



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

A NOVA GERAÇÃO TOUCH

SÓNIA ALEXANDRA MENDES SARAIVA

Orientador de Dissertação:
PROF. DRA. IVONE PATRÃO

Coordenador de Seminário de Dissertação:
PROF. DRA. ISABEL LEAL

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:
MESTRE EM PSICOLOGIA
Especialidade em Psicologia Clínica

2016

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação da
Professora Doutora. Ivone Patrão apresentada no ISPA –
Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre
na especialidade de Psicologia Clínica.

“Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós.
Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.”

Antoine de Saint-Exupéry

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer a todos os professores e colegas que me acompanharam ao longo destes anos.

Quero agradecer à Professora Doutora Ivone Patrão por toda a sua disponibilidade, ajuda e atenção que dedicou. Foi incansável, estando sempre presente e disposta a esclarecer quando surgiam dúvidas e a incentivar a seguir em frente.

Quero agradecer também à Professora Doutora Isabel Leal pelo acompanhamento em todo este processo e nos conhecimentos transmitidos durante os anos em que tive a oportunidade de assistir às suas aulas.

Agradeço a todos os meus amigos e conhecidos que me ajudaram a divulgar o link do questionário.

Agradeço a todos os participantes que aceitaram colaborar neste estudo, pela sua disponibilidade e dedicação pois sem eles teria sido impossível chegar até aqui.

À minha família pelo tempo que abdicou para me ajudar a conseguir concretizar este sonho, e em especial ao meu Pai que sempre acreditou e incentivou a nunca desistir, apesar das dificuldades que fui encontrando pelo caminho, que apesar de nesta fase final ter virado uma estrelinha para me iluminar e encaminhar até ao fim, nunca deixou de estar presente no meu pensamento.

Resumo

Devido à escassez de estudos em que se relacione o funcionamento familiar com a dependência da *internet* e autocontrole, surgiu o presente estudo que pretende avaliar a gestão dos smartphones e tablets pelos pais e perceber a influência do funcionamento familiar na dependência online e no autocontrole. Com essa finalidade hipotetizou-se: (1) O autocontrole tem um efeito de mediação na relação entre o funcionamento familiar e a dependência da *internet*; (2) a dependência da *internet*, o autocontrole e o funcionamento familiar variam em função do estado civil dos pais.

A amostra deste estudo é constituída por 124 participantes com filhos. Comprovou-se o efeito de mediação total do autocontrole na relação entre o funcionamento familiar e o uso problemático da *internet* ($Z = -2.26$ com $p = .02 > \alpha = .05$). Comprovou-se que existem diferenças estatisticamente significativas no autocontrole ($F(2, 121) = 3.94$; $p = .022 < \alpha = .05$), e no funcionamento familiar ($F(2, 121) = 10.41$; $p < .001 < \alpha = .01$) em função do estado civil dos pais mas não se comprovou existirem diferenças estatisticamente significativas na dependência da *internet* ($F(2, 121) = 2.78$; $p = .066 < \alpha = .50$) em função do mesmo.

Tendo em conta o efeito mediador do autocontrole no funcionamento familiar e na dependência da *internet* sugere-se que a intervenção seja feita no sentido de aumentar os níveis de autocontrole.

Palavras-Chave: dependência online, funcionamento familiar, autocontrole

Abstract

Due to the scarcity of studies in which family functioning is related to *internet* addiction and self control, the present study aimed to assess the management of smartphones and tablets by parents and to realize the influence of family functioning on *internet* addiction and self control . With this purpose we hypothesized: (1) Self-control has a mediating effect on the relationship between family functioning and *internet* addiction; (2) *internet* addiction, self-control and family functioning vary according to the marital status of the parents. The sample of this study consists of 124 participants, with children. The effect of total mediation of self-control on the relationship between family functioning and problematic use of the *internet* was verified ($Z = -2.26$ com $p = .02 > \alpha = .05$). It was verified that there are statistically significant differences in self-control ($F(2, 121) = 3.94; p = .022 < \alpha = .05$) and family functioning ($F(2, 121) = 10.41; p < .001 < \alpha = .01$) due to the parents marital status, but it has not been proven that there are statistically significant differences on *internet* addiction ($F(2, 121) = 2.78; p = .066 < \alpha = .50$) depending on the marital status.

Taking into account the mediating effect of self-control in family functioning and dependence on the Internet, it is suggested that the intervention be done in order to increase levels of self-control.

Keywords: Self control, *internet* addiction, family relationships

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
REVISÃO DA LITERATURA	3
Dependência <i>internet</i>	3
Suporte on-line social	5
A Divisão Digital	6
Autocontrolo	7
Dinâmicas familiares	8
Estilos parentais educativos e a regulação emocional	10
Controlo parental	11
Desenvolvimento infantil	12
MODELO DE INVESTIGAÇÃO E HIPÓTESES	13
MÉTODO	14
Participantes	14
<i>Questionário sócio-demográfico</i>	15
Procedimento	15
Instrumentos:	17
<i>PRQC</i>	17
<i>GPIUS2</i>	17
<i>Autocontrolo</i>	18
<i>FAD</i>	18
RESULTADOS	20
Distribuição das Variáveis em Estudo em função dos pais que têm ou não filhos com idades entre os 3 e os 5 anos	20
Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo	21
Correlações	21
Testes de hipóteses	22

