Life-Satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, 16(1), 39–47. doi:10.1007/s10826-006-9066-5
- Moura, K. S. M. D. (2020). *Interferência das redes sociais nos relacionamentos conjugais*. Dissertação de mestrado, Porto.
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2013). *Saúde Mental das Crianças e Jovens – Que Futuro? Os Novos Desafios Colocados pelos Media e pelas Novas Tecnologias*. Lisboa.
- Osório, L. C. (1996). *Família hoje*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Papalia, D. & Olds, S. (co-aut). (1995). *Human development*. (6ed). New York: Mcgraw-hill.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento humano*. Artmed Editora.
- Patrão, I. (2016). Comportamentos online em jovens portugueses: Estudo da relação entre o bem-estar e o uso da internet. *Atas do 11o Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*, 341-346.
- Patrão, I. A. M., & Fernandes, P. A. (2019). Dependências online: estudo sobre a perceção da supervisão parental numa amostra de pais de crianças e jovens. Lisboa: Edições ISPA.

- Pratta, E. M. M., & Santos, M. A. dos. (2007). Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. *Psicologia Em Estudo*, 12(2), 247–256.
- Proença, C. S. R., (2017). *Práticas Educativas Parentais e Comportamentos de Risco na Adolescência*. Dissertação de Mestrado apresentada no ISPA, 39-44.
- Punamäki, R. L., Wallenius, M., Nygård, C. H., Saarni, L., & Rimpelä, A. (2007). Use of information and communication technology (ICT) and perceived health in adolescence: the role of sleeping habits and waking-time tiredness. *Journal of adolescence*, 30(4), 569-585.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Seligman, M. E. P. (2008). Positive health. *Applied Psychology: An International Review*, 57, 3-18.
- Simões, M. R. (2000). *Investigações no âmbito da aferição nacional do teste das matrizes progressivas coloridas de Raven (M.P.C.R.)*. Lisboa: F.C. Gulbenkian/ F.C.T.
- Souza, K., & da Cunha, M. X. C. (2019). Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, 3(3), 204-2017.
- Terras, M. M., & Ramsay, J. (2016). Family Digital Literacy Practices and Children's Mobile Phone Use. *Frontiers in Psychology*, 7, 1957
- Terres-Trindade, M., & Mosmann, C. P. (2016). Conflitos Familiares e Práticas Educativas Parentais como Preditores de Dependência de Internet. *Psico-USF*, 21(3), 623-633. doi:10.1590/1413-82712016210315
- Tur-Porcar, A. (2017). Parenting styles and Internet use. *Psychology & Marketing*, 34(11), 1016–1022. doi:10.1002/mar.21040
- Vale Dias, M. L., Martinho, L., Franco-Borges, G., & Piedade, V. R. (2012). Estilos educativos parentais e comportamento antissocial na adolescência. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 469-478.
- Vieira, R., Marques, J., Silva, P., Vieira, A., & Margarido, C. (orgs.) (2019). *O olhar de Crianças e Jovens: Mediação Intercultural e Intervenção Social*. Edições Afrontamento. Porto.
- Wartella, E., Rideout, V., Lauricella, A. R., & Connell, S. (2014). Revised parenting in the age of digital technology: A national survey. *Report of the Center on Media and Human Development, School of Communication, Northwestern University*.
- Weber, L. N. D., Prado, P. M., Viezzer, A. P., & Brandenburg, O. J. (2004). Identificação de estilos parentais: o ponto de vista dos pais e dos filhos. *Psicologia: reflexão e crítica*, 17(3), 323-331.

- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277–283. doi:10.3109/00952990.2010.491880
- Weiser, E. B. (2001). The functions of Internet use and their social and psychological consequences. *CyberPsychology & behavior*, 4(6), 723-743.
- Westerhof, G. J., & Keyes, C. L. M. (2009). Mental Illness and Mental Health: The Two Continua Model Across the Lifespan. *Journal of Adult Development*, 17(2), 110–119.
- Wilfred, W.F. Lau, & Allan, H.K. Yuen, (2013). Adolescents' risky online behaviours: The influence of gender, religion, and parenting style. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2690–2696.

## **Anexos**

## Anexo A – Questionário Sociodemográfico e Instrumentos

### Questionário Sociodemográfico

(Maia de Carvalho, Vale-Dias, & Sieiro, 2019)

Por favor responda de forma sincera. Todas as respostas recolhidas são tratadas de forma confidencial e anónima, sendo os resultados avaliados globalmente tendo em conta as respostas de todos os sujeitos e nunca individualmente. Muito obrigada!

