

JOVENS E INTERNET: RELAÇÃO COM O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO, ISOLAMENTO SOCIAL E FUNCIONAMENTO FAMILIAR

Ivone Patrão^{1,2}; Mariana Machado¹; Pedro Aires Fernandes³, & Isabel Leal¹

¹ Instituto Universitário das Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida (ISPA-IU)

² Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo (ARSLVT)

³ Câmara Municipal de Odivelas

RESUMO: Hoje em dia a *internet* é uma ferramenta que faz parte da rotina diária dos indivíduos, principalmente dos mais jovens, por questões académicas ou de socialização. Sabe-se que o uso problemático da internet (UPI) pode afectar vários campos da vida do indivíduo (e.g. relações sociais; contexto familiar). O isolamento é um indicador de interferências no bem-estar do indivíduo e os jovens que percebem pouco suporte social tanto na escola com o seu grupo de pares, como no sistema familiar apresentam uma maior predisposição para o desenvolvimento do UPI. O objectivo geral da investigação foi analisar a relação entre o UPI, isolamento social, funcionamento familiar e bem-estar psicológico em jovens do ensino básico, secundário e universitário. Para o efeito utilizou-se um questionário de dados sociodemográficos (Patrão, 2014), um questionário de acesso e uso da internet, a *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS2 - Caplan, 2010), a *Psychological Well-Being Scale* (PWBS - Fernandes, Vasconcelos-Raposo & Teixeira, 2010), a *Family Assessment Device* (FAD – Epstein, Baldwin & Bishop, 1983) e a *UCLA Loneliness Scale* (Russell, 1996).

Os resultados de uma amostra de 1452 jovens portugueses do ensino básico, secundário e universitário ($M=15.12$; $DP=4.035$) indicam a relação entre a UPI, o isolamento social e o funcionamento familiar. Existe, por isso, a necessidade de uma intervenção conjunta com todos os atores (i.e. família, escola e jovens) de forma a delimitar-se estratégias adequadas para a promoção do uso seguro e saudável da internet no contexto escolar e familiar.

Introdução

Desde o aparecimento da *Internet* os comportamentos online têm vindo a sofrer alterações, sobretudo nos mais jovens, muitas vezes denominados “nascidos digitais” (Ponte & Cardoso, 2013). Estas alterações estão relacionadas com o fato da *Internet* cada vez mais ser uma ferramenta útil e necessária no dia-a-dia, para os jovens fazerem as suas pesquisas académicas, socializarem e estarem em atividades de lazer (e.g. jogos *online*).

As estatísticas indicam que cerca de 64% dos agregados familiares têm acesso a um computador e 58% têm acesso à *Internet* (INE, 2011). No mesmo sentido, os dados divulgados pelo relatório PORDATA (2013) relativamente à utilização da *Internet* entre os

jovens portugueses do ensino básico, secundário e superior, realçam que o número de alunos que acedem à *Internet* é maior em função do nível de escolaridade, sendo que os números têm vindo a aumentar exponencialmente com o decorrer dos anos e aumento da escolaridade.

Alguns estudos, nacionais e internacionais, indicam a necessidade de compreender os comportamentos *online* que indiciam um uso excessivo ou problemático da *Internet* e alertam para a prevalência desses comportamentos, com elevada variabilidade de acordo com os estudos. Existem estudos que apontam uma prevalência de 1% e outros estudos que apontam 36.7%, na sua maioria com amostras de jovens (Lopez-Fernandez, Freixa-Blanxart & Honrubia-Serrano, 2013; Pontes, Patrão & Griffiths, 2014; Tsitsikas, 2011; Wolfling, Beutel, Dreier & Müller, 2014).

