



**ISPA**

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

**A relação entre a qualidade da amizade e a depressão na  
adolescência: Um estudo longitudinal**

Rute Cotrim Ramos

**Orientação da Dissertação:**

Professor Doutor António José dos Santos  
(ISPA-Instituto Universitário)

**Coordenação do Seminário de Dissertação:**

Professor Doutor António José dos Santos  
(ISPA-Instituto Universitário)

**Tese submetida com requisito parcial para obtenção do grau de:**

Mestrado em Psicologia  
Especialidade em Psicologia Clínica

2014

Tese apresentada para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Psicologia na área de especialização de Psicologia Clínica, realizada sob a orientação do Prof. Doutor António José dos Santos, apresentada no ISPA - Instituto Universitário no ano de 2014.

## **Agradecimentos**

Ao orientador de Seminário de Dissertação, o Professor Doutor António José dos Santos, pela orientação que me deu, e às minhas colegas de seminário por terem partilhado esta jornada.

Às minha amigas Sara e Isabel por terem estado presentes ao longo de todo o Mestrado, e por me terem acompanhado em todos os momentos, fornecendo a compreensão e a força necessárias a concluir esta etapa da vida.

Ao meu namorado e à sua família por me terem dado a estabilidade necessária para continuar.

Aos membros da minha família que me foram auxiliando ao longo deste percurso.

À minha mãe que é um exemplo de coragem e força.

Um especial agradecimento aos meus avós Ilda e Silvério Cotrim, tendo em conta que sem eles não seria possível chegar tão longe.

Por último à minha tia-avó Judite Alves, que apesar de já não estar presente, foi um modelo extraordinário em todos os sentidos.

## Resumo

O presente estudo tem como objetivo averiguar se a ausência de amizades recíprocas em dois anos consecutivos tem influência no aparecimento de sintomas depressivos em adolescentes. Num primeiro momento participaram 378 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos, a frequentar o 7º, 8º e 9º ano de escolaridade, e no segundo momento participaram 253 adolescentes. Os dados foram recolhidos utilizando o Inventário da Depressão da Criança- que consiste numa escala de autoavaliação de sintomas depressivos - o Questionário da Qualidade de Amizade - que consiste numa escala de autorrelato multidimensional que avalia as perceções que crianças e adolescentes têm sobre as principais características qualitativas da ligação ao seu melhor amigo - e as Nomeações de Amizade – nas quais o adolescente nomeou o primeiro e o segundo melhor amigo do mesmo sexo. Os resultados demonstraram correlações negativas entre a qualidade da amizade e a sintomatologia depressiva. Relativamente a diferenças entre os géneros, foram significativas em termos da qualidade da amizade a favor do sexo feminino, sendo que não existem diferenças significativas entre os géneros no que diz respeito à depressão. Relativamente a diferenças em função do número de amizades recíprocas, foram significativas a nível da qualidade da amizade a favor dos adolescentes que possuem um ou dois amigos recíprocos quando comparados com os que não possuem nenhum. Finalmente, no que diz respeito à depressão, apenas se verificou uma diferença significativa na anedonia que foi inferior nos adolescentes que possuem dois amigos recíprocos quando comparados com os do grupo sem amigos.

**Palavras-chave:** amizade, depressão, adolescência, grupo de pares.

## **Abstract**

The goal of the present study is to ascertain if the absence of reciprocal friendships in two consecutive years has influence in the appearance of depression symptoms in teenagers. 378 adolescents participated in the first moment with ages from 12 to 15, attending the 7th, 8th and 9th grade, in the second moment, 253 participated. The data were gathered using the Children Depressive Inventory- which consists on a scale of self-assessment of depressive symptoms- Friendship Quality Questionnaire- which consists on a scale of multidimensional self-report that evaluates the perceptions that children and teenagers have about the main qualitative characteristics of the bond to their best friend- and the Friendship Nominations- in which the teenagers nominated the first and second best friend of the same gender. The results showed negative correlations between the quality of friendship and the depressive symptomatology. Regarding the gender differences, they were significant in terms of friendship quality in favor of females, there were no significant differences between the genders concerning depression. Regarding the differences in the number of reciprocal friendships, they were significant for friendship quality, in favor of the teenagers that have one or two reciprocal friends when compared to the ones that have none. Finally, respecting depression, there was only a significant difference for anhedonia which was inferior for the teenagers with two reciprocal friends when compared with the ones with no reciprocal friends.

**Keywords:** friendship, depression, adolescence, peer group

## Índice

I.	INTRODUÇÃO.....	1
II.	ENQUADRAMENTO TEÓRICO	
	2.1 Amizade.....	3
	2.1.1 Relações de Amizade.....	3
	2.1.2 Significado desenvolvimental da Amizade na Adolescência.....	8
	2.1.3 A qualidade da Amizade na Adolescência.....	13
	2.1.4 Diferenças na Qualidade de Amizade entre géneros .....	17
	2.2 Depressão.....	22
	2.2.1 A Depressão na Adolescência.....	22
	2.2.2 Diferenças entre géneros .....	28
III.	PROBLEMÁTICA	
	3.1 Apresentação do problema e hipóteses.....	31
IV.	MÉTODO	
	4.1 Delineamento.....	32
	4.2 Participantes.....	32
	4.3 Instrumentos.....	33
	4.3.1 Questionário da Qualidade da Amizade.....	33
	4.3.2 Inventário da Depressão da Criança.....	34
	4.3.3 Nomeações de Amizade.....	35
	4.4 Procedimento.....	35
V.	RESULTADOS	
	5.1 A qualidade da amizade em função do género.....	36
	5.2 A depressão em função do género.....	37
	5.3 Correlação entre as dimensões da qualidade da amizade e da depressão.....	37
	5.4 A qualidade da amizade em função do número de amigos.....	39
	5.5 A sintomatologia depressiva em função do número de amigos.....	41
VI.	DISCUSSÃO.....	42
VII.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	46

## **Índice de Tabelas**

Tabela 1- Correlação de Pearson e nível de significância entre a qualidade da amizade e o grau dos sintomas depressivos no Tempo 2.....	38
---	----

## **Índice de Figuras**

Figura 1- Qualidade da amizade em função do género.....	36
Figura 2 – A depressão em função do género.....	37
Figura 3 – Qualidade da amizade em função do número de amigos.....	39
Figura 4 – O grau dos sintomas depressivos em função do número de amigos.....	41

## **Índice de Acrónimos**

QQA- Questionário da Qualidade da Amizade

IDC- Inventário da Depressão da Criança

## I. INTRODUÇÃO

A revisão de literatura identifica duas particularidades que ocorreram no final do século XX: a primeira é que há um aumento de depressão na adolescência, e a segunda é que sintomas depressivos têm vindo a manifestar-se cada vez mais em idades mais precoces. A depressão na adolescência caracteriza-se por uma maior raiva e irritabilidade e geralmente ocorre por um período de tempo entre 7 a 9 meses. A literatura aponta também para uma maior tendência do gênero feminino em deprimir do que do gênero masculino, associada esta tendência a problemas ansiogénicos, mudanças biológicas ligadas à puberdade, fatores socioculturais e a maior probabilidade de as raparigas sentirem um evento stressante como depressivo. A diferença está também atribuída ao facto de as raparigas terem maior tendência ao “*act in*”, ou seja, não exteriorizam os seus sentimentos, do que os rapazes que geralmente exprimem-se através de comportamento. O estilo feminino de “*act in*” pressupõe um comportamento mais inibido, ansioso, dependente e preocupado, que geralmente está associado a preocupações com a falta de popularidade, a insegurança e baixa autoestima, o que aumenta o risco de ter depressão, assim como, paralelamente o “*act out*” aumenta o risco de consumo de drogas e comportamentos desviantes. No entanto os sintomas depressivos na adolescência apontam mais para uma depressão moderada em vez da depressão do tipo melancólico, fazendo assim uma maior diferenciação com a depressão em idade adulta.

Estudos indicam que existe uma grande influência por parte de fatores sociais e familiares, pré-existência de psicopatologia ou eventos muito stressantes, que levam a que haja baixa autoestima, auto-criticismo, uma perceção de falta de controlo relativamente a eventos negativos, atribuições negativas, pessimismo e falta de esperança (Parker & Roy, 2001). Wittchen, Kessler, Pfister e Lieb (2000) (citados por Giordano, 2003) fazem uma grande associação entre depressão e ansiedade, verificando que na infância e adolescência a ansiedade costuma preceder a depressão. No entanto, segundo Moffittetal (2007) (citado por Giordano, 2003), foi também verificado que na adolescência tardia não só a ansiedade precede a depressão, como a depressão dá lugar à ansiedade.

O grupo de pares faculta parte da segurança e ligação emocional de que as crianças/adolescentes necessitam. A quantidade e qualidade das interações entre iguais favorecem o desenvolvimento de competências afetivas, sociais, cognitivas, intelectuais, bem como a aquisição de papéis, normas e valores sociais (Medeiros,2000). Este facto justifica-se tendo em

conta que os pares desafiam o adolescente nos aspetos respeitantes à sua conceção do mundo, conduzem à aceitação do compromisso social, e através da abertura e exposição a pontos de vista alternativos, permitem o ensaio e aquisição de conceitos como o juízo moral e a capacidade de tomada de decisão e de comunicação (Medeiros,2000).

Foi verificado que crianças com mais amigos ou amigos mais chegados tem menos sintomas ansiogénicos do que crianças com menos amigos (Baker & Hudson 2012). Segundo os autores Kendler, Thornton, & Gardner (2000) (citados por Giordano, 2003) temos como fatores sociais de risco mais relevantes para o aparecimento de sintomas depressivos o conflito com os pares e *bullying* (Jaffeet al., 2002), sendo que a má relação com os pares tem mais influência que eventos stressantes isolados, principalmente no sexo feminino (Maughan, Collishaw & Stringaris, 2012). Foi estudado também o contraste entre a relação parental e os amigos chegados tendo-se concluído que se formam laços mais fortes com os amigos, com os quais os adolescentes podem ter comportamentos mais libertadores e serem eles próprios. Call e Mortimer (2001) (citados por Maughan, Collishaw & Stringaris, 2012) referem que o maior grau de aceitação dos amigos e a tendência para se focarem no presente promove o sentimento de confiança mútua, compreensão e suporte que leva a que se criem laços mais fortes nas amizades. A associação entre intimidade e influência do grupo de pares é espetável por três aspetos: a interação e comunicação frequentes cria um maior número de oportunidades para haver influência; há uma tendência para uma maior identificação com os pares e portanto uma maior receptividade da influência destes; e quanto mais os indivíduos valorizam uma relação mais dispostos estão de aceitar a influencia destes, numa tentativa de manter a relação. O estudo elaborado por Conway, Adelman, Burk & Prinstein (2011) relacionou a transmissão de sintomas depressivos em redes sociais na adolescência, avaliando a designada depressão social.

Como podemos verificar diversos estudos foram feitos no que diz respeito à depressão na adolescência e à influência de diversos fatores nesta, sendo que por outro lado foi estudado a influência das diversas relações interpessoais na adolescência. Porém apesar de haver estudos relativamente à influência de adolescentes deprimidos no “contágio” de depressão e a influência em diversos aspetos a nível negativo como maior ansiedade e comportamentos desviantes, ainda não foi estudado a influência particular do número de amigos e da qualidade da amizade na prevenção ou evitamento da depressão. Neste seguimento surge o presente estudo empírico, que tem como propósito colmatar esta lacuna, fazendo uma correlação entre a qualidade da amizade de uma amostra de adolescentes, tanto do sexo masculino como feminino, e os dos sintomas depressivos presentes nestes. Será feito, em primeiro lugar, uma

Revisão de Literatura pertinente abrangendo, por um lado, as relações de amizade, salientando a influência destas no desenvolvimento pessoal e interpessoal, em particular na faixa etária da adolescência, fazendo ainda, por outro lado, uma abordagem às diferenças dos relacionamentos/ amizades entre os géneros. Posteriormente vai ser explicitada a Problemática em estudo e as respetivas hipóteses que se pretendem averiguar/comprovar, assim como o Método utilizado, que corresponde ao tipo de estudo efetuado, descrição dos participantes e aos instrumentos escolhidos, nomeadamente às suas características e modo de aplicação. De seguida serão analisados os Resultados, o que levará por último à Discussão destes e à reflexão sobre todo o trabalho realizado.

## **II. ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

### **2.1 Amizade**

#### **2.1.1 Relações de Amizade**

“A amizade difere conforme a etapa de vida” (Souza & Duarte, 2013). Diversos estudos indicam que na infância a amizade é caracterizada por brincadeiras, companheirismo e afeto, enquanto que na adolescência esta prima pela lealdade confiança, proximidade e autorrevelação. Por último indica que é na entrada da vida adulta que as amizades atingem um ápice funcional desenvolvimental, caracterizando-se por uma nova adaptação a desafios em termos de relações interpessoais e de carreira profissional (Souza & Duarte, 2013). Diversos autores referem que as conceções e sentimentos que as crianças geram nas primeiras relações com os pares são interiorizadas, e conduzem a expetativas acerca de como as relações fora do âmbito familiar podem e devem ser. No mesmo sentido Sullivan (1953) (citado por Rubin, Bukowski & Laursen, 2009) refere que as relações íntimas das crianças do mesmo sexo são distintas das relações hierárquicas das crianças com os pais e, neste sentido, constituem, a primeira experiência interpessoal verdadeira. Este autor é de opinião que ter um amigo na fase da adolescência pode ter a influência suficiente para possibilitar que os adolescentes ultrapassem traumas resultantes de experiências familiares anteriores.

Chan e Poulin (2009) verificaram que aproximadamente um terço dos adolescentes muda de amizades num período de cinco meses. Neste sentido existem dois tipos de modificações temporais que podem ser observadas nas amizades. O primeiro é o término das

relações, o que assume uma temporária ou permanente retirada das interações de pares. Estudos indicam que o término das relações pode ser especialmente prejudicial no início da adolescência porque interfere na aquisição de novas competências sociais requeridas para lidar com relações de amizade cada vez mais intensas e complexas. Acrescentam ainda que um término de amizade causa inevitavelmente sofrimento e ansiedade, mesmo que a perda seja voluntária, porque envolve a perda de suporte social (Chan & Poulin, 2009). Em contrapartida o segundo aspecto que causa instabilidade é a formação de uma nova amizade. O adolescente forma novas amizades menos vezes do que as crianças, pela razão de estar mais concentrado em preservar o crescimento de intimidade nas amizades já existentes. No mesmo sentido, tendo em conta o estudo elaborado por Berndt (1989) (citado por Chan & Poulin, 2009), os jovens que formam novas amizades imediatamente após entrarem numa nova escola apresentam comportamentos mais agressivos. Este autor deduz então que a rápida formação de novas amizades não é necessariamente um comportamento adaptativo no início da adolescência, sendo pelo contrário indicativo da existência de défices nas competências sociais, que refletem a inabilidade da criança de manter as anteriores amizades.

Em contraste com a natureza hierárquica da ligação entre as figuras parentais e as crianças, as amizades têm como base a igualdade e o cooperativismo, nos quais os amigos próximos tem maiores níveis de aceitação do que os pais, que estão mais orientados para o futuro e preocupados com as possíveis consequências negativas do comportamento da criança (Giodano, 2003). O elevado nível de aceitação no contexto de amizade e a tendência para focar no presente proporcionam os elevados níveis de autorrevelação e confiança mútua, que frequentemente se desenvolvem como características básicas dos laços próximos de amizade. A noção de que os adolescentes podem ser eles próprios com os amigos (em contraste com a comunicação mais seletiva e frequentemente mais resguardada que tem na relação com os pais) é frequentemente considerada uma característica que define estas relações. Call e Mortimer (2001) (citados por Giodano, 2003) num estudo que elaboraram relativamente aos contextos sociais dos adolescentes, incluindo a família, os pares, a escola e o trabalho, encontraram também uma elevada percentagem de adolescentes que experienciam um conforto significativo, (que é percebido como apoio e compreensão) no contexto de amizade.

Neste seguimento alguns autores referem que as relações com os pares podem ser de natureza diversa, nomeadamente: o contacto com sujeitos desconhecidos, as interações com sujeitos familiares, e as relações estáveis que constituem as relações de amizade. Estas relações de amizade proporcionam um contexto social diferente das relações de pares gerais, sendo as suas funções no desenvolvimento social igualmente díspares. As crianças interagem

de forma diferente com os amigos e com outros pares, manifestando estratégias mais construtivas na resolução de conflitos com os amigos (Freitas et al, 2013). Para Lisboa e Koller (2003) (citados por Desousa & Cerqueira- Santo, 2012) o afeto inerente às relações de amizade é um aspeto único no ciclo vital, tendo em conta que os benefícios de aceitação, intimidade e confiança construídos nas relações de amizade ocupam um lugar diferente daqueles que advém de outros relacionamentos

A amizade é uma relação recíproca que deve ser afirmada e reconhecida por ambas as partes. Porém muitas vezes as crianças são motivadas por objetivos particulares, e nomeiam como amigos crianças que não as nomeiam de volta. Alguns autores verificaram que a reciprocidade da afeição é essencial, porém não é necessariamente exclusiva no que diz respeito ao motivo que junta os amigos. A interdependência de dois parceiros deriva em primeiro lugar de motivos sociais e emocionais em detrimento de motivos instrumentais. Porém é usual as crianças procurarem outras por motivos instrumentais, como talentos ou interesses similares, sendo que, se não fosse por este aspeto, não haveria interação (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). Paralelamente Rubin, Bukowski e Parker (2006) (citados por Rubin, Bukowski & Laursen, 2009) definem três características da amizade: reciprocidade, similaridade e responsabilidade. Neste sentido a reciprocidade define-se como a tendência de duas pessoas para agir do mesmo modo, seja em simultâneo ou em sequência. A similaridade diz respeito às características, gostos ou experiências que, de modo geral, são semelhantes entre os amigos. Paralelamente a responsabilidade entre amigos é muitas vezes simétrica tendo em conta que cada amigo contribui igualmente para a interação, e nenhum domina o outro (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

O autor Hinde (1987) (citado por Einseberg, Damon & Lerner, 2006) refere que as diádes das crianças com os pares podem ser melhor entendidas se se tiver em conta os vários níveis de complexidade social: o nível individual, o nível de interações, o nível de relações e o nível de grupos. Os eventos e processos que ocorrem num nível são influenciados por eventos e processos que ocorrem noutra nível. Em primeiro lugar o nível individual influencia as mudanças sociais na medida em que está relacionado com a predisposição fisiológica para o estímulo social e com as aptidões sociais a nível da percepção, cognição e resolução de problemas sociais (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). Em segundo lugar as interações dizem respeito às mudanças sociais, de alguma duração, entre dois indivíduos, sendo, portanto, um comportamento diádico em que as ações dos participantes são interdependentes, e em que cada comportamento de um ator é ao mesmo tempo uma resposta e um estímulo para o comportamento do outro participante. Durante estas interações as crianças cooperam,

complementam-se, dialogam e discutem, sendo assim possível definir-se três tendências comportamentais: o movimento para outros, o movimento contra os outros e o movimento para se distanciar dos outros (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). As interações com outras crianças variam em termos de forma e função consoante as flutuações da situação social, como as características do parceiro, as suas respostas e a sua abertura. A maioria das interações originam relações a longo termo, que estão influenciadas por interações anteriores e antecipam interações no futuro.

Em terceiro lugar as relações dizem respeito aos significados, expectativas e emoções que derivam de sucessivas interações entre dois indivíduos conhecidos. Neste sentido a natureza e curso de cada interação é influenciada pela história de anteriores interações assim como das expectativas para as interações futuras. O grau de proximidade de uma relação é determinado por fatores como a frequência de contacto, o grau de influência, a diversidade da influência em diferentes comportamentos e a longevidade da relação. Numa relação próxima a influência é frequente, diversa, forte e duradoura. Alternadamente as relações podem ser definidas tendo em conta as emoções predominantes que os participantes tipicamente experienciam nelas, como amor, a proximidade e a afeição. Hinde (1979) (citado por Einseberg, Damon & Lerner, 2006) sugere que os elementos essenciais numa relação são o compromisso e a extensão em que cada parceiro aceita a sua relação como contínua indefinidamente e direcionada para comportamentos que assegurem a sua continuação e otimização. Suttles (1970) (citado por Einseberg, Damon & Lerner, 2006) afirma que os participantes numa relação tem objetivos em comum que estão socialmente construídos tendo em conta que, quando asseguram a sua amizade conseguem, geralmente, apontar imagens culturais, regras de conduta ou modelos de comportamento que confirmam esta afirmação. Por último McCall (1988) (citado por Einseberg, Damon & Lerner, 2006) refere que a criação de uma cultura mútua com expectativas normativas no que diz respeito a atividades apropriadas e a padrões de comunicação e relação é vital para as relações.

Em quarto lugar as relações individuais estão embutidas em grupos ou redes de relações com limites razoavelmente definidos. Um grupo consiste num conjunto de interações entre indivíduos que possuem algum grau de influência recíproca; podendo também ser definido como uma forma de interação que afeta como as crianças interiorizam problemas (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). Os grupos podem ser formados espontaneamente, surgindo de interesses comuns ou de circunstâncias específicas, como por exemplo, as turmas nas escolas. O grupo pode influenciar a nível individual na medida em que o estatuto hierárquico influencia a emergência de novas amizades; a segregação influencia a diversidade

das experiências com os outros; e a coesão influencia o sentido de pertença das crianças (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). No mais elevado nível de complexidade social, os grupos são definidos pelas relações constituídas e pelo tipo de diversidade de interações que são características dos participantes nessas relações. Porém os grupos são mais que meros agregados de relações. Através de propriedades emergentes como as normas ou a partilha de convenções sociais, os grupos ajudam a definir o tipo e o alcance das relações e as interações que são mais prováveis ou admissíveis. A qualquer nível de organização social o entendimento dos participantes vai necessariamente diferir dos indivíduos exteriores a esta, sendo que atos inócuos podem ter um elevado significado para os membros da amizade que os compreendem de forma diferente dos restantes (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

A integração social é o aspeto da estrutura das redes que mais tem recebido atenção nas últimas pesquisas (Falci & McNelly, 2009). Este conceito define-se pelo grau em que cada individuo está ligado a outro dentro de uma rede. As pesquisas apontam que a integração social tem três dimensões: o número de laços sociais, o tipo de laços (se é um conhecido ou um amigo chegado) e a frequência do contacto. A coesão dentro de uma rede refere-se ao grau de interconexões existentes dentro desta, ou seja, avalia a extensão em que cada adolescente é amigo um do outro. A coesão da rede pode ser representada como uma continuidade, ou seja, de baixa a alta coesão. Num extremo o adolescente pode ter uma rede completamente fragmentada em que não existem amigos mútuos; no outro extremo o adolescente pode ter uma rede fechada em que todos os indivíduos se nomeiam uns aos outros enquanto amigos. Na maioria dos casos os adolescentes encontram-se no meio, sendo que, quando tal não sucede, o primeiro extremo é mais comum do que o último (Falci & McNelly, 2009). Por outro lado a integração social encontra-se relacionada com os sintomas depressivos na medida em que uma integração baixa, ou seja ter poucos amigos, é prejudicial à saúde mental mas, em contrapartida, uma alta integração, ou seja, ter muitos amigos, segundo autores como Durkheim (1951) e Pescosolido e Levy (2002) (citados por Falci & McNelly, 2009) também é prejudicial. Neste sentido referem que apesar das amizades serem caracterizadas como recompensadoras, relativamente intimas e muito uteis para as relações sociais de um adolescente, é necessário considerar também os aspetos negativos como o conflito, o desentendimento e as mudanças que são partes integrais da dinâmica das amizades (Giodano, 2003).

Diversos estudos sugerem que as características das relações com os pais e amigos contribuem ambas para a previsão de um comportamento antissocial e humor depressivos nos adolescentes, e que o efeito potencial de uma experiência em contexto de uma relação poderá

influenciar as experiências na outra (Sentse & Laird, 2010). No papel da amizade estão implícitas expectativas como providenciar conforto e assistência ou passar tempo em conjunto. Conforme o número de amigos aumenta, o tempo e energia necessários para manter essas amizades aumenta em conformidade e poderá sobrepor-se aos benefícios de ter amigos. Para Pearlin (1983) (citado por Falci & McNelly, 2009) ter obrigações com demasiados amigos leva a que o adolescente comece a ficar cansado/desgastado, visto que as exigências para cumprir o seu papel de amigo são maiores do que a habilidade do adolescente para as cumprir. Por outro lado Thoits (1991) (citado por Falci & McNelly, 2009) refere que o cansaço pode levar a um sentimento de incumprimento por o adolescente não ter a capacidade de cumprir com sucesso o seu papel, e assim, tanto o cansaço como os sentimentos negativos relativamente à sua prestação acentuam a hipótese de surgirem sintomas depressivos.

Por último a exclusão também faz parte da vida social. Desde a infância que são feitas decisões sobre quem incluir e quem excluir. Ser excluído está inerente às interações, às relações, e aos grupos sociais desde a infância à vida adulta. Os adolescentes são rejeitados de um grupo por características como o género, a raça, a etnia e a cultura, não tendo, portanto ocasionalmente a ver com as suas competências sociais. Os jovens frequentemente dependem de razões sociais e convencionais, como o funcionamento do grupo, para justificar as suas decisões de exclusão, que muitas vezes refletem juízos prejudiciais, estereótipos, convenções, tradições, normas e status quo. Por outro lado as razões para incluir os membros refletem juízos morais sobre justiça, equidade e igualdade (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

### **2.1.2 Significado desenvolvimental da Amizade na Adolescência**

A palavra “adolescência” é de origem latina (adolescere) e significa crescer (Medeiros, 2000). A adolescência é uma fase do desenvolvimento com características muito particulares apresentando, portanto, divergências relativamente aos seus limites. Neste sentido existe apenas consenso no que diz respeito ao seu início, nomeadamente com o aparecimento da puberdade, pois no que diz respeito ao seu término e início da fase adulta não existe um fator físico, nem fatores inquestionáveis do ponto de vista psicossocial que permitam avaliar este limite com precisão. A adolescência é determinada como uma fase indefinida, não havendo portanto uma definição concreta e universal, mas apenas um consenso de que é uma fase de imaturidade e de transição para a vida adulta, o que implica necessariamente uma subalternidade desenvolvimental (Medeiros, 2000). Tendo em conta que todas as fases do

desenvolvimento são obrigatoriamente fases de transição, esta definição promove um espaço vazio, muitas vezes preenchido com generalizações de comportamentos desviantes e patológicos, que são fruto de crenças e estereótipos negativos associados a esta fase. Esta etapa é à muito estudada, indicando Dias e Vicentes (1984) (citados por Medeiros, 2000) que Aristóteles se referia aos adolescentes como “jovens irascíveis, sexualmente emotivos, certos da vitória e autoconfiantes, mas com sentido de solidariedade e entreatajuda”. Concomitantemente nos anos sessenta o psicanalista Blos retoma questões desenvolvidas por Freud e afirma que “ A adolescência caracteriza-se sobretudo pelas mudanças físicas, mudanças que se refletem em todas as facetas do comportamento” (Medeiros, 2000). Pode-se então verificar que existem duas características desenvolvimentais profundamente enraizadas no que diz respeito a esta fase: as mudanças a nível físico e, num plano mais subtil e inconsciente, as mudanças do comportamento social, dos interesses e da qualidade da vida afetiva.

Os jovens passam grande parte do seu tempo em contexto escolar, e é neste meio que vão adquirindo o estatuto/posição de alunos, que se transforma progressivamente na sua identidade, tendo em conta que é o contexto em que maioritariamente se relacionam. Tendo em conta estudos anteriormente elaborados numa semana típica da vida de um adolescente este passa um terço do número de horas em que está acordado com os pares, o que corresponde ao dobro do tempo que despende com os pais ou outros adultos (Einseberg, Damons & Lerner, 2006).

A adolescência caracteriza-se por um desenvolvimento social que requer uma emancipação dos pais e da família para um maior envolvimento e compromisso com outras pessoas fora deste meio. Esta substituição progressiva para novos agentes de socialização constitui uma das características fundamentais psicobiológicas da adolescência (Medeiros, 2000). Os amigos têm uma elevada influência no período individual da adolescência, tendo em conta que a deslocação do centro das relações afetivas da família para os pares possibilita a emergência do grupo como um espaço de experimentação de modelos culturais, espaço este que a relação familiar não permite. Por outro lado um dos parâmetros importantes para que o adolescente sinta uma maior confiança na exploração do meio e na relação com os outros é a vinculação segura com as figuras paternas. Segundo Medeiros (2000) os adolescentes com uma vinculação segura aos pais tem uma maior probabilidade de ter uma vinculação segura com os colegas, e apresentam uma autoestima e satisfação com a vida mais elevada do que os jovens com uma vinculação insegura.

É no grupo de pares que ocorre a maioria da aprendizagem relacional e de limites em termos informais, embora existam normas de convivência geradas pelo próprio grupo. O grupo de iguais proporciona a segurança e ligação emocional que o adolescente necessita para desenvolver as suas competências afetivas, sociais, cognitivas e intelectuais, assim como a aquisição de papéis, normas e valores sociais. Alguns autores justificam a importância desta interação afirmando que os pares por se defrontarem com dificuldades e necessidades semelhantes, desafiam o adolescente no que diz respeito à sua conceção pessoal e impessoal do mundo, conduzem à aceitação do compromisso social e proporcionam, através da confrontação de pontos de vista alternativos, o treino e aquisição de conceitos como a moralidade, a capacidade de decisão e a capacidade de comunicação. Neste seguimento destacam ainda a função dos pares de favorecer a aquisição de um certo grau de conformismo face às normas e a distinção de limites pessoais, sociais e convencionais, o que permite desenvolver um autoconceito positivo e a capacidade de liderança ao serem testados papéis, após e quando é assegurado ao indivíduo de que a sua aceitação no grupo foi meritória. Assim sendo o grupo de pares proporciona um espaço de interação que favorece o desenvolvimento de aptidões e de interesses, de partilha de emoções e de problemas nas diversas mudanças que ocorrem em simultâneo na vida dos adolescentes, seja a nível fisiológico, cognitivo, social, afetivo e vocacional, que implicam defrontar acontecimentos e desafios que influenciam a autoestima, a autonomia e a aquisição da identidade pessoal (Medeiros, 2000).

Concomitantemente a novidade destas transformações obriga necessariamente à experiência de novos papéis, ou seja, à aprendizagem de novos comportamentos, que podem ser facilitadas e enriquecidas quando integradas num espaço relacional pois, se a interação for positiva, o grupo de pares oferece “oportunidades genuínas de crescimento do adolescente e contribui para o processo de autonomia de identidade” (Medeiros, 2000). Diversos autores afirmam que os amigos constituem uma proteção social contra o tumulto das mudanças físicas e psicossociais características da adolescência, assim como auxiliam na procura do autoconhecimento e da formação da identidade. Por outro lado salientam ainda que as relações de amizade, tanto as duais como grupais, têm uma extrema influência em comportamentos como o consumo de álcool e de tabaco, assim como podem prevenir comportamentos de suicídio por fornecerem a possibilidade de discutir problemas semelhantes (Desousa & Cerqueira-Santo, 2012). Sendo uma das funções do grupo de pares fornecer informação e possibilitar a comparação fora do ambiente familiar o adolescente tem assim acesso ao feedback das suas ideias, capacidades, comportamentos e atitudes, podendo

assim inovar, ou seja, explorar possibilidades que a experiência dos mais velhos inibe (Desousa & Cerqueira-Santo, 2012).

Os pares são uma parcela importante do mundo do adolescente, quer ele esteja no início da adolescência, por volta dos 12/13 anos, quer esteja no fim, cerca dos 18 anos. Os adolescentes relacionam-se frequentemente com outros de idades superiores ou inferior, com uma diferença de três a quatro anos, sendo porém mais vulgar que o grupo seja homogêneo do ponto de vista etário. Assim sendo verifica-se que existem outros fatores a determinar a escolha de companheiros/ amigos para além da idade, fatores estes relacionados com o sexo, a cultura e os interesses de cada um. Por outro lado Brown e Klute (2003) (citados por Einseberg, Damons & Lerner, 2006) salientam que as interações entre pares nesta faixa etária têm menos influência e controlo da parte dos adultos o que promove mais facilmente a que haja envolvimento entre adolescentes do sexo oposto. Paralelamente Lewis & Rosenblum (1975) (citados por Medeiros, 2000) verificam que os amigos/colegas apresentam padrões comportamentais semelhantes. Fatores como a atração física, a capacidade de compreensão interpessoal e a sociabilidade facilitam a aceitação no seio do grupo, não representando porém popularidade. A popularidade refere-se ao “grau em que alguém é ativamente procurado pelos outros, podendo exercer uma forte influência nos valores dos outros adolescentes em relação à escola e ao grau de desempenho académico, com vista à obtenção de um certo estatuto” (Medeiros, 2000).

Para haver pertença a um grupo é necessário a identificação com os ideais e a postura dos membros, respeitando as expectativas e normas do grupo no que diz respeito a padrões de vestuário, de oratória e de formas de ver o mundo, que constituem para o exterior a definição do grupo e contribuem para o sentido de pertença. A construção da identidade pessoal é extremamente influenciada pela maneira como os pares pensam ou agem sobre si, ou inversamente como o adolescente pensa ou age sobre estes, promovendo uma autoimagem favorável ou, pelo contrário, uma auto desvalorização resultante da tentativa do adolescente de se igualar aos outros elementos do grupo, e conseqüente falha e desilusão (Medeiros, 2000).

A maioria dos jovens experiencia uma interação positiva com os seus pares e desenvolve amizades chegadas caracterizadas pelo apoio que recebem, pelo companheirismo e pela intimidade. Diversos autores referem que fatores como a ansiedade em contextos sociais levam a que os adolescentes tenham menos experiências positivas com os pares reportando menos amizades, baixos níveis de aceitação e elevados níveis de rejeição/agressão, comparativamente com adolescentes com menos ansiedade (Tillfors, Persson, Willén & Burk,

2012). Neste prisma são de opinião de que a ansiedade social e a relação com os pares são parâmetros diretamente relacionados e que mutuamente se influenciam na medida em que a ansiedade social promove a que haja mais problemas na relação com os pares e, por outro lado, problemas nas relações interpessoais aumentam os níveis de ansiedade. Um contexto em que haja muitas novidades poderá fazer com o que o adolescente com medos sociais mais elevados interprete os comportamentos dos pares como ameaçadores sendo que, por outro lado, os baixos níveis de aceitação por parte dos pares e conseqüentemente a exposição a uma maior rejeição/agressão e a uma menor qualidade de relação aumenta as expectativas negativas relativamente a futuras situações sociais e aumenta também os níveis de ansiedade, tanto em adolescentes do sexo feminino como do sexo masculino (Tillfors, Persson, Willén & Burk, 2012).

O papel desempenhado pelas amizades das crianças e adolescentes a nível do desenvolvimento psicossocial têm sido examinado tendo em conta duas perspetivas: perspetiva dos laços sociais e a perspetiva da interação social (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009). A perspetiva dos laços sociais dá ênfase ao lado positivo das relações e determina se os amigos contribuem positivamente para os fatores emocionais, cognitivos, académicos e comportamentais das crianças. Neste sentido o papel dual das amizades é examinado consoante um modo operacional, ou seja, se a influência é moderada ou forte, se o impacto desta é positivo ou negativo a nível emocional, social e cognitivo, e se o comportamento é exteriorizado ou interiorizado. Por outro lado na perspetiva de interação social são examinados três aspetos da amizade, de forma a se obter uma maior compreensão de como e quando as amizades fazem contribuições positivas ou negativas para o desenvolvimento psicossocial. Segundo Hartup (1996, 2005) (citado por Rubin, Bukowski & Laursen, 2009) os três aspetos são: a participação na amizade, as características dos amigos e os recursos da amizade. O estudo da participação na amizade é justificado tendo em conta que estudos anteriores salientarem que o número de amigos não está linearmente relacionado com a integração individual, na medida em que crianças sem um único amigo mútuo demonstram ter mais sintomas de ansiedade e depressão do que crianças com apenas um amigo mútuo, porém não se verificaram diferenças significativas entre estas últimas e crianças que relatam ter mais do que um amigo mútuo.

Por último alguns autores salientam que uma ausência prolongada sem pelo menos um amigo recíproco leva a que haja sentimentos depressivos e de solidão, mesmo sem se ter em conta fatores pessoais como a ansiedade (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009). A ausência de amigos priva os adolescentes de uma base segura necessária para criar o conforto e a vontade

para explorar novos ambientes e para se envolver em novas situações sociais. Consequentemente salientam que a ausência desta base segura pode gerar ansiedade e baixa autoestima, assim como afetar negativamente a autopercepção das crianças, que é central para haver auto confiança e bem-estar emocional. Ter pelo menos um amigo íntimo é importante não só para o bem-estar individual como também fornece proteção contra as consequências emocionais negativas de experiências sociais aversivas (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

### **2.1.3 A qualidade da Amizade na Adolescência**

Coleman (1980) (citado por Medeiros, 2000) identificou três etapas na evolução das amizades durante o período da adolescência: dos 10 aos 11 anos as amizades centram-se mais nas atividades e nos jogos do que na interação entre os pares; dos 14 aos 15 anos o afeto e a consciência dos sentimentos introduzem-se nas relações de amizade; por último, no final da adolescência, cerca dos 18 anos, as noções de escolha de parceiros pela afinidade e intimidade começam a estabelecer-se, assim como a necessidade e a procura de experiências comuns e de partilha de interesses.

Neste sentido, as amizades mais íntimas tem origem na adolescência, experimentando o adolescente o que alguns autores designam por intimidade interpessoal, e outros por sensibilidade pelo outro e consciência de nós. Durante a adolescência os jovens aceitam a necessidade que os seus pares têm de estabelecer amizades com outras pessoas e de se desenvolverem a partir dessas experiências. Esta compreensão está relacionada ao esforço que o adolescente faz para ganhar independência dos pais, o que leva, consequentemente, a reconhecer a obrigação de fornecer aos seus amigos um certo nível de autonomia e independência (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

O adolescente encontra-se restrito aos limites materiais e culturais da sociedade mas é também influenciado pela qualidade das suas interações que, por sua vez, é influenciada pela informação obtida no seio da família e no contexto do grupo. Sprinthall e Collins (1994) (citados por Medeiros, 2000) referem a existência de dois tipos de influência: a influência ao nível informal - que serve como fonte de conhecimento sobre os padrões de comportamento, as atitudes, os valores, e consequência da influência em diversos contextos; e a influência normativa - que é exercida através da pressão dos pares sobre o adolescente para que este

tenha um comportamento idêntico aos restantes. Os mesmos autores indicam ainda dois processos psicossociais relevantes na compreensão destes dois tipos de influência dos pares na adolescência: a comparação social, em que o grupo oferece oportunidades para que o adolescente compare os seus comportamentos e atitudes aos dos restantes membros; e a conformidade, que corresponde à tendência que o adolescente tem para adotar o mesmo comportamento ou atitudes dos outros membros do grupo.

A associação entre a intimidade e a influência justifica-se na medida em que: as interações e as comunicações frequentes criam numerosas oportunidades para a influência; assim como o facto de os indivíduos terem a tendência para fazer uma identificação mais rápida com os sujeitos percebidos como similares, aumentando assim a receptividade a se deixarem influenciar de forma a manter ou a aumentar as suas relações. Neste sentido alguns investigadores verificaram que existem maiores níveis de delinquência em adolescentes que declararam não terem amigos, do que naqueles que reportam terem pelo menos um. Por outro lado os indivíduos que variam significativamente nos seus níveis de envolvimento na delinquência reportam níveis similares em termos de intimidade e interação nas amizades (Giordano, 2003).

Para diversos autores as relações de amizade reportadas pelo próprio, ou seja, reconhecidas pela criança mas não necessariamente pelo seu amigo, são importantes porque refletem a perspetiva do jovem sobre as suas relações, apesar de não corresponderem a interações objetivas. Tendo em conta que as amizades são definidas por laços afetivos, tem sido discutido se a importância subjetiva destas relações pode influenciar a atitude dos jovens, assim como as subsequentes interações com os amigos. Neste sentido alguns autores defendem que as perceções das relações podem constituir o índice mais válido da qualidade destas (Chan & Poulin, 2009).

Neste sentido os adolescentes que percebem muitas mudanças na sua rede social (seja por perda de amigos antigos ou por fazer novos) têm amizades de baixa qualidade, com menos bases de suporte e maior grau de solidão que, conseqüentemente, os levam a ter mais sintomas depressivos. Segundo alguns estudos, também os jovens que perdem amizades podem indicar mais sintomas depressivos, devido ao facto de o término da amizade estar associado à redução de suporte social. No que diz respeito ao processo de formação de novas amizades, este pode também ser causador de ansiedade, tendo em conta que as novas amizades podem não possuir bases fortes de intimidade e de suporte social.

Concomitantemente estes estudos demonstraram que passado um ano de intervalo os adolescentes sem nenhum amigo recíproco são mais influenciáveis pelas ações dos adolescentes que relatam serem seus amigos, do que os jovens que têm amizades recíprocas (Chan & Poulin, 2009). Paralelamente as descrições das crianças sobre as suas amizades indicam que a lealdade, a autorrevelação e a confiança aumentam com a idade, apesar destes fenómenos serem mais observados no sexo feminino do que no masculino. A estabilidade das amizades deriva das qualidades e das interações positivas das crianças. Amizades com uma elevada qualidade nas relações são mais prováveis de persistirem por um período mais elevado, tanto no período da infância como na adolescência (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

Em contrapartida, estudos referentes à exclusão por parte dos pares demonstraram que muitas experiências de rejeição resulta em sintomas depressivos e sentimentos de solidão e de ansiedade. A exclusão baseada em critérios como: o género, a raça e a etnia, contribui para a rejeição e a discriminação, o que pode levar a que haja efeitos negativos no que diz respeito à performance académica do jovem. Este facto leva à criação de um ambiente que perpetua hierarquias e desigualdades, e conduz a resultados negativos a longo termo em contextos sociais. No ambiente escolar os estudantes que são vítimas de preconceito estão em maior risco de ter crises de ansiedade devido à discriminação, principalmente na faixa etária da adolescência (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

Muitas décadas de pesquisa tornaram claro a existência de uma ligação entre relações sociais e sintomas depressivos na adolescência. Este facto justifica-se tendo em conta que criar e gerir relações com os pares é uma tarefa central no desenvolvimento do adolescente que requer muita energia e tempo. Segundo diversos estudos os adolescentes com elevados níveis de aceitação por parte dos pares reportam menos sintomas depressivos (Falci & McNelly, 2009). Alguns autores defendem que um único amigo chegado não tem influência suficiente para prevenir o aparecimento de sintomas depressivos, e que a influência nas situações de baixa interação está relacionada com a perceção de pertença. Por outro lado são de opinião que as pequenas redes sociais contribuem para um humor depressivo, mesmo quando o adolescente tem um amigo recíproco chegado, referindo que um único amigo não pode satisfazer todas as necessidades de conexão social que um adolescente tem. Indicam ainda que um único amigo não fornece o estatuto social nem os meios de informação que ajudam a que um estudante tenha uma boa integração escolar. Aspectos inócuos e quotidianos

como não ter companhia ao almoço ou alguém com quem trocar bilhetes na sala de aula diminuem os sentimentos de pertença e dão lugar a sentimentos de rejeição e isolamento.

Porém, ter poucos amigos diminui o sentimento de não pertença à escola, sendo a percepção de suporte o fator que leva a que os adolescentes acreditem que os amigos se preocupam com eles. Numa opinião divergente das anteriores, alguns autores defendem que um único amigo chegado é suficiente para providenciar a intimidade, o suporte e o companheirismo necessários para o bem-estar do adolescente (Falci & McNelly, 2009). Naturalmente adolescentes com poucos amigos percebem menos suporte que adolescentes com muitos amigos. Os adolescentes procuram uma conexão social com os seus pares e, em caso dos seus esforços não serem bem-sucedidos, têm uma maior propensão para vivenciar sentimentos de exclusão e de solidão e, conseqüentemente, desenvolver sintomas depressivos.

O término das amizades pode ter um sério impacto no desenvolvimento dos jovens. As disrupções das amizades íntimas têm sido associadas com sintomas depressivos, sentimentos de solidão, sentimentos de culpa, raiva e alteração fisiológicas. Neste sentido a experiência de ter um melhor amigo está ligada ao desenvolvimento de competências sociais. Numa amizade com um melhor amigo as crianças e os adolescentes demonstram preocupação em encontrar um equilíbrio entre os objetivos individuais e os objetivos comuns. Nesta faixa etária os jovens sentem-se atraídos e tornam-se melhores amigos de outros jovens que se assemelham a eles em termos de idade, sexo, etnia e comportamento. Neste sentido os adolescentes não gostam dos pares que são diferentes de si e terminam relações com quem tem um comportamento díspar.

Apesar de mútuas antipatias serem experienciadas por todas as crianças, estas são mais comuns entre as crianças rejeitadas, assim como estão mais presentes em rapazes do que em raparigas, especialmente comparando as crianças com os adolescentes. É neste sentido importante salientar que a inimidade não ocorre simplesmente devido a elevados níveis de rejeição, mas tem também características particulares relacionadas com experiências relativas à vinculação (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). Os jovens cujos mecanismos de coping, relacionados com a vinculação, são incompatíveis, têm uma maior probabilidade de se tornarem inimigos do que as outras crianças. Segundo a opinião de alguns autores, as crianças não abandonam as suas noções iniciais sobre o brincar e sobre as associações mútuas quando começam a reconhecer a importância da intimidade e da lealdade (Einseberg, Damon &

Lerner, 2006). A importância da mútua antipatia no desenvolvimento ainda é pouco clara, apesar de se ter conhecimento de que as crianças em tais relações tendem a ser mais deprimidas do que as outras, e que a presença de antipatia mútua tende a exacerbar o efeito negativo de outras experiências.

Por último, diversos autores relatam que durante a adolescência tanto os rapazes como as raparigas tem concepções claras sobre as propriedades que distinguem relações românticas de relações de amizade. Neste sentido reportam que a pertença a um pequeno grupo do mesmo sexo promove o envolvimento com grupos do sexo oposto, o que conseqüentemente promove a emergência de futuras relações românticas (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

#### **2.1.4 Diferenças na Qualidade de Amizade entre géneros**

Diferentes teorias com diversas perspectivas enfatizaram o papel ativo da criança na formação de esquemas e representações mentais sobre o género, incluindo os comportamentos típicos de cada sexo. Assim sendo, estas são motivadas para ter o comportamento idêntico à representação do seu género. As crianças desenvolvem o estereótipo sexual por modelagem e por reforço diferencial que serve para aumentar o estereótipo, em detrimento de comportamentos transversais a ambos os sexos. Neste sentido observa-se que quando os brinquedos são definidos como adaptados para ambos os sexos, as crianças ativamente usam essa informação para guiar o seu comportamento para atividades relacionadas com o seu sexo. As crianças são mais propensas a copiar comportamentos que são especialmente valorizados e julgados como recompensadores quando outros os fazem (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

Os jovens têm a tendência de interagir primeiramente com outros do mesmo sexo e de formar amizades com estes. Existe uma tendência do sexo feminino em interagir com os seus amigos em sequência, enquanto no sexo masculino interagem com os amigos simultaneamente em grupos mais alargados, apesar de o número de amizades ser similar. Neste caso as redes de amizades dos rapazes tendem a ser mais interconectadas do que as das raparigas, ou seja, há uma maior probabilidade dos rapazes terem mais amigos dentro da rede do que as raparigas. Estudos indicam que os grupos masculinos são mais densos/interconectados do que os grupos femininos (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

Teorias propõe que, devido ao facto de os homens, em termos de evolução, formarem grupos e competirem uns com os outros por recursos e estatuto, os rapazes estão mais propensos do que as raparigas a brincar em grupos e a competir uns com os outros, de forma a desenvolverem as suas competências. Por outro lado propõem que certos traços psicológicos e comportamentais, como a competitividade, não evoluíram. Em contrapartida propõem ainda que a diferença de géneros no cumprimento de certos papéis emerge devido às diferenças em termos de tamanho e força, assim como a necessidade biológica que as mulheres têm de cuidar de crianças. Sugerem assim que estes papéis são socialmente construídos, e que os rapazes e as raparigas socializam de forma a adquirir competências para estes papéis, independentemente de serem ou não adequados ao individuo em particular (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

Neste seguimento os padrões de interação social nas redes de amizades dos adolescentes variam em função do género por diversos motivos. Em primeiro lugar, segundo vários autores os adolescentes do sexo masculino têm uma maior pressão para se conformarem a papéis masculinos do que o sexo feminino para se conformarem a papéis femininos, sendo que a falha neste conformismo às normas pode ter como resultado uma atitude de ridicularização por parte dos pares. Em segundo lugar, os rapazes têm uma interação social desenvolvida à volta de atividades sociais, enquanto as raparigas têm uma maior probabilidade de reportarem interações centradas no suporte mútuo. Em terceiro lugar, as raparigas têm uma maior probabilidade de privilegiarem as necessidades dos outros acima das suas. Neste sentido torna-se nítido que os adolescentes de ambos os sexos tendem a vivenciar as amizades com os pares de uma maneira díspar (Falci & McNelly, 2009).

Existem evidências na literatura que indicam que as raparigas mostram ter mais necessidades afiliativas e dão mais importância às suas amizades do que os rapazes (Chan & Poulin, 2009). As investigações em geral revelam uma linearidade no que diz respeito ao aumento dos níveis de intimidade nas amizades consoante os níveis de amizade, sendo que as amizades das raparigas são invariavelmente mais “chegadas” do que as dos rapazes. No que diz respeito ao sexo masculino as relações de amizade são orientadas para a assertividade e para a ação, ao contrário do que ocorre no sexo feminino em que é a satisfação afetiva e o relacionamento empático que assumem especial relevância (Medeiros, 2000). Em particular, os estilos de brincadeira precoce das raparigas comparado com os dos rapazes, tendo em conta que estas preferem uma interação diádica e os rapazes socializam mais em desportos e outros jogos que requerem um maior número de jogadores, representam uma explicação parcial para as diferenças de intimidade.

No que diz respeito às preferências pelo mesmo sexo, ainda não está estipulado se as crianças mostram mais preferência ou menos preferência por amigos do mesmo sexo, ou se a diferença está focada apenas numa destas dimensões. Estudos indicam que as interações com o sexo oposto são mais prováveis de ocorrer entre crianças que são mais aceites pelos pares do mesmo sexo. Esta perspectiva suporta as expectativas de que: a popularidade entre os pares do mesmo sexo está positivamente relacionada com a afeição pelo sexo oposto, e que as crianças que são populares entre os pares do sexo oposto têm menos probabilidade de mostrar preferência pelos pares do mesmo sexo (Bukowski, Gauze, Hoza & Newcomb, 1993).

Estudos reportam que no início da adolescência os adolescentes atribuem diferentes características à popularidade de pares do mesmo sexo e à popularidade de pares do sexo oposto. Especificamente, as características que indicam uma diferença individual positiva, como por exemplo a aparência, são vistas como especialmente importantes para a popularidade com o sexo oposto. Neste sentido, os adolescentes que são populares (ou impopulares) com pares do mesmo sexo podem não ser populares (ou populares) com os pares do sexo oposto (Bukowski, Gauze, Hoza & Newcomb, 1993).

Entre as raparigas uma baixa integração está associada a elevados níveis de sintomas depressivos apenas quando os grupos estão fragmentados, isto é, poucos adolescentes são amigos uns dos outros. Em contrate uma alta coesão nos grupos protege contra o desenvolvimento de sintomas depressivos nas raparigas em redes com uma alta integração. Entre o sexo feminino as redes sociais podem ser mais alargadas visto que existem mais amizades recíprocas. Para os rapazes a alta integração está associada com o aumento de sintomas depressivos quando a coesão é alta, reportando menos níveis de sintomas depressivos em grupos com elevada fragmentação. Para o sexo masculino os baixos níveis de coesão protegem contra os efeitos negativos de uma alta integração. Em conclusão para a maioria dos adolescentes ter muitos amigos, ou seja uma alta integração, não compromete as perceções positivas de suporte e de pertença (Falci & McNelly, 2009), e a relação entre género e suscetibilidade à influência de pares está mais presente nas raparigas que relatam serem mais sensíveis às opiniões dos outros (Giordano, 2003)

Por outro lado, existem diferenças qualitativas consistentes no que diz respeito aos melhores amigos em ambos os géneros na infância e no início da adolescência. Autores indicam que as amizades nas raparigas são marcadas por uma maior intimidade, autorrevelação, validação e cuidado do que nos rapazes. No entanto é devido à maior intimidade das raparigas nas melhores amizades que estas são também menos estáveis e mais frágeis do que as amizades dos rapazes. No sexo masculino as melhores amizades são

caracterizadas por atividades físicas que não requerem a troca de informação pessoal. Além disso as amizades mais chegadas nas raparigas são mais prováveis de ocorrer em contextos isolados do que nos rapazes em que ocorrem numa rede social mais alargada (Einseberg, Damon & Lerner, 2006).

Ter apenas um amigo íntimo não é suficiente para repelir os efeitos nocivos de uma baixa integração. A baixa integração é igualmente prejudicial para ambos os sexos. Segundo Chu (2005) (citado por Falci & McNelly, 2009) esta afirmação é consistente com a evidência de que os adolescentes do sexo masculino desejam ter relações de amizade íntimas tanto quanto o sexo feminino. As raparigas reportam mais dificuldade em lidar com as emoções negativas e com os sentimentos quotidianos respeitantes às suas amizades do que os rapazes. Quando as atividades de pares se centram na cooperação em detrimento de atividades competitivas, a intimidade é mais elevada. Paralelamente o mesmo ocorre quando as melhores amizades dos rapazes são com raparigas, sugerindo assim que pode haver dois tipos diferentes de relações, definidas pelo contexto e pela atividade.

É também de realçar a elevada variedade entre as crianças que nomeiam amigos do sexo oposto, comparativamente às que escolhem amigos do mesmo sexo. Esta grande variabilidade entre as crianças relativamente ao afeto pelo sexo oposto indica que as diferenças individuais nas preferências pelo mesmo sexo estão provavelmente mais relacionadas com as diferenças entre as crianças no que diz respeito às suas perceções relativamente ao sexo oposto, do que as diferenças nas opiniões relativamente ao mesmo sexo. As raparigas que não gostam de atividades mais agressivas são mais suscetíveis a evitarem uma amizade com o sexo oposto. Neste sentido se verifica que a preferência das atividades é um fator importante para a preferência pelo mesmo sexo. Nas pesquisas elaboradas ficou demonstrado que a preferência dos adolescentes por pares do mesmo sexo deve-se em grande parte a dimensões relacionadas com o “gostar” em detrimento do “não gostar”, demonstrando que simplesmente as crianças gostam mais dos pares do mesmo sexo do que do sexo oposto, em oposição a não gostarem do sexo oposto. Neste sentido as pesquisas também indicam que a preferência pelo mesmo sexo aumenta consoante o avanço da idade, como resultado pela troca de opiniões sobre o sexo oposto. A baixa interação com os pares do sexo oposto leva a que não haja oportunidades para mudarem de opinião relativamente a estes (Bukowski, Gauze, Hoza & Newcomb, 1993).

Os estudos também se focam na averiguação relativa à diferença nos géneros no que diz respeito às formas de agressão, focando-se em duas formas de agressão: a indireta e a agressão social. A agressão indireta diz respeito ao encobrimento de comportamentos

agressivos que não são atribuídos facilmente ao agressor, devido ao facto de infligir danos através de outros pares, como por exemplo, convencer os pares a não gostar de um indivíduo. Por outro lado a agressão social refere-se à exclusão e a outros comportamentos que danificam propositadamente a reputação do indivíduo. Esta definição foi alargada para incluir comportamentos não-verbais explicitamente negativos. Estudos indicam que as raparigas percebem as agressões indiretas e sociais, como mais dolorosas do que os rapazes (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009).

Estas diferenças dos géneros em padrões sociais de interação com os amigos podem conduzir a diferenças na influência da estrutura do grupo no que diz respeito a sintomas depressivos.

Devido ao facto de as raparigas estarem mais predispostas a interagirem em grupos pequenos, estas podem ter menos experiência em competições do que os rapazes. Esta diferença pode explicar o porquê das raparigas, em geral, serem menos competitivas do que os rapazes, e o motivo pelo qual se sentem menos confortáveis com a competição. Este evitamento da competição a favor de estratégias mais igualitárias pode explicar porque é que as raparigas têm uma maior fragilidade nas suas relações com o mesmo sexo (Einseberg, Damon & Lerner, 2006). Estudos indicam que tanto os rapazes como as raparigas têm problemas relacionados com excitação emocional e reatividade, sendo que as diferenças de géneros em desorganizações emocionais emergem durante a transição para a adolescência. As raparigas, em particular, estão em risco, sofrendo um aumento na probabilidade de desenvolver uma patologia depressiva e sintomas ansiogénicos. No que diz respeito à patologia depressiva as adolescentes são duas vezes mais suscetíveis de a vir a sofrer do que os rapazes. De facto a depressão é a psicopatologia mais comum a afetar o sexo feminino na adolescência (Eastabrook, Flynn & Hollenstein, 2004).

Especificamente, elevados níveis de coesão social podem não ser tão benéficos para o sexo masculino comparativamente ao sexo feminino. Diversos autores referem que elevados níveis de coesão social podem exercer mais pressão nos rapazes para se conformarem às normas masculinas do grupo, do que redes menos coesas. De forma a evitar ser ridicularizado pelos pares o adolescente tende a ter um comportamento consistente com as normas, mesmo que essas normas não representem a sua personalidade. Neste sentido as autorrepresentações inautênticas têm uma maior probabilidade de conduzir a processos mentais menos saudáveis (Falci & McNelly, 2009). Tendo em conta que os rapazes inseridos em redes sociais com maior coesão podem também estar mais predispostos a ter autorrepresentações inautênticas do que rapazes inseridos em redes com uma coesão mais reduzida, estão também

concomitantemente expostos a uma maior probabilidade de terem mais sintomas depressivos. Em paralelo as redes sociais com uma elevada fragmentação são mais prejudiciais às raparigas. Estas têm uma maior probabilidade de salientarem mais a sua identidade no papel de amizade do que os rapazes, assim como reportam um número mais elevado de fatores ansiogénicos relacionados com os pares. Neste sentido, diversos autores afirmam que os fatores ansiogénicos relacionados com a relação com os pares têm uma influência mais forte no bem-estar mental das raparigas do que nos rapazes. Em conclusão os grupos com uma coesão elevada amortecem os efeitos negativos da alta integração no que diz respeito aos sintomas negativos no sexo feminino mas não no masculino, e paralelamente, os grupos que possuem uma grande fragmentação vão exacerbar os efeitos negativos da alta integração mais intensamente nas raparigas do que nos rapazes (Falci & McNelly, 2009).

## **2.2 Depressão**

### **2.2.1 A Depressão na Adolescência**

Uma revisão detalhada da depressão da adolescência relativamente às crianças que nasceram nos últimos anos do século XX verificou que a depressão na adolescência aumentou, e que os primeiros sintomas depressivos estão a ser observados numa idade inferior (Parker & Roy, 2001).

O início da adolescência é um período no qual a incidência de sintomatologia depressiva aumenta substancialmente. Apesar dos sintomas depressivos serem relativamente comuns na adolescência, estão fortemente associados com um fraco funcionamento psicossocial e representam um fator de risco significativo para a emergência de episódios depressivos durante a adolescência (Chan & Poulin, 2009). Cerca de 30% dos adolescentes reportam sintomas depressivos moderados a severos. O aparecimento prematuro da depressão na adolescência cria fundamentos para episódios depressivos recorrentes e severos ao longo da vida. Por outro lado os sintomas depressivos são os preditores mais fortes de ideação suicida, que conseqüentemente antecede tentativas de suicídio (Falci & McNelly, 2009).

O suporte insuficiente dos pais, como o pouco afeto, estimulação e comunicação contribuem de forma significativa para a aquisição de personalidades vulneráveis, as quais auxiliam para a aprendizagem de modelos insatisfatórios de relacionamentos e aumentam a

propensão para a depressão (Baptista, Baptista & Dias, 2001). Os adolescentes deprimidos tendem a perceber os seus familiares como mais conflituoso, rejeitantes, não fornecedores de suporte e abusivos, sendo que aqueles que têm uma família mais conflituosa reportam mais ocorrências depressivas. As contribuições parentais incluem comportamentos e atitudes que aumentam a insegurança na criança, assim como o aumento da probabilidade de ter distúrbios ansiogénicos, que promovem uma baixa autoestima, levando, no seu todo, a uma diminuição da resiliência a situações psicossociais ansiogénicas. A modelagem pelos pais pode também resultar na falha da aprendizagem a nível de regular efeitos negativos, assim como de fazer face a dificuldades (Parker & Roy, 2001).

Paralelamente, no início da adolescência, devido ao facto de ser um período desenvolvimental marcado por numerosas transições, os adolescentes que percebem instabilidade nas amizades de um mês para o outro sentem elevados sintomas depressivos no mês seguinte. O inverso também acontece, ou seja, os adolescentes que reportam estarem deprimidos durante um mês, percebem instabilidade nas suas amizades no mês a seguir (Chan & Poulin, 2009). No grupo de pares, a rejeição e a vitimização estão significativamente relacionados a um humor depressivo. As características das relações que contribuem fortemente para os sentimentos depressivos são: a quantidade ou número de amizades, a qualidade das amizades, as características dos amigos, como o envolvimento com pares que exibem elevados níveis de comportamentos desviantes, ou a interiorização de sintomas (Chan & Poulin, 2009). O término de uma relação romântica também tem sido identificado como um fator que aumenta a probabilidade de um episódio depressivo, apesar de não influenciar o risco de recorrência (Parker & Roy, 2001).

Os jovens com elevados sintomas depressivos têm uma maior probabilidade de se verem a si próprios como socialmente incompetentes e de acreditarem que os seus amigos não são de confiança e têm uma atitude hostil. Relativamente ao contexto da amizade, os resultados revelam que a perceção da instabilidade em grupos escolares está significativamente associado a elevados níveis de sintomas depressivos, enquanto a instabilidade num contexto não escolar, não está (Chan & Poulin, 2009). A falha em desenvolver competências sociais e académicas em crianças com ansiedade, pode atuar como um mecanismo mediador para o desenvolvimento de depressão tardia. Estudos reportam que crianças assintomáticas reportam mais relações positivas com os pais e pares. As crianças e adolescentes que reportam reações depressivas percebem como fragmentadas as suas relações sociais, tanto com os pais como com os pares, enquanto o oposto não ocorre para os indivíduos bem ajustados (Gaspar de Matos, Barrett, Dadds & Shortt, 2003).

Os adolescentes com relações de amizade íntimas e de suporte podem manifestar, na mesma, sintomas depressivos. Este facto ocorre devido ao processo designado por depressão contagiosa. Diversos estudos verificaram que a depressão pode ser similar entre amigos devido ao facto de os adolescentes selecionarem amigos que inicialmente são similares a si próprios nos seus sintomas de depressão (seleção homofílica) e, concomitantemente, os sintomas depressivos dos amigos podem exacerbar os seus próprios sintomas (socialização), ocorrendo assim um processo cíclico. Por outro lado o adolescente e os seus amigos tornam-se mais similares ao longo do tempo ao aumentarem os seus sintomas depressivos, sugerindo assim que as mudanças nos sintomas depressivos e a formação da amizade podem estar fortemente relacionados durante a adolescência. O processo de socialização relacionado aos sintomas depressivos pode ocorrer através do processo de co-ruminação (Gilleta, Prinsteins, Ciairano, Scholte, Burk, Engels & Larsen,2011).

Muitas formas de disfunções interpessoais têm sido estudadas tanto como causas como consequências, com problemas interpessoais a predizerem o aumento da depressão e a depressão reciprocamente a aumentar os problemas interpessoais. A depressão está relacionada com a rejeição interpessoal, e existem comportamentos interpessoais especificamente relacionados aos indivíduos deprimidos, tal como uma procura excessiva de reafirmação, o que aumenta a probabilidade de serem rejeitados (Starr & Davila, 2008).

Apesar da similaridade nos sintomas depressivos, existem diferenças nas idades em termos de expressão dos sintomas que se podem refletir nas mudanças desenvolvimentais a nível, cognitivo, emocional, biológico e nas competências sociais (Abela & Hankin, 2007). Segundo diversos autores 80 % dos adolescentes deprimidos apresentam irritabilidade duradoura, perda de energia, apatia, desinteresse em geral, lentificação psicomotora, sentimentos de desespero e culpa, perturbações de sono, principalmente hipersónica, alterações de apetite e peso, isolamento, hostilidade e dificuldade de concentração. Outras características próprias desta fase são o mau desempenho a nível escolar, o consumo de álcool e drogas, a baixa autoestima, as ideias e tentativas de suicídio, a violência física, os comportamentos sexuais desprotegidos e as fugas de casa (Bahls, 2002).

O estilo de interiorização, ou seja, um comportamento inibido, envergonhado, ansioso, dependente ou preocupado, frequentemente encontra-se ligado a preocupações cognitivas centradas na falta de popularidade, na insegurança e na baixa-autoestima, aumentando o risco de depressão. Em contraste a exteriorização tem sido identificada como um estilo que aumenta o risco de abuso de drogas e condutas desordeiras (Parker & Roy, 2001).

Existe a evidência de dois processos encontrados nas crianças e adolescentes com depressão: o processo de continuidades homotípicas, ou seja, a persistência do mesmo distúrbio, sugere que a mesma doença se manifesta robustamente em diferentes estádios do desenvolvimento; por outro lado o processo de continuidades heterotípicas, sugere que a mesma doença se manifesta de forma diferente ao longo do desenvolvimento, ou que uma doença promove o risco para outra. Neste sentido as associações entre a depressão e a ansiedade estão relacionadas no curso da vida, mas a sua emergência diverge através do desenvolvimento. Nas fases da infância e início da adolescência a ansiedade tipicamente precede a depressão. No restante período a sequência temporal ocorre nas duas direções, sendo que por vezes a ansiedade precede a depressão, e noutras os sintomas depressivos precedem a ansiedade (Maughan, Collishaw & Stringaris, 2013).

Os índices de comorbidade associados com a depressão tem sido estimados de 40 a 95%, sendo as patologias mais frequentes: os distúrbios de ansiedade, incluindo agorafobia, fobia social, ansiedade na separação, enurese, transtorno obsessivo-compulsivo e perturbação distímia; e os comportamentos disruptivos, como conduta o distúrbio antissocial, o déficit de atenção e hiperatividade, a personalidade borderline, e o abuso de substâncias (Parker & Roy, 2001). Tem sido sugerido que a depressão na adolescência não difere distintamente da depressão nos adultos, aparte dos sintomas melancólicos e dos distúrbios psicomotores serem raros, o que reflete a raridade da melancolia no adolescente (Parker & Roy, 2001).

Os estudos definem três categorias das intervenções para a prevenção: a primeira é a prevenção universal que diz respeito ao público em geral ou comunidade, independentemente do risco, como por exemplo, todos os primeiros anos de uma escola secundária de uma comunidade. A segunda são os programas de prevenção seletiva, que têm como público-alvo os membros de um subgrupo que têm um elevado risco de ter distúrbios, como as crianças com pais depressivos. Por último os programas de prevenção indicados, têm como alvo todas as pessoas que manifestam sintomas de determinado distúrbio (Gladstone & Beardslee, 2009).

Os modelos cognitivos da depressão presumem que a percepção dos indivíduos das suas relações podem influenciar o seu bem-estar psicológico, e que os indivíduos que carregam concepções negativas do seu contexto interpessoal correm um maior risco de ter sintomas depressivos. Autores referem que, comparativamente com crianças bem integradas, as crianças depressivas mantêm uma visão negativa das suas relações com os pares, percebendo-se a si próprias como menos aceites pelo seu grupo e reportando uma qualidade mais baixa nas suas relações com os melhores amigos. Concomitantemente os modelos interpessoais da depressão sublinham o papel crucial da interação de pares no começo e

permanência dos comportamentos depressivos. Mais explicitamente, este modelo ilustra que, quando um indivíduo revela comportamentos depressivos, os parceiros inicialmente têm uma resposta positiva, mostrando suporte. Porém se a depressão persistir, os pares percebem as interações como aversivas e tendem a evitar futuras interações com esta pessoa. Paralelamente a rejeição dos pares exacerba os sintomas depressivos (Chan & Poulin, 2009).

As teorias cognitivas da depressão referem-se primeiramente à relação entre a atividade mental e à vivência dos sintomas depressivos ou episódios, definindo por outro lado, a vulnerabilidade como uma característica interna e estável de um indivíduo, que o predispõe ao desenvolvimento de depressão após a ocorrência de eventos negativos. A cognição diz respeito a processos mentais como a percepção, o julgamento, a razão e o reconhecimento (Abela & Hankin, 2007). A severidade da depressão varia em função do grau de vulnerabilidade cognitiva, da severidade dos eventos negativos, e o conteúdo dos pensamentos que se seguem após a ocorrência de um evento ansiogénico (Abela & Hankin, 2007).

Existem quatro modelos cognitivos de vulnerabilidade à depressão: a teoria da desesperança, a teoria cognitiva de Beck, a teoria de estilos de resposta e a teoria de predisposições da personalidade para a depressão (Abela & Hankin, 2007).

A teoria da desesperança centra-se nas contribuições das interações para um subtipo específico de depressão: a depressão sem esperança. Esta teoria postula três estilos depressivos e ansiogénicos que contribuem como causa: a tendência para atribuir um carácter negativo a eventos no geral; a tendência para perceber os eventos negativos como causadores de inúmeras consequências graves; e a tendência para ver o self com falhas no seguimento de eventos negativos (Abela & Hankin, 2007).

Similar à anterior teoria, a teoria cognitiva de Beck também averigua a contribuição das interações para a depressão. Central a esta teoria está o constructo de esquemas, que são definidos como representações mentais do self e de experiências anteriores, sendo estas características duradouras na organização mental. Quando o sujeito é confrontado com uma situação, o esquema adequado mais relevante é ativado. A ativação do esquema influencia como a pessoa percebe, codifica e interioriza a informação derivada da situação. Neste sentido Beck (1967, 1983) (citado por Abela & Hankin, 2007) propõe que determinados indivíduos possuem esquemas depressivos que conferem vulnerabilidade à depressão, Estes esquemas estão tipicamente organizados em atitudes disfuncionais como, por exemplo, “Eu não sou nada se a pessoa que eu amo não gosta de mim” ou “ Se eu falhar no meu projeto, não valho enquanto pessoa”. Neste sentido estes esquemas são ativados na sequência de eventos

negativos. Assim que são ativados os esquemas depressivos ativa-se um padrão negativo relativamente a autorreferências caracterizadas por erros no pensamento, o que aumenta a probabilidade de desenvolvimento da tríade cognitiva negativa. Beck define esta tríade como contendo três distintos padrões cognitivos depressivos: as visões negativas do self, as visões negativas do mundo e as visões negativas do futuro. Beck refere que uma vez ativos estes padrões o indivíduo vai desenvolver sintomas depressivos (Abela & Hankin, 2007).

A teoria de estilos de resposta afirma que a maneira como os indivíduos reagem aos seus sintomas depressivos determina a severidade e duração destes. São propostas duas respostas: a ruminação e a distração. A ruminação aumenta a severidade e duração dos sintomas, enquanto que a distração é mais propensa a suscitar alívio. Esta teoria foi originada para explicar a diferença entre os géneros, pondo a hipótese que as mulheres são mais predispostas à ruminação enquanto os homens são à distração (Abela & Hankin, 2007).

Por último a predisposição da personalidade para a depressão refere que existe um maior risco de desenvolver depressão consoante a vulnerabilidade inerente à personalidade. Mais especificamente afirma que os indivíduos com personalidade dependente têm um maior risco de desenvolver sintomas depressivos no seguimento de eventos interpessoais negativos, enquanto os indivíduos autocríticos estão em maior risco após falhas em atingir os seus objetivos. Os indivíduos com personalidade dependente estão mais preocupados com problemas interpessoais, pois precisam da aprovação dos outros para o seu bem-estar, estando em maior risco quando percebem instabilidade nas relações, perda ou rejeição social. Os indivíduos autocríticos preocupam-se mais com problemas na conquista de objetivos, precisando de atingir os seus padrões, ou os padrões dos outros para manter o seu bem-estar, estando em maior risco quando percebem que não estão a atingir os seus padrões (Abela & Hankin, 2007).

Diversas teorias da depressão propõem que as características e os comportamentos dos indivíduos com depressão deterioram as relações sociais ao evocar respostas negativas dos outros, e ao generalizar conflitos interpessoais, que leva a que os pares os evitem (Abela & Hankin, 2007). Por outro lado, segundo a teoria dos processos sociais depressivos, os indivíduos deprimidos em contexto social não podem/conseguem ser evitados. Especificamente negam o encorajamento e reafirmação inicialmente provida dos outros, e mantêm a sua depressão e impacto negativo nos outros à sua volta. Os indivíduos deprimidos observam inconsistências entre a reafirmação e os comportamentos dos outros, o que aumenta a sua expressão de sintomas, que conseqüentemente provoca efeitos negativos e aumenta as dificuldades interpessoais. Por seu lado as dificuldades interpessoais servem para perpetuar ou

exacerbar os sintomas e promover a recorrência de depressão no futuro. Este ciclo é particularmente problemático na juventude, em que há menos flexibilidade nos contextos sociais e os jovens interagem regularmente com as mesmas pessoas (Abela & Hankin, 2007).

Por último os sintomas depressivos, como o duvidar de si próprio e os sentimentos de desvalorização, podem levar os jovens a ter esforços excessivos de reafirmação por parte dos seus pares, e se estes esforços falham na pacificação do jovem, os pares eventualmente reagem com aborrecimento e raiva e podem afastar-se do jovem. Os sintomas depressivos também conduzem a um foco negativo em si próprio e numa tendência de ter um diálogo de cariz negativo em conversas com os amigos. Um foco negativo excessivo no próprio pode levar a que as interações sejam desagradáveis e frustrantes e pode alienar os parceiros. Resumidamente os sintomas depressivos promovem a falta de suporte social, o feedback negativo, a rejeição dos pares, a instabilidade nas amizades, uma baixa qualidade de amizade relatada pelo próprio (mas não pelos outros), e fatores ansiogénicos gerais nas relações românticas, num período de 3 a 12 meses (Abela & Hankin, 2007). Os adolescentes com elevados níveis de sintomas depressivos reportam mais qualidades negativas, como conflito, criticismo e exclusão nas suas relações românticas (Abela & Hankin, 2007).

### **2.2.2 Diferenças entre géneros**

Estudos indicam que as diferenças de géneros na depressão são mais evidentes nas idades entre os 15 e os 18 anos, e que o número de eventos ansiogénicos aumenta substancialmente durante a adolescência (Chan & Poulin, 2009).

As raparigas são particularmente vulneráveis a desenvolver sintomas depressivos durante a adolescência. Apesar de na pré-puberdade tanto os rapazes como as raparigas mostrarem valores relativamente iguais no que diz respeito à depressão, na adolescência o sexo feminino fica deprimido com mais frequência. A insatisfação com o corpo explica parcialmente o motivo que leva a que o início da puberdade esteja ligado à depressão nas raparigas (Abela & Hankin, 2007). Por volta dos 15 anos de idade as raparigas têm duas a três vezes mais probabilidades de terem depressão do que os rapazes, sendo que este facto persiste pela vida adulta (Starr & Davila, 2008).

Tendo em conta que o contexto escolar constitui o primeiro ambiente no qual os jovens se relacionam quotidianamente, a instabilidade nas amizades neste contexto, afeta com maior intensidade os sintomas depressivos, do que a instabilidade nas amizades num contexto

não escolar (Chan & Poulin, 2009). Por outro lado alguns estudos indicam que a associação entre sintomas depressivos e um mau desempenho acadêmico é mais forte nos rapazes no que nas raparigas e, por outro lado, indicam também que a depressão prejudica a nível global mais as raparigas do que os rapazes. Tendo em conta que o sexo feminino é mais sensível a problemas sociais do que o sexo masculino, um meio social menos estruturado e com mais problemas tem uma maior influência nos sintomas depressivos nas raparigas do que nos rapazes (Verboom, Sijtsema, Penninx, Ormel & Verhulst, 2014).

Existem diferenças nos sexos no que diz respeito às emoções básicas, sendo que no caso do sexo masculino há uma tendência a exibir maior irritabilidade e raiva, enquanto no sexo feminino demonstra ter mais sentimentos de medo. Nesta sequência as raparigas revelam mais cedo a consciência para a socialização, para a cooperação, para a harmonia e para os sentimentos dos outros, revelando maiores níveis de empatia. Em contraste os rapazes exibem mais frustração e uma desregulação emocional maior do que as raparigas, começando na pré-escola e persistindo ao longo da vida. Na adolescência os rapazes tendem a negar os seus sentimentos de tristeza e procuram escondê-los, interiorizando as emoções negativas, especialmente a tristeza e ansiedade, enquanto as raparigas reportam níveis mais elevados e intensos de tristeza, vergonha e culpa. As raparigas demonstram elevados níveis de controlo de esforço, como a mudança de foco de atenção e a habilidade para controlar comportamentos inapropriados, enquanto os rapazes demonstram elevados níveis a exteriorizar através do comportamento, centrando-se a brincadeira, desde os primeiros anos de vida, na ação, nos objetos, e em objetivos e poder; enquanto a brincadeira das raparigas se centra em temas familiares e relacionais. Foi sugerido que estas diferenças ocorrem devido a fatores de personalidade ou a fatores de socialização parental. (Abela & Hankin, 2007)

Estudos verificaram que as adolescentes vivenciam maiores níveis de ansiedade e conflito com os pais e com os pares, constatando que as relações de pares têm um papel mais importante nas raparigas do que nos rapazes (Gaspar de Matos, Barrett, Dadds & Shortt, 2003). O aumento da probabilidade de sintomas ansiogénicos e de ruminação como estilo de resposta nas raparigas está ligado a mudanças biológicas associadas à puberdade, fatores socioculturais, e ao facto de as raparigas terem uma maior probabilidade de vivenciar os eventos negativos como ansiogénicos e depressivos (Parker & Roy, 2001). Autores descrevem o processo de co-ruminação, na qual as raparigas tendem a revelar informações emocionais na procura de suporte entre os pares, como um fator que pode contribuir para interiorizar os problemas. A forma como as raparigas socializam leva a que fiquem mais expostas a fatores ansiogénicos interpessoais (Abela & Hankin, 2007).

As diferenças também têm sido atribuídas a variações no comportamento, tendo o sexo feminino mais inclinação para o “act in”, e conseqüentemente para desenvolver sintomas de ansiedade e depressão, e o sexo masculino mais inclinação para o “act out”, ou seja de expressar os sentimentos através do comportamento (Parker & Roy, 2001).

Alguns autores referem que o sexo feminino relata mais sintomas subjetivos, como sentimentos de tristeza, de vazio, de desinteresse, raiva e ansiedade. Têm também mais preocupação com a popularidade, manifestando menos satisfação com a sua aparência e menos auto estima, enquanto que, por outro lado, os rapazes relatam mais sentimentos de desprezo, desafio e desdém, e reagem revelando mais problemas de conduta como: fugas de casa, roubo, violência física, faltar às aulas e consumo de álcool e drogas (Bahls, 2002). Paralelamente alguns estudos verificaram que no processo de socialização os adolescentes do sexo masculino tendem a interiorizar os seus sentimentos, de forma a ter um comportamento similar aos pares. Este não é o caso do sexo feminino que revela mudanças nos sintomas depressivos ao longo do tempo, enquanto controla o nível inicial de semelhança entre os membros da díade (Gilleta, Prinsteins, Ciairano, Scholte, Burk, Engels & Larsen, 2011).

A comorbidade entre a ansiedade e a depressão é mais forte no sexo feminino através dos diversos estádios da adolescência, porém pode mostrar padrões mais variáveis no sexo masculino (Gaspar de Matos, Barrett, Dadds & Shortt, 2003).

A associação entre os fatores ansiogénicos e a depressão pode ser englobada em quatro modelos conceptuais diferentes: a exposição a fatores ansiogénicos, a reatividade à ansiedade, a geração, e o contágio da depressão (Abela & Hankin, 2007).

A exposição a fatores ansiogénicos é um modelo no qual as raparigas têm mais fatores ansiogénicos do que os rapazes e em consequência tem mais probabilidade a manifestar sintomas depressivos. As raparigas reportam fatores interpessoais ansiogénicos, incluindo os pares, os parceiros românticos e os membros familiares, enquanto os rapazes relatam que os fatores ansiogénicos estão relacionados ao sentimento de realização. Este modelo define que as diferenças na depressão são mediadas pela maior exposição das adolescentes às relações com os pares (Abela & Hankin, 2007).

O modelo de reatividade à ansiedade é um modelo que pressupõe que as raparigas exibem maiores níveis de depressão do que os rapazes, em resposta aos fatores ansiogénicos. As raparigas reagem com níveis mais elevados de sintomas depressivos a fatores interpessoais, enquanto os rapazes reagem mais a fatores escolares (Abela & Hankin, 2007).

O modelo de geração é um modelo transacional que sugere que as características individuais do jovem precedem e contribuem para o maior grau de experiência de fatores

ansiógenicos. Estes fatores ocorrem mais na adolescência, especialmente no sexo feminino (Abela & Hankin, 2007).

O modelo de contágio da depressão refere-se ao contágio da depressão entre os adolescentes em contexto de relação interpessoal. Estudos revelam sincronia temporal nos episódios de depressão entre mães e filhas e, por outro lado, que os sintomas depressivos nos melhores amigos na adolescência predizem sintomas depressivos reportados pelo amigo que não tinha depressão, especialmente no sexo feminino (Abela & Hankin, 2007).

Por último diversos estudos indicam que as queixas somáticas entre os jovens com depressão diminuem com a idade. A hipersónia e a redução de apetite para as raparigas aumenta durante a adolescência, assim como o risco de suicídio no período intermédio da adolescência para as raparigas, e no fim da adolescência para os rapazes (Abela & Hankin, 2007).

### **III. PROBLEMÁTICA**

#### **3.1 Apresentação do problema e hipóteses**

Como referido na Introdução a este trabalho, o presente estudo empírico pretende averiguar se existe uma relação entre a qualidade da amizade e os sintomas depressivos na faixa etária da adolescência, tanto no sexo masculino como no sexo feminino. Neste sentido, com base no enquadramento teórico e tendo em conta o problema em investigação, pretende-se averiguar as seguintes hipóteses teóricas:

Hipótese 1 – Existem diferenças significativas entre os géneros relativamente à qualidade da amizade a favor do sexo feminino.

Hipótese 2 – Existem diferenças significativas entre os géneros relativamente aos sintomas depressivos, devendo o género feminino apresentar valores mais elevados.

Hipótese 3 – Existe uma associação negativa entre a qualidade da amizade e os sintomas depressivos.

Hipótese 4 – Existem diferenças significativas na qualidade da amizade consoante o número de amigos recíprocos, sendo os valores inferiores para os jovens sem amigos nos dois anos consecutivos.

Hipótese 5 - Existem diferenças significativas no grau dos sintomas depressivos consoante o número de amigos recíprocos, sendo os valores superiores para os jovens sem amigos nos dois anos consecutivos.

## **IV. MÉTODO**

### **4.1 Delineamento**

Esta investigação insere-se no protótipo de um estudo empírico longitudinal do tipo correlacional, quantitativo e de natureza quase-experimental. Tendo em conta que é um estudo longitudinal, este decorreu num intervalo de tempo de dois anos, tendo sido feitas duas recolhas, a primeira no primeiro ano e a segunda no segundo ano. Este estudo possui dois conjuntos de variáveis dependentes e duas variáveis independentes. O primeiro conjunto de variáveis dependentes corresponde às várias dimensões da amizade e, o segundo conjunto às dimensões da depressão. Ambos foram recolhidos no segundo ano do estudo. As variáveis independentes correspondem ao número de amigos nos dois momentos de recolha e ao género.

O tipo de amostragem recolhida é não probabilística, de conveniência.

### **4.2 Participantes**

A amostra faz parte de outra de maior dimensão proveniente do projeto de investigação denominado como “Relações de amizade e com a família nas trajetórias de isolamento social em jovens adolescentes”. Este projeto foi financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT) com o registo PTDC/P. SI-PDE/098257/2008. O investigador responsável foi o Prof. Doutor António José dos Santos. O projeto foi realizado na Unidade de Investigação em Psicologia Cognitiva, do Desenvolvimento e da Educação (UIPCDE – Linha 1: Psicologia do Desenvolvimento) do ISPA-IU.

Fizeram parte do presente estudo no primeiro momento 378 participantes com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos, que frequentavam o 7º, 8º e 9º ano de escolaridade de duas escolas da zona de Lisboa. Desta amostra inicial 253 jovens participaram no segundo momento de recolha.

### 4.3 Instrumentos

#### 4.3.1 Questionário da Qualidade da Amizade (versão original, Parker & Asher, 1993; versão Portuguesa, Freitas, Santos, Correia, Ribeiro & Fernandes, 2013).

O Questionário da Qualidade da Amizade é uma escala de autorrelato multidimensional criada por Parker e Asher em 1993, que avalia as perceções que crianças e adolescentes têm sobre as principais características qualitativas da ligação ao seu melhor amigo. A sua elaboração teve como objetivo incorporar os aspetos qualitativos da amizade que são:” as oportunidades que a relação proporciona para o jogo, brincadeira, companheirismo, recreação e diversão; o nível de partilha íntima característico da relação; o grau de auxílio e orientação entre os parceiros da díade; o sentimento de validação pessoal e de promoção da autoestima que os sujeitos encontram na relação; os conflitos e desentendimentos que são comuns entre amigos; as estratégias utilizadas para a resolução desses conflitos devem ainda ser consideradas, na medida em que este fator parece ser diferenciador entre relações de pares mais próximas e mais distais” (Freitas, Santos, Correia, Ribeiro & Fernandes, 2013). Os itens foram agrupados nas seguintes subescalas:

- Companheirismo/ recreação: pretende averiguar se os amigos passam um tempo de qualidade/agradável quando estão juntos, seja dentro ou fora da escola. A esta subescala correspondem os itens 2, 7, 19, 22, 23. Eg., Item 22: “Eu e o (a) \_\_\_\_\_ vamos a casa um do outro”

-Validação/ cuidado: pretende averiguar se a relação é caracterizada por aspetos como o cuidar, o apoio e o interesse. A esta subescala correspondem os itens 4, 5, 6, 8, 10, 12, 13, 15, 30, 41. E.g., Item 6: “Eu e o (a) \_\_\_\_\_ fazemos com que cada um de nós se sinta importante e especial.”

-Partilha de intimidade: pretende averiguar se a relação é baseada na partilha de informações pessoais ou sentimentos. A esta subescala correspondem os itens 14, 16, 25, 29, 38, 40.E.g., Item 40: “Eu e o \_\_\_\_\_ contamos segredos um ao outro.”

- Ajuda/orientação: pretende averiguar se existem esforços de ambos os amigos para se ajudarem mutuamente ou para desempenharem tarefas desafiantes. A esta subescala correspondem os itens 17, 18, 24, 28, 32, 33, 34, 36, 39. E.g., Item 18: “Eu e o (a) \_\_\_\_\_ fazemos favores especiais um ao outro.”

- Conflito/ traição: pretende averiguar o grau de discussões, discordância, aborrecimento ou desconfiança. A esta subescala correspondem os itens 3, 9, 20, 21, 27, 31, 37. E.g., Item 27: “Eu e o (a) \_\_\_\_\_ brigamos muito.”

- Resolução de conflitos: pretende averiguar a eficiência e razoabilidade na resolução das divergências na relação. A esta subescala correspondem os itens 11, 26, 35. E.g., Item 35: “O (A) \_\_\_\_\_ e eu terminamos as nossas discussões muito depressa.”

O questionário é composto por quarenta itens e mais um de aquecimento.

#### **4.3.2 Inventário de Depressão da Criança (versão original, Kovacs, 1992; adaptação Portuguesa em curso)**

O Inventário de Depressão da Criança foi criado por M. Kovacs em 1992, e consiste em 27 grupos de itens que avaliam os aspetos comportamentais, cognitivos, emocionais e fisiológicos da depressão. Foi validado para ser utilizado em idades entre os 7 e os 18 anos. As crianças/ adolescentes devem assinalar, dentro de cada grupo, a frase que melhor demonstre os sentimentos e pensamentos que tivera, nas duas semanas anteriores.

Utilizando uma resposta de 3 itens para capturar o baixo, moderado ou alto envolvimento (em que 0= não me canso nunca; e 2= estou sempre cansado), os 27 grupos de itens são: 1- Nunca me sinto triste.; 2- Nunca nada me vai correr bem.; 3- Faço quase tudo bem.; 4- Tudo me dá alegria.; 5- Sou quase sempre mau.; 6- Nunca penso nas coisas más que me podem acontecer.; 7- Detesto-me.; 8- Todas as coisas más são culpa minha.; 9- Não penso em matar-me.; 10- Todos os dias tenho vontade de chorar.; 11- Tudo me aborrece imenso.; 12- Gosto de estar com pessoas.; 13- Nunca consigo tomar decisões.; 14- Gosto do meu aspeto.; 15- Tenho sempre que me esforçar muito para fazer os trabalhos da escola.; 16- Todas as noites me custa muito a dormir.; 17- Nunca me sinto cansado.; 18- Nunca me apetece comer.; 19- Não me preocupo com a minha saúde.; 20- Não me sinto só.; 21- Nunca me divirto na escola.; 22- Tenho imensos amigos.; 23- As minhas notas são boas.; 24- Nunca vou conseguir ser tão bom como os outros.; 25- Tenho a certeza que ninguém gosta de mim.;

26- Faço sempre o que me dizem.; 27- Dou-me bem com os outros.. O questionário tem ainda um exemplo para treino e melhor compreensão do seu preenchimento.

O total varia de 0 a 52, sendo 19 um indicativo de depressão (Chan & Poulin, 2009). Foi reportado como um instrumento válido e de confiança, com uma consistência interna de 0.89 (Sorensen, Frydenberg, Thastum & Thomsen, 2005).Ao contrário do conhecido instrumento de avaliação para adultos “Beck Depression Inventory” este instrumento possui questões num formato de resposta mais acessível para uma camada mais jovens de sujeitos.

### **4.3.3 Nomeações de amizade (versão original, Bokowski, Hoza & Boivin, 1994; adaptação Portuguesa em curso)**

Foi pedido aos participantes que indicassem o nome do seu “melhor amigo” e também do “segundo melhor amigo” da turma. No entanto, impôs-se como condição o facto de a escolha ter de recair sobre alguém do mesmo sexo que os sujeitos, uma vez que a literatura tem demonstrado, não só diferenças entre raparigas e rapazes nas suas relações de amizade durante este período, mas também como são raras as nomeações entre pré-adolescentes de sexos opostos (Buhrmester, 1996; Bukowski, Gauze, Hoza & Newcomb 1993). Optou-se por se considerar para análise o número de amizades recíprocas, isto é, quando os jovens se escolhiam mutuamente nas suas primeiras ou segundas nomeações – tendo, assim, sido definidos como “melhores amigos”.

## **4.4 Procedimento**

No âmbito do projeto de investigação em que o presente estudo está inserido as duas escolas foram contactadas no sentido de explicitar em que consistia o projeto e o tempo que seria necessário para a aplicação dos questionários. Por fim, foram pedidas as autorizações. Com as autorizações concedidas pelas escolas, procedeu-se à entrega das autorizações aos pais dos alunos que participariam na investigação e à planificação dos dias de aplicação dos questionários junto dos diretores das turmas que participariam no estudo.

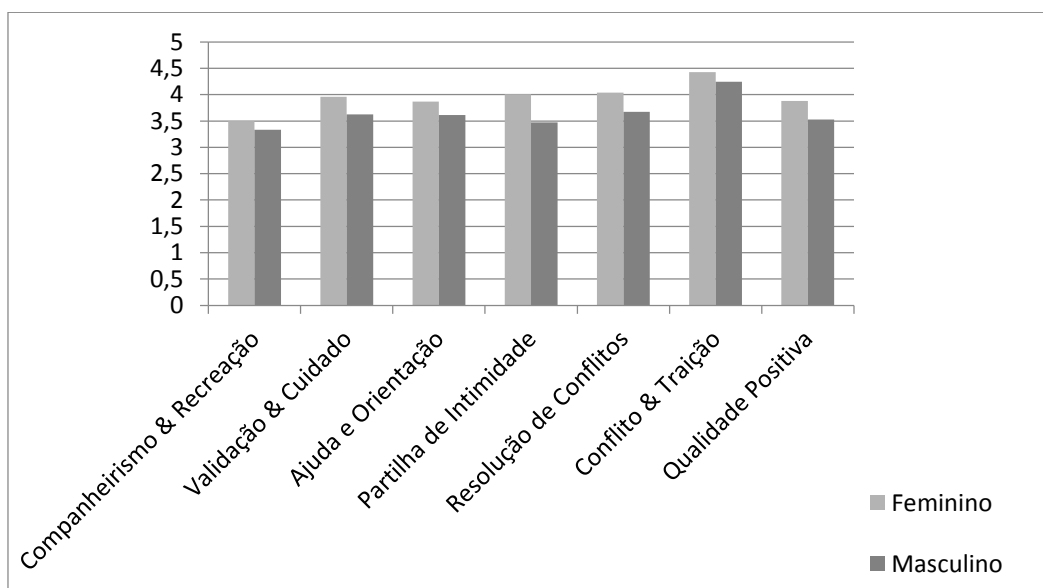
Após serem recebidas as autorizações por parte dos pais, passou-se à aplicação dos questionários que foi administrado às turmas em contexto de sala de aula. Foi pedido aos alunos que respondessem com a maior sinceridade possível e foi-lhes garantido que as suas

respostas seriam totalmente confidenciais. Para que as respostas fossem individuais e sem a influência dos colegas pediu-se também que não comentassem nem trocassem impressões com os mesmos enquanto preenchiam os questionários. O mesmo procedimento foi repetido no ano seguinte.

## V. RESULTADOS

### 5.1 A qualidade da amizade em função do gênero

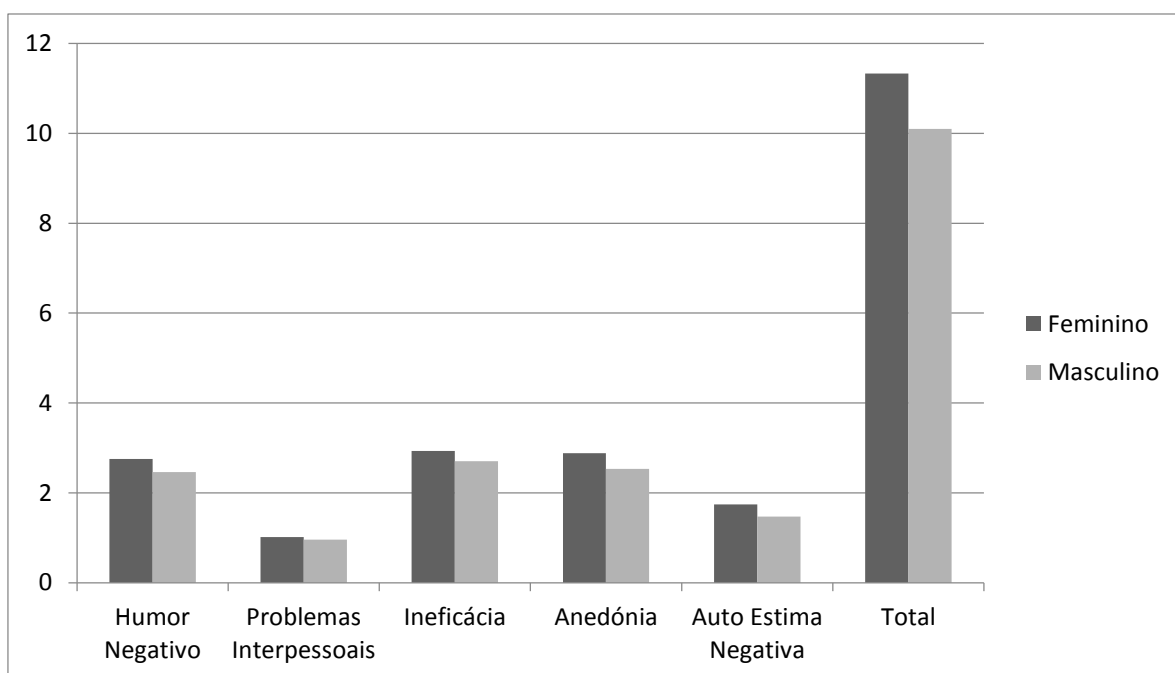
Realizamos uma análise de variância em função do gênero para as dimensões da qualidade da amizade. Os nossos resultados demonstram que as raparigas apresentam valores mais elevados nas dimensões, Validação e Cuidado  $F(1, 377) = 16,556, p < .001$ ; Ajuda e Orientação,  $F(1, 377) = 7,687, p < .001$ ; Partilha de Intimidade,  $F(1, 377) = 26,941, p < .001$ ; Resolução de Conflitos,  $F(1, 377) = 12,6, p < .001$  Conflito e Traição (escala invertida),  $F(1, 377) = 12,6, p < .001$  e Total da Qualidade da amizade,  $F(1, 377) = 19,467, p < .05$ . As raparigas apresentam uma tendência a apresentar um valor superior na dimensão de Companheirismo e Recreação  $F(1, 377) = 3,702, p = 0.055$



**Figura 1** - A qualidade da amizade em função do gênero

## 5.2 A Depressão em função do género

Realizamos uma análise de variância em função do género para as dimensões da depressão. Os nossos resultados demonstram que não existem diferenças significativas nas dimensões, Humor Negativo  $F(1, 377)=1,658, ns$ ; Problemas Interpessoais,  $F(1, 377)=,169, ns$ ; Ineficácia,  $F(1, 377)=1,231, ns$ ; Anedónia,  $F(1, 377)=1,513, ns$ ; Auto estima Negativa,  $F(1, 377)=,2,172, ns$  e Total da depressão,  $F(1, 377)=2,719, ns$ .



**Figura 2** - A depressão em função do género

## 5.3 Correlação entre as dimensões da qualidade da amizade e da depressão

De seguida apresentamos as correlações entre as dimensões da qualidade da amizade no tempo 2 e os sintomas depressivos no tempo 2. Como se pode verificar na tabela 1 os jovens que apresentam valores mais elevados na dimensão de Validade e Cuidado apresentam valores menos elevados ao nível do Humor Negativo, Ineficiência, e total de sintomas depressivos. As correlações obtidas indicam que os jovens com valores mais elevados na dimensão Ajuda e Orientação apresentam menos Humor Negativo. No mesmo sentido jovens com valores mais elevados na Resolução de Conflitos apresentam menos Humor Negativo,

Anedónia e valor total de depressão. Finalmente jovens com valores menores ao nível do Conflito e Traição apresentam menos Humor Negativo, menos problemas Interpessoais menos Ineficiência, e um valor mais baixo no total da depressão.

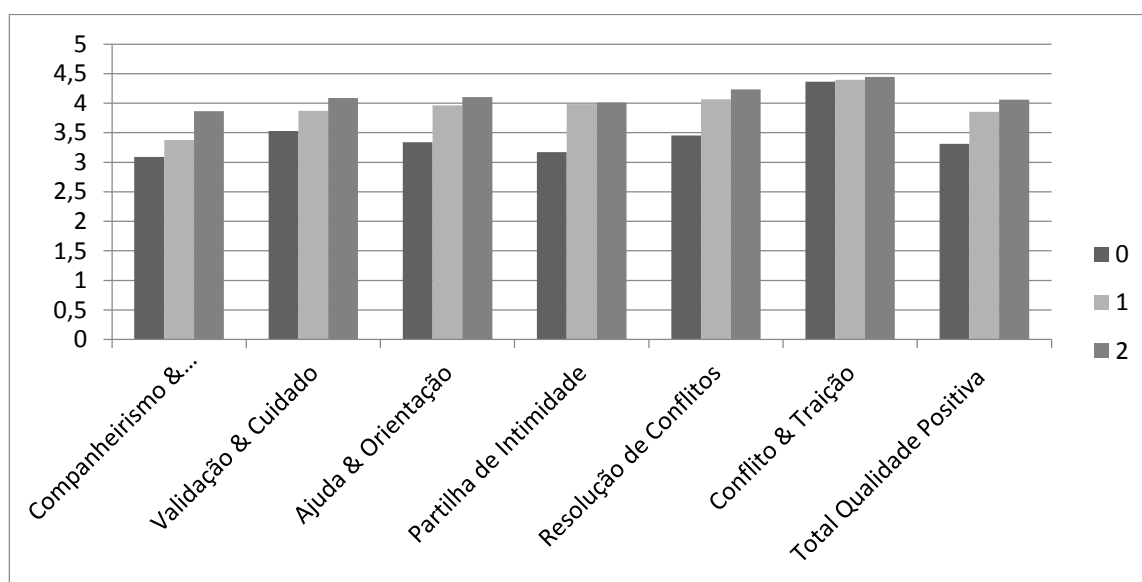
<i>Correlação de Pearson</i>	Humor Negativo	Problemas Interpessoais	Ineficiência	Anedonia	Autoestima Negativa	IDC Total
Companheirismo & Recreação	-0,062	0,058	0	-0,039	0,022	-0,018
Validação & Cuidado	-,156*	0,025	-,164*	-0,109	-0,038	-,142*
Ajuda & Orientação	-,139*	-0,032	-0,013	-0,09	-0,017	-0,09
Partilha de Intimidade	-0,043	0,01	-0,045	-0,024	-0,029	-0,042
Resolução de Conflitos	-,150*	-0,076	-0,082	-,142*	0,015	-,132*
Conflito & Traição	-,168*	-,190**	-,237**	-0,105	-0,083	-,208**
Total Qualidade Positiva	-0,129	-0,005	-0,07	-0,094	-0,011	-0,099

\*<0.05

**Tabela 1-** Correlação de Pearson e nível de significância entre a qualidade da amizade e o grau dos sintomas depressivos no Tempo 2

#### 5.4 A qualidade da amizade em função do número de amigos

Procurou avaliar-se se os adolescentes com maior número de amigos diferiam dos jovens sem amigos recíprocos ao nível da qualidade da amizade. Como se pode verificar na figura 3, os nossos resultados revelaram que os jovens com mais amigos recíprocos são os que apresentam valores mais elevados nas dimensões de Companheirismo e Recreação  $F(2, 251)=8,663, p<.001$ , Validação e Cuidado  $F(2, 251)= 4,82, p<.01$ ; Ajuda e Orientação,  $F(2, 251)= 9,261, p<.001$ ; Partilha de Intimidade,  $F(2, 251)= 9,86, p<.001$ ; Resolução de Conflitos,  $F(2, 251)= 7,197, p<.001$  e Total da Qualidade da amizade,  $F(2, 251)=10,06, p<.05$ . Não se verificaram diferenças significativas na dimensão Conflito e Traição,  $F(2, 251)=.26, ns$ .



**Figura 3-** Qualidade da amizade em função do número de amigos

Análises Post Hoc revelaram que na dimensão Companheirismo e Recreação comparando os adolescentes que têm 0 amigos com os que têm apenas 1 não se verificam diferenças significativas ( $p > 0.05$ ), mas comparando com os que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ) já se verificam diferenças significativas a nível da qualidade da amizade. Por outro lado, existem diferenças significativas comparando os adolescentes que têm apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ).

Na dimensão Validação e Cuidado comparando os adolescentes que têm 0 amigos com os que tem apenas 1 não se verificam diferenças significativas ( $p > 0.05$ ), mas comparando com os que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ) já se verificam diferenças significativas a nível da qualidade da amizade. Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que têm apenas um amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

Na dimensão Ajuda e Orientação comparando os adolescentes que têm 0 amigos com os que têm apenas 1 verificam-se diferenças significativas ( $p < 0.01$ ), e o mesmo sucede com os adolescentes que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ). Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que têm apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

Na dimensão Partilha de Intimidade comparando os adolescentes que têm 0 amigos com os que tem apenas 1 verificam-se diferenças significativas ( $p < 0.01$ ), e o mesmo sucede com os adolescentes que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ). Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que tem apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

Na dimensão Resolução de Conflitos comparando os adolescentes que têm 0 amigos com os que têm apenas 1 verificam-se diferenças significativas ( $p < 0.01$ ), e o mesmo sucede com os adolescentes que têm 2 amigos ( $p < 0.01$ ). Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que tem apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

Na dimensão Conflito e Traição comparando os adolescentes que tem 0 amigos com os que tem apenas 1 constata-se que não há diferenças significativas ( $p > 0.05$ ), e que o mesmo sucede com os adolescentes que tem 2 amigos ( $p > 0.05$ ). Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que tem apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

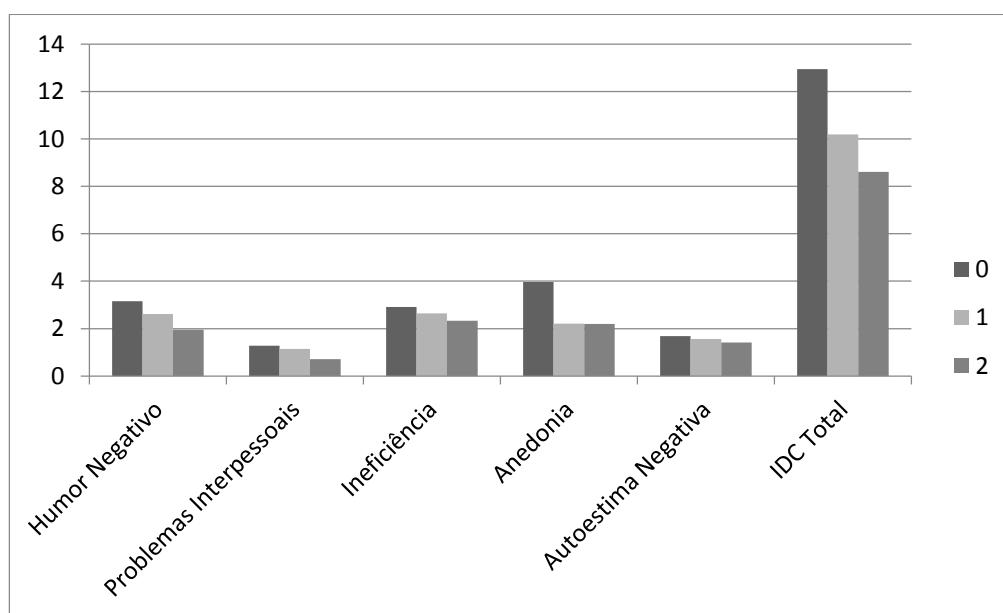
No Total da Qualidade Positiva comparando os adolescentes que tem 0 amigos com os que tem apenas 1 verifica-se que há diferenças significativas ( $p < 0.01$ ), sendo que o mesmo sucede na comparação com os que tem 2 amigos ( $p < 0.01$ ). Por outro lado, não existem diferenças significativas comparando os adolescentes que tem apenas 1 amigo com os que têm 2 amigos ( $p > 0.05$ ).

Em conclusão pode-se verificar que há sempre diferenças significativas na qualidade de amizade entre os adolescentes que possuem 0 e 2 amigos em todas as dimensões com

exceção da dimensão Conflito & Traição, na qual não se verificou diferenças significativas, significando que o número de amigos não influencia a qualidade da amizade nesta dimensão.

### 5.5 A sintomatologia depressiva em função do número de amigos

Procurou avaliar-se se os adolescentes com maior número de amigos diferiam dos jovens sem amigos recíprocos ao nível da sintomatologia depressiva. Como se pode verificar na figura 4, os nossos resultados revelaram que os jovens com menos amigos recíprocos são os que apresentam valores mais elevados nas dimensões de Anedonia,  $F(2, 251)=4,141, p<.05$ ; de Humor Negativo  $F(2, 251)=2,493, p=0.09$ , e valor total do IDC  $F(2, 251)=2,393, p=0.098$ . Não se verificaram diferenças significativas na dimensão Problemas Interpessoais  $F(2, 251)=1,475, ns$ ; Ineficiência,  $F(2, 251)=,548, ns$  e Auto-estima negativa,  $F(2, 251)=,857, ns$



**Figura-4** O grau dos sintomas depressivos em função do número de amigos

Fazendo uma comparação entre cada dimensão do Inventário de Depressão da Criança e o número de amigos próximos que cada adolescente tem verificamos que:

As análises Post Hoc indicaram que na dimensão Humor Negativo existe uma tendência entre o grupo com 0 amigos e o grupo com 2 amigos ( $p=0.072$ ), na dimensão Aneônia existem diferenças significativas entre o grupo com 0 amigos e com 1 amigo ( $p=0.029$ ), assim como entre o grupo com 0 amigos e o grupo com 2 amigos ( $p=0.046$ ); finalmente encontramos uma tendência entre o grupo com 0 amigos e o grupo com 2 amigos no total da escala IDC ( $p=0.086$ ).

## VI. DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo global alargar o conhecimento acerca da relação entre a qualidade da amizade e os sintomas depressivos na adolescência. Apesar de existirem inúmeros estudos relacionados a estes temas, existem algumas incongruências nos resultados, havendo assim a necessidade de aprofundar as pesquisas. Por outro lado é de notar que a maioria das pesquisas anteriormente realizadas se focam mais nos adolescentes que já tem sintomas depressivos e como esta patologia afeta as suas relações, e não como o inverso, ou seja, em que parâmetros concretos é que a fraca qualidade da amizade pode suscitar a depressão. Em particular é de salientar a pertinência deste estudo na população portuguesa, tendo em conta que não há ainda estudos generalizados que levem a que haja um conhecimento concreto relativamente a estes temas nesta população. Neste sentido, os resultados permitiram conhecer de forma mais concreta qual a influência da qualidade da amizade nos sintomas depressivos, as diferenças entre os géneros no que diz respeito à amizade e por outro lado à depressão, e ainda a influência do número de amigos na amizade e na depressão.

No que respeita às hipóteses teóricas formuladas, os resultados obtidos neste estudo permitem responder a cada uma de forma sustentada. Neste sentido, as análises estatísticas efetuadas verificam empiricamente as 5 formulações teóricas.

Relativamente à hipótese 1, os resultados da análise de variância vão de encontro ao esperado pois detetaram diferenças estatisticamente significativas entre os géneros relativamente à qualidade da amizade a favor do sexo feminino. Neste sentido os resultados demonstraram que as raparigas têm valores superiores estatisticamente significativos aos rapazes em cinco das seis dimensões do Questionário da Qualidade da Amizade, e inclusive

no total de qualidade positiva. Mais especificamente verificou que existe uma maior qualidade da amizade no sexo feminino a nível da validação e cuidado, ajuda e orientação, partilha de intimidade, resolução de conflitos, e nos conflitos e traição. A dimensão Companheirismo e Recreação também obteve valores superiores a favor do sexo feminino, apesar de não serem estatisticamente significativos. Estes resultados vão de encontro ao que é referido na literatura, que salienta uma maior qualidade da amizade generalizada a favor das raparigas em detrimento dos rapazes.

No que diz respeito à hipótese 2 os resultados da análise de variância não vão de encontro ao esperado, não se detetando diferenças significativas entre os géneros relativamente aos sintomas depressivos, não se verificando portanto, uma maior tendência do sexo feminino a manifestar sintomas depressivos. Mais especificamente esta hipótese foi negada em todas as dimensões do Inventário da Depressão da Criança, não indo, então, de encontro à literatura revista previamente, que destaca uma maior propensão para o sexo feminino de ter sintomatologia depressiva.

Na hipótese 3 os resultados vão parcialmente de encontro ao esperado sendo que apenas se verifica uma associação negativa entre a qualidade da amizade e os sintomas depressivos relativamente às dimensões Validade e Cuidado que apresenta valores menos elevados ao nível do Humor Negativo, Ineficiência, e total de sintomas depressivos; Ajuda e Orientação que apresenta menos valores elevados ao nível do Humor Negativo; Resolução de Conflitos que apresenta menos valores elevados ao nível do Humor Negativo, da Anedónia e do valor total de depressão; e Conflito e Traição que apresenta menos valores negativos ao nível do Humor Negativo, de Problemas Interpessoais, de Ineficiência, e no total da depressão. Neste sentido não se encontra uma associação negativa entre todas as dimensões do Questionário da Qualidade da Amizade e todas as dimensões do Inventário da Depressão da Criança e, é de salientar que a dimensão Auto-estima Negativa não está relacionada com a qualidade da amizade. Este fato em particular pode estar relacionado com a tendência dos adolescentes com sintomas depressivos a não confiarem na opinião dos seus amigos quando estes tentam apoiar e valorizar o sujeito, procurando sistematicamente uma reafirmação da parte destes. Outra hipótese que justifica o facto de uma maior qualidade na amizade não elevar paralelamente a autoestima é o fato de existir a depressão contagiosa, na qual uma amizade íntima com um sujeito deprimido leva antes a que apareçam sintomas depressivos ou se exacerbem os já existentes.

Na hipótese 4 os resultados verificaram que existem diferenças significativas na qualidade da amizade consoante o número de amigos recíprocos, sendo que os valores inferiores apresentam-se nos jovens sem amigos nos dois anos consecutivos. Neste sentido os jovens com mais amigos têm resultados estatisticamente superiores em cinco das seis dimensões do Questionário da Qualidade da Amizade, nomeadamente no Companheirismo e Recreação, Validação e Cuidado, Ajuda e Orientação, Partilha de Intimidade e Resolução de Conflitos, e inclusive no Total de Qualidade de Amizade. Por outro lado, apenas não se verificam diferenças na qualidade da amizade em função do número de amigos na dimensão Conflito & Traição, podendo este fato estar relacionado com a instabilidade das relações na adolescência, e, em particular, à percepção de fragmentação do grupo por parte do sexo feminino em redes de amizades com mais amigos, como referido anteriormente na revisão de literatura.

Relativamente à hipótese 5 os resultados vão parcialmente de encontro ao esperado pois apenas se verifica uma diferença significativa no grau dos sintomas depressivos consoante o número de amigos recíprocos, sendo os valores superiores para os jovens sem amigos nos dois anos consecutivos, nas dimensões Anedónia, Humor Negativo e no valor total do Inventário da Depressão da Criança. Por outro lado não se verificaram diferenças nas dimensões Problemas Interpessoais, Ineficiência e Auto-estima Negativa, fato este que pode estar relacionado à pressão ao conformismo às normas, exercida pelo grupo de amigos em maior número no que diz respeito ao sexo masculino, e aos consequentes problemas interpessoais, sentimentos de ineficiência e auto estima negativa, aquando a falha em se igualar aos outros. Relativamente ao sexo feminino este facto pode estar relacionado à necessidade de ter relações mais íntimas, percebendo um grupo de amigos mais alargado como potencialmente prejudicial, conforme referido na literatura de estudos anteriores.

Em conclusão este estudo comprovou que há diferenças significativas relativamente à amizade a favor das raparigas e que, paralelamente, existem diferenças significativas na qualidade da amizade em função do número de amigos recíprocos, sendo que os valores inferiores apresentam-se nos jovens sem amigos nos dois anos consecutivos. Por outro lado também se comprovou que não existem diferenças significativas entre os géneros relativamente aos sintomas depressivos. Por outro último verificou-se que a auto-estima negativa dos adolescentes não está relacionada com a qualidade da amizade.

Existem algumas limitações a considerar na presente investigação relativamente à metodologia utilizada, sendo que, em primeiro lugar os instrumentos Inventário da Depressão da Criança e as Nomeações da Amizade ainda não tem a adaptação à população portuguesa concluída, devendo-se ter este facto em consideração aquando da análise dos resultados obtidos. Por outro lado relativamente à recolha de dados este foi feito numa amostra não probabilística, de conveniência, na zona de Lisboa o que impede a generalização dos resultados a toda a população nacional de adolescentes. Por outro lado o tamanho da amostra é de carácter reduzido, o que consiste mais um fator ao impedimento da generalização dos resultados. Ainda no que diz respeito ao grupo amostral este encontra-se na faixa etária dos 12 aos 15 anos, não sendo portanto possível verificar qual a relação entre a qualidade da amizade e a depressão na designada adolescência tardia.

Por outro lado existem limitações no que diz respeito às conclusões de duas hipóteses em estudo, tendo em conta que os resultados apenas foram parcialmente comprovados no que diz respeito à associação negativa entre a qualidade da amizade e os sintomas depressivos e relativamente à relação entre o grau de sintomas depressivos consoante o número de amigos recíprocos. Apesar de se encontrarem sugestões na literatura para a justificação destes resultados, seria pertinente averiguar se estas se aplicam nesta população em concreto, através de uma análise mais aprofundada, centrando-se na verificação particular de quais as características da amizade que influenciam determinadas características da depressão.

Por último as diferenças encontradas entre os resultados deste estudo e outros referidos na literatura, nomeadamente no que diz respeito à maior propensão do sexo feminino a ter sintomatologia depressiva, assim como à relação entre a qualidade de amizade e o aumento da auto-estima, salientam a necessidade de futuros estudos nesta problemática. Existe pois uma permanente mudança a nível social, com novas conceções familiares e outro contexto económico, o que leva a que estudos anteriores possam estar desatualizados, não tendo em conta parâmetros da realidade atual, nomeadamente ao analisarem as conceções relacionais dos adolescentes, e os fatores ansiogénicos a que a atual população de adolescentes está exposta.

Por outro lado também seria relevante estender este estudo a outras zonas geográficas do país, recolhendo uma amostra substancial e significativa a nível nacional, assim como alargar a faixa etária de forma a abranger todo o período da adolescência, de forma a se ter uma maior compreensão destes fenómenos em Portugal. Concomitantemente também seria

pertinente fazer um estudo comparativo relativamente aos vários períodos na adolescência, de forma a perceber se existem diferenças significativas entre as diversas fases, como tem sido referenciado na literatura.

O estudo desta problemática é de extrema importância, pois é imperativo perceber todos os fatores da depressão na adolescência, tendo em conta que é uma patologia que cada vez mais afeta a população em maior número, tendo tendência a se iniciar mais cedo, e com consequências graves e que, por vezes, se prolongam ao longo da vida. A prevenção da depressão através da compreensão de fatores mediadores ou causadores como as relações de amizade com os pares, poderá levar a que haja uma maior atenção aos adolescentes com maior propensão, de forma a se intervir, tentando perceber o motivo pelo qual não tem amigos, e fazendo um acompanhamento clínico no sentido de promover as competências sociais. Noutra contexto em que o adolescente já tem depressão poderá ser feita uma intervenção e psicoterapia no sentido de ter amizades estáveis que promovam o apoio dos pares em específicas dimensões em que estes tenham influência. Em conclusão, as investigações nesta área, tão complexa e instável, são da maior importância para a prática clínica em diversos tipos de intervenção

## **VII. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Abela, J. R. Z, & Hankin, B. L. (2007). Handbook of depression in children and adolescents. New York: The Guilford Press.

Bahls, S. (2002). Aspectos clínicos da depressão em crianças e adolescentes. *Jornal de Pediatria*, vol. 78, 5, pp. 359-366

Baker, J. R.& Hudson, J. L.(2013). Friendship quality predicts treatment outcome in children with anxiety disorders. *Behavior research therapy*, 51, pp. 31-36.

Baptista, M. N., Baptista, A. S. D. & Dias, R. R. (2001). Estrutura e suporte familiar como fatores de risco na depressão de adolescentes. *Psicologia: Ciência e Profissão*, vol. 21, 2, pp. 1-9

Bukowski, W. M., Gauze, C. Hoza, B. & Newcomb, A. F. (1993). Differences and consistency between same-sex and other sex peer relationships during early adolescence. *Developmental psychology*, vol. 29, 2, pp. 255-263.

Bukowski, W. M., Hoza, B. & Boivin, M. (1994). Measuring Friendship Quality during Pre-and Early Adolescence: The Development and Psychometric Properties of the Friendship Qualities Scale. *Journal of Social and Personal Relationship*, 11, pp. 471-484.

Buhrmester D. (1996). Need fulfilment, interpersonal competence and the development contexts of early adolescents' friendship. In: WM Bukowski, AF Newcomb, WW Hartup (Eds.): *The Company They Keep: Friendship in Childhood and Adolescence*. New York: Cambridge University Press, pp.158-185.

Chan, A. & Poulin, F. (2009). Monthly instability in early adolescent friendship networks and depressive symptoms. *Social Development*, 18, 1, pp 1-23.

Conway, C. C., Burk, W. J. Rancourt, D., Adelman, C. B. & Pristein, M. J. (2011). Depression socialization within Friendship groups at the transition to adolescence: the roles of gender and group centrality as moderators of peer influence. *Journal of abnormal psychology*, vol. 120, 4, pp. 857-867.

Desousa, D. A. & Cerqueira-Santo, E. (2012). Relacionamentos de amizade e coping entre jovens adultos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, vol. 28, 3, pp. 345-356.

Einseberg, N., Damon, W. & Lerner, R.M. (2006). *Handbook of child psychology: Social, Emotional and Personality development*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, vol. 3, cap. 10.

Falci, C. & McNelly, C. (2009). Too many friends: Social integration, network cohesion and adolescent depressive symptoms. *Social Forces*, vol. 87, 4, pp. 2031-62.

Freitas, M., Santos, A. J., Correia, J., Ribeiro, O. & Fernandes, E. (2013). Análise fatorial confirmatória do modelo do Questionário da Qualidade da amizade numa amostra de jovens adolescentes Portuguesa. *Laboratório de Psicologia*, vol. 11, 2, pp. 163-175.

Gaspar de Matos, M., Barrett, P., Dadds, M. & Shortt, A. (2003). Anxiety, depression, and peer relationships during adolescence: Results from the Portuguese national health behavior in school-aged children survey. *European Journal of Psychology of Education*, vol. 18, 1, pp. 3-14.

Gilleta, M., Prinsteins, M. J., Ciairano, S., Scholte, R. H. J., Burk, W. J., Engels, R. C. M. E. & Larsen, J. K. (2011). Similarity in depressive symptoms in adolescents' friendship dyads: Selection or socialization?. *Developmental Psychology*, vol. 47, 6, pp. 1804-1814.

Giordano, P.C. (2003). Relationships in adolescence. *Amnu. Ver. Sociol.*, vol. 29, pp. 257-281.

Gladstone, T.R.G. & Beardslee, W. R. (2009) The prevention of depression in children and adolescents: a review. *La Revue canadienne de psychiatrie*, vol. 54, 4, pp. 212-221.

Maughan, B., Stringaris, A. & Collishaw, S.C.(2013). Depression in childhood and adolescence. *J Can Acad. Child. Adolesc. Psychiatry*, vol. 11, 1, pp. 35-40.

Medeiros, A. T. (2000). *Adolescência: Abordagens, Investigações e Contextos de desenvolvimento*. Lisboa: Direção Regional da Educação.

Parker, G. & Roy, K. (2001). Adolescents depression: a review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 35, pp. 572-580.

Rubin, K., H., Bukowski, W. & Laursen, B.(2009). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups (Social, emotional, and personality development in context)*. New York: The Guilford Press.

Sentse, M & Laird, R. D. (2010).Parent-child relationships and dyadic friendship experiences as predictors of behavior problems in early adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 39 (6), 873–884.

Sorensen, M. J., Frydenber, M., Thastum, M. & Thomsen, P. H.(2005). The children's depression inventory classification of major depressive disorder: validity and reliability of the Danish version. *Eur.Child.Adolesc.Psychiaty*, 14, pp. 328-334.

Souza, L. K. & Duarte, M. G. (2013). Amizade e bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, vol. 19, 4, pp. 429-436.

Starr, L. R. & Davila, J. (2008). Differentiating Interpersonal Correlates of Depressive Symptoms and Social Anxiety in Adolescence: Implications for Models of Comorbidity. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, vol. 37, 2, pp. 337—349.

Tillfors, M., Persson, S., Willén, M. & Burk, W. J. (2012). Prospective links between social anxiety and adolescent peer relations. *Journal of adolescence*, 35, pp. 1255-1263.

Verboom, C. E., Sijtsema, J. J., Penninx, B. W. J. H., Ormel, J. & Verhulst, F. C. (2014). Longitudinal associations between depressive problems, academic performace, and social functioning in adolescent boys and girls. *Developmental Psychology*, vol. 50, 1, pp. 247-257.