

ADIÇÃO À INTERNET E INTERVENÇÃO FAMILIAR: EXPERIÊNCIA DO NÚCLEO UTILIZAÇÃO PROBLEMÁTICA INTERNET

Ivone Patrão¹ (✉ ivone_patrao@ispa.pt) & Ângelo Marinho²

¹ ISPA – Instituto Universitário, Promoting Human Potential Research Group, Portugal; ² CHLN-HSM – Unidade da Adolescência, NUPI, Portugal

A evolução da tecnologia ou a nova revolução industrial coloca desafios para a sociedade a vários níveis. Um desses desafios está relacionado com a forma e intensidade da relação que os indivíduos estabelecem uns com outros e, a partir daí, como comunicam o que pensam e sentem, online e offline. A família é a primeira estrutura relacional que se conhece e a mudança tecnológica veio trazer vantagens (e.g. colocar em contacto familiares e amigos distantes), mas também desvantagens (e.g. para a relação de casal; privação de atividades consideradas tradicionais; aumento da individualidade, na família, mas sobretudo no mercado de trabalho) (Patrão, 2017).

A adição à internet é considerada uma área emergente de investigação, onde já existem alguns estudos, mas que apresentam limitações metodológicas, associadas à avaliação do construto e de recolha de amostra (King, Delfabbro, & Griffiths, 2012). Trata-se de uma condição clínica cuja natureza ainda está em debate e que pode surgir em co-morbilidade com outras perturbações (e.g., depressão) (Carli, 2013).

A adição à internet não é um problema só do indivíduo, mas também da família, por isso a intervenção deve englobar igualmente a família (Wölfling, Beutel, Dreier, & Müller, 2014; Patrão et al., 2016).

Existe pouca investigação sobre a eficácia das intervenções psicoterapêuticas nesta área da adição à internet. As intervenções mais estudadas incluem a entrevista motivacional, as técnicas de psicoterapia cognitivo-comportamental, as intervenções multimodais (com intervenções familiares, individuais, de grupo, em simultâneo) (King, Delfabbro, & Griffiths,

2012; Winkler, Dörsing, Rief, Shen, & Glombiewski, 2013). A intervenção familiar tem sido apontada como necessária e eficaz (Lam, 2015).

Neste artigo apresenta-se a análise descritiva dos dados recolhidos na consulta de intervenção familiar realizada no Núcleo de Utilização Problemática da Internet (NUPI) (que constitui uma das primeiras respostas nesta área em Portugal) com famílias de jovens com adição à internet, com o objectivo de apresentar as características comuns nas famílias aderentes (consideradas as famílias referenciadas, que pedem ajuda e que aderem a uma consulta de intervenção familiar).

MÉTODO

Participantes

A população alvo do NUPI são jovens entre os 14 e 30 anos, que já passaram por uma triagem, onde se detecta que a principal problemática que apresentam é a adição à internet, passando a ter um acompanhamento individual regular, concomitante à referência para intervenção familiar.

Recolheu-se uma amostra de 19 famílias referenciadas para a consulta de intervenção familiar do NUPI no ano de 2016. Destas 19 famílias, 5 não aderiram à intervenção (por faltarem às sessões de triagem agendadas com a família), e 14 foram consideradas famílias aderentes, que realizarem triagem, definição do contrato terapêutico e adesão às sessões agendadas. Todas as 14 famílias têm, pelo menos, 3 sessões de intervenção familiar registadas.

Material

Utilizaram-se os registos de papel das sessões de intervenção familiar que contêm dados sociodemográficos das famílias, o genograma, o motivo de referência, contrato terapêutico, e o registo da intervenção realizada em cada sessão (em particular, de 3 sessões de intervenção, em cada família).

Procedimento

A intervenção familiar no NUPI é realizada com jovens com adição à internet e com as suas famílias, através de referenciação directa pelo médico assistente. A intervenção familiar é realizada por dois terapeutas especialistas na área, que realizam, numa primeira sessão através de entrevista semi-estruturada, a avaliação da estrutura (genograma), do funcionamento familiar (rede relacional de proximidade e de conflito) e dos comportamentos online (número de horas, preferências online de cada elemento da família, e avaliação da percepção de dependência de estar online). Em conjunto, família, jovem e técnicos, estabelecem um contrato terapêutico, no qual se define o pedido da família, o objectivo da intervenção familiar, a periodicidade das sessões e as regras na família para o uso das tecnologias.

