

INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA

Escola Superior de Altos Estudos

CARATERIZAÇÃO DA UTILIZAÇÃO DO *FACEBOOK*
PELOS ADOLESCENTES E RELAÇÃO COM A QUALIDADE
DE VIDA E MEMÓRIAS PRECOSES DE CALOR E
SEGURANÇA RELATIVAS AO GRUPO DE PARES

TÂNIA PATRÍCIA DE ALMEIDA REIS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Coimbra, 2016



Caraterização da Utilização do *Facebook* pelos Adolescentes e
Relação com a Qualidade de Vida e Memórias Precoces de Calor
e Segurança Relativas ao Grupo de Pares

TÂNIA PATRÍCIA DE ALMEIDA REIS

Dissertação Apresentada ao ISMT para Obtenção do Grau de Mestre em Psicologia
Clínica

Ramo Terapias Cognitivo-Comportamentais

Orientadora: Professora Doutora Ana Galhardo
Professora Auxiliar no Instituto Superior Miguel Torga

Coimbra, janeiro de 2016

Agradecimentos

Aos meus pais, um obrigada por acreditarem em mim, pela paciência, pelo seu apoio por estarem sempre disponíveis a ouvir-me e por todos os ensinamentos da vida.

À minha irmã Beatriz, pelo carinho e conforto nos momentos em que me via a escrever e me pergunta o que tanto escrevia.

À minha irmã Sara e namorado, um agradecimento especial pela paciência, apoio e carinho, pela transmissão de palavras de força e confiança, em todos os momentos.

Ao Ricardo, um agradecimento especial pelo apoio incondicional, ouvinte atento das minhas preocupações e dúvidas, pela confiança, incentivo e valorização do meu trabalho.

Às minhas amigas, em especial à Rita e à Pollyanna pela amizade, companheirismo, admiração e obrigada pelos desabafos da partilha dos bons e menos bons momentos.

À minha orientadora, Professora Doutora Ana Galhardo, pela ajuda e disponibilidade manifestada, pela confiança depositada para o desenvolvimento deste trabalho e profissionalismo.

À Eptoliva, onde os foram recolhidos, ao Presidente, Professores, alunos e em especial à Dra. Miriam pela disponibilidade prestada para a elaboração deste trabalho, o meu sincero agradecimento.

A todos, os demais...Muito Obrigada!

Resumo

Objetivo: O *Facebook* é a maior rede social em todo o mundo e cada vez mais os seus usuários são jovens adolescentes que despendem diariamente do seu tempo a comunicar e a navegar nesta rede social. O presente trabalho aborda a utilização que os adolescentes fazem do *Facebook*, numa amostra de jovens estudantes, explorando a associação ao nível da sua qualidade de vida e das memórias de calor e afeto relativas ao seu grupo de pares.

Método: A amostra é composta por 141 adolescentes (77 rapazes e 64 raparigas) de ambos os sexos com idades compreendidas entre os 15 e os 23 anos a frequentar escolas profissionais e que preencheram voluntariamente um questionário sociodemográfico, de caracterização da utilização da rede social *Facebook*, e dois instrumentos para avaliação da qualidade de vida em adolescentes e das memórias de calor e segurança no grupo de pares.

Resultados: A maioria dos participantes expressou ter conta no *Facebook* ($n = 137$; 97,2 %), com 94 (66,7 %) a referir ter conta ativa entre pelo menos três a seis anos. A maioria revelou navegar mais de cinco vezes por dia (67,4 %) no *Facebook*, numa média diária de uma a três horas (77,3 %). Entre as atividades possíveis de realizar através do *Facebook*, a mais frequente foi o envio de mensagens (61,7 %) e 58,2 % revelou não procurar novas amizades através desta rede social. Os rapazes mostraram ter valores mais elevados no domínio da qualidade de vida individual do que as raparigas ($M = 76,10$, $DP = 15,71$ vs. $M = 69,87$, $DP = 15,25$). Adolescentes que passam entre uma a três horas diárias no *Facebook* revelaram valores superiores de memórias precoces de calor e segurança, que os que passam menos de uma hora diária neste rede social. As memórias emocionais de calor e segurança correlacionaram-se positivamente com todas as dimensões da qualidade de vida.

Conclusão: O estudo revela que o uso da rede social *Facebook* pelos adolescentes associa-se positivamente com as memórias precoces de calor e segurança. Futuras pesquisas poderão explorar os principais motivos para o uso do *Facebook* pelos adolescentes como, por exemplo, a manutenção de amizades passadas e o contato com familiares ou o contacto com os pares existentes atualmente na sua vida. Será importante, também, analisar se o uso desta rede social se associa a diferentes traços de personalidade ou psicopatologia.

Palavras-chave: Adolescentes; *Facebook*; Memórias emocionais de calor e segurança; Qualidade de Vida.

Abstract

Objective: *Facebook* is the world's largest social network and there seems to be an increase in its use by adolescents who spend a significant amount of time communicating and navigating in this social network. The current study addresses the use of *Facebook* by adolescents, in a sample of high school students, exploring the association between *Facebook* use and quality of life and memories of warmth and safeness within their peer group.

Method: The sample consists of 141 adolescents (77 boys and 64 girls) aged between 15 and 23 years old attending vocational schools and who voluntarily completed a sociodemographic questionnaire and a questionnaire addressing characteristics of Facebook use as well as two other instruments for the assessment of quality of life in adolescents, and of memories of warmth and safeness within their peer group.

Results: The majority of participants had a *Facebook* account ($n = 137$; 97,2 %), with 94 (66,7%) referring to have an active account since three to six years ago. Most adolescents in our sample navigate on *Facebook* more than five times per day (67,4%), with a daily mean of one to three hours (77,3%). Regarding activities in *Facebook*, the most frequent one was sending messages (61,7%). Seeking new friendships through this social network was not a major aim for these adolescents (58,2%). Boys showed higher scores in the domain of quality of individual life when compared to girls ($M = 76,10$, $SD = 15,71$ vs. $M = 69,87$, $SD = 15,25$). Adolescents who spend between one and three hours a day on *Facebook* showed higher scores on memories of warmth and safeness when compared to those who spend less than one daily hour in this social network.

Conclusion: The study reveals that the use of Facebook social network is associated with positive early memories of warmth and safeness in adolescence. Future research should explore the main reasons for the use of Facebook by adolescents, for example, maintenance of past friendships and contact with family or friends. It is also important to consider whether the use of this social network is associated with different personality traits or psychopathology.

Keywords: Adolescents; Facebook; Early memories of warmth and safeness; Quality of life.

1. Introdução

A adolescência é um período desenvolvimental de transição da infância para a idade adulta, caracterizado por modificações a nível físico, intelectual, emocional, sexual e social. A Organização Mundial de Saúde (WHO) define a adolescência como compreendendo o período cronológico entre os 10 e 19 anos, mas refere que as Nações Unidas consideram que esta etapa do ciclo de vida se situa entre os 15-24 anos de idade (WHO, 1986).

A adolescência caracteriza-se por ser uma fase de transição para a independência e exploração da identidade. É marcada por mudanças de natureza fisiológica/física, psicológica e emocional, o desenvolvimento do pensamento formal e a construção da identidade do eu (Frydenberg, 2008). Conceptualiza-se como um processo de mudança, representado como um desafio de transição da infância para a vida adulta. Ciclo iniciado por mudanças que interagem entre si, como a puberdade acompanhada por alterações corporais, o desenvolvimento cerebral emergente na capacidade de raciocinar e pensar abstratamente sobre a ideologia de quem são e o que pretendem ser, ao mesmo tempo que desenvolvem a aptidão de caráter social, no envolvimento com o grupo de pares e o desafio na construção da autonomia abarcado pelos valores parentais (American Psychological Association, 2002).