O Manual de Diagnóstico das Doenças Mentais (DSM-5, 2013) considera importante o estudo das dependências comportamentais (i.e., sem substância), como por exemplo a dependência dos vídeos-jogos (*online* e/ou *offline*). Para se falar de dependência da *Internet* devem estar presentes algumas componentes (Kuss, Griffiths & Billieux, 2014): 1) o grau de importância (computador, telemóvel, *tablet*), tecnicamente designado por saliência cognitiva e comportamental (a actividade (e.g. estar ligado na *Internet*) é a principal na vida do indivíduo, e pode ser cognitiva (pensamento recorrente) ou comportamental (negligência de necessidades básicas); 2) as alterações do humor (a actividade altera as experiências subjectivas e a afectividade, i.e., as mudanças no humor resultam de experiências subjectivas em actividades *online*, que podem ser estratégias de *coping* de excitação ou paradoxalmente tranquilizantes (de escape), que leva a evitamento da interacção social e a diminuição das competências sociais); 3) a tolerância (necessidade de aumentar o número de horas *online*, com maior investimento na actividade e no comportamento para se atingir os mesmos níveis iniciais de prazer e bem-estar associados, e.g. *gambling*); 4) a presença de sintomas desagradáveis face ao não uso da *Internet* (e.g. irritabilidade, dores cabeça, agitação e por

vezes agressividade); 5) os conflitos inter e intra-pessoais, com o círculo próximo (parceiro, amigos ou família) acompanhado de perda do funcionamento ocupacional; 6) e a recaída face às tentativas sucessivas de parar o uso da *Internet*.

O estudo *EUKids Online 2012* (com 19.000 crianças/jovens entre os 11 e os 16 anos de todos os países da Europa) verificou que cerca de 29% dos jovens tem 1 ou mais dos componentes do uso excessivo da *Internet*.

Existem diferentes terminologias atribuídas a estes comportamentos *online* com uso excessivo da *Internet* como um fim ou como um meio (e.g. *Pathological Internet Use, Internet Adiction, Problematic Internet Use, Internet Addiction Disorder*), contudo o termo que parece mais geral e reúne consenso é o uso problemático da internet (UPI). Trata-se de um envolvimento em actividades através da *Internet*, de forma persistente, intensa e sem controlo, resultando na redução dos interesses, com consequências emocionais, sociais e ocupacionais (Patrão et al., in press).

Estudos recentes indicam como fatores de risco para o desenvolvimento do UPI o isolamento social e as alterações no funcionamento familiar (Kamal & Mosallem, 2013; Ko, 2014; Lam, 2014; Li, Dang, Zhang, Zhang & Guo, 2014; Park, Kang & Kim, 2014; Pontes, Griffiths & Patrão, 2014; Yu, Kim & Hay, 2013; Wartberg et al., 2014).

Este estudo, com uma amostra portuguesa de jovens com um UPI, teve como objectivo analisar a relação entre o UPI, o isolamento social, o funcionamento familiar e o bem-estar psicológico em jovens do ensino básico, secundário e universitário.

Método

Participantes

Dos 1452 jovens do estudo ($M=15.12$; $DP=4.035$) seleccionaram-se 259 jovens, que apresentam características de UPI. Estes 259 jovens ($M= 14.8$; $DP= 2.326$) pertencem ao

ensino básico (76.4%), secundário (18.9%) e universitário (0.8%), distribuem-se de igual forma de acordo com o género. A maioria (94.2%) vive num meio predominantemente urbano, não tem uma relação de compromisso (77.6%), nunca ficou retido em algum ano de escolaridade (59.8%) e não tem prática desportiva fora das actividades escolares (52.9%).

Instrumentos

Foram utilizadas cinco escalas para realizar uma caracterização da amostra e analisar o UPI, bem-estar psicológico, isolamento social e funcionamento familiar.

O questionário sociodemográfico (Patrão, 2014) compreende dez questões de carácter sociodemográfico e nove questões sobre o acesso e uso da *Internet*.

A *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS - Caplan, 2010; Tradução e adaptação Pontes, 2014), tem como objectivo avaliar as cognições, os comportamentos e os *outcomes* que constituem o UPI. É uma escala de auto-resposta, de sete pontos que vai do ‘discordo totalmente’ ao ‘concordo totalmente’ e é constituída por quinze itens distribuídos uniformemente – 3 itens - pelas cinco dimensões que a compõem: preferência por interacção *online*; alteração de humor; preocupação cognitiva, uso compulsivo e *outcomes* negativos. Todas as dimensões apresentam uma consistência interna acima de 0.82. A cotação é feita pela soma dos itens, e quanto maior a pontuação, maior a indicação de sintomas de UPI, sendo o ponto de corte 60.