Foram analisadas as primeiras 3 sessões de intervenção familiar de cada uma das 14 famílias, com recurso a uma análise de conteúdos dos registos.

O critério utilizado para a análise dos registos das sessões de intervenção familiar foi a classificação das características comuns nas famílias referenciadas em relação ao pedido, à estrutura e funcionamento familiar, e aos comportamentos online.

O tratamento descritivo dos dados nos registos das famílias foi realizado a partir do *IBM SPSS – IBM Analytics versão 22*.

RESULTADOS

Os jovens das 19 famílias referenciadas têm em média 19 anos ($DP=3.627$; min=15 anos; Max=30 anos), na sua totalidade são do sexo masculino, 57% vive só com a mãe, 73% apresentam comorbilidade (e.g., perturbação do comportamento, depressão) e 63% apresenta só um tipo de adição à internet, neste caso do jogo online (e.g., league of legends). Das 19 famílias referenciadas no ano de 2016, 74% aderiu à intervenção familiar (14 famílias).

Apresenta-se, de seguida, com base na análise dos registos das sessões de intervenção familiar do NUPI, as dimensões referentes às características comuns nas 14 famílias que aderiram à intervenção:

Pedido da Família

A queixa principal de todas da família é a adição online no jovem. Na larga maioria dos casos (63%) a preocupação é com a adição aos jogos online, e nos restantes casos (37%) a preocupação é com o jogo online em simultâneo com as apostas online e o consumo de conteúdos de multimédia. Na totalidade das famílias surgem outras queixas associadas, que são: a falta de rede social, isolamento, as alterações de comportamento, o absentismo escolar e a ausência de projecto de vida.

A centralização no sintoma, a necessidade de ajuda expressa pela família, mas que não é em simultâneo expressa pelo jovem na mesma medida e intensidade, e a procura de soluções mágicas são comuns a todas as famílias. Para além disso, expressam expectativas irrealistas face à solução do problema, centradas na mudança de comportamento só do jovem.

Estrutura e Funcionamento Familiar

A análise da estrutura e funcionamento familiar indica que se está perante famílias emaranhadas, com fronteiras difusas entre os sub-sistemas familiares, com baixa diferenciação e triangulações dos seus membros, estando presente em todas as famílias o fenómeno da co-dependência, que nas situações em que o jovem vive com a mãe (57% das famílias) a co-dependência regista-se entre o jovem e a mãe.

A baixa coesão familiar é outro factor comum associado à inconsistência nas regras dos comportamentos online (e de outro tipo de comportamentos), negação parental e do jovem sobre a existência de um problema na família, com uma visão redutora do problema, só centrado no jovem ou, na percepção do jovem, centrado nas figuras parentais.

A comunicação patológica é outro aspecto comum, assente na desqualificação mútua, e no *double bind*.

Comportamentos Online

Nas famílias aderentes à intervenção não é só o jovem o único elemento com adição à internet. Existem sempre outros elementos da família nuclear ou próxima (e.g., pais, mãe, avós, irmãos) que apresentam sinais de alerta para adição na internet (e.g., redes sociais, apostas online, multimídia), mas sem relato de alteração do funcionamento em geral. Todas as famílias aderiram à proposta de realizar uma gestão do consumo da tecnologia, pela redução do número de horas, apesar de expressarem dificuldade no cumprimento do acordo.

Há níveis diferentes de adesão à tecnologia, entre famílias, e dentro da própria família, o que faz transparecer um cenário desde da infoexclusão até ao uso excessivo em diferentes elementos destas famílias.

DISCUSSÃO

A análise das características comuns nas famílias aderentes à intervenção familiar possibilitou uma maior compreensão da situação clínica de adição à internet nos jovens e estabelecer um protocolo de avaliação e intervenção com estas famílias.