<i>Hipótese 1</i>	22
<i>Teste do Efeito de Mediação do Autocontrolo</i>	22
<i>Hipótese 2</i>	24
<i>Hipótese 2a</i>	24
<i>Hipótese 2b</i>	25
<i>Hipótese 2c</i>	26
DISCUSSÃO E CONCLUSÕES	27
Limitações da investigação e sugestões para estudos futuros	29
REFERÊNCIAS	30
ANEXOS	38
ANEXO A - Questionário	39
ANEXO B - Estatística Descritiva da Amostra	51
ANEXO C – Fiabilidade das escalas	54
ANEXO D – Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo	58
ANEXO E – Correlações	59
ANEXO F – Testes de Hipóteses	60

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Síntese das Hipóteses de Investigação	13
Tabela 2 - Dimensões e respetivos itens da escala GPIUS 2.	18
Tabela 3 - Distribuição das Variáveis em Estudo em função dos pais que têm ou não filhos com idades entre os 3 e os 5 anos.....	20
Tabela 4 - Médias, Desvio Padrão e Correlações entre as Variáveis em Estudo	22
Tabela 5 - Correlações entre as variáveis.....	23
Tabela 6 - Resultados da Regressão Linear Múltipla.....	23
Tabela 7 - ANOVA <i>One Way</i> e Teste de LSD para a Variável Estado Civil	24
Tabela 8 - ANOVA <i>One Way</i> e Teste de LSD para a Variável Estado Civil	25
Tabela 9 - ANOVA com Correção de <i>Welch</i> e Teste de LSD para a Variável Estado Civil.....	26

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Modelo de Investigação.....	13
--	----

INTRODUÇÃO

Há alguns anos que se tem vindo a falar sobre a dependência da *internet*, mas neste momento a preocupação existente recai na idade precoce em que essa dependência começa a surgir.

Deparamo-nos no nosso dia-a-dia com crianças cada vez mais novas a dominarem o uso de dispositivos móveis. Os pais desde muito cedo começam a disponibilizar aos seus filhos este tipo de equipamentos para os acalmar e distrair.

As questões que se colocam, deparam-se com as consequências desta atitude, será o benefício superior ao risco? E qual o motivo pelo qual os pais substituem as chuchas pelos tablets e smartphones em idades tao precoces? Terá influencia a dinâmica familiar neste tipo de dependência?

Primeiramente temos de esclarecer o que é a dependência da *internet*, e nesta definição os autores começam por diagnosticar essa dependência pelo número de horas de uso, segundo Young,(1996) pode-se considerar dependência quem utilizar a *internet* mais do que 38 horas por semana. Young,(1996) baseando-se no DSM-5 desenvolveu uma lista de critérios para classificar essa dependência. Mas definir a dependência da *internet* pelo número de horas pareceu um pouco redutor e autores como Holmes, (1996), Grohol (1997), surgem com uma outra definição complementar que passa por avaliar o impacto do uso da *Internet* sobre a vida do indivíduo, isto é, que áreas da sua vida (social, financeira, afetiva e profissional) irão ser afetadas pelo uso patológico da *internet*. As consequências deste uso patológico são a perda de emprego, mau desempenho escolar, divórcios ou ruturas de relacionamentos afetivos e familiares, isolamento social, descuido com a própria aparência e saúde física. King, (1996), Young, (1996), Christakis, (2010) focam a importância da prevenção para o uso problemático da *internet*, classificando como a nova epidemia do século 21. Segundo este autor é muito importante fazer um controlo do uso desta ferramenta pelas crianças. Com este autor iniciamos a pesquisa sobre a importância do controlo parental sobre as atividades online e offline das crianças. A par e passo com o controlo parental surge a questão da influência das estruturas familiares nestas dinâmicas em que surge a dependência inicialmente nos pais e por consequência por vezes nos filhos. Para Minuchin, (1985), a família é um sistema aberto em transformação que recebe e envia inputs para o meio extra familiar e se adapta às diversas exigências das fases de desenvolvimento que enfrenta, de forma constante, possuindo uma relação dinâmica com o exterior. O sistema familiar é uma unidade formada por elementos que

interagem entre si criando vínculos e interdependência e em que cada elemento influencia e ao mesmo tempo é influenciado pelos restantes, podendo integrar outros subsistemas (Relvas, 1996).

O presente estudo parte da escassez de estudos empíricos feitos sobre a percepção dos pais do seu comportamento online e offline, e do das crianças especificamente entre os 3 e 5 anos, e com a necessidade de confirmar a influência da percepção do funcionamento familiar nesse comportamento bem como efeito mediador do autocontrole na percepção da dependência da *internet* dos pais.

REVISÃO DA LITERATURA

Dependência *internet*

A *internet* é caracterizada por Patrão, (2016) como um recurso essencial à rotina e um utensílio que facilita as comunicações interpessoais e cria novos contextos sociais. Caplan, (2010) considera uma ferramenta útil com varias finalidades porque promove o sucesso acadêmico, as atividades de lazer e fomenta a socialização através dos jogos online, chats, estando cada vez mais facilmente acessível, como por exemplo em casa, escola, trabalho, levando a que o comportamento online seja equiparado ao comportamento social, exemplo disso são as compras e conversas que temos com amigos, tanto podem ser feitas presencialmente como online (Patrão, 2016).