A *Psychological Well-Being Scale – 30* (EBEP) validada para a população portuguesa por Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Teixeira (2010) é uma escala de trinta itens que avalia as seis dimensões do bem-estar psicológico de Carol Ryff (1989), cada uma com cinco itens: domínio do meio; aceitação de si; crescimento pessoal; objectivos de vida; relações positivas com os outros e autonomia. Todas estas dimensões apresentam valores de uma boa consistência interna (entre 0.74 e 0.86), assim como a consistência interna global da escala

(0.93). A escala de resposta é do tipo *Likert* de seis pontos que vai do ‘discordo plenamente’ ao ‘concordo plenamente’. A cotação é feita pela soma dos itens e quanto maiores os valores, maiores os níveis de bem-estar psicológico (ponte de corte é de 95).

Family Assessment Device (FAD - Epstein, Baldwin & Bishop, 1983) pretende avaliar a estrutura e propriedade da organização familiar e os seus padrões de relação, tendo por base o modelo de funcionamento familiar de McMaster (MMFF). Compreende seis dimensões do funcionamento familiar: funcionamento geral; resolução de problemas; comunicação; papéis; resposta afectiva; envolvimento afectivo; controlo do comportamento. Anos mais tarde foi estudada a validade (Byles, Byrne, Boyle & Offord, 1988; Tradução e adaptação Patrão, 2015) apenas da sub-escala funcionamento geral que engloba 12 itens, versão usada para a presente investigação. É unidimensional e tem uma escala de resposta tipo *Likert* de 4 pontos de ‘discordo plenamente’ a ‘concordo plenamente’. Um valor de 2 ou acima nesta escala indica uma maior percepção de um funcionamento familiar problemático.

A *UCLA Loneliness Scale* (Russell, 1996; tradução Pontes, 2014) tem como objectivo a avaliação dos sentimentos de solidão e isolamento social. É composta por vinte itens distribuídos por duas dimensões: itens positivos – *non lonely* (12) e itens negativos - *lonely* (11). A escala de resposta é tipo *Likert* de 4 pontos em que o 1 corresponde a ‘nunca’ e o 4 a ‘sempre’. A cotação desta escala é através da soma dos itens, sendo o ponto de corte 50. Quanto maior a pontuação total da escala, maior os sentimentos de solidão e isolamento social.

Procedimento

Após a autorização do Ministério da Educação, da comunidade escolar e dos respectivos encarregados de educação, a amostra foi recolhida através da disponibilização de um *link* para um questionário online onde se encontra um protocolo com todas as escalas

mencionadas anteriormente. Todos os participantes têm conhecimento do estudo através do consentimento informado, também disponibilizado através do *link*, em que ou concordam em participar voluntariamente no estudo ou então o questionário dá-se por terminado sem ficar com qualquer dado do indivíduo. Foi assegurado o anonimato e a confidencialidade das respostas dos indivíduos.

Após a recolha de dados procedeu-se à análise estatística com recurso ao programa estatístico *SPSS (IBM SPSS Statistics Version 22)*, tendo sido efectuadas as estatísticas descritivas para a caracterização da amostra e correlações de *Pearson* entre as variáveis em estudo – UPI; bem-estar psicológico; isolamento social e funcionamento familiar.

Resultados

Comportamentos online

Da análise do comportamento *online* concluiu-se que: a média de idades com que os jovens começaram a usar a internet é de 8 anos, e que passam em média 6 horas por dia *online* para actividades de lazer, 25 horas por semana para socializar com os pares e 7 horas por semana para estudar. Os jovens acedem à *Internet* através de meios móveis, como o computador portátil, *tablet* e/ou telemóvel (22.4%), e na maioria em casa e/ou na escola (19.3%). As actividades *online* preferenciais são as redes sociais (62.2%) a multimédia (ex: *youtube*, séries) (23.9%) e os vídeo jogos (16.2%). O tempo que os jovens passam *online* retira-lhes, segundo eles, tempo para outras actividades de carácter importante como estar em família, dormir, fazer exercício físico, ter actividades lúdicas e para a escola. Também se verificou que a *Internet* tem sido uma estratégia de refúgio para problemas emocionais (para 65.3% dos jovens) e que a maioria desta amostra se considera dependente daquilo que faz na *internet* (69.9%).