Na avaliação do que se passa com as famílias que têm jovens com adição será importante perceber qual a função do sintoma (uso da tecnologia em excesso), quais as dificuldades, os recursos e as competências da família, de forma a melhor acolher e valorizar cada um. A análise da estrutura da família, a forma como comunicam, a identificação de quem tem o poder e como costumam resolver os acontecimentos negativos faz parte do processo de co-construção com a família na procura de soluções, e no estabelecimento de confiança na mudança. A pergunta-chave de como estaria a família sem o problema em causa (i.e., dependência online no jovem) faz com que cada elemento se projete nesse cenário, colocando de forma clara o fenómeno da co-dependência, e permitindo uma auto-análise reveladora de soluções, e de certa forma das capacidades de cada família começar a reagir de forma diferente.

Não se trata de realizar uma intervenção familiar com o objectivo de impedir o uso da tecnologia, mas a promoção da psicoeducação familiar

quanto ao seu uso saudável, por todos, não esquecendo a importância do ajuste das práticas e modelos parentais (Abreu & Góes, 2011; King, Delfabbro, & Griffiths, 2012).

Por outro lado, a infoexclusão ou a iliteracia digital dos pais é, igualmente, uma oportunidade de concretizar uma mudança no sentido da aprendizagem – os pais aprenderem com os filhos (esta componente, que é nova nas famílias actuais, é igualmente importante, na medida que pode ser um espaço concreto para o diálogo e comunicação familiar). Contribuiu-se, assim, para uma construção de um novo significado das relações, quer com a família quer com a tecnologia.

Os adolescentes e os jovens adultos conseguem unir a família à sua volta, mais ainda se tiverem um comportamento desviante e/ou problemático, e neste sentido, mascaram-se outras zonas de conflito, que emergem neste contexto de intervenção familiar (e.g. autonomia do adolescente; conflito conjugal; divórcio; luto de familiares), que terão de ser abordadas, quando se consegue deixar o foco do sintoma (adição à internet) e se consegue abordar os outros temas importantes em cada família (Park, Kim, & Lee, 2014).

Este estudo apresenta dados preliminares da consulta de intervenção familiar do NUPI, o que aponta por um lado para o seu carácter inovador, pela existência de poucos estudos nesta área, e por outro lado, apresenta uma limitação, por se tratar de uma amostra reduzida, da qual só existem dados qualitativos. Em estudos futuros será importante sistematizar a recolha de dados através de uma avaliação mista (quantitativa e qualitativa) e longitudinal, de forma a avaliar a eficácia da intervenção.

REFERÊNCIAS

- Abreu, C., & Góes, D. (2011). *Psychotherapy for Internet Addiction*. In K. Young & C. N. Abreu (Eds.), *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment* (pp. 155-171). New Jersey: Wiley.
- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., Kramarz, E., . . . Kaess M. (2013). The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: A systematic review. *Psychopathology*, 46(1), 1-13. doi: 10.1159/000337971

- King, D., Delfabbro, P., & Griffiths, M. (2012). Clinical interventions for technology-based problems: Excessive Internet and video game use. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 26(1), 43-56. doi: 10.1891/0889-8391.26.1.43
- Lam, L. (2015). Parental mental health and Internet addiction in adolescents. *Addictive Behaviors*, 42, 20-23. doi: 10.1016/j.addbeh.2014.10.033
- Park, T., Kim, S., & Lee, J. (2014). Family therapy for an Internet-addicted young adult with interpersonal problems. *Journal of Family Therapy*, 36(4), 394-419. doi: 10.1111/1467-6427.12060
- Patrão, I., Reis, J., Madeira, L., Paulino, M., Barandas, R., Sampaio, D., & Carmenates, S. (2016). Avaliação e intervenção terapêutica na utilização problemática da internet (UPI) em jovens: Revisão da Literatura. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 7, 221-243. doi: hdl.handle.net/11067/3514
- Patrão, I. (2017). #GeraçãoCordão: *A Geração que não desliga*. Lisboa: Lidel, Pactor.
- Winkler, A., Dörsing, B., Rief, W., Shen, Y., & Glombiewski, J. A. (2013). Treatment of internet addiction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(2), 317-29. doi: 10.1016/j.cpr.2012.12.005
- Wölfling, K., Beutel, M., Dreier, M., & Müller, K. (2014). Treatment Outcomes in Patients with Internet Addiction: A Clinical Pilot Study on the Effects of a Cognitive-Behavioral Therapy Program. *Bio Med Research International*, 1, 1-8. doi:10.1155/2014/425924