Segundo Fleming (1993), a autonomia é um processo de construção da identidade e individuação do adolescente, caracterizando-se por um processo em que este sente a necessidade de se autodeterminar perante si e os outros. Porém, este desejo de autonomia pode gerar conflitos na estrutura familiar, nomeadamente com os progenitores, em que o grupo de pares passa a ter um papel importante no seu processo de busca da individualidade. Neste sentido, tende a existir um afastamento na relação pais-filho(s), habitualmente encarado por ambos não como uma separação, mas como parte integrante do processo de desenvolvimento que visa a aquisição de conceções de si e o progresso para uma autonomia interdependente (Slater e Bremner, 2004). A reorganização do adolescente nesta nova etapa do seu desenvolvimento traduz-se pelo processo de separação-indivuação, primordial para o crescimento humano, e que tem implicações para o funcionamento adaptativo ao longo da vida (Lapsley e Stey, 2010; Gomes da Costa, 2011). Segundo Meeus, Iedema, Maasen e Engels (2005) o processo de individuação dos adolescentes em relação aos pais não depende sempre do processo de separação, sendo estes dois processos (separação e individuação) vistos como dois

processos paralelos de desenvolvimento na adolescência, potenciadores de harmonização do ajustamento emocional.

Para que o processo de autonomização/individuação aconteça de uma forma mais favorável, é necessária a existência de uma vinculação segura entre pais (ou figuras significativas) e os filhos (Oliveira, 2011; Zimmermann, 2004), que posteriormente refletirá na adolescência, sendo este o período de construção do processo de vinculação com o eu (*self*) e a exploração relacional com outras figuras de vinculação (Jongenelen Carvalho, Mendes e Soares, 2007). A vinculação (os modelos internos dinâmicos) desenvolve-se durante a primeira infância, incentivando a exploração do ambiente com base na segurança e conforto transmitido pela figura de vinculação, continuando a ser importante, inclusive quando o adolescente estabelece novas relações (Canavarro, 1999; Lamranz, 1998; Crittenden, 2002). Segundo Bowlby (1984), a vinculação proporciona o desenvolvimento da criança tendo como princípio base a criação de um ambiente seguro gerado pela mãe ou figura de vinculação. Esse ambiente seguro promoverá confiança e adaptabilidade nas interações desde criança e refletidas, posteriormente, na adolescência e na idade adulta. Refere que a dinâmica das relações de vinculação muda ao longo do desenvolvimento, nomeadamente na adolescência e idade adulta, ocorrendo mudanças no comportamento vinculativo, passando o foco destas relações a alargar-se para fora da esfera familiar (e.g. escola; grupo de trabalho; grupo religioso ou até mesmo político).

Assim, experiências precoces de vinculação segura vão promover comportamentos de confiança e exploração da e pela criança, fundamentada em pais disponíveis, protetores e tranquilizantes (Veríssimo, Monteiro, Vaughn e Santos, 2003), geradores de ambientes que facilitam a que a criança internalize e posteriormente operacionalize ativamente no processo desenvolvimental da adolescência face aos pares (Brumariu e Kerns, 2010). Tal capacita a criança a mais facilmente realizar o processo de autonomização, como já referido, típico na adolescência, facilitando o desenvolvimento de comportamentos de adesão e convívio com o grupo de pares (Irons e Gilbert, 2005). Por oposição, crianças que tenham vivenciado ambientes inseguros (com características ambivalentes ou evitantes) transmitidos pelas figuras de vinculação durante a primeira infância, apresentarão tendencialmente comportamentos relacionados com a vergonha e rejeição. Segundo Irons e Gilbert (2005), jovens provenientes de ambientes inseguros/ambivalentes procuram grupos de pares rígidos e vulneráveis, tendencialmente defensivos e controladores, e excessivamente focados na comparação social, indo de encontro com a literatura empírica que sugere a existência de uma relação significativa

deste estilo de vinculação com psicopatologia e problemas interpessoais (Brown e Wright, 2001).

As memórias precoces de calor e segurança dizem respeito à recordação de sentir segurança, calor e cuidado pelos outros durante a infância estão associadas ao afeto positivo (Gilbert e colaboradores, 2009). Estes autores consideram que estas memórias experienciadas na primeira infância são essenciais para o desenvolvimento emocional e social do indivíduo (nomeadamente para a capacidade de regular emoções), dado serem a chave para a formação da identidade e o crescimento das relações com o outro. Ambientes calorosos e afetuosos originados pelas figuras de vinculação (em que existem estas memórias) associam-se a uma maior autoestima, felicidade (Chen e Furnham, 2004) e menor risco de psicopatologia (Richter, Gilbert e McEwan, 2009), por oposição com sistemas familiares desprovidos de carinho (DeHart, Pelham e Tennen, 2006). Nas quais a relação entre as memórias precoces de calor e segurança e os estilos de vinculação de acordo, com os estudos, indicam que adolescentes com uma vinculação segura tendem a recordar memórias de infância relacionadas com a segurança e proteção, do que adolescentes provenientes de ambientes de desconfiança e de rejeição, classificados com o estilo de vinculação inseguro (Rodrigues et al., 2004; Cunha, Xavier, Martinho e Matos, 2014). A este propósito, Gilbert (1989, 2005; *cit in* Ritcher, Gilbert e McEwan, 2009) acrescentou que as experiências de segurança durante a infância estavam ligadas a um sistema básico de regulação de afetos. Assim, processos “funcionais” de regulação emocional desenvolvidos na primeira infância, com base naquelas memórias, tendem a promover o normal funcionamento e adaptabilidade ao grupo de pares (Carvalho, Martins, Neves e Soares, 2007).

A WHO define qualidade de vida, como a perceção que o indivíduo tem sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores que se insere e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (1994a, p.29; 1997b, p.1). De acordo com a perspectiva de Wallander, Schmitt e Koot (2001) consideram que a qualidade de vida visa a articulação da perceção subjetiva e objetiva do indivíduo face ao seu bem-estar em diferentes domínios da sua vida, da sua cultura e tempo, tendo em conta os princípios norteadores dos direitos humanos. O termo qualidade de vida tem sofrido inúmeras modificações na última década (Gaspar, Pais Ribeiro, Matos e Leal, 2008), mas empiricamente, concetualiza-se como um conceito multifatorial e subjetivo, primeiro, por englobar diversas dimensões inerentes ao indivíduo (pessoal, social...) e, segundo, por

existir no domínio da consciência, baseando-se na percepção pessoal do indivíduo (Pais Ribeiro, 2009; Gaspar, Pais Ribeiro, Matos e Leal, 2008).

A saúde da criança e do adolescente, aliada à sua qualidade de vida e bem-estar, é reconhecida como um fundamento marcante na esfera da saúde pública global. A investigação nesta área tem vindo a refletir sobre a representação multidimensional da qualidade de vida do ponto de vista da criança e do adolescente, sendo um assunto que levanta algumas questões devido à idade, maturidade e o desenvolvimento cognitivo (Ravens-Sieberer et al., 2001). No entanto, existe um interesse crescente da comunidade científica na avaliação da qualidade de vida da criança e do adolescente, assente na valorização das suas perspetivas enquanto narradores das suas experiências de vida, fundamental para a ampliação nos conhecimentos científicos e atuação numa abordagem de políticas promotoras de saúde e de bem-estar (Fuh, Wang, Lu e Juang, 2005).

As redes sociais tornaram-se num fenómeno, nomeadamente na vida dos adolescentes, que encontram nesta globalização uma forma de comunicar com os outros (Walrave, Vanwesenbeeck e Espinoza, 2012), fornecer informações sobre si, publicar fotos, pertencer a grupos, escrever comentários ou enviar mensagens para amigos, como também é um meio de expor os sentimentos publicamente (Subrahmanyam e Greenfield, 2008; Yang e Brown, 2012).

No ano de 2004, Mark Zuckerberg ainda estudante da Universidade Harvard, criou um *site*, com o objetivo da comunidade universitária conhecer-se melhor virtualmente, através da publicação de fotos de colegas e comentários sobre os mesmos. O sucesso tornou-se viral entre a comunidade universitária, que Zuckerberg expandiu-o para a rede de ligação do mundo virtual, sendo hoje considerado o maior *site* em termos de utilizadores mais popular ao nível da comunicação (Lusted, 2012). O *Facebook* tem aumentado a sua popularidade entre os adolescentes e, neste sentido, a utilização desta rede traduz novos padrões de comunicação e relacionamento nesta faixa etária (Smahel, Brown e Blinka, 2012).