Há umas décadas atrás as famílias usavam como modo de comunicação principal o face-to-face (Stafford e Hillyer, 2012). Hoje em dia a utilização da *Internet* tem crescido bastante ao longo da última década e tornou-se num meio que as pessoas usam diariamente para se relacionar, encontrar informações, otimizar o trabalho e fugir da realidade através de uma nova sociedade digital (Martínez de Morentin, Cortés, Medrano, e Apodaca, 2014). Deixando assim o modo de comunicação principal para segundo plano.

A idade que se começa a verificar a utilização de dispositivos moveis com acesso à *internet* ou mesmo offline é cada vez menor, havendo um número crescente de crianças a conseguir integrar estas tecnologias na sua vida, excluindo uma utilização influenciada pela família e relações pessoais, embora só percebam o lado recreativo dos dispositivos que usam assiduamente (Eynon e Malmberg, 2011).

As consequências de utilização da tecnologia podem ser positivas e negativas a um nível social que se refere a relações sociais, familiares e profissionais (Medrano e Cortés, 2007). Desta forma, é um assunto que se tornou-se assunto de família (Mitchell, Finkelhor, e Wolak, 2005). Relações familiares, sociais e emocionais são estruturadas e desestruturadas em torno da *Internet* (Wolak, Mitchell, e Finkelhor, 2003).

O que é afinal a dependência da *internet*? Alguém que passa muitas horas online?

Young, (1996) introduziu pela primeira vez o conceito de Dependência do Uso da *Internet* provocando alguma discórdia entre os investigadores do meio porque não podia definir o UPI como sendo algo que causa dependência uma vez que, segundo estes, apenas as substâncias físicas ingeridas para o corpo, poderiam ser denominadas viciantes ou causadoras de dependência (Young, 1999). O termo dependência” deveria estar sempre associado à absorção de uma droga fisicamente e por essa razão, a *internet* não poderia ser um vício ou uma

droga. O fato da *internet* promover alguns benefícios, como a capacidade de realizar pesquisas ou realizar transações, fazia com que autores discordassem ainda mais com este conceito (Young, 1999). Isto levou a que a definição de vício fosse modificada passando a designar-se como um “transtorno de controlo de impulso que não envolve um intoxicante “ de acordo com Young, (1999).

Há autores que dizem que a dependência está relacionada a um comprometimento no plano social familiar e profissional que esta dependência provoca, ou seja, verifica-se um uso excessivo da *internet* não conseguindo controlar o número de horas de uso e negligencia-se as outras atividades, com uma tendência a ter sensação de tristeza, ansiedade e mal-estar quando não está on-line (Goldberg,1996).

As consequências deste uso patológico são a perda de emprego, mau desempenho escolar, divórcios ou rupturas de relacionamentos afetivos e familiares, isolamento social, descuido com a própria aparência e saúde física (King ,1996,Young,1996).

King, (1996) diz que os ambientes virtuais proporcionam ao usuário uma gratificação imediata das suas necessidades de relacionamentos interpessoais, reconhecimento social, etc. São reforços imediatos a determinados comportamentos e necessidades que não conseguem satisfazer no mundo real, permitem também a expressão de determinadas características de personalidade. A hipótese proposta por King, (1996) é que a *Internet* oferece um acesso à informação, relacionamentos e tipo de comunicação que muitos não conseguem experienciar na sua vida cotidiana.

Para Patrão, (2015) a UPI caracteriza-se por um envolvimento em atividades através da *internet*, de forma persistente, intensa e sem controlo que leva à redução dos interesses, com consequências emocionais, ocupacionais e sociais.

Dworkin, et al (2013) fizeram uma revisão de literatura focada nos comportamentos online dos pais no dia a dia, e surgiram três temas principais, o que os pais fazem on-line, suporte social online, e o fosso digital. Esta revisão da literatura revelou que os pais utilizam a *internet* para procurar informações relacionadas com a parentalidade e apoio social e geralmente relatam satisfação com os recursos que encontram na *Internet*. Alguns pais hesitam em confiar em certos recursos on-line, embora, desejem uma maior educação na pesquisa na *Internet* e decifrar a credibilidade da informação online.

A Tecnologia e a *Internet* em particular mudaram drasticamente a maneira como recebemos informações, interagimos com os outros, e organizamos as nossas vidas (Shirkey, 2008, citado por Dworkin, et all 2013). Martin e Robinson, 2007, citado por Dworkin, et all (2013) chegaram a uma conclusão interessante na medida em que os pais estão mais conectados

e entusiasmados com a tecnologia do que os que não são pais. Em 2002, 70% dos pais nos EUA utilizaram a *Internet* em comparação com 53% dos não-pais.