UPI, Isolamento Social e Funcionamento Familiar

Nesta amostra de utilizadores problemáticos da *Internet* (N=259), a UPI está de forma positiva e significativamente relacionado com o bem-estar psicológico e com o isolamento social, ou seja, quanto maiores os níveis de UPI, maior também o bem-estar e o isolamento social. Não existe relação significativa entre o UPI e o funcionamento familiar. Por sua vez, o bem-estar psicológico está significativamente relacionado com o funcionamento familiar e com o isolamento social, isto é, quando existem níveis elevados de bem-estar psicológico, existe uma elevada percepção do funcionamento familiar e percepção baixa de isolamento social (Tabela 1).

Tabela 1 – Correlação de Pearson de GPIUS, EBEP, UCLA, FAD

		GPIUS	EBEP	UCLA
EBEP	<i>Pearson</i>	,165**		
	Sig.	,008		
	N	259		
UCLA	<i>Pearson</i>	,167**	-,253**	
	Sig.	,007	,000	
	N	259	259	
FAD	<i>Pearson</i>	-,094	,270**	-,411**
	Sig.	,131	,000	,000
	N	259	259	259

** . A correlação é significativa no nível 0,01.

Conclusões

Os resultados deste estudo indicam de forma geral que os jovens com um UPI iniciaram cedo o acesso à *Internet* sem supervisão parental (8 anos), tendo como principais preferências a socialização *online*, que constitui uma tarefa da adolescência, i.e., ter um grupo de pertença. Contudo, essa tarefa está a ser levada a cabo sem predomínio da relação face-a-face e sem estímulo em tempo real das competências relacionais.

Neste contexto, a escola e a família são importantes como lugares de estimulação do contato, da comunicação e da relação.

Os jovens do presente estudo, com características de UPI, sentem um bem-estar psicológico elevado, o que é explicado por vários autores, como um reforço positivo e imediato de estar *online*, que facilita o comportamento aditivo e dificulta o auto-controlo (Lopez-Fernandez, Freixa-Blanxart, & Honrubia-Serrano; Muller et al., 2015; Park, Kang, & Kim, 2014; Yu, Kim & Hay, 2013).

Estes dados alertam para o risco associado à elevada percepção de bem-estar em jovens com UPI, uma vez que não é um comportamento que altere a sua percepção do funcionamento familiar, nem a sua percepção de isolamento social. Alguns estudos indicam que a existência de práticas parentais permissivas (que desvalorizam o número de horas que os jovens passam *online*, sem supervisão de conteúdos), e a ansiedade social estão presentes em jovens com UPI (Kamal & Mosallem, 2013). Este poderá ser um dos motivos pelos quais os jovens deste estudo não sentem alterações na sua dinâmica familiar.

Conclui-se a importância de aprofundar o estudo dos comportamentos *online* dos jovens portugueses, e paralelamente da necessidade de se apostar em programas de prevenção (e.g. na escola) e tratamento adequados (e.g. grupos multi-familiares).

Referências

- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., Bishop, D. S. (1983). The McMaster family assessment device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171-180.
- Fernandes, H.M., Vasconcelos-Raposo, J. & Teixeira, C.M. (2010). Preliminary analysis of the psychometric properties of Ryff's scales of psychological well-being in Portuguese adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 1032-1043.
- INE (2011). *Censos: Resultados preliminares*. Lisboa: INE.
- Kamal, N., & Mosallem, F. (2013). Determinants of Problematic Internet Use Among El-Minia High School Students, Egypt. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(12), 1429.
- Ko, C., Wang, P., Liu, T., Yen, C., Chen, C., & Yen, J. (2014). Bidirectional associations between family factors and Internet addiction among adolescents in a prospective investigation. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 69(4),192-200.

