

Actas do 14º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde
Organizado por José Alberto Ribeiro-Gonçalves, Soraia Garcês, & Isabel Leal
8, 9 e 10 de setembro de 2022, Funchal: Faculdade de Artes e Humanidades

GHOSTING E DEPENDÊNCIA ONLINE: QUE RELAÇÃO?

Ivone Patrão^{1,2,3} (✉ gloria@ufp.edu.pt), Inês Borges^{2,3,4}, & Patrícia Sobral^{2,3}

¹ APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Ispa – Instituto Universitário, Portugal

² ISPA – Instituto Universitário, Portugal

³ Geração Cordão, Portugal

⁴ WJCR – William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Portugal

As investigações em psicologia verificaram a influência de teorias implícitas no desempenho académico (Blackwell et al., 2007), na imagem corporal (Burnette & Finkel, 2012) e nos relacionamentos românticos (Knee et al., 2003). Contudo, menor ênfase tem sido dada na explicação de como essas teorias implícitas estão ligadas a estratégias de término de relacionamentos (e.g., tipicamente sociais, amorosos, amizade), como o ghosting.

O ghosting é distinto de outras formas de terminar relacionamentos, uma vez que ocorre quando um parceiro amoroso, um amigo ou um conhecido, ignora o outro, sendo que o impacto imediato é simplesmente uma falta de comunicação repentina e ambígua (LeFebvre, 2017). Neste sentido, embora a ideia de término do contacto num relacionamento já exista há muito tempo, as formas atuais de tecnologia estão a tornar o ghosting uma estratégia de ruptura de relacionamentos mais proeminente (LeFebvre, 2017).

Desta forma, nos dias de hoje, a iniciação, o desenvolvimento e a manutenção de relacionamentos românticos e de pares, geralmente ocorrem por meio de comunicação mediada por tecnologia (e.g., SMS, redes sociais, etc.), o que nos pode levar a colocar a hipótese de até que ponto este fenómeno não quase dependência online à vítima, que está constantemente online, stressada e ansiosa, a verificar constantemente o telemóvel, com esperança no feedback do outro (Coyne et al., 2011).

Assim, a presente investigação tem como objetivo analisar a associação entre dependência online, ghosting (vítimas e agressores), depressão, ansiedade e stress.

MÉTODO

Esta investigação tem um delineamento empírico, correlacional (Marôco, 2011) e exploratório (D'Oliveira, 2007), de cariz transversal (Hill & Hill, 2002), uma vez que a recolha de dados se realiza num só momento específico, e de carácter quantitativo (Marôco, 2011).

Participantes

A presente investigação é composta por $N=264$ participantes, com uma média de idades de $\bar{x}=21$ anos ($\sigma=4,91$), sendo que a maioria (74,2%) pertencem ao sexo feminino.

Material

Utilizou-se um protocolo de avaliação que se organizava em 4 secções, sendo que a primeira contém questões sociodemográficas e as restantes os seguintes instrumentos:

Comportamentos de Ghosting (Ponte & Batista, 2019): A partir do relatório EU Kids – 2018, foram realizadas várias questões, tanto para possíveis agressores (e.g., “*Como te sentes, quando encontras uma pessoa na rua que deixaste de falar sem qualquer explicação por via online?*”), sendo a classificação realizada a partir de uma escala tipo likert de 5 pontos (“*Fico muito aborrecido*”; “*Fico um bocado aborrecido*”; “*Fico bastante aborrecido*”; “*Não fico nem contente nem aborrecido*”; “*Fico contente*”), como para possíveis vítimas (e.g., “*Deixam de conversar/responderem-me online sem me darem qualquer explicação*”), categorizada numa escala tipo likert de 5 pontos (“*Nunca*”; “*Raramente*”; “*Às vezes*”; “*Muitas vezes*”; “*Diariamente*”).

Internet Addiction Test – IAT (Pontes et al., 2014; Young, 1998): Este instrumento é constituído por 20 itens, com uma escala de tipo *likert* de seis pontos (0 – *Não se aplica*; 1 – *Raramente*; 2 – *Ocasionalmente*; 3 – *Muitas vezes*; 4 – *Frequentemente*; 5 – *Sempre*). Com o intuito de se calcular um score final, os scores obtidos terão de ser somados para cada resposta. Posteriormente, verifica-se em que intervalo é que cada participante se encontra, sendo que quanto maior o score obtido, maior o nível de dependência. Deste modo, varia entre: 0-30 pontos – Normal; 31-49 pontos – Médio; 50-79 pontos – Moderado; e 80-100 pontos – Severo. Este instrumento foi ainda adaptado para a população portuguesa por Pontes et al. (2014). A consistência interna alcançada nesta versão é alta ($\alpha=0.9$).