1. **Idade:** \_\_\_\_\_
2. **Género:** Masculino \_\_ Feminino \_\_ Outro \_\_
3. **Nacionalidade:** \_\_\_\_\_
  
4. **Relacionamento amoroso/Estado civil** (se for o seu caso, pode assinalar mais do que uma opção por exemplo, solteiro e a namorar):  
A namorar    Solteiro  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. **Com quem habita em sua casa:** \_\_\_\_\_
6. **Habilitações Literárias** (indique o número de anos de escolaridade completa):  
1º   2º   3º   4º   5º   6º   7º   8º   9º   10º   11º   12º  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. **Já foi acompanhado em:**  
7.1. Consulta de Psicologia: Sim \_\_ Não \_\_  
7.2. Consulta de Psiquiatria: Sim \_\_ Não \_\_

#### Acerca da sua mãe:

8. **Idade:** \_\_\_\_
9. **Habilitações Literárias** (indique o número de anos de escolaridade completa):  
1º   2º   3º   4º   5º   6º   7º   8º   9º   10º   11º   12º  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Licenciatura    Mestrado    Doutoramento    Pós-Doc    Outro  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
10. **Profissão:** \_\_\_\_\_

#### Acerca do seu pai:

11. **Idade:** \_\_\_\_
12. **Habilitações Literárias** (indique o número de anos de escolaridade completa):  
1º   2º   3º   4º   5º   6º   7º   8º   9º   10º   11º   12º  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Licenciatura    Mestrado    Doutoramento    Pós-Doc    Outro  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
13. **Profissão:** \_\_\_\_\_

**ESCALA DE ESTILOS EDUCATIVOS PARENTAIS**  
(versão para filhos)

(Barros, J. (1994). *Psicologia da Educação Familiar*. Coimbra: Almedina)

Responda sinceramente a cada questão, colocando um círculo em volta do número que melhor corresponda ao seu caso:

1 – totalmente em desacordo

2 – bastante em desacordo

3 – nem de acordo nem em desacordo

4 – bastante de acordo

5 – totalmente de acordo

- |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Os meus pais dialogam frequentemente comigo.                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Na minha educação, os meus pais são mais compreensivos que rigorosos.    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Os meus pais aceitam a minha maneira de ser.                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Quando os meus pais me proíbem alguma coisa, explicam-me a razão.        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Os meus pais protegem-me dos perigos.                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Os meus pais aceitam que eu lhes chame a atenção.                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Os meus pais são afetuosos comigo.                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Os meus pais amam-me verdadeiramente.                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Os meus pais são capazes de todos os sacrifícios por mim.                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Os meus pais dão-me liberdade.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Os meus pais respeitam as minhas ideias.                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Os meus pais toleram as minhas fraquezas.                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Se fosse preciso, os meus pais estariam dispostos a dar a vida por mim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Os meus pais são sinceros comigo.                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Os meus pais não têm o hábito de mentir.                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Os meus pais na minha educação usam mais a razão do que a força.        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Os meus pais encorajam-me frequentemente.                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Geralmente os meus pais mostram-se alegres comigo.                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Os meus pais estimulam-me a vencer as dificuldades.                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Os meus pais vêm ao encontro das minhas necessidades.                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. Os meus pais brincam frequentemente comigo.                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. Os meus pais são meus amigos.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

## UTILIZAÇÃO DAS TIC (adaptado de Rosen, Whaling, Carrier, Cheever, & Rökkum, 2013)

Por favor responda às perguntas apresentadas usando a grelha seguinte. Se alguma pergunta levantar dúvidas, assinale-a e solicite o apoio do investigador.

1 Nunca	2 Uma vez por mês	3 Várias vezes por mês	4 Uma vez por semana	5 Várias vezes por semana	6 Uma vez por dia	7 Várias vezes por dia	8 Uma vez por hora	9 Várias vezes por hora	10 Constantemente
------------	----------------------	---------------------------	-------------------------	------------------------------	----------------------	---------------------------	-----------------------	----------------------------	----------------------

### Com que frequência desempenha as atividades seguintes em qualquer equipamento (telemóvel, computador, tablet)?

1 - Enviar, receber e ler e-mails	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2 - Verificar o e-mail pessoal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3 - Verificar o e-mail académico ou do trabalho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4 - Enviar ou receber ficheiros através do e-mail	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