Estudos apontam que os adolescentes usam o *Facebook* como uma ferramenta de reforçar amizades existentes ou de, algum modo, obter informação sobre pessoas com quem têm uma ligação, como colegas de escola ou sobre alguém que conheceram num evento social, pretendendo obter informação sobre a mesma (Lampe, Ellison e Steinfield, 2006). Assim, o uso do *Facebook* ou de outra rede de comunicação social permite manter relacionamentos interpessoais de amizade existentes, fortalecendo o círculo social entre os usuários, nomeadamente nos adolescentes (Carlyne, 2011). Além disso, os resultados

do estudo deste autor sugerem que 72 % dos respondentes usam o *Facebook* ou o *Myspace* (outra rede social) para comunicar com pessoas que já conhecem, fazendo-o num tempo médio de uma hora e vinte minutos diários de conectividade (Carlyne, 2011; Pontes e Patrão, 2014). O estudo de Subrahmanyam, Reich, Waechter e Espinoza (2008) revelou que uma das principais razões para os jovens navegarem *online* é o envio de mensagens (77 %), com as atividades menos prazerosas (segundo os jovens) a serem o conectar-se com outros usuários, procurar novas amizades, ouvir música e procurar grupos para debater questões específicas. Portanto, na atualidade, as relações entre muitos dos adolescentes estão centradas no campo de realidade virtual. Tal poderia levar a hipotetizar que o uso das redes sociais podem contribuir para prejudicar a qualidade e comunicação existente numa relação (grupo de pares, amorosa). Porém, os estudos mostram que o uso que os adolescentes fazem das redes sociais reforça as relações existentes de amizade ou até mesmo de cariz amoroso, mantendo-as ativas. Um fator auxiliador é o envio de mensagens de texto através destas redes que fortalece na qualidade da relação entre pares e amorosa (Lampe, Ellison e Steinfield, 2006; Blais, Craig e Pepler, 2008; Antheunis, Schouten e Kraemer, 2014).

No estudo de Manago e seus colaboradores (2012), existe correlação entre o aumento dos níveis de satisfação com a vida e de percepção social em adolescentes e a utilização da rede social *Facebook*. Os autores concluíram que os usuários desta rede de comunicação satisfazem as suas necessidades psicossociais, preservando e mantendo relações distantes (familiares, namorado(a), amizades), como também fortificando a manutenção de relações com antigos colegas de escola (Manago, Taylor e Greenfield, 2012; Valkenburg e Peter, 2008).

A organização estatística *Eurostat* realizou, no ano de 2014, um estudo europeu sobre a participação dos jovens nas redes sociais, que engloba a criação de perfis, enviar mensagens, usar o *Facebook*, o *Twitter* e outras atividades relacionadas com o uso da realidade virtual. Esta organização estimou que, em Portugal, 94% dos adolescentes com idades entre os 16 e os 24 anos, usufruem das redes sociais (Eurostat, 2014). A rede de pesquisa Europeia, liderado e organizado por Sonia Livingstone e Leslie Haddo, desenvolveram o projeto de pesquisa denominado de *EU Kids Online*, incidido na temática do uso das novas tecnologias pelas crianças e jovens. A finalidade deste projeto consiste em identificar quais os padrões de uso das redes sociais; as possíveis consequências e os riscos; e por último a mediação parental sobre a segurança *online* dos seus filhos. No âmbito deste projeto, a investigação reuniu vários países europeus,

incluindo Portugal, apresenta no relatório final os seguintes resultados: estima que 60% dos pais manifestam preocupações relacionadas com conteúdos inapropriados dos meios de comunicação social e das redes sociais; 87% das crianças e jovens acedem às redes sociais em casa, tendo o quarto como o local privilegiado (67 %) e através do computador pessoal (65%) (Ponte, Jorge, Simões e Cardoso, 2012; Pontes e Patrão, 2014).

De acordo com o estudo elaborado pelo Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) em colaboração com a WHO, em 2014, a investigação pretende avaliar os estilos de vida dos adolescentes ($M = 14$ anos) e os seus comportamentos em diferentes contextos de vida. Neste estudo, foram abordadas diferentes perspetivas relacionadas com o adolescente (hábitos alimentares; imagem corporal; atividade física; novas tecnologias; uso de substâncias; ambiente familiar; grupo de pares; ambiente escolar; saúde e bem-estar; comportamentos sexuais e os recursos pessoais e interpessoais). No estudo os autores concluem que o número de horas a usar no computador (conversar, navegar na internet, enviar e-mails, entre outras atividades) pelos adolescentes, estima entre uma a três horas, determinando não apresentarem comportamentos de adição à internet (Matos, Simões, Camacho, Reis e Equipa Aventura Social, 2014). Contrariamente aos estudos referidos anteriormente referidos, o estudo de Kross et al., 2013, afirmam que existe relação entre a utilização do uso da rede social *Facebook* e o aumento de tristeza nos jovens adultos. Consideram que a constante utilização desta rede social, demonstra uma maior probabilidade de comportamentos característicos dos deprimidos. Porém, o estudo de Jenkins-Guarnieri e seus colaboradores (2013), concluíram que os jovens adultos usuários da rede social *Facebook* revelam níveis mais elevados de extroversão, podendo ser um mediador entre o estilo de vinculação seguro e o uso do *Facebook*. Revela que os indivíduos com estilo de vinculação seguro sentem-se mais confortáveis e são capazes de desenvolver habilidades interpessoais e sociais, por implicação ao comportamento social *online*.

Em suma, os adolescentes são agentes de socialização e assiste-se a uma crescente evolução no paradigma da comunicação inter-relacional, cada vez mais centrada para a realidade virtual. Contudo, e segundo temos conhecimento, não existem estudos que tenham explorado a associação entre o uso do *Facebook* por adolescentes e as memórias precoces de calor e segurança.

1.1. Objetivos

A presente dissertação de mestrado teve como principais propósitos analisar o uso do *Facebook* numa amostra de adolescentes e a sua associação com variáveis como a qualidade de vida e memórias emocionais de calor e segurança. Os objetivos específicos são: 1) Analisar diferentes variáveis sociodemográficas e de uso do *Facebook* numa amostra de adolescentes que usa essa rede social; 2) Explorar associações entre o tempo despendido no *Facebook* e o uso desta rede social como *hobby* com as principais variáveis do estudo - qualidade de vida e as memórias precoces de calor e segurança.

2. Material e Métodos

2.1. Participantes

Na presente investigação aplicou-se o método de amostra probabilística aleatória, constituída por 141 alunos de uma Escola Técnico-Profissional do distrito de Coimbra, Escola Profissional de Oliveira do Hospital, Tábua e Arganil (Eptoliva).

A participação na investigação abrangia os seguintes critérios de inclusão: a) alunos a frequentar um curso técnico-profissional equivalente ao ensino secundário; b) utilizadores e não utilizadores da rede social *Facebook*; e c) preenchimento completo dos instrumentos de avaliação selecionados para o estudo.

2.2. Procedimentos

Elaboramos o protocolo da presente investigação, no qual foram incluídos o questionário sociodemográfico e de utilização do *Facebook* e os questionários de autorresposta anteriormente descritos. Numa primeira fase comunicámos com os autores dos questionários definidos para o nosso estudo e após obtido o seu consentimento, iniciámos a fase seguinte da investigação. De seguida, apresentámos ao Diretor Executivo da Eptoliva, um documento sobre a presente investigação e os seus objetivos, solicitando a colaboração desta escola para a recolha dos dados junto dos seus alunos.

Obtida a autorização junto da Eptoliva, iniciou-se a entrega dos consentimentos informados junto de todos os alunos, sendo que os menores de 18 anos levaram o consentimento para o encarregado de educação informando acerca dos objetivos do

estudo e solicitando a sua autorização para o educando participar no estudo. Os alunos com idade igual ou superior a 18 anos assinaram voluntariamente o consentimento informado.