Os pais relataram que usam a *Internet* para ajudar a fazer as coisas que já fazem off-line: 26% dos pais relataram a *Internet* melhorou a forma como gastam tempo com as crianças, 19% relataram a *Internet* melhorou os cuidados com a saúde das crianças e 73% dos pais relataram que a *Internet* os ajudou a aprender coisas novas (Allen e Rainie, 2002). A maioria dos pais utilizaram a *internet* para fins de trabalho (Dowdell, 2013). Existem pais que perceberam que a *Internet* lhes permitiu trabalhar em casa e relataram uma melhor comunicação com sua família (Williams e Merten, 2011). 46% dos pais relataram que a *Internet* lhes deu mais controle sobre as suas vidas, em comparação com 39% dos que não são pais, apenas 10% dos pais disseram que a *internet* lhes deu menos controle sobre as suas vidas, em comparação com 17% dos não-pais (Allen e Rainie, 2002).

As novas tecnologias geram excitação e ansiedade principalmente no que concerne á utilização de jogos violentos, alguns conteúdos controversos Çankaya e Odabaşı, (2009), não excluindo a importância que o computador e a *Internet* tem no dia a dia como ferramentas indispensáveis para as crianças, apresentando diversas vantagens principalmente na educação, comunicação e criatividade.

Outra conclusão a que chegaram Bernhardt e Felter, (2004), foi que os pais vão muitas vezes à procura de informações relacionados com o desenvolvimento normativo de seus filhos, diagnósticos médicos específicos, ou estratégias sobre a parentalidade na *internet*. Levando muitas vezes os pais a discutir informações que encontraram on-line relacionados com o seu filho de diagnósticos médicos com o seu médico (Berkule-Silberman, Dreyer, Huberman, Klass, e Mendelsohn, 2010). No geral, os pais relataram mais confiança e um senso maior de poder no seu papel como pais, como resultado da procura de informações on-line (Madge e O'Connor, 2006).

Suporte on-line social

Os pais relataram o uso de fóruns de discussão on-line, sistemas de comunicação baseados na comunidade, centros de mensagens, e-mail para desenvolver conexões com outros pais e profissionais. Os pais relataram usar esses meios eletrônicos de comunicação para compartilhar informações sobre programas comunitários e oportunidades (Hall e Irvine, 2008, Valaitis e Espada, 2005). Os pais também relataram o uso dessas plataformas para compartilhar pensamentos e ideias sobre parentalidade, normalizar as suas experiências como pais, tentando determinar se os sintomas, comportamentos, ou circunstâncias que estavam a passar eram

normais Drentea e Moren-Cross, (2005), e confirmar as abordagens parentais que outros pais sugeriram (Hall e Irvine, 2008, Nichols et al., 2009).

Os pais descreveram sites de parentalidade on-line e fóruns de discussão como lugares geralmente seguros, de apoio onde podem compreender melhor o papel que desempenham como um pai para os seus filhos Brady e Guerin, (2010), Fletcher e George, (2011), Madge e O'Connor, (2006), especificamente, através da partilha de experiências e conselhos com outros pais.

Os pais também podem fornecer e receber informações sobre dificuldades educativas que são compartilhados por outros pais, tais como sono infantil, amamentação, e equilibrar o trabalho com a vida familiar (Hall e Irvine, 2008, Nichols et al, 2009).

Blogs e sites de redes sociais tornaram-se amplamente utilizados pelos pais Nos últimos anos, as principais razões apontadas para a utilização das redes sociais passam por: ficar em contato, trocar experiências de vida e enfrentar o stress, as redes sociais tornaram se um meio de manter contato com amigos, familiares e colegas (McDaniel, Coyne, e Holmes, 2012).

Todas estas atividades que os pais relatam que fazem na *internet*, grande parte relacionadas com o crescimento e saúde dos seus filhos e dinâmicas familiares, compartilhando experiencias com outros pais em blogs, redes sociais, em fóruns de discussão e similares, não lhes estará a roubar tempo de qualidade com as crianças?

A Divisão Digital

A pesquisa sobre o fosso digital, destaca a disparidade na utilização entre indivíduos de baixo nível socioeconômico e alto. Os pesquisadores começaram a explorar a experiência da exclusão digital (diferenças dos pais por idade, educação e rendimento) em termos de disparidades no acesso, uso, nível de habilidade e conforto. A investigação descobriu que o acesso dos pais a dispositivos tecnológicos e serviços de *Internet* foi positivamente associada com o nível socio económico, mas que a tendência pode estar a diminuir. Kind et al, (2005) descobriram que os pais, com menor rendimento foram menos propensos a ter acesso a um computador em casa. Coerente com isso, maior rendimento e educação têm sido associados com o maior uso da *Internet* entre os pais (Allen e Rainie, 2002, Kind et al, 2005, Rothbaum, Martland, e Jannsen, 2008). Em contraste, Sarkadi e Bremberg, (2004) entrevistou 2.221 usuários de um grande site de parentalidade sueco e não encontrou diferenças na educação dos usuários em comparação com a população em geral.

No geral, embora alguns estudos sugiram uma divisão digital entre os pais em termos de acesso à *Internet*, os resultados são mistos. A exclusão digital também sugere uma diferença

na forma como os pais usam tecnologia e a *Internet* com base em fatores socioeconômicos (rendimento e educação em particular).