Depression Anxiety and Stress Scale – DASS (Lovibond & Lovibond, 1995) validada para a população portuguesa (EADS-21; Pais-Ribeiro et al., 2004) e adaptada ao presente estudo. Os sujeitos são questionados a escolher a resposta que mais se adequa a ele, tendo em conta a última semana. Numa escala tipo *likert* de 5 pontos (0 – Nunca; 1 – Poucos dias; 2 – Alguns dias; 3 – Muitos dias; 4 – Quase todos os dias; 5 – Todos os dias). Posteriormente são feitas 3 questões: “*Quão frequentemente sentes níveis elevados de humor deprimido/de depressão?*”; “*Quão frequentemente sentes níveis elevados de ansiedade?*”; “*Quão frequentemente sentes níveis elevados de stress?*”.

Procedimento

Esta investigação insere-se no âmbito do projeto Geração Cordão (aprovado pela Comissão Ética do ISPA e pelo Ministério da Educação), em parceria com a APAV.

Desenvolveu-se um questionário online, a partir de um formulário *Google Forms*, onde consta o consentimento informado (no caso de jovens com menos de 18 anos, foi solicitada a autorização por parte dos pais), questões sociodemográficas, questões sobre os comportamentos online dos jovens, bem como as escalas anteriormente citadas.

A divulgação do questionário foi realizada essencialmente através das redes sociais (e.g., Facebook, Instagram, Whatsapp), onde foi solicitada a participação voluntária. Foi realizada uma amostragem não-probabilística

por conveniência, que muitas vezes é o escolhido por ter diversas vantagens, como economia de recursos, mais especificamente a nível de tempo e de custos para a obtenção de amostras (Marôco, 2011). Posteriormente, foi considerado um número aceitável estatisticamente para a realização de investigações nas Ciências Sociais, começou-se a testar os resultados. Para esse efeito, utilizou-se o IBM SPSS – IBM *Analitycs*, versão 28. Seguidamente, realizou-se a análise da estatística descritiva da amostra e das qualidades psicométricas (sensibilidade e fiabilidade) dos instrumentos. Adicionalmente, procedeu-se à análise dos dados recorrendo-se a correlações através do coeficiente de Pearson, bem como regressões múltiplas.

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta as intercorrelações entre as variáveis de interesse. Neste sentido, níveis de dependência online superiores estão positiva e significativamente correlacionados com ser vítima de ghosting, bem como ter níveis de depressão, ansiedade e stress, mais elevados. Além disso, como se observa na Tabela 1, foram também encontradas intercorrelações significativas e positivas entre ser vítima, depressão, ansiedade e stress, e também uma correlação significativa e positiva entre ser agressor, depressão, ansiedade e stress.

Tabela 1

Correlações entre as variáveis em estudo e variáveis sociodemográficas

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Idade	-							
2. Sexo ¹	-0,10	-						
3. Dependência Online	-0,09	-0,05	-					
4. Vítima (Ghosting)	-0,04	-0,02*	0,16**	-				
5. Agressor (Ghosting)	0,15	-0,11	0,12	0,44**	-			
6. Depressão	0,08	-0,42**	0,42**	0,20**	0,18**	-		
7. Ansiedade	0,08	-0,36**	0,36**	0,16**	0,22**	0,70**	-	
8. Stress	0,08	-0,30**	0,23**	0,15*	0,16*	0,56**	0,60**	-

Nota. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$. ¹Sexo: Feminino=1; Masculino=2.

A Tabela 2, mostra as regressões múltiplas que indicam que a dependência online está significativamente e independentemente associada a ser vítima de *ghosting*, maiores níveis de depressão, ansiedade e stress.

Tabela 2

Regressão múltipla com modelo de preditores da dependência online

	$\beta(p)$	R
Vítimas de <i>Ghosting</i>	0,10 (<0,001)	0,45
Depressão	0,22 (<0,001)	
Ansiedade	0,08 (<0,001)	
Stress	0,029 (<0,001)	

DISCUSSÃO

A presente investigação tinha como principal objetivo compreender as relações entre as variáveis: dependência online, *ghosting* (vítima e agressor), ansiedade, depressão e stress. Adicionalmente, focava-se em explorar quais os preditores de dependência online (*ghosting*, depressão, ansiedade, stress), uma vez que este é um tema ainda pouco explorado pela literatura. Inicialmente, esperou-se encontrar: (1) diferenças entre dependência online e ser vítima de *ghosting*; (2) diferenças entre dependência online e ser agressor; (3) diferenças entre ser vítima de *ghosting* e ansiedade, depressão e stress. Contudo, estas hipóteses foram apenas parcialmente confirmadas.

Deste modo, os resultados do presente estudo verificam que níveis elevados de dependência online estão presentes em vítimas de *ghosting*, o que pode indicar um comportamento de tempo de espera online continuado, por uma resposta de quem está a praticar o *ghosting*, que não responde. Neste sentido, a escassa literatura existente nesta área é congruente com os resultados da presente investigação, referindo que o *ghosting* pode funcionar de uma forma semelhante a comportamentos aditivos (Navarro et al., 2020). Assim, de acordo com a teoria do incentivo (Navas & Perales, 2014), há um motivador básico do comportamento na antecipação da recompensa, sendo que neste caso o *ghosting* poderia funcionar como um sistema de reforço. Assim, é possível que a expectativa gerada anteriormente, pelo agressor na vítima, antes da prática de *ghosting* (e.g., envio de mensagens privadas,

likes, comentários nas redes sociais), possa provocar, a *posteriori*, este comportamento de espera e de dependência por parte da vítima. Paralelamente, outras investigações referem ainda o impacto na saúde mental das rupturas de relacionamentos (Shulman et al., 2017) sendo, neste caso, o ghosting um “*trigger*” para esse término.

Também foram verificadas relações positivas e significativas entre ser vítima e/ou agressor, depressão, ansiedade e stress. Estes resultados podem ser suportados por literatura que refere que, muitas vezes, os agressores também foram e/ou são vítimas daquele fenómeno e, por isso, acabam por projectar as suas angústias e frustração noutra relação (Valera-Pozo et al., 2021).

Adicionalmente, é importante salientar a existência de algumas limitações no estudo. A destacar, o facto de não se ter utilizado uma escala construída e validada para a população portuguesa no que concerne ao ghosting.

Em estudos futuros sugere-se a construção e validação de uma escala para a população portuguesa direccionada para o ghosting, tanto do ponto de vista da vítima, como do agressor. A investigação futura, deve ainda analisar em que medida as rupturas foram ultrapassadas ou explorar como é que situações semelhantes poderiam contribuir para desenvolver estratégias de coping, que minimizem os efeitos negativos deste fenómeno, cada vez mais presente no mundo online.

Como não foram encontradas relações significativas entre dependência online e ser agressor, ou seja, praticar ghosting, este estudo levanta a necessidade de se analisar em futuras investigações outras variáveis associadas a estes comportamentos (e.g., empatia).

O presente estudo torna-se pertinente e atual neste campo de investigação uma vez que contribui para aumentar e reflectir acerca do conhecimento sobre as estratégias digitais utilizadas para terminar relações, através da comunicação mediada pela Internet. Suporta também a compreensão acerca do impacto na saúde psicológica das vítimas.

Em suma, torna-se crucial a contribuição da psicologia, numa óptica preventiva e de investigação-ação, para que práticas como o ghosting, sejam mitigadas, reduzindo deste modo o impacto na saúde mental, bem como outras possíveis consequências para o sujeito (e.g., isolamento).

REFERÊNCIAS

- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development, 78*, 246-263. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- Burnette, J. L., & Finkel, E. J. (2012). Buffering against weight gain following dieting setbacks: An implicit theory intervention. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*, 721-725. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.12.020>
- Coyne, S. M., Stockdale, L., Busby, D., Iverson, B., & Grant, D. M. (2011). “I luv u!”: A descriptive study of the media use of individuals in romantic relationships. *Family Relations, 60*, 150-162. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.0>
- D’Oliveira, T. (2007). *Teses e dissertações – Recomendações para a elaboração e estruturação de trabalhos científicos* (2ª ed.). Editora RH.
- Hill, M. M., & Hill, A. B. (2002). *Investigação por questionário*. Edições Sílabo.
- Knee, C. R., Patrick, H., & Lonsbary, C. (2003). Implicit theories of relationships: Orientations toward evaluation and cultivation. *Personality and Social Psychology Review, 7*, 41-55.
- LeFebvre, L. (2017). Ghosting as a relationship dissolution strategy in the technological age. In N. M. Punyanunt-Carter & J. S. Wrench (Eds.), *The impact of social media in modern romantic relationships* (pp. 219-235). Lexington Books.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy, 33*(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Marôco, J. (2011). Variáveis, populações e amostras. In J. Marôco (Ed.), *Análise estatística com o SPSS Statistics* (pp. 21-29). ReportNumber.
- Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S., & Villora, B. (2020). Psychological correlates of ghosting and breadcrumbing experiences: A preliminary study among adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(3), 1116. <https://doi.org/10.3390/ijerph17031116>
- Navas, F. J., & Perales, C. J. (2014). Comprensión y tratamiento del juego patológico: Aportaciones desde la Neurociencia del Aprendizaje. *Clínica y Salud, 25*, 157-166.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças, 5*(2), 229-239.
- Ponte, C., & Batista, S. (2019). *EU Kids Online Portugal. Usos, competências, riscos e mediações da internet reportados por crianças e jovens (9-17 anos)*. EU Kids Online e NOVA FCSH.

- 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. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.2.4>
- Shulman, S., Seiffge-Krenke, I., Scharf, M., Lev-Ari, L., & Levy, G. (2017). Adolescent depressive symptoms and breakup distress during early emerging adulthood: Associations with the quality of romantic interactions. *Emerging Adulthood, 5*(4), 251-258. <https://doi.org/10.1177/2167696817698900>
- Valera-Pozo, M., Flexas A., Servera M., Aguilar-Mediavilla, E., & Adrover-Roig, D. (2021). Long-term profiles of bullying victims and aggressors: A retrospective study. *Frontiers in Psychology, 12*, 631276. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.631276>
- Young, K. (1998). *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. Wiley.