O protocolo iniciou com uma breve explicação informativa sobre o objetivo central da investigação a todos os participantes, enfatizando que a cooperação dos mesmos era voluntária. A confidencialidade dos dados e utilização dos mesmos foram garantidos e apenas exclusivos para fins de investigação deste estudo. No estudo administrou-se os seguintes instrumentos: a) o questionário sociodemográfico com questões relativas às variáveis sociodemográficas (sexo, idade, estado civil, agregado familiar, escolaridade e ano/curso a frequentar) e questões relativas à utilização da rede social *Facebook*; b) a Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância/Adolescência-Grupo de Pares (*EMWS_P_A*) e c) o Questionário de Qualidade de Vida para Adolescentes (*YQOL-R*).

O procedimento de administração dos questionários efetuou-se em contexto de sala de aula, tendo uma duração de cerca de 15 minutos. A recolha dos dados para a investigação decorreu no mês de maio de 2015.

Como critério de inclusão no estudo foi apenas definida a obtenção prévia de consentimento informado.

Na inserção dos dados foram eliminados os sujeitos que não completaram o preenchimento da bateria de questionários.

2.3. Instrumentos

Para o presente estudo foram selecionados os instrumentos de autorresposta que a seguir se apresentam:

Questionário Sociodemográfico e de Utilização da Rede Social Facebook

Este questionário foi desenvolvido especificamente para o estudo, e ao nível das variáveis sociodemográficas pretendeu recolher informação acerca da idade, sexo, estado civil, escolaridade anterior, curso e ano que os participantes se encontram a frequentar no presente ano letivo. No que respeito à utilização do *Facebook*, foram formuladas questões acerca da existência de conta nesta rede social, frequência, duração e horário de utilização, conhecimento dos pais acerca desta utilização, local de acesso ao *Facebook*, equipamento usado para esse efeito, presença de outras pessoas aquando da utilização,

comportamentos alternativos ao recurso ao *Facebook*, razões para a utilização, e riscos percebidos. Por último, os participantes eram questionados acerca da importância do *Facebook* enquanto *hobbie* nas suas vidas.

Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância/Adolescência – Grupo de Pares (EMWSS_P_A; *Early Memories of Warmth and Safeness Scale Pares*; Ritcher, Gilbert & McEwan, 2009; versão portuguesa de Cunha, Ferreira, Matos, Duarte & Pinto-Gouveia, 2014).

A escala tem como objetivo avaliar as memórias emocionais da infância/adolescência de calor, segurança e afeto em relação aos grupos de pares/amigos, isto é, referentes a sentimentos e emoções (e.g. “Sentia que era um membro (elemento) querido no meu grupo de amigos”). A EMWSS_P_A é um instrumento de autorresposta, composto por 21 itens numa medida de resposta de cinco pontos do tipo Likert (0= não, nunca; 1= sim, mas raramente; 2= sim, algumas vezes; 3= sim, frequentemente; 4= sim, a maior parte do tempo) (Cunha, Ferreira, Matos, Duarte & Pinto-Gouveia, 2014).

No nosso estudo, o alfa de Cronbach obtido na nossa amostra foi de 0,97 indicador de uma boa consistência interna.

Questionário de Qualidade de Vida para Adolescentes (YQOL-R; *Youth Quality of Life – Research Version*; Topolski, Edwards & Patrick, 2002; versão portuguesa de Cunha, Pinto-Gouveia & Xavier, 2011).

O questionário avalia a qualidade de vida percebida pelos adolescentes fornecendo um perfil através de quatro domínios: individual, relações sociais, ambiente e qualidade de vida geral, possibilitando ainda obter uma pontuação total de qualidade de vida (Cunha, Pinto-Gouveia & Xavier, 2011). O YQOL-R é um instrumento de autorresposta, composto por 42 itens, respondidos numa escala de tipo Likert de dez pontos que varia desde 0 (“De modo nenhum”) a 10 (“Completamente”). Os scores com pontuações mais elevada refletem melhor qualidade de vida. Os itens 21 e 28 são invertidos para efeitos do cálculo dos resultados. Na versão original os valores de alfa de Cronbach foram entre $\alpha = 0,77$ e $\alpha = 0,96$, revelando uma consistência interna adequada (Patrick, Edwards & Topolski, 2002). Na versão Portuguesa os valores de consistência interna analisados para os quatro domínios são os seguintes: 0,93 no domínio individual; 0,93 no domínio relações sociais; 0,81 no domínio ambiente e por fim, no domínio da

qualidade de vida geral com um alfa de Cronbach de 0,74. No presente estudo, o valor de consistência interna, medida através do alfa de Cronbach, foi de 0,96.

2.4. Análise Estatística

O programa estatístico usado nesta investigação foi o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 22.0 para *Windows*. No nosso estudo procedemos ao cálculo de estatísticas descritas como a análise de frequências, médias e desvios-padrão. Para o estudo utilizaram-se testes paramétricos, uma vez que a nossa amostra tende para a normalidade com um n superior a 30 (Pestana & Gageiro, 2008). Sempre que pretendíamos comparar pares de médias recorremos ao teste t de Student. Para análise das diferenças nas médias que envolvia três ou mais grupos, executámos o cálculo da ANOVA (*one-way*). Paralelamente e de modo a explorar a existência de correlações entre as variáveis em estudo, utilizou-se o teste de correlação de Pearson. Em todas as análises realizadas utilizou-se o nível de significância estatística de 0,05.

De acrescentar que, no que respeita às análises conduzidas com o YQOL-R, foram calculados os valores t de cada item de acordo com a seguinte fórmula, recomendada pelos autores do instrumento.

$$t = \frac{\text{pontuação no item} - \text{pontuação mínima da escala de resposta}}{\text{pontuação máxima da escala de resposta}} \times 100$$

3. Resultados

A apresentação dos resultados obtidos iniciar-se-á com a caracterização da amostra no que respeita às variáveis sociodemográficas e de utilização do *Facebook*, avaliadas com o teste t -Student para amostras independentes.

Variáveis Sociodemográficas e de Utilização do *Facebook*

Na Tabela 1, a amostra ficou constituída por 141 estudantes da Eptoliva, sendo 77 indivíduos do sexo masculino (54,6 %) e 64 do sexo feminino (45,4 %). A idade dos indivíduos varia entre os 15 e os 23 anos, situando-se a média da idade 17,52 ($DP = 2,16$) anos. Relativamente ao estado civil, a totalidade dos indivíduos que integram a amostra é solteira.

Os anos de escolaridade variaram entre o 10º ano e o 12º ano, sendo a média de escolaridade de 10,73 ($DP = 0,82$), representada por 9 cursos de componente técnico-profissional de diversas áreas de formação.

Tabela 1
Variáveis sociodemográficas

		Amostra total	
Sexo		<i>n</i>	%
Masculino		77	54,6
Feminino		64	45,4
	Total	141	100
Idade		<i>M (DP)</i>	Varição
		17,52 (2,15)	15 - 23
Estado civil		<i>n</i>	%
Solteiro(a)		141	100
União de facto		0	100
Casado(a)		0	100
	Total	141	100
Escolaridade anterior		<i>n</i>	%
9º ano		124	87,9
10º ano		9	6,4
11º ano		6	4,3
12º ano		2	1,4
	Total	141	100
Ano que frequenta		<i>n</i>	%
10º ano		70	49,6
11º ano		38	27,0
12º ano		33	23,4
	Total	141	100
Curso que frequenta		<i>n</i>	%
Técnico Auxiliar de Saúde		23	16,3
Técnico Artes do Espetáculo		11	7,8
Técnico de Turismo		37	26,2
Técnico de Mecânica Industrial		19	13,5
Técnico de Apoio à Gestão Desportiva		7	5,0
Técnico de Eletrónica Automação e Comando		8	5,7
Técnico de Instalações Eléctricas		5	3,5
Técnico de Design		20	14,2
Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos		11	7,8
	Total	141	100

Notas: *M* = Média. *DP* = Desvio padrão.

Não se observam diferenças estatisticamente significativas entre o sexo masculino e o feminino em relação à idade [$t = -0,54$; $p = 0,59$] e aos anos de escolaridade [$t = -0,58$; $p = 0,56$].