Alguns estudos descobriram que os pais com rendimentos mais elevados têm mais probabilidade de encontrar informações sobre crianças e famílias on-line, Rothbaum et al., (2008) descobriram também que os pais de baixos rendimentos tendem a ficar mais satisfeitos com as informações que encontraram que os pais de rendimento superior.

Um estudo com base nos dados do Pew American Life encontrou provas que Os pais com baixa escolaridade estão mais propensos do que os pais com ensino superior a ter adolescentes que vão procurar on- line informações de saúde e pais que não tem hábitos on-line regulares são mais propensos a ter adolescentes que pesquisaram informações do que os pais que têm (Zhao, 2009).

Os indivíduos com rendimentos mais elevados são mais propensos a envolver-se em redes sociais do que os indivíduos de baixos rendimentos Nielsonwire, (2009), no entanto um estudo mais recente sobre os pais e as atividades on-line não encontrou diferenças na frequência dos pais de atividades sociais on-line, rendimentos, a idade e escolaridade foram tidas em conta (Doty, Dworkin, e Connell, 2012).

Em contraste com estes resultados, outros autores propuseram uma divisão digital entre os pais como resultado de habilidades e conforto, em vez de rendimento ou educação. A razão não pode ser a falta de interesse, mas, de facto, a falta de familiaridade que alguns pais têm com os computadores e a *Internet* que impede os pais de usar as tecnologias (Cohall et al., 2004, Linebarger e Chernin, 2003). Walker et al., (2011) propôs que os pais que estavam mais familiarizados com a *Internet* podem usar a tecnologia mais frequentemente, enquanto, ao mesmo tempo, os pais que utilizam a *Internet* mais frequentemente podem se sentir mais confortáveis com a tecnologia.

Radey e Randolph, (2009) descobriu que pais solteiros tendem a procurar mais sobre práticas parentais on-line do que os casados.

Autocontrolo

O autocontrolo tem sido descrito como um mecanismo voluntario em que os indivíduos podem alterar o comportamento, resistir à tentação, mudar de humor e agir de forma a alcançar objetivos pessoais. E o Processo de substituir respostas naturais, habituais ou aprendidas, alterando comportamentos, pensamentos ou emoções (Baumeister e Vohs, 2004).

O autocontrole envolve uma série de interações internas e externas, incluindo objetivos, planos, intenções, auto-avaliação, feedback e comportamento corretivo (Barone, Maddux, & Snyder, 1998).

O autocontrole, pressupõe a existência de duas ou mais alternativas de resposta, com diferentes Consequências para as alternativas escolhidas (Thoresen & Mahoney, 1974). O autocontrole envolve comportamentos, pensamentos e emoções, tendências socialmente indesejáveis que o indivíduo tenta modificar ou inibir (Baumeister, Heatherton & Tice, 1994, Finkenauer, Engels & Baumeister, 2005, Muraven & Baumeister, 2000).

Gottfredson e Hirschi (1990) dizem que as práticas parentais ineficazes e desadequadas são a principal causa da falta de autocontrole. Segundo estes autores, os cuidadores deveriam reconhecer e corrigir as demonstrações de falta de autocontrole. Dizem também que existem quatro condições fundamentais para promover o autocontrole nas crianças, entre elas o Vínculo dos pais à criança, Supervisão parental, Reconhecimento do comportamento desviante e a punição do comportamento desviante.

Dinâmicas familiares

Para Minuchin, (1988), a família é um sistema aberto em transformação que recebe e envia inputs para o meio extra familiar e se adapta às diversas exigências das fases de desenvolvimento que enfrenta, de forma constante, possuindo uma relação dinâmica com o exterior. O sistema familiar é uma unidade formada por elementos que interagem entre si criando vínculos e interdependência e em que cada elemento influencia e ao mesmo tempo é influenciado pelos restantes, podendo integrar outros subsistemas Relvas, (1996) de forma hierarquicamente organizada, possuindo limites ou fronteiras que a distinguem do seu meio (Alarcão, 2006). Cada indivíduo pertence a subsistemas onde tem diferentes níveis de poder.

A visão sistémica da família, segundo Minuchin, (1986), procura identificar o tipo de estrutura familiar, a sua hierarquia, as relações de poder e padrões de relacionamento mais frequentes, a distribuição de papéis, os vínculos e alianças e os padrões de comunicação entre os seus membros. Deste modo, o sistema familiar diferencia-se e executa as suas funções através dos seus subsistemas (individual, conjugal, parental e fraternal). As fronteiras dos subsistemas permitem regular a passagem de informação entre a família e o meio e implicam as regras que definem quem participa e como nas interações. Assim, as fronteiras têm como

finalidade proteger a autonomia da família e dos seus subsistemas, lidando com a hierarquia entre os membros. O funcionamento equilibrado da família prima por um tipo de fronteiras claras ou nítidas, onde há autonomia, partilha de problemas e afetos, como sinais de unidade familiar. Minuchin, (1988) considera dois padrões comuns nas famílias perturbadas: as emaranhas/aglutinadas, cujo funcionamento se reporta a um tipo de limites difusos (com pouca autonomia) e as desmembradas/desligadas que remetem para um tipo de rigidez de fronteiras (onde há muita autonomia). Aponta para a necessidade de limites bem estabelecidos entre os diversos subsistemas, com papéis e funções claramente definidas, para um ambiente propício ao desenvolvimento. Os problemas tendem a emergir quando as fronteiras são rígidas ou difusas demais, constatando-se que as famílias desligadas possuem uma predisposição para evitar o conflito, minimizando desta forma a interação. Assim, numa estrutura disfuncional opera-se uma dificuldade de diferenciação dos indivíduos, verificando-se um modo de funcionamento estereotipado.