### Com que frequência desempenha as atividades seguintes no telemóvel?

5 - Enviar e receber mensagens de texto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6 - Fazer e receber chamadas telefónicas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7 - Verificar as mensagens de texto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8 - Verificar as chamadas de voz	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9 - Ler os e-mails	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10 - Obter direções (como chegar a um local) ou usar o GPS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11 - Navegar na internet	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12 - Ouvir música	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
13 - Tirar fotografias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14 - Verificar as notícias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15 - Gravar vídeo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16 - Usar aplicações (qualquer uma)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
17 - Procurar informação	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
18 - Usar durante as aulas ou no trabalho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

### Com que frequência desempenha as atividades seguintes?

19 - Ver series, filmes, etc. na televisão	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
20 - Ver videoclipes na televisão	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
21 - Ver series, filmes, etc. no computador	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
22 - Ver videoclipes no computador	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
23 - Fazer download de ficheiros de outras pessoas para o computador	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24 - Partilhar os seus ficheiros no computador	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
25 - Procurar notícias na internet usando qualquer equipamento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
26 - Procurar informação na internet em qualquer equipamento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
27 - Procurar vídeos na internet usando qualquer equipamento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
28 - Procurar imagens ou fotografias na internet em qualquer equipamento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
29 - Jogar no computador, consola ou smartphone sozinho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
30 - Jogar no computador, consola ou smartphone com outras pessoas na mesma sala	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
31 - Jogar no computador, consola ou smartphone com outras pessoas que estão online	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

**31a** - Tem uma página no facebook? SIM\_\_NÃO\_\_ Se respondeu SIM passe para a pergunta 32, se respondeu NÃO salte para a pergunta 45

Por favor responda às perguntas da tabela seguinte usando esta grelha.

1 Nunca	2 Uma vez por mês	3 Várias vezes por mês	4 Uma vez por semana	5 Várias vezes por semana	6 Uma vez por dia	7 Várias vezes por dia	8 Uma vez por hora	9 Várias vezes por hora	10 Constantemente
------------	----------------------	---------------------------	-------------------------	------------------------------	----------------------	---------------------------	-----------------------	----------------------------	----------------------

**Com que frequência desempenha as atividades seguintes em redes sociais como o Facebook?**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
32 - Aceder ao Facebook ou outras redes sociais?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
33 - Aceder à página do Facebook usando o smartphone	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
34 - Aceder ao Facebook nas aulas ou no trabalho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
35 - Fazer atualizações de estado	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
36 - Partilhar fotografias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
37 - Ver perfis e fotografias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
38 - Ler posts	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
39 - Comentar posts, atualizações de estado, fotos, etc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
40 - Fazer um like num post, foto, etc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

**Por favor responda às perguntas seguintes sobre o facebook e outros amigos online**

	0	1 a 50	51 a 100	101 a 175	176 a 250	215 a 375	376 a 500	501 a 750	751 ou +
41 - Quantos amigos tem no Facebook									
42 - Dos amigos do Facebook, quantos conhece pessoalmente									
43 - Com quantas pessoas que conheceu online nunca esteve face a face									
44 - Com quantas pessoas que nunca conheceu face a face interage regularmente									

**Dê uma pontuação ao grau de concordância com as afirmações seguintes**

	5 Concordo fortemente	4 Concordo	3 Não concordo nem discordo	2 Discordo	1 Discordo fortemente
45 - Considero importante encontrar a informação online que procuro quando quero	5	4	3	2	1
46 - Considero importante poder aceder à internet sempre que o desejo	5	4	3	2	1
47 - Considero importante manter-me atualizado em relação às últimas tendências da tecnologia	5	4	3	2	1
48 - Fico ansioso quando não tenho o telemóvel comigo	5	4	3	2	1
49 - Fico ansioso quando não consigo aceder à internet	5	4	3	2	1
50 - Sou dependente da tecnologia	5	4	3	2	1
51 - A tecnologia fornecerá soluções para muitos dos nossos problemas	5	4	3	2	1
52 - Com a tecnologia tudo é possível	5	4	3	2	1
53 - Sinto que me torno mais realizado com a tecnologia	5	4	3	2	1
54 - As novas tecnologias fazem as pessoas perder muito tempo	5	4	3	2	1
55 - As novas tecnologias tornam a vida mais complicada	5	4	3	2	1
56 - As novas tecnologias tornam as pessoas mais isoladas	5	4	3	2	1
57 - Num dia, prefiro trabalhar em vários projetos em vez de completar um e depois passar para outro	5	4	3	2	1
58 - Quando tenho várias tarefas, prefiro ir alternando entre elas em vez de fazer uma de cada vez	5	4	3	2	1
59 - Gosto de completar totalmente uma tarefa antes de me concentrar noutra coisa	5	4	3	2	1
60 - Quando tenho uma tarefa para completar, gosto de a interromper intercalando com outras tarefas	5	4	3	2	1

Estaria disponível para ser contactado de novo? Não \_\_\_ Sim \_\_\_ Caso tenha respondido Sim, por favor, deixe o seu primeiro nome e contacto: \_\_\_\_\_

Antes de entregar verifique, por favor, se respondeu a todas as perguntas. Muito obrigado pela sua colaboração.

**BSI**

L.R. Derogatis, 1993; Versão: M.C. Canavarro, 1995

A seguir encontra-se uma lista de problemas ou sintomas que por vezes as pessoas apresentam. Assinale, num dos espaços à direita de cada sintoma, aquele que melhor descreve o GRAU EM QUE CADA PROBLEMA O INCOMODOU DURANTE A ÚLTIMA SEMANA. Para cada problema ou sintoma marque apenas um espaço com uma cruz. Não deixe nenhuma pergunta por responder.

<b>Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:</b>	<b>Nunca</b>	<b>Poucas vezes</b>	<b>Algumas vezes</b>	<b>Muitas vezes</b>	<b>Muitíssimas vezes</b>
1. Nervosismo ou tensão interior	<input type="checkbox"/>				
2. Desmaios ou tonturas	<input type="checkbox"/>				
3. Ter a impressão que as outras pessoas podem controlar os seus pensamentos	<input type="checkbox"/>				
4. Ter a ideia que os outros são culpados pela maioria dos seus problemas	<input type="checkbox"/>				
5. Dificuldade em se lembrar de coisas passadas ou recentes	<input type="checkbox"/>				
6. Aborrecer-se ou irritar-se facilmente	<input type="checkbox"/>				
7. Dores sobre o coração ou no peito	<input type="checkbox"/>				
8. Medo na rua ou praças públicas	<input type="checkbox"/>				
9. Pensamentos de acabar com a vida	<input type="checkbox"/>				
10. Sentir que não pode confiar na maioria das pessoas	<input type="checkbox"/>				
11. Perder o apetite	<input type="checkbox"/>				
12. Ter um medo súbito sem razão para isso	<input type="checkbox"/>				
13. Ter impulsos que não se podem controlar	<input type="checkbox"/>				
14. Sentir-se sozinho mesmo quando está com mais pessoas	<input type="checkbox"/>				
15. Dificuldade em fazer qualquer trabalho	<input type="checkbox"/>				
16. Sentir-se sozinho	<input type="checkbox"/>				
17. Sentir-se triste	<input type="checkbox"/>				
18. Não ter interesse por nada	<input type="checkbox"/>				
19. Sentir-se atemorizado	<input type="checkbox"/>				
20. Sentir-se facilmente ofendido nos seus sentimentos	<input type="checkbox"/>				
21. Sentir que as outras pessoas não são amigas ou não gostam de si	<input type="checkbox"/>				
22. Sentir-se inferior aos outros	<input type="checkbox"/>				
23. Vontade de vomitar ou mal-estar do estômago	<input type="checkbox"/>				
24. Impressão de que os outros o costumam observar ou falar de si	<input type="checkbox"/>				
25. Dificuldade em adormecer	<input type="checkbox"/>				
26. Sentir necessidade de verificar várias vezes o que faz	<input type="checkbox"/>				

<b>Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:</b>	<b>Nunca</b>	<b>Poucas vezes</b>	<b>Algumas vezes</b>	<b>Muitas vezes</b>	<b>Muitíssimas vezes</b>
27. Dificuldade em tomar decisões	<input type="checkbox"/>				
28. Medo de viajar de autocarro, de comboio ou de metro	<input type="checkbox"/>				
29. Sensação de que lhe falta o ar	<input type="checkbox"/>				
30. Calafrios ou afrontamentos	<input type="checkbox"/>				
31. Ter de evitar certas coisas, lugares ou actividades por lhe causarem medo	<input type="checkbox"/>				
32. Sensação de vazio na cabeça	<input type="checkbox"/>				
33. Sensação de anestesia (encortamento ou formigueiro) no corpo	<input type="checkbox"/>				
34. Ter a ideia que deveria ser castigado pelos seus pecados	<input type="checkbox"/>				
35. Sentir-se sem esperança perante o futuro	<input type="checkbox"/>				
36. Ter dificuldade em se concentrar	<input type="checkbox"/>				
37. Falta de forças em partes do corpo	<input type="checkbox"/>				
38. Sentir-se em estado de tensão ou aflição	<input type="checkbox"/>				
39. Pensamentos sobre a morte ou que vai morrer	<input type="checkbox"/>				
40. Ter impulsos de bater, ofender ou ferir alguém	<input type="checkbox"/>				
41. Ter vontade de destruir ou partir coisas	<input type="checkbox"/>				
42. Sentir-se embaraçado junto de outras pessoas	<input type="checkbox"/>				
43. Sentir-se mal no meio das multidões como lojas, cinemas ou assembleias	<input type="checkbox"/>				
44. Grande dificuldade em sentir-se "próximo" de outra pessoa	<input type="checkbox"/>				
45. Ter ataques de terror ou pânico	<input type="checkbox"/>				
46. Entrar facilmente em discussão	<input type="checkbox"/>				
47. Sentir-se nervoso quando tem que ficar sozinho	<input type="checkbox"/>				
48. Sentir que as outras pessoas não dão o devido valor ao seu trabalho ou às suas capacidades	<input type="checkbox"/>				
49. Sentir-se tão desassossegado que não consegue manter-se sentado quieto	<input type="checkbox"/>				
50. Sentir que não tem valor	<input type="checkbox"/>				
51. A impressão de que, se deixasse, as outras pessoas se aproveitariam de si	<input type="checkbox"/>				
52. Ter sentimentos de culpa	<input type="checkbox"/>				
53. Ter a impressão de que alguma coisa não regula bem na sua cabeça	<input type="checkbox"/>				

**MHC-SF**

(Keyes, C. L. M., 2008; versão portuguesa de Matos, A.P., André, R., Cherpe, S., Figueira, C., e Pinto, A.M., 2010)

**Instruções**

Por favor, responde às questões seguintes sobre a forma como te tens sentido, **durante o último mês**. Assinala com um – X – a célula que melhor representa quantas vezes experienciaste ou sentiste o seguinte.

Lembra-te que **não** existem respostas certas ou erradas, escolhe, de forma honesta e sincera, a primeira resposta em que pensares. As tuas respostas são confidenciais.

Durante o último mês, quantas vezes (te) sentiste:	Nunca	1 ou 2 vezes	Cerca de 1 a 2 vezes por semana	Cerca de 2 ou 3 vezes por semana	Quase todos os dias	Todos os dias
1. feliz						
2. interessado pela vida						
3. satisfeito						
4. que tinhas alguma coisa importante para contribuir para a sociedade						
5. que pertencias a uma comunidade (como a um grupo social, à tua escola ou ao teu bairro)						
6. que a nossa sociedade se está a tornar num lugar melhor para pessoas como tu						
7. que as pessoas são essencialmente boas						
8. que a forma como a nossa sociedade funciona te faz sentido						
9. que gostavas da maior parte das características da tua personalidade						
10. que geriste bem as responsabilidades da tua vida diária						
11. que tiveste relações calorosas e de confiança com pessoas da tua idade						
12. que tiveste experiências que te permitiram crescer e tornares-te numa pessoa melhor						
13. confiante para pensar ou exprimir as tuas próprias ideias e opiniões						
14. que a tua vida tem uma direcção ou significado						

## Anexo B – Consistência Interna

**Tabela B1.** Valores de *Alpha* de *Cronbach* do EEEP

Fatores do EEEP	(Barros de Oliveira, 1994)	Alpha de Cronbach
Amor	.90	.92
Autonomia	.87	.90

**Tabela B2.** Valores de *Alpha* de *Cronbach* do MTUAS-PY

Fatores do MTUAS-PY	(Costa et al., 2016)	Alpha de Cronbach
Subescalas de uso		
Facebook	.95	.87
E-mail	.92	.93
Pesquisa na internet	.81	.82
Smartphone	.82	.84
Vídeo e Foto	.59	.77
Video-jogos	.81	.86
Pesquisa de informação	.67	.59
Televisão	.54	.44
Pesquisa de multimédia	.77	.83
Amizades online	.63	.77
Subescalas de atitudes		
Ansiedade e Depressão	.84	.75
Preferência em mudar de tarefas	.77	.39
Atitude Positiva	.68	.73
Atitude Negativa	.70	.68

**Tabela B3.** Valores de *Alpha* de *Cronbach* do BSI

Fatores do BSI	(Canavarro, 1999)	Alpha de Cronbach
Somatização	.80	.84
Obsessões-Compulsões	.77	.81
Sensibilidade Intemporal	.76	.84
Depressão	.73	.89
Ansiedade	.77	.83
Hostilidade	.76	.83
Ansiedade Fóbica	.62	.77
Ideação Paranóide	.72	.78
Psicoticismo	.62	.79

**Tabela B4.** Valores de *Alpha* de *Cronbach* do MHC - SF

<b>Fatores do MHC - SF</b>	<b>(Matos et al., 2010)</b>	<b>Alpha de Cronbach</b>
Bem-estar emocional	.84	.45
Bem-estar social	.80	.84
Bem-estar psicológico	.78	.88

## Anexo C – Pedido de Autorização



Caro Encarregado de Educação,

Venho por este meio pedir colaboração no âmbito de um estudo da dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia da aluna Mélanie Sieiro, na área de especialização em Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento. Este estudo decorre na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, sob orientação da Professora Doutora Maria da Luz Bernardes Rodrigues Vale Dias e enquadra-se no âmbito de um projeto mais amplo de Doutoramento em Psicologia elaborado pela Doutora Mariana Maia de Carvalho.

A referida investigação visa avaliar e descrever um conjunto de aspetos relacionados com a saúde mental dos adolescentes com idades compreendidas entre os 15-18 anos, sendo que o estudo a que nos referimos particularmente neste pedido tem como objetivo específico analisar as relações entre os estilos educativos parentais, a utilização das novas tecnologias e a saúde mental.

De notar que o estudo respeita todas as normas éticas que regulam a investigação em Psicologia, nomeadamente a recolha do consentimento informado dos encarregados de educação, o direito voluntário à participação, o direito de desistência em qualquer etapa do estudo, a confidencialidade e anonimato das respostas, o esclarecimento relativo ao procedimento de armazenamento e tratamento de dados e ainda o direito de colocar questões pertinentes acerca do estudo, as quais deverão ser respondidas de forma esclarecedora e fiável.

Neste âmbito, pedimos o seu consentimento para que o/a seu/sua filho/filha possa participar nesta investigação, respondendo a alguns questionários. Sublinhando que a sua colaboração é de extrema importância para a exequibilidade deste estudo. Agradecemos desde já a sua melhor atenção,

Com os meus melhores cumprimentos,

Obrigada,

Mélanie Sieiro

msieiro96@gmail.com

-----  
Declaro que tomei conhecimento das informações relativas ao estudo e que autorizo,

\_\_\_\_\_  
(nome do encarregado de educação)

Declaro que tomei conhecimento das informações relativas ao estudo e que participo,

\_\_\_\_\_  
(nome do aluno)



## PEDIDO DE COLABORAÇÃO EM INVESTIGAÇÃO

Caro aluno(a),

Venho por este meio pedir a sua colaboração no âmbito de um estudo da dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia da aluna Mélanie Sieiro, na área de especialização em Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento. Este estudo decorre na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, sob orientação da Professora Doutora Maria da Luz Bernardes Rodrigues Vale Dias e enquadra-se no âmbito de um projeto mais amplo de Doutoramento em Psicologia elaborado pela Doutora Mariana Maia de Carvalho.

A referida investigação visa avaliar e descrever um conjunto de aspetos relacionados com a saúde mental dos adolescentes com idades compreendidas entre os 15-18 anos, sendo que o estudo a que nos referimos particularmente neste pedido tem como objetivo específico analisar as relações entre os estilos educativos parentais, a utilização das novas tecnologias e a saúde mental.

De notar que o estudo respeita todas as normas éticas que regulam a investigação em Psicologia, nomeadamente a recolha do consentimento informado dos encarregados de educação, o direito voluntário à participação, o direito de desistência em qualquer etapa do estudo, a confidencialidade e anonimato das respostas, o esclarecimento relativo ao procedimento de armazenamento e tratamento de dados e ainda o direito de colocar questões pertinentes acerca do estudo, as quais deverão ser respondidas de forma esclarecedora e fiável.

Neste âmbito, pedimos o seu consentimento para participar nesta investigação, respondendo a alguns questionários. Sublinhando que a sua colaboração é de extrema importância para a exequibilidade deste estudo. Agradecemos desde já a sua melhor atenção,

Com os meus melhores cumprimentos,

Obrigada,

Mélanie Sieiro  
msieiro96@gmail.com

-----  
Declaro que tomei conhecimento das informações relativas ao estudo e que participo,

---

(nome do aluno)