- Lam, L. (2014). Risk factors of Internet addiction and the health effect of Internet addiction on adolescents: A systematic review of longitudinal and prospective studies. *Current Psychiatry Reports*, 16(11), 1-9.
- Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in Human Behavior*, 41, 1-7.
- Lopez-Fernandez, O., Freixa-Blanxart, M., & Honrubia-Serrano, M. (2013). The problematic Internet entertainment use scale for adolescents: prevalence of problem Internet use in Spanish high school students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(2), 108-118.
- Muller, K., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M., Tzavara, C., Richardson, C., & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24(5), 565-574.
- Park, S., Kang, M., & Kim, E. (2014). Social relationship on problematic Internet use (PIU) among adolescents in South Korea: A moderated mediation model of self-esteem and self-control. *Computers in Human Behavior*, 38, 349-357.
- Patrão et al. (in press). A controvérsia atual sobre a utilização problemática da Internet (UPI) como um fim ou meio: Uma revisão da literatura. *Revista Psicologia da Criança e do Adolescente*.
- Ponte, C., & Cardoso, D. (2013). Em casa e no quarto: modos de uso da internet por crianças e jovens (9-16 anos). In *Nascidos Digitais*, ed. Margarida Gaspar de Matos & Mafalda Ferreira, 253 - 268. ISBN: 978-989-8659-09-5. Lisboa: Coisas de Ler.
- Pontes, H., Griffiths, M. & Patrão, I. (2014). Internet Addiction and Loneliness Among Children and Adolescents in the Education Setting: An Empirical Pilot Study, *Aloma*, 32(1), 91-98.
- PORDATA (2013). *Base de Dados Portugal Contemporâneo*. Lisboa: PORDATA.
- Russell, Daniel W. (1996) 'UCLA Loneliness Scale (Version 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- Tsitsika, A., et al. (2011). Determinants of Internet addiction among adolescents: a case-control study. *The Scientific World Journal*, 11, 866-874.
- Wartberg, L., et al. (2014). The Interdependence of Family Functioning and Problematic Internet Use in a Representative Quota Sample of Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(1), 14-18.
- 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*, 425924.
- Yu, J., Kim, H., & Hay, I. (2013). Understanding adolescents' problematic Internet use from a social/cognitive and addiction research framework. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2682-2689.

EDUCAÇÃO INTERCULTURAL NA FORMAÇÃO INICIAL DE PROFESSORES/AS PARA O 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Ana Pires Sequeira, Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal,
ana.sequeira@ese.ips.pt

Introdução

“A Europa de hoje já não é a Helénica, nem a Romana, nem a Renascentista, nem a Romântica, nem a Czarina, nem a do Apocalipse Feliz Vienense. A Europa de hoje já não é a apenas a Europa de Dante, de Camões, de Kant, de Klint, de Godard, etc. É o espaço de múltiplos centros de produção e de decisão culturais; é uma Europa de circulação de criadores, produtores, cientistas; é uma Europa multicultural com escritores africanos a residirem em Paris ou em Lisboa, cineastas indianos a trabalharem em Londres e em Amesterdão, artistas plásticos chineses a criarem em Barcelona e Berlim, comunidades árabes, a sua cultura quotidiana e a sua língua, ocupando bairros inteiros em Bruxelas; ucranianos a viverem em Lisboa; artistas portugueses a produzirem em Ljubliana e parisienses em Praga.” (Ribeiro, 2011: 85-86).

António Pinto Ribeiro coloca-nos perante a questão da diversidade cultural existente na Europa, numa Europa que se identifica como multicultural. Neste contexto assume particular importância uma Educação Intercultural ao espelharem-se no campo educativo as implicações de outros campos sociais, nomeadamente, o cultural, o político e o económico, pois tal como Kincheloe (2006) lembra construímo-nos e atuamos num campo “histórico específico”.

A Escola deve, assim, assumir-se como uma das bases para uma aprendizagem intercultural, baseada no contacto e interação entre culturas diferentes, e, são já vários os estudos a considerar que o gerir a diversidade é um dos desafios centrais à prática pedagógica no século XXI, bem como, ainda, o ser imprescindível formar futuros/as docentes sem que