Para Minuchin, (1985) sendo a estrutura familiar singular, assim como a personalidade de cada um dos seus membros, é essencial o olhar atento do terapeuta para compreender e diferenciar, na dinâmica familiar quais as estruturas dominantes.

Na perspectiva sistémica, um dependente exerce uma importante função na família, que se organiza de modo a atingir uma homeostase dentro do sistema, mesmo que para isso a dependência faça parte do seu funcionamento e muitas vezes, a abstinência pode afetar tal homeostase.

O subsistema conjugal, conjuntamente com os outros subsistemas, tende organizar-se e a definir, com o decorrer do tempo, a forma como os seus elementos irão relacionar-se internamente e com o mundo exterior (Roussaux et al., 2002). Muitas destas famílias, cuja tendência é tornarem-se cada vez mais fechadas em relação ao exterior acabam por se isolar cada vez mais também pela interpretação do mundo exterior como ameaçador. Nas díades com dependências, observam-se especificidades nas interações de casais, designadamente, evitamento da comunicação, externalização da responsabilidade, competição mútua, dificuldades no trabalho cooperativo, evitamento de responsabilidade, elevado criticismo, que tomam configurações características ao longo dos estudos e na comparação com outros grupos de casais (Billings et al, 1979 cit. por Jacob e Krahn, 1988, Court, Cobb, 1971 cit. por McCrady et al., 2011).

Estilos parentais educativos e a regulação emocional

As relações afetivas satisfazem a necessidade de pertença do ser humano e contribuem para o crescimento emocional, cognitivo, e social das crianças (Bowlby, 1980, 1988; Canavarro, 1999).

A qualidade das interações parentais com os seus filhos é a base para a construção de uma relação de confiança e intimidade, que se identifica com efeitos profundos ao nível das experiências da criança, da sua expressão e ao nível da regulação das emoções (Eisenberg et al., 2004, Morris, Silk, Steinberg, Myers, e Robinson, 2007, citado por Pinto, Carvalho, e Nunes, 2014)

As relações emocionais afetivas precoces constituem a base para o desenvolvimento intelectual, promovendo a confiança, a segurança física, fomentam o afeto, a intimidade, o prazer e estabelecem um contexto emocionalmente seguro determinante para a interpretação dos estados emocionais e a segurança relativa à expressão das emoções e comunicação dos afetos e sentimentos (Brazelton e Greenspan, 2002, Denham, 1998, citado por Pinto, Carvalho, e Nunes, 2014).

A regulação emocional interpessoal representa, assim, uma capacidade que se desenvolve ao longo dos primeiros anos de vida comportando efeitos significativos no repertório comportamental e expressivo da criança (Cohal et al., 2004, Rieder, Perrez, Reicherts, e Horn, 2008, Spinrad et al., 2006, citado por Pinto, Carvalho, e Nunes, 2014). Neste sentido, os processos de regulação emocional interpessoal mantêm uma relação direta com a importância que os cuidadores e as figuras de vinculação desempenham ao nível da regulação emocional infantil, estabelecendo, neste sentido, uma relação de intersecção com os conceitos (Gottman, Katz, e Hooven, 1996, Malatesta-Magai, 1991, citado por Pinto, Carvalho, e Nunes, 2014).). Os pais que interagem e exteriorizam uma atitude de suporte, compreensiva e de diálogo com os filhos, permitem que estes expressem as suas emoções de forma autónoma experimentando, deste modo, estratégias de regulação emocional. Pelo contrário, os pais que inibem a expressão de emoções por parte dos filhos, exercendo algum controlo, ou manifestando comportamentos super protetores ou negligentes, inibem as crianças de experimentarem estratégias de regulação emocional que lhes permitam um ajustamento emocional às várias situações quotidianas (Fox e Calkins, 2003).

Controlo parental

Christakis, (2010) foca a importância da prevenção para o uso problemático da *internet*, classificando como a nova epidemia do século 21. Segundo este autor é muito importante fazer um controlo do uso desta ferramenta pelas crianças.

Na pesquisa realizada surgiu um programa que visa dar aos pais ferramentas para o controlo online. **O projeto *EU Kids Online*** pretende estudar as experiências e práticas de crianças e pais Europeus relativamente ao uso da *internet* e das novas tecnologias *online*, e posteriormente informar aos pais a forma de promover um ambiente online mais seguro para as crianças.

As principais recomendações do relatório incluem:

- Educar para a segurança na *internet* para todos os grupos etários, incluindo creche e o pré-escolar.
- Integrar proteções de privacidade pré-definidas na conceção de *smartphones*, *tablets* e outros dispositivos móveis.
- Rever políticas de consentimento dos utilizadores e responsabilidades para retirar informação, por parte dos fornecedores da *internet*. Isto inclui informação confidencial, com risco ou errónea publicada inadvertidamente por menores – bem como publicações dos pais.
- Educar as famílias relativamente a publicações, fotografias e vídeos das crianças, e o efeito potencial que essas partilhas poderão ter na sua pegada digital.

A pesquisa feita por Livingstone et al, (2011), mostra que as crianças têm acesso às tecnologias cada vez mais cedo, existe um aumento substancial no uso da *internet* por crianças com idade inferior a 9 anos, e ainda não se consegue assegurar que pode haver um uso seguro e com menos riscos nestas idades. Neste estudo foi medido a mediação parental e segurança em Portugal, Entre os pais europeus, os pais Portugueses são dos que menos usam a *Internet*: 78% das crianças e jovens em Portugal usaram a *Internet* em 2010, enquanto 66% dos pais o fizeram. Além disso, apenas cerca de um terço destes pais usam a *Internet* frequentemente. Em Portugal há ainda um tabu cultural à volta dos riscos sexuais, na medida em que os pais, especialmente de raparigas, resistem a admitir que os filhos têm contacto com imagens ou mensagens de cariz sexual. Crianças e pais Portugueses declaram que gostariam de receber mais informação de

professores do que a que recebem (hoje em dia, 28% dos pais dizem obter informação sobre segurança *online* através das escolas, enquanto que 65% gostariam de receber essa informação).

Os aparelhos touchscreen fazem cada vez mais parte do nosso dia a dia, tanto no trabalho, na escola como em casa, este contacto permanente com estes aparelhos faz com que vão aprendendo a interagir online muito antes sequer de saberem ler.

Desenvolvimento infantil

Queiroz et al., (2006) realça a importância da brincadeira do faz-de-conta como atividade que promove a representação e a meta-representação no desenvolvimento da criança. O ato de brincar permite à criança vivenciar o lúdico e descobrir-se a si mesma, apreender a realidade, tornando-se capaz de desenvolver seu potencial criativo (Siaulys, 2005).

A brincadeira promove o desenvolvimento global das crianças, incentiva a interação entre os pares, a resolução construtiva de conflitos, a formação de um cidadão crítico e reflexivo (Branco, 2005, DeVries, 2003, DeVries e Zan, 1998, Tobin, Wu e Davidson, 1989, Vygotsky, 1984, 1987, citado por Queiroz et al., 2006).

Ao longo do seu desenvolvimento, a brincadeira vai ganhando uma estrutura com base no que é capaz de fazer em cada momento. Ao longo do desenvolvimento, portanto, as crianças vão construindo novas e diferentes competências, no contexto das práticas sociais, que lhes irão permitir compreender e atuar de forma mais ampla no mundo (Queiroz, 2006). A brincadeira das crianças evolui mais nos primeiros seis anos de vida (Brougère, 1998).

Estes autores falam sobre a importância da brincadeira no desenvolvimento da criança, com a epidemia da *internet* no século 21, qual será o resultado a longo prazo nas crianças que cada vez mais cedo começam a utilizar os dispositivos móveis ligados à *internet*?

MODELO DE INVESTIGAÇÃO E HIPÓTESES

Como já foi referido anteriormente não existem estudos em que se relacione todas as variáveis medidas no presente estudo (funcionamento familiar, a dependência da *internet* e autocontrolo), posto isto e tendo em conta a revisão de literatura feita considerou-se pertinente estudar se o autocontrolo tem um efeito mediador na dependência da *internet* e funcionamento familiar, e se este ultimo tem influência numa menor ou maior dependência da *internet* e se influencia o autocontrolo.

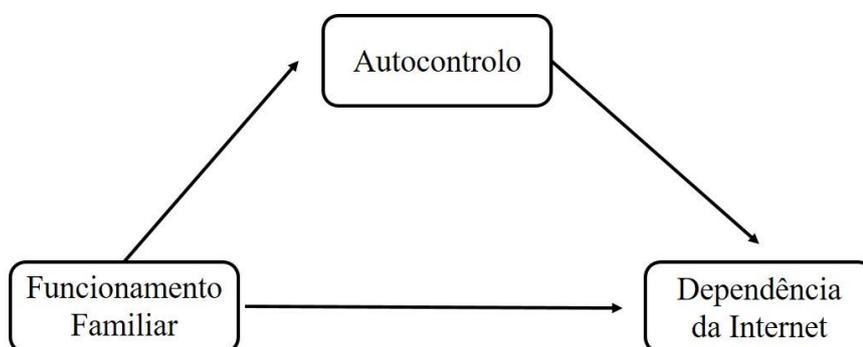


Figura 1 - Modelo de Investigação

Tabela 1 - Síntese das Hipóteses de Investigação

H1	O autocontrolo tem um efeito de mediação entre o funcionamento familiar e a dependência da <i>internet</i> .
H2	A dependência da <i>internet</i> , o autocontrolo e o funcionamento familiar variam em função do estado civil dos pais.
H2a	Os pais casados ou em união de facto tem um maior autocontrolo do que os pais solteiros ou divorciados.
H2b	Os pais casados ou em união de facto tem um melhor funcionamento familiar do que os pais solteiros ou divorciados.
H2c	Os pais casados ou em união de facto tem uma menor dependência da <i>internet</i> do que os pais solteiros ou divorciados.

MÉTODO

Delineamento

O presente estudo baseou-se numa metodologia quantitativa correlacional que nos permite verificar se existem evidências estatísticas significativas entre as variáveis em estudo (Fife-Schaw, 2006). O estudo é de natureza transversal pois todos os dados foram recolhidos num único momento através de um questionário em que foram avaliadas várias variáveis, entre elas a dependência da *internet* medida pela escala GPIUS2, o Autocontrolo medido pela escala elaborada por Tangney, Baumeister e Boone, (2004) Patrão e Machado, (2015) e por último o funcionamento familiar medido pela escala FAD e PRQC, a par das escalas foram utilizadas perguntas sociodemográficas para poder caracterizar a amostra.

Participantes

Os participantes deste estudo foram selecionados a partir da população portuguesa residente em todo o país. A recolha de dados iniciou-se em Novembro de 2015 e terminou no mês de Julho através da disponibilização de um questionário online na plataforma Google docs.

O processo de amostragem foi o não probabilístico de conveniência por não se conhecerem todos os participantes e por ser mais fácil de recolher (D'Oliveira, 2002). Colaboraram neste estudo, de forma voluntária, 124 participantes, para isso os participantes tiveram que dar o seu consentimento informado (Haslam, e McGarty, 2003) e tinham que ter pelo menos um filho.

A idade dos participantes deste estudo varia entre os 24 e 64 anos sendo que dos quais 97 (78,2%) pertencem ao género feminino e 27 (21,8%) pertencem ao género masculino.

Em relação ao grau de escolaridade, 2 (1,6%) têm habilitações literárias inferiores ao 12º ano, 33 (26,6%) têm o 12º ano, 86 (69,4%) possuem o grau de licenciatura ou superior e 2 (1,6%) tem outro tipo de habilitações como por exemplo cursos técnico profissionais, houve ainda 1 (0,8%) participante que não respondeu a esta questão.

No que diz respeito á atividade profissional 116 (93,5%) participantes tem uma situação profissional ativa, 7 (5,6%) estão desempregados e 1 (0,8%) reformado.

Relativamente ao estado relacional 105 (84,7%) participantes tem uma relação de compromisso enquanto que 19 (15,3%) participantes não tem uma relação de compromisso.

Dos participantes 63 (50,8%) tem 1 filho, 50 (40,3%) tem 2 e 11 (8,9%) tem 3 filhos.

Dos 124 pais, 119 (96%) dizem ter um estilo parental democrático, 4 (3,2%) permissivo e só 1 diz ter um estilo autoritário.

Tabela 2 – Estatística descritiva da amostra

Variáveis		Frequência (n)	Percentagem (%)	
Género	Feminino	97	78,2	
	Masculino	27	21,8	
Escolaridade	Ensino Básico	2	1,6	
	Ensino Secundário	33	26,6	
	Ensino Universitário	86	69,4	
	Outras	2	1,6	
	Sem Resposta	1	0,8	
Situação profissional	Empregado	116	93,5	
	Desempregado	7	5,6	
	Reformado	1	0,8	
Estado relacional	Sem uma relação de compromisso	19	15,3	
	Numa relação de compromisso	105	84,7	
Número de filhos	1 Filho	63	50,8	
	2 Filhos	50	40,3	
	3 Filhos	11	8,9	
Estilo parental	Permissivo	4	3,2	
	Democrático	119	96	
	Autoritário	1	0,8	
Idade	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
	24	64	41.65	6.23

Questionário sócio-demográfico

Este questionário foi utilizado para podermos caracterizar a amostra e permitir uma compreensão das características dos participantes envolvidos no estudo que não poderiam ser avaliadas pelas escalas utilizadas, o estado civil dos pais foi uma das que permitiu ver que tipo de influência tem sobre as variáveis analisadas.

Procedimento

Para a pesquisa inicial deste estudo foi utilizada a base de dados EBSCO Discovery Service, foi efetuada uma pesquisa avançada com as palavras-chave: Self control; (TI) *internet addiction* (TI) *family relationships* (TI) sem qualquer limitador. Não devolveu qualquer resultado, efetuou-se nova pesquisa com as mesmas palavras-chave mas contidas no (AB) devolveu como resultado uma meta análise que serviu de base para a restante pesquisa.

Posteriormente eliminou-se a palavra-chave Self control e pesquisou-se *internet addiction* (TI) family relationships (TI) sem qualquer limitador novamente devido à escassez de resultados, nesta pesquisa devolveu 3 referencias mas nenhuma disponível para consulta. Efetuou-se nova pesquisa com as mesmas palavras-chave mas contidas no (AB) devolveu como resultado 9 artigos dos quais só estavam disponíveis 6.

Devido ao número reduzido de resultados conciliando as palavras-chave deste estudo optou-se por pesquisar individualmente cada uma para conseguir ter uma visão mais abrangente sobre as variáveis em questão.

Posteriormente foi colocado online através da plataforma *Google Docs* o questionário (Anexo A) com o intuito de estar disponível para o maior número de pessoas possível. Para o tratamento de dados utilizou-se o programa *SPSS Statistics 22 for Windