

RELAÇÃO DOS TRAÇOS DE PERSONALIDADE COM A DEPENDÊNCIA AO SMARTPHONE

Joana Águas¹ (✉ joanaaagua@gmail.com), Ivone Patrão¹, & Isabel Leal²

¹ ISPA – Instituto Universitário, Promoting Human Potential Research Group, Lisboa, Portugal; ² ISPA – Instituto Universitário / WJCR – William James Center for Research, Portugal

O *smartphone* é o dispositivo mais utilizado para aceder à internet de forma rápida. Cerca de 64% de uma amostra portuguesa revela preferir o *smartphone* para este acesso (Águas, Patrão, & Leal, in press). As preocupações em relação ao seu uso excessivo têm aumentado, dadas as consequências negativas para o bem-estar psicológico, para as relações interpessoais e para a saúde física dos indivíduos (Águas et al., in press). Destas destacam-se perturbações musculoesqueléticas (e.g., Lee, Kang & Shin, 2015), aumento dos níveis de agressividade, bem como um elevado risco para o desenvolvimento de psicopatologias (e.g., perturbações do sono; perturbações do humor; perturbações de ansiedade) (e.g., Akin, Altundag, Turan, & Akin, 2014; Haug et al., 2015; Kim et al., 2016). O *smartphone* poderá, no entanto, ser utilizado como forma de gerir a solidão, sintomas depressivos e de ansiedade. Portanto, o uso excessivo ou dependência do *smartphone* poderá não ser o principal problema, mas sim um dos sintomas de uma perturbação previamente existente (e.g., Karadag et al., 2015; Reis et al., 2016).

No entanto, a dependência do *smartphone* só é desenvolvida quando existem alguns fatores de predisposição (e.g., Hawi & Samaha, 2016). Um dos fatores poderão ser os traços de personalidade (Kim et al., 2016).

A personalidade é formada por traços de personalidade, estes influenciam as reações, atitudes e comportamentos das pessoas em determinadas situações, e estão sempre presentes, sendo estáveis e consistentes ao longo do tempo (Lopes, 2008). O modelo dos *Big Five* permite uma organização em 5 traços de personalidade: o Neuroticismo (N), a Extroversão (E), a

Abertura à Experiência (O), a Amabilidade (A) e a Conscienciosidade (C) (McCrae & John, 1992). Existem traços que podem ser fatores de risco e outros de proteção para as dependências *online* (e.g., Buckner, Castille, & Sheets, 2012; Kuss, Van Rooij, Shorter, Griffiths, & Van de Mheen, 2013).

O traço *N* poderá provocar uma maior instabilidade emocional e aumentar o risco do desenvolvimento de dependências *online* (e.g., Kuss et al., 2013). Indivíduos com este traço mais presente evitam o contacto face a face e têm estratégias de *coping* pouco adequadas perante emoções negativas (Carver & Connor-Smith, 2010), preferindo a comunicação *online* (e.g., Rahmani & Lavasani, 2011). Este traço poderá ser considerado um fator de risco, visto que a comunicação poderá passar mais pelo mundo virtual (e.g., Kayış et al., 2016; Rahmani & Lavasani, 2011). Quando o traço *E* está mais presente as pessoas têm comportamentos ativos e assertivos (Costa & McCrae, 1992). Podendo ter um interesse reduzido em relações *online* (Kayış et al., 2016), para eles as relações próximas e da vida real são mais satisfatórias (McCrae & John, 1992). Os indivíduos extrovertidos podem usar a internet e o *smartphone* a um nível relativamente baixo e a dependência não se desenvolver (e.g., Buckner et al., 2012; Kayış et al., 2016), constituindo um fator protetor no desenvolvimento de dependências *online* (e.g., Buckner et al., 2012; Kayış et al., 2016). Contudo, há estudos que revelam o contrário, i.e., pessoas com maiores níveis de extroversão podem usar mais frequentemente as redes sociais e por isso revelarem maiores níveis de dependência à internet e ao *smartphone* (e.g.: Kuss, Shorter, Van Rooij, Van de Mhenn, & Griffiths, 2014).

No que diz respeito ao traço *O*, os resultados têm sido incongruentes. Os indivíduos com este traço mais presente são criativos, têm níveis de interesse elevados e curiosidade por novas experiências (Costa & McCrae, 1992). Por este motivo, tanto o mundo virtual como o mundo real podem dar a estes indivíduos oportunidades atrativas para satisfazer a sua curiosidade (Kuss et al., 2013). Há investigadores que consideram este traço como um fator protetor, para estes existe uma relação negativa entre este traço e a dependência à internet. Sendo que, estes indivíduos preferem contactos presenciais e vivências mais realísticas aos ambientes e relações desenvolvidas virtualmente. Assim, não estão em risco de desenvolver estas dependências (e.g., Kayış et al., 2016; Randler, Horzum, & Vollmer, 2014; Servidio, 2014). Por outro lado, há investigadores que pensam

existir uma relação positiva e significativa entre este traço e o desenvolvimento da dependência à internet e ao *smartphone* (e.g., Kuss et al., 2013; Rahmani & Lavasani, 2011).

Quando o traço A está menos presente, os indivíduos têm mais comportamentos agressivos e hostis (Costa & McCrae, 1992), podendo adotar mais frequentemente este tipo de comportamentos em contexto *online* do que em contextos reais, visto que, em contextos reais, poderia ser mais prejudicial (Kuss et al., 2013). Portanto, as pessoas com o traço A pouco vincado podem desenvolver uma dependência à internet (e.g., Kayış et al., 2016; Kuss et al., 2014; Randler et al., 2014; Servidio, 2014) e ao *smartphone*. Outro fator que poderá ser visto como um fator protetor é o traço C (Kayış et al., 2016). As pessoas são mais auto-disciplinadas, cautelosas, motivadas e lutam pelo sucesso (Costa & McCrae, 1992). Deste modo, conseguem controlar o uso que fazem da Internet (e.g., Kuss et al., 2014; Randler et al., 2014; Servidio, 2014) e do *smartphone* nos vários contextos (Randler et al., 2014). Assim, indivíduos com menores níveis de C terão mais probabilidade de desenvolver a dependência à internet e ao *smartphone*. Posto isto, este estudo tem como principal objetivo perceber a relação entre cada um dos traços de personalidade e a dependência do *smartphone* e da internet.

MÉTODOS

Participantes

A amostra é composta por 351 participantes, 83.5% são do género feminino, as idades variam entre 15 e 68 anos ($M=33.91$; $DP=11.55$). Todos os participantes estão numa relação amorosa. É de notar que 94% utiliza *smartphone* e 60.1% prefere aceder à internet a partir deste dispositivo. É importante referir que 14.24% da amostra revela níveis de dependência ao *smartphone*, 10.83% do género feminino. Em relação à dependência à internet, 15.95% da amostra situa-se no nível de dependência médio, 5.98% no nível de dependência moderado e 0.28% no nível de dependência severo.

Material

O protocolo foi composto por: Questionário de caracterização socio-demográfica e dos comportamentos *online*; *Smartphone Addiction Scale – ShortVersion* (SAS-SV) (Kwon, Kim, Cho, & Yang, 2013; Água, Patrão, & Leal, in press), que avalia a dependência ao *Smartphone*, sendo que o valor de *cut-off* é de 31 para o gênero masculino e 33 para o gênero feminino; a *Internet Addiction Test* (IAT) (Young, 1998; Pontes, Patrão, & Griffiths, 2014), que avalia a dependência à internet; escala de Satisfação na Relação Amorosa (Murray, Holmes, Griffin, & Derrick, 2015; Água, 2017), que avalia a qualidade global de uma relação amorosa; inventário NEO-PI-20 (Bertoquini & Ribeiro, 2006), este operacionaliza o modelo dos *Big Five*, e avalia 5 dimensões: Neuroticismo (N), Extroversão (E), Abertura à Experiência (O), Amabilidade (A) e Conscienciosidade (C).

Procedimento

Inicialmente o protocolo foi colocado *online*, com o consentimento informado. Posteriormente, divulgou-se o *link* do protocolo no *facebook*, em diferentes grupos que fizeram a divulgação do estudo. Após a recolha da amostra, o tratamento dos dados foi realizado a partir do *IBM SPSS – IBM Analytys versão 22* e do *IBM AMOS – IBM Analytys versão 22*.

RESULTADOS

Nesta amostra, a maioria dos participantes está *online*, em média, 0-4 horas por semana (46.7%), sendo a sua preferência *online* as redes sociais (84.33%). É de notar que 79.8% utiliza *smartphone* no seu local de trabalho e/ou estudo; 31.6% às refeições e 52.7% na hora de dormir.

Para perceber qual a relação existente entre os traços de personalidade e as dependências à internet e ao *smartphone*, foram calculadas as correlações de *spearman*, uma vez que não existia uma relação linear entre as variáveis, apesar de ter sido verificado o pressuposto da normalidade.

Tabela 1

Correlações de spearman com os traços de personalidade e as dependências online

	Coefficiente de Correlação	Sig.
SAS-SV com E	-0.054	0.309
IAT com E	-0.011	0.842
SAS-SV com N	0.184	0.001
IAT com N	0.116	0.030
SAS-SV com O	-0.116	0.030
IAT com O	-0.047	0.384
SAS-SV com A	-0.103	0.054
IAT com A	-0.062	0.243
SAS-SV com C	-0.076	0.155
IAT com C	-0.282	0.000

Na Tabela 1 pode-se ver que: o traço E tem correlações negativas mas não significativas com o SAS-SV, ($r=-0.054$) e com o IAT ($r=-0.011$); existe uma relação significativamente estatística entre o traço N e o SAS-SV ($r=0.184$), bem como entre o traço N e o IAT ($r=0.116$); o traço O tem uma correlação significativamente negativa ($r=-0.116$) com o SAS-SV; a correlação entre o traço O e o IAT não é significativa ($r=-0.047$); a correlação entre o traço A e o SAS-SV não é significativa ($r=-0.103$); a correlação existente entre o traço A e o IAT não é significativa ($r=-0.062$); o traço C tem uma correlação negativa mas significativa com o SAS-SV ($r=-0.076$); existe uma correlação significativamente estatística entre o traço C e o IAT.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como principal objetivo compreender a relação entre os traços de personalidade e as dependências ao *smartphone* e à internet.

Foi verificada uma relação negativa entre o traço E e ambas as dependências. Quando este traço está presente há um menor risco para o desenvolvimento de dependências à internet e ao *smartphone* (e.g., Kuss et al., 2013; Servidio, 2014; Van der Aa et al., 2009). Utilizadores da internet, com este traço menos presente, acham que é mais fácil interagirem com as

peças num ambiente virtual (Kuss et al., 2013). Ao contrário do que acontece com as pessoas extrovertidas, que têm menos dificuldade em estabelecer contactos na vida real e preferem o contacto face a face. Portanto, este traço poderá ser um fator protetor destas dependências (Kayaş et al., 2016).

O traço O revelou uma relação negativa com ambas as dependências. Desta forma, quanto mais presente estiver o traço O menor será a dependência à internet e ao *smartphone*. Este traço poderá ser um fator protetor no que diz respeito a estas dependências, uma vez que as pessoas consideram as experiências da vida real mais nítidas e vivas e, por isso, preferirem ambientes reais aos virtuais (e.g., Servidio, 2014; Kayaş et al., 2016; Van der Aa et al., 2009).

No que diz respeito ao traço N, quanto mais presente estiver este traço, maior será a probabilidade do indivíduo desenvolver estas dependências. Este resultado é sustentado por vários estudos, visto que, pessoas com N mais presente têm estratégias de *coping* desadequadas para enfrentar situações de *stress*. Por isso têm maior tendência a adotar comportamentos não saudáveis no que diz respeito à internet e ao *smartphone*, usando-os como um refúgio para lidarem com essas situações (e.g., Tsai et al., 2009).

Existem relações negativas entre o traço A e as dependências. Este traço poderá ser um fator protetor (Kayaş et al., 2016), sendo que quanto mais presente está menor será a probabilidade de desenvolver dependência à internet e ao *smartphone* (e.g., Randler et al., 2014; Servidio, 2014; Van der Aa et al., 2009). Este aspeto deve-se às características destes indivíduos que não gostam de competição, não entram em conflitos e são pessoas tolerantes. Desta forma, quando este traço está pouco presente têm mais comportamentos agressivos na internet do que na vida real e esse comportamento poderá levar ao uso excessivo da internet e do *smartphone* (Kayaş et al., 2016). Já no que diz respeito ao traço C, quanto mais presente menor será a probabilidade de o indivíduo desenvolver dependência à internet. Este traço poderá também ser considerado um fator protetor no que diz respeito ao desenvolvimento destas dependências (Kayaş et al., 2016). Indivíduos com o traço C muito presente são disciplinados, cautelosos e motivados para o sucesso (Costa & McCrae, 1992), assim acabam por controlar o seu uso da internet e do *smartphone* na sua vida familiar, profissional e social (e.g., Kayaş et al., 2016; Randler et al., 2014).

Em estudos futuros seria importante perceber como é que os traços de personalidade se relacionam com outras dependências *online*, sobretudo em amostras clínicas.

É de notar algumas limitações existentes neste estudo, como a forma de recolha de dados nas redes sociais, o que possibilitou uma amostra maioritariamente do género feminino, visto que têm mais tendência a serem utilizadoras deste tipo de conteúdos (Przepiorka & Blanchnio, 2016). Outra limitação deste estudo diz respeito à utilização da versão reduzida da escala dos traços de personalidade, que pode não se ter obtido a totalidade das características do participante.

REFERÊNCIAS

- Água, J., Patrão, I., & Leal, I. (In press). SAS-SV: Estudo da validação da escala de dependência do smartphone numa amostra da população portuguesa. *Livro de Atas do II Congresso Ibérico de Psicologia Clínica e da Saúde*.
- Água, J. (2017). *Relação entre a dependência do smartphone, os traços de personalidade e a satisfação na relação amorosa*. (Dissertação de Mestrado). ISPA – Instituto Universitário, Lisboa.
- Akin, A., Altundag, Y., Turan, M., & Akin, U. (2014). The validity and reliability of the turkish version of the smart phone addiction scale-short form for adolescent. *Social and Behavioral Sciences*, 152, 74-77. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.09.157
- Bertoquini, V., & Ribeiro, J. (2006). Estudo de formas muito reduzidas do modelo dos cinco fatores da personalidade. *Psychologica*, 43, 193-210.
- Buckner, J., Castille, C., & Sheets, T. (2012). The Five Factor Model of personality and employees' excessive use of technology. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1947-1953. doi: 10.1016/j.chb.2012.05.014
- Carver, C., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704. doi: 10.1146/annurev.psych.093008.100352
- Costa, P., & McCrae, R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO personality inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5-13.

- Hawi, N., & Samaha, M. (2016). The relationships among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Computer Review*, 1-11. doi: 10.1177/0894439316660340
- Haug, S., Castro, R., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307. doi: 10.1556/2006.4.2015.037
- Karadag, et al. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 90-74. doi:10.1556/2006.4.2015.005
- Kayış, A., Satici, S., Yilmaz, M., Şimşek, D., Ceyhan, E., & Bakioglu, F. (2016). Big five-personality trait and internet addiction: A meta-analytic review. *Computers in Human Behavior*, 63, 35-40. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.012
- Kim, et al. (2016). Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral inhibition and activation systems, impulsivity, and self-control. *Plos One*, 11(8). doi:10.1371/journal.pone.0159788
- Kuss, D., van Rooij, A., Shorter, G., Griffiths, M., & van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996. doi:10.1016/j.chb.2013.04.002
- Kuss, D., Shorter, G., van Rooij, A., van de Mheen, D., & Griffiths, M. (2014). The internet addiction components model and personality: Establishing construct validity via a nomological network. *Computers in Human Behavior*, 39, 312-321. doi: 10.1016/j.chb.2014.07.031
- Kwon, M., Kim, D.J., Cho, H., Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *Plos One*, 8(12). doi: 10.1371/journal.pone.0083558
- Lee, S., Kang, H., & Shin, G. (2015). Head flexion angle while using a smartphone. *Ergonomics*, 58(2), 220-226. doi: 10.1080/00140139.2014.967311
- Lin, et al. (2015). Time distortion associated with smartphone addiction: Identifying smartphone addiction via mobile application (App). *Journal of Psychiatric Research*, 65, 139-145. doi: 10.1016/j.jpsychires.2015.04.003.
- Lopes, V. (2008). *Personalidade e ajustamento emocional na infertilidade*. (Dissertação de mestrado). ISPA – Instituto Universitário, Lisboa.
- McCrae, R., & John, O. (1992). An introduction to the five-factor model: Issues and applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.

- Przepiorka, A., & Blachnio, A. (2016). Time perspective in internet and facebook addiction. *Computers in Human Behavior*, 60, 13-18. doi: 10.1016/j.chb.2016.02.045
- Pontes, H., Patrão, I., & Griffiths, M. (2014). Portuguese validation of the internet addiction test: An empirical study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(2), 107-114. doi: 10.1556/JBA.3.2014.2.4
- Rahmani, S., & Lavasani, M. (2011). The relationship between internet dependency with sensation seeking and personality. *Procedia-Social Behavior in Sciences*, 30, 272-277. doi: 10.1016/j.sbspro.2011.10.054.
- Randler, C., Horzum, M. B., & Vollmer, C. (2014). Internet addiction and its relationship to chronotype and personality in a Turkish university student sample. *Social Science Computer Review*, 32(4), 484-485. doi: 10.1177/0894439313511055
- Reis, et al. (2016). As dependências online: controvérsias e perfis. In I. Patrão & D. Sampaio (Eds.), *Dependências Online: O poder das tecnologias* (pp. 151-167). Lisboa: Pactor.
- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on Internet addiction in a sample of Italian university students. *Computers in Human Behavior*, 35, 85-92. doi: 10.1016/j.chb.2014.02.024
- Tsai, H., et al. (2009). The risk factors of Internet addiction a survey of university freshmen. *Psychiatry Research*, 167(3), 294-299. doi: 10.1016/j.psychres.2008.01.015
- Van der Aa, N., Overbeek, G., Engles, R., Schotle, R., Meekerk, G., & Van den Eijnden, R. (2009). Daily and compulsive internet use and well-being in adolescence: A diathesis-stress model based on Big Five personality traits. *Journal of Youth and Adolescent Health*, 47(1), 51-57. doi: 10.1007/s10964-008-9298-3
- Young, K. S. (1998). *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: Wiley.
- Young, K. (2011). Clinical assessment of internet-addicted clientes. In K. Young & C. Abreu (Eds.), *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. (pp. 19-34). New Jersey: John Wiley & Sons.