Relativamente às características da utilização que os participantes fazem do *Facebook*, podemos observar na Tabela 1, que num universo de 141 indivíduos, 137 (97,2 %) têm conta no *Facebook* e apenas 4 (2,8 %) não possuem conta nesta rede social. Dos 94 (66,7 %) participantes do estudo revelam ter conta no *Facebook* pelo menos num período entre 3 a 6 anos. Constata-se que 136 (96,5 %) dos participantes revelam que os

seus pais têm conhecimento da existência da utilização da rede social *Facebook* e apenas 1 (0,7 %) não transmitiu conhecimento aos seus pais de que provinha de conta no *Facebook*.

Na Tabela 2 são apresentados os resultados relativos às demais variáveis de utilização do *Facebook*.

Tabela 2
Variáveis de utilização da rede social Facebook

		Amostra total	
		n	%
Tens conta no <i>Facebook</i>			
	Sim	137	97,2
	Não	4	2,8
	Total	141	100
Se sim, há quanto tempo			
	Entre 3 anos a 6 anos	94	66,7
	Total	141	100
Com que frequência utilizas o <i>Facebook</i>			
	Mais de 5 vezes por dia	95	67,4
	Mais de 10 vezes por dia	19	13,5
	Mais de 15 vezes por dia	4	2,8
	Mais de 20 vezes por dia	19	13,5
	Total	141	100
Em média durante quantas horas utilizas o <i>Facebook</i> diariamente			
	Menos de uma hora	52	36,9
	Uma a três horas	63	44,7
	Mais de cinco horas	22	15,6
	Total	141	100
Em que horário costumavas utilizar o <i>Facebook</i>			
	De manhã	1	0,7
	Tarde	8	5,7
	Noite	19	13,5
Em qualquer horário (manhã, tarde e noite)		109	77,3
	Total	141	100

As variáveis analisadas da utilização do *Facebook* revelam que 95 (67,4 %) dos indivíduos frequentam esta rede social mais de cinco vezes por dia, em que 63 (44,7 %) permanecem em média entre uma a três horas diárias e 109 (77,3 %) afirmam que não têm um horário definido para navegar. Quanto ao acesso local desta rede social verifica-se que 134 (95 %) dos inquiridos o fazem na sua residência.

Na Tabela 3, apresentamos a continuação das variáveis de utilização da rede social *Facebook*. Observamos que numa população de 141 participantes no estudo, 134 (95 %) optam por navegar no *Facebook* em casa, usufruindo desta rede sozinhos num total de 128 (90,8 %) dos inquiridos e apenas 13 (9,2 %) preferem navegar com a companhia de outras pessoas (irmãos, amigos, primos, pais, professores, namorado e colegas). Não se justificando apresentar os valores dos mesmos, pelo facto de se distribuírem em percentagens reduzidas em cada uma das opções consideradas. Observámos também que 108 (76,6 %) sujeitos recorrem ao uso do seu computador pessoal e 97 (68,8 %) através do seu dispositivo móvel *smartphone* para conectar no *Facebook*.

Tabela 3
Variáveis de utilização da rede social Facebook

		Amostra total	
		n	%
Onde vais ao Facebook – Opção Casa			
	Sim	134	95
	Não	7	5
	Total	141	100
Com quem uso o Facebook – Opção Sozinho			
	Sim	128	90,8
	Não	13	9,2
	Total	141	100
Como vais ao Facebook			
	<i>Tablet/iPad</i>	49	34,8
	Computador pessoal (PC)	108	76,6
	<i>Smartphone</i>	97	68,8
	Total	141	100

Na Tabela 4, de acordo com a pesquisa realizada, podemos observar as atividades preferenciais dos participantes quando utilizam a rede social *Facebook*. Nesta análise verificamos que 50,4 % (n = 71) referem usar o *Facebook* para “diversão” e 49,6 % (n = 70) mencionam que a razão pela qual usam o *Facebook* não está relacionada com a diversão. A opção de enviar mensagens é classificada como a atividade que os participantes mais frequentemente fazem no *Facebook* 61,7 % (n = 87).

Tabela 4
Variável – *Quais as razões que te levam a utilizar o Facebook*

		Amostra total	
		n	%
Diversão	Sim	71	50,4
	Não	70	49,6
	Total	141	100
Enviar mensagens	Sim	87	61,7
	Não	54	38,3
	Total	141	100
Fazer novas amizades	Sim	59	41,8
	Não	82	58,2
	Total	141	100
Grupos de discussão	Sim	14	9,9
	Não	127	90,1
	Total	141	100
Ouvir música	Sim	29	20,6
	Não	112	79,4
	Total	141	100
Partilhar fotos e vídeos	Sim	55	39,0
	Não	86	61,0
	Total	141	100

Constatámos na nossa investigação que dos 141 participantes, 82 (58, 2%) não pretendem fazer novas amizades através da rede social *Facebook*, contrariamente aos 59 (41,8 %) inquiridos que manifestam vontade em fazer novas amizades. Finalmente, verificamos que as atividades menos prazerosas para os participantes englobam os grupos de discussão, com 127 (90,1 %) a referirem não fazer uso desta atividade, 112 (79,4 %) participantes a afirmarem que não navegam no *Facebook* para ouvir música e por fim, o partilhar fotos e vídeos, com 86 (61,0 %) utilizadores a mencionar a prática desta atividade como a menos acedida.

Na Tabela 5 são apresentados os resultados obtidos nas variáveis em estudo, através do teste *t* de Student para Amostras Independentes. Analisando os domínios da qualidade de vida, a qualidade de vida total e as memórias de calor e segurança, no total da amostra e por sexo.

Tabela 5

Teste *t* de Student para amostras independentes entre os domínios do YQOL-R, YQOL-R_total e a EMWS_P_A

	Amostra total (<i>N</i> = 141)		Rapazes (<i>n</i> = 77)		Raparigas (<i>n</i> = 64)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
YQOL-R								
Individual	73,27	15,76	76,10	15,71	69,87	15,25	2,374	0,019
Relações sociais	80,35	18,98	80,22	18,93	80,51	19,18	-0,091	0,927
Ambiente	67,39	13,51	68,84	15,18	65,64	11,03	1,406	0,162
Qualidade vida geral	74,50	13,86	75,25	14,25	73,59	13,44	0,709	0,480
YQOL-R_total	73,88	13,53	75,10	14,13	72,40	12,73	1,181	0,239
EMWS_P_A	64,66	14,74	65,63	13,43	63,47	16,22	0,862	0,390

Notas: *M* = Média. *DP* = Desvio padrão. *t* = *t* de Student. *p* = nível de significância.

Como se pode constatar não existem diferenças entre rapazes e raparigas em nenhuma das variáveis consideradas, à exceção do domínio da qualidade de vida individual, no qual os rapazes (*M* = 76,10, *DP* = 15,71; *t*(139) = 2,37, *p* = ,019) apresentam valores mais elevados comparativamente com as raparigas (*M* = 69,87, *DP* = 15,25). A magnitude da diferença das médias (diferença média = 6,22, 95 % *CI* [1,04, 11,4]) é considerada baixa (*d* = 0,36).

Na Tabela 6, apresentamos os resultados da análise de correlações entre as memórias de calor e segurança na infância/adolescência e os quatro domínios da qualidade de vida.

De acordo com a análise verificámos que a EMWS_P_A_total se associa de forma estatisticamente significativa e positiva com todos os domínios referentes ao YQOL-R. Ou seja, os domínios YQOL-R_individual, YQOL-R_relações_sociais e o YQOL-R_qualidade_vida apresentam uma correlação estatisticamente significativa e positiva, de magnitude moderada. O domínio YQOL-R_ambiente relaciona-se positivamente e com significância (magnitude pequena) com a EMWS_P_A. Analisando apenas o total do YQOL-R verifica-se que há uma correlação estatisticamente positiva e de magnitude moderada com as memórias emocionais, o que indica que os adolescentes que utilizam o

Facebook demonstram níveis mais elevados de qualidade de vida e capacidade de boas memórias emocionais.

Tabela 6

Relação entre os 4 domínios do YQOL-R, YQOL-R_total e a EMWS_P_A

	YQOL-R				YQOL-R_Total
	Individual	Relações sociais	Ambiente	Qualidade de vida	
EMWS_P_A	0,422**	0,311**	0,275**	0,357**	0,391**

Notas: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$. YQOL-R = Questionário Qualidade de Vida para Adolescentes. EMWS_P_A = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância/Adolescência-Grupo de Pares.

Na Tabela 7, com o intuito de explorar a existência de associações foram realizadas a Correlação de *Pearson*, para explorar a associação entre os EMWS_P_A e YQOL-R_total, com a questão em que medida consideras o *Facebook* um *hobby* importante na tua vida.

Tabela 7

Correlação entre a variável *Hobby*, os domínios do YQOL-R, o YQOL-R_total e a EMWS_P_A

	YQOL-R				YQOL-R_total	EMWSS_P_A
	Individual	Relações sociais	Ambiente	Qualidade vida geral		
<i>Facebook</i> um <i>hobby</i> importante na tua vida	-0,116	-0,040	-1,37	-0,098	-0,107	0,225**

Na análise, verificámos a ausência de associação entre os domínios e o total do YQOL-R, com a variável em que medida consideras o *Facebook* um *hobby* importante na tua vida. No entanto, confirmamos que a variável em estudo apresenta uma correlação estatisticamente significativa e positiva com a variável EMWS_P_A (magnitude pequena).

Na Tabela 8, para avaliar se as horas despendidas diariamente pelos usuários do *Facebook* afetavam a sua qualidade de vida e as suas memórias emocionais em relação ao grupo de pares/amigos recorremos ao teste estatístico ANOVA *one-way* seguida do teste *post-hoc* HSD de Tukey.

Tabela 8

Variabilidade da EMWS_P_A, domínios do YQOL-R, YQOL-R_total em função das Horas Diárias no *Facebook*

	Grupo 1 Menos de 1h diárias (A) (n = 52)		Grupo 2 Entre 1h a 3h diárias (B) (n = 63)		Grupo 3 Mais de 5h diárias (C) (n = 22)		F	p	Post- hoc*
	M	DP	M	DP	M	DP			
EMWS_P_A	59,46	15,67	67,67	13,22	68,22	11,82	3,661	0,014	B > A
YQOL-R									
Individual	72,12	16,40	72,41	15,62	75,39	13,97	1,851	0,141	ns
Relações sociais	78,21	20,99	78,96	18,12	86,72	16,02	1,994	0,118	ns
Ambiente	66,01	14,71	68,54	13,34	65,71	11,06	1,044	0,375	ns
Qualidade de vida geral	73,67	14,49	74,42	14,70	75,45	10,29	0,407	0,748	ns
YQOL-R_total	72,50	14,97	73,58	13,31	75,82	10,44	1,369	0,255	ns

Notas: * $p < 0,05$. YQOL-R = Questionário Qualidade de Vida para Adolescentes. EMWSS_P_A = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança na Infância/Adolescência-Grupo de Pares.

Observando a Tabela 8, constatamos que o grupo 1 (menos de 1h diária) ($M = 59,46$, $DP = 15,67$; $n = 52$) apresentou um menor tempo despendido diariamente, seguido pelo grupo 2, entre 1h a 3h diárias, ($M = 67,67$, $DP = 13,22$; $n = 63$) e o grupo 3 (mais de 5h diárias) ($M = 62,22$, $DP = 11,52$; $n = 22$). De acordo com o teste *post-hoc* HSD de Tukey, observamos diferenças estatisticamente significativas entre o grupo 1 e o grupo 2 no uso do *Facebook* diariamente (I.C. a 95 %] -15,22; 1,2048 [; $p = 0,014$), na variável memórias emocionais.

4. Discussão e Conclusão

A presente investigação pretendeu contribuir para a realização de uma caracterização do uso da rede social *Facebook* por parte de adolescentes, explorando também a eventual relação entre a utilização do *Facebook* com as memórias precoces de calor, qualidade de vida e os vínculos afetivos dos adolescentes face ao seu grupo de pares.

Analisando as variáveis sociodemográficas, verificámos que relativamente ao género masculino e feminino não se encontram diferenças, de igual forma com os anos de escolaridade anterior. Atualmente denota-se um grande fluxo de estudantes em cursos com vertente técnico-profissional devido a uma maior facilidade de acesso ao mercado de trabalho ou o ingresso para a universidade, havendo uma procura ativa por parte dos adolescentes relativamente a estes cursos (Vasco, 2014). Na Eptoliva esta tendência é evidente, apresentando-se o 10º ano de escolaridade como o ano mais representativo.

Os resultados obtidos no nosso estudo relativamente à idade dos participantes revelam uma média de idade de 17,5 anos, que é idêntico ao encontrado em diversos estudos realizados nesta área de investigação, por exemplo o estudo de Reich e seus colaboradores (2012) com uma média de 16,3 anos ($DP = 1.2$), bem como no estudo de Maria Kalpidou e colaboradores (2011) que obteve uma média de idades ($M = 19.61$). Neste seguimento a organização estatística *Eurostat*, realizou um estudo no ano de 2014, concluindo que 94% dos adolescentes, com idades entre os 16 e os 24 anos, usufruem das redes sociais *Facebook* e *Myspace*. Os resultados presentes no nosso estudo indicam que 97.2% dos adolescentes revelam ter conta no *Facebook* e apenas 2,8% não aderiram a esta rede social, este aspeto parece estar igualmente de acordo com o estudo de Fernandes (2013). A nossa pesquisa apresenta que do total da nossa amostra, 94 (66,7%) dos adolescentes tem conta ativa no *Facebook* num tempo médio de entre três e seis anos. O tempo médio despendido pelos adolescentes nesta rede social, estima entre uma a três horas diárias (44,7%), o resultado descrito varia de acordo com alguns estudos (Carlyne, 2011; Pontes e Patrão, 2014). A tendência que os adolescentes evidenciam para usufruir das redes sociais é visível no nosso estudo, sendo que estes executam esta ação sozinhos como forma de respeitar a sua privacidade, conectando com outros usuários através de casa (95%) e no seu computador pessoal (76,6%), o que vai ao encontro do reportado por Basak e Calisir, (2015). Estas duas últimas componentes observam-se igualmente no Projeto *EU Kids Online*, que aponta que 87% dos utilizadores acede em casa e 65%

através do seu computador pessoal, de acordo com o estudo implementado em Portugal, no ano de 2011 (Ponte, Jorge, Simões e Cardoso, 2012).

Os participantes desta investigação foram questionados sobre quais as atividades que realizam enquanto navegadores do *Facebook* e as respostas foram múltiplas. No nosso estudo os participantes sentem-se divididos quanto ao uso concreto que fazem no *Facebook*. Com efeito, 50,4% dos inquiridos refere que usufrui por diversão, o que foi também observado no estudo de Fernandes (2013). Por sua vez 49,6% não o faz com essa intenção, mas sobretudo pelo motivo de enviar mensagens (61,7%), resultado que está de acordo com o encontrado no estudo de Subrahmanyam e seus colaboradores (2008), os quais reportam que 77% inquiridos faz a leitura e responde a mensagens a outros utilizadores. Seguindo a opinião dividida dos nossos participantes relativamente ao uso específico do *Facebook*, as percentagens revelam-se díspares quanto às atividades executadas pelos mesmos nesta rede social. No nosso estudo as atividades realizadas pelos adolescentes no Facebook, tais como fazer novas amizades, participar em grupos de discussão, ouvir música e, por fim, o partilhar fotos e vídeos são, de alguma forma, similares com o reportado na investigação de Reich et al., (2012), que concluíram que os adolescentes ligam com outros sujeitos através das redes sociais, em particular com pessoas que conhecem fora do contexto *online*.

Na sequência da nossa investigação, considerámos pertinente analisar as diferenças entre os géneros, respeitantes à perceção da qualidade de vida nos adolescentes, de modo que os rapazes apresentam ter valores mais elevados no domínio da qualidade de vida individual do que em comparação com as raparigas. Estes resultados estão em consonância com os encontrados no estudo de Mendes (2014). Salientamos o resultado encontrado no estudo, que na análise do desenvolvimento das memórias emocionais da infância/adolescência revela associação com a perceção da qualidade de vida, ou seja, indica que adolescentes com memórias emocionais positivas estão associadas a uma maior perceção da sua qualidade de vida.

Relativamente à análise efetuada sobre a utilização do *Facebook* apresentado como um *hobby* importante na vida dos adolescentes, os resultados expõem não haver relação significativa com a perceção da qualidade de vida, mas apresenta um grau de associação positiva (magnitude pequena) entre as memórias emocionais. Isto é, não permite concluir qual o significado atribuído pelos adolescentes ao conceito *hobby* (caraterístico de uma atividade prazerosa e aproveitada apenas nos tempos livres) e

estamos perante uma amostra de população estudantil, em que a maior parte do seu tempo diário é na escola.

Na pesquisa efetuada, testámos o tempo despendido diário (grupo 1: menos de 1h; grupo 2: entre 1h a 3h; grupo 3: mais de 5h) pelos adolescentes na utilização do *Facebook*, em que o corrente estudo evidência resultados de variabilidade de tempo diário entre o grupo 1 (menos de 1h) e o grupo 2 (entre 1h a 3h) em conformidade com as memórias emocionais. O resultado do estudo sugere que a nossa amostra de adolescentes ao navegar no *Facebook*, entre uma hora a três horas diárias, apresenta evidências consideráveis de boas memórias precoces de calor e segurança. No que respeita aos domínios da qualidade de vida dos adolescentes, confirma-se não haver evidências de que o tempo despendido diário no uso da rede social *Facebook* tenha consequência sobre a perceção da qualidade de vida dos adolescentes.

Refletindo sobre os resultados obtidos na nossa investigação considera-se que há evidências de que as experiências de primeira infância (relacionadas a sentimentos de ameaça ou segurança) têm um grande impacto a nível fisiológico, psicológico, maturação social e funcionamento individual (Gerhardt, 2004; Schore, 1994; *cit in* Ritcher, Gilbert e McEwan, 2009) presentes no processo de desenvolvimento da adolescência.

Os resultados do presente estudo deverão, ainda assim, ser lidos com alguma cautela, face a um conjunto de limitações metodológicas. Por um lado o número de participantes não pode ser considerado representativo da população de adolescentes, por outro lado, o facto de a amostra não conter um número de sujeitos que não utiliza a rede social *Facebook* impossibilitou a comparação entre os utilizadores e os não utilizadores, no que respeita às variáveis em estudo. De referir ainda que, o recurso a instrumentos de autorresposta poderá não conter um conjunto de elementos importantes e que está mais vulnerável a enviesamentos decorrentes, por exemplo, da desejabilidade social. Como tal, investigações futuras deverão ter estes aspetos em consideração. Apesar de o nosso estudo não analisar os traços de personalidade e refletindo sobre a literatura empírica, pareceu-nos interessante referir o estudo de Kraut et al., (2012), que indica que indivíduos introvertidos têm uma participação menos ativa em sociedade e nas redes sociais, ao invés de indivíduos extrovertidos que demonstram um aumento participativo nas redes sociais, tendo uma vida mais ativa (comunidade e familiar), revelando uma maior diminuição de solidão. Fica a questão: Será que estamos perante adolescentes extrovertidos? A resposta a esta pergunta poderá ser fundamentada em futuras pesquisas.

Em síntese, a presente investigação constituiu um contributo para uma melhor compreensão do impacto da utilização do *Facebook* no processo desenvolvimental que é a adolescência, fase de grandes evoluções e transformações a nível mental, físico e comportamental.

5. Referências Bibliográficas

- American Psychological Association (2002). *Developing Adolescents: a reference for professionals*. Washington DC: APA. Acedido em 14, novembro, 2015, em <https://www.apa.org/pi/families/resources/develop.pdf>.
- Antheunis, L. M., Schouten, P. A. & Kraemer, E. (2014). The role of social networking sites in early adolescents social lives. *Journal of Early Adolescence*, 1-24. doi: 10.1177/0272431614564060.
- Basak, E. & Calisir, F. (2015). Na empirical study on factos affecting continuance intention of using Facebook. *Computers in Human Behavior*, 48, 181-189. doi: 10.1016/j.chb.2015.01.055.
- Blais, J., Craig, W. & Pepler, D. (2008). Adolescents online: the importance of internet activity choices to saliente relationships. *Journal Youth Adolescence*, 97, 522-536. doi: 10.1007/s10964-007-9262-7.
- Bowlby, J. (1984). *Apego e Perda – Volume I: Apego* (A. Cabral, Trad.). Brasil: Livraria Martins Fontes Editora Ltda. (Trabalho original em inglês publicado em 1969).
- Brown, L. S. & Wright, J. (2001). Attachment theory in adolescence and its relevance to developmental psychopathology. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 8, 15-32. doi: 10.1002/cpp.274.
- Brumariu, L. E. & Kerns, K. A. (2010). Parent-child attachment and internalizing symptoms in childhood and adolescence: A review of empirical findings and future directions. *Development and Psychopathology*, 22, 177-203. doi: 10.1017/S0954579409990344.
- Canavarro, M. C. S. (1999). *Relações afetivas e saúde mental. Uma abordagem ao longo do ciclo da vida* (1º ed.). Coimbra: G. C. – Gráfica de Coimbra, Lda.
- Carlyne L. Kujath, B. S. (2011). Facebook and MySpace: Complement or substitute for face-to-face interaction?. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(1-2), 75-78. doi: 10.1089/cyber.2009.0311.
- Carvalho, M., Martins, E. C., Neves, L. & Soares, I. (2007) *Vinculação e Emoções*. Em Isabel Soares (Eds). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: teoria e avaliação* (pp. 159-191). Braga: Psiquilibrios Edições.

- Chen, H., & Furnham, A. (2004). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5(1), 1-21. doi: 10.1023/B:JOHS.0000021704.35267.05.
- Cicirelli, V. G. (1998). *A frame of reference for guiding research regarding the relationship between adult attachment and mental health in aging families*. Em J. Lamranz (Eds). *Handbook of aging and mental health: an integrative approach* (pp. 341-352). New York: Plenum Press.
- Crittenden, P. M. (2002). Attachment, information processing, and psychiatric disorder. *World Psychiatry Associations*, 1 (2), 72-75.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1525137/pdf/wpa010072.pdf>.
- Cunha, M., Xavier, A., Martinho, M. & Matos, M. (2014). Measuring positive memories in adolescents: Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the Early Memories of Warmth and Safeness Scale. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14, 1 – 15.
- Cunha, M., Xavier, A. & Pinto-Gouveia, J. (2011). *A versão portuguesa do Youth Quality of Life Instrument-Research Version (YQOL-R)*. (Manuscrito não publicado). Coimbra, CINEICC, FPCE da Universidade de Coimbra.
- DeHart, T., Pelham, W. B. & Tennen, H. (2006). What lies beneath: parenting style and implicit self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 1-17. doi: 10.1016/j.jesp.2004.12.005.
- Eurostat. (2015). *Individuals using the internet for participating in social networks*. Acedido em 20, setembro, 2015, em
<http://www.bcsdportugal.org/relatorio/files/assets/downloads/page0090.pdf>.
- Fernandes, E. C. G. (2013). *Os adolescentes e os seus hábitos de utilização dos meios tecnológicos*. Dissertação de Mestrado em Economia, pela Faculdade de Economia, da Universidade do Porto.
- Fleming, M. (1993). *Adolescência e Autonomia. O desenvolvimento psicológico e a relação com os pais*. Porto: Edições Afrontamento.
- Frydenberg, E. (2008). *Adolescent coping: advances in theory, research and practice*. New York: Routledge. Psychology Press.

- Fuh, J.-L., Wang, S.-J., Lu, S.-R. & Juang, K.-D. (2005). Assessing quality of life for adolescents in Taiwan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59(1), 11-18. doi: 10.1111/j.1323-1316.2005.01303.x.
- Gaspar, T., Pais Ribeiro, J. L., Matos, M. G. & Leal, I. (2008). Promoção de qualidade de vida em crianças e adolescentes. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 9(1), 55-71. [http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/1075/1/PSD%202008%209\(1\)%2055-71.pdf](http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/1075/1/PSD%202008%209(1)%2055-71.pdf)
- Gomes da Costa, J. (2011). Estilos parentais e autonomia dos filhos adolescentes. *Familia*, 42, 87-103. Instituto Superior de Ciencias de la Familia/Universidad Pontificia de Salamanca. <http://summa.upsa.es/viewer.vm?id=0000030595&page=1&search=&lang=es&view=main>
- Guarnieri-Jenkins, M. A., Wright, L. S. & Johnson, D. B. (2013). The interrelationships among attachment style, personality traits, interpersonal competency and Facebook use. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(2), 117-131. doi: 10.1037/a0030946.
- Irons, C. & Gilbert, P. (2005). Evolved mechanisms in adolescent anxiety and depression symptoms: the role of the attachment and social rank systems. *Journal of Adolescence*, 28, 325-341. doi: 10.1016/j.adolescence.2004.07.004.
- Jongenelen, I., Carvalho, M., Mendes, T. & Soares, I. (2007). *Vinculação na adolescência*. Em Isabel Soares (Eds). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: teoria e avaliação* (pp. 99-120). Braga: Psiquilibrios Edições.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V. & Crawford, A. (2002). Internet Paradox Revisited. *Journal of Social Issues*, 58(1), 49-74. doi: 10.1111/1540-4560.00248.
- Kross, E., Verduyn, P., Park, J., Lee, S. D., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J. & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in Young adults. *PLoS ONE* 8(8): e69841. doi:10.1371/journal.pone.0069841
- Lampe, C., Ellison, N. & Steinfield, C. (2006). A Face(book) in the Crowd: Social Searching vs. Social Browsing. Proceedings of the 2006 20th Anniversary

Conference on Computer Supported Cooperative Work. New-York: *ACM Press*, 167-170. doi:10.1145/1180875.1180901.

Lapsley, D. K. & Stey, P.C. (2010). Separation-individuation. Em Weiner, I. & Craighead, E. (Eds.), *Corsini's Encyclopedia of Psychology*. New York: Wiley. http://www3.nd.edu/~dlapsle1/Lab/Articles_&_Chapters_files/Separation-Individuation%20Formatted.pdf

Lusted, M. (2012). *Mark Zuckerberg-Facebook Creator*. Minnesota: ABDO Publishing Company.

Manago, A., Taylor, T. & Greenfield, P. (2012). Me and my 400 friends: The anatomy of college student's Facebook networks, their communication patterns, and well-being. *American Psychological Association*, 48(2), 369-380. doi: 10.1037/a0026338.

Matos, M. G., Simões, C., Camacho, I., Reis, M. & Equipa Aventura Social. (2014). *A saúde dos adolescentes portugueses em tempos de recessão – dados nacionais do estudo Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) de 2014*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana. Acedido em 3, dezembro, 2015, em http://portal.arsnorte.minsaude.pt/portal/page/portal/ARSNorte/Conte%C3%BAOs/Sa%C3%BAde%20P%C3%BAblica%20Conteudos/medir_para_mudar_17.pdf

Meeus, W., Iedema, J., Maassen, G. & Engels, R. (2005). Separation-individuation revisited: on the interplay of parente-adolescent relations, identity and emotional adjustment in adolescence. *Journal of Adolescence*, 28, 89-106. doi: 10.1016/j.adolescence.2004.07.003.

Oliveira, A. R. M. (2011). *Qualidade da vinculação aos pais, como prognóstico para relações de amizade de qualidade na adolescência*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Educacional, Instituto Universitário de Psicologia Aplicada, Lisboa. <http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/3883/1/13082.pdf>.

Pais-Ribeiro, J. L. (2009). *A importância da qualidade de vida para a psicologia da saúde*. In: J. P. Cruz, S. N. de Jesus & Nunes, C. (Coords.). Bem-Estar e Qualidade de Vida, 31-49. Alcochete: Textiverso.

<http://repositório-aberto.up.pt/bitstream/10216/17785/2/87532.pdf>.

- Patrick, D. L., Edwards, T. C. & Topolski, T. D. (2002). Adolescent quality of life, part II: initial validation of a new instrument. *Journal of Adolescence*, 25(3), 287-300. doi: 10.1006/jado.2002.0471.
- Pestana, M. & Gageiro, J. (2008). *Análise de dados para ciências sociais* (5ª. Ed.). Lisboa: Edições Sílabo, Lda.
- Ponte, C., Jorge, A., Simões, J. & Cardoso, D. (2012). *Crianças e internet em Portugal. Acessos, usos, riscos, mediações: Resultados do inquérito europeu EU Kids Online* (pp.21-39). Coimbra: Minerva.
- Pontes, H. & Patrão, I. (2014). Estudo exploratório sobre as motivações percebidas no uso excessivo da internet em adolescentes e jovens adultos. *Psychology, Community & Health*, 3(2), 90-102. doi: 10.5964/pch.v3i2.93.
- Puissant, S., Gauthier, J. & Oirbeek, R. (2011). The contribution of social rank and attachment theory to depression in a non clinical sample of adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(2), 1-11. doi: 10.5209/ver_SJOP.2011.v14.n2.30.
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Abel, T., Auquier, P., Bellach, B. M., Bruil, J., Dur, W., Power, M., Rajmil, L. & European KIDSCREEN Group. (2001). Quality of life in children and adolescents: a European public health perspective. *Preventivmed* 46(5), 294-302. doi: 10.1007/BF01321080.
- Reich, S., Subrahmanyam, K. & Espinoza, G. (2012). Friending, IMing, and Hanging Out Face-to-Face Overlap in Adolescents Online and Offline Social Networks. *American Psychological Association*, 48(2), 356-368. doi: 10.1037/a0026980.
- Richter, A., Gilbert, P. & McEwan, K. (2009). Development of a early memories of warmth and safeness scale and its relationship to psychopathology. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practise*, 82, 171-184.
- Slater, A. & Bremner, G. (2004). *Uma introdução à psicologia desenvolvimental* (J. Pinheiro, Trad. E Ed., Cap. XVI, pp. 385-407). Lisboa: Ed. Stória Editores, Lda. (Trabalho original em inglês publicado em 2004).

- Subrahmanyam, K. & Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *Future of Children: Children and Media Technology*, 18(1), 119-146. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ795861.pdf>.
- Subrahmanyam, K., Reich, S., Waetchter, N. & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 420-433.
doi: 10.1016/j.appdev.2008.07.003.
- Valkenburg, P. & Peter, J. (2008). Adolescent's identity experiments on the internet: consequences for social competence and self-concept unity. *Communication Research*, 35(2), 208-231. doi: 10.1177/0093650207913164.
- Vasco, A. C. M. (2014). *Formação profissional e turismo: caracterização da oferta de uma escola profissional e percepção dos empregadores*. Dissertação de Mestrado em Gestão da Formação e Administração Educacional, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Wallander, J., Schmitt, M. & Koot, H. M. (2001). Quality of life measurement in children and adolescents: issues, instruments and applications. *Journal of Clinical Psychology*, 57(4), 571-585. doi: 10.1002/jclp.1029.
- Walrave, M., Vanwesenbeeck, I. & Heirman, W. (2012). Connecting and protecting? Comparing predictors of self-disclosure and privacy setting use between adolescents and adults. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 6(1), artigo 3. doi: 10.5817/CP2012-1-3.
- World Health Organization. (1986). Young people's health – a challenge for society. Report of a WHO Study Group on Young People and "Health for All by the Year 2000". *World Health Organization Technical Report Series*, 731, 1-120. http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_731.pdf
- World Health Organization. (1994). Quality of life assessment na annotated bibliography. *Division of Mental Health*, 1-31. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/61629/1/WHO_MNH_PSF_94.1.pdf.
- World Health Organization. (1997). *WHOQOL measuring quality of life*. Geneva: WHO. http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf

Yang, C. & Brown, B. (2012). Motives for using Facebook, patterns of Facebook activities, and late adolescents' social adjustment to college. *Journal Youth Adolescence*, 42, 403-416. doi: 10.1007/s10964-012-9836-x.

Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 83-101. doi: 10.1016/j.jecp.2004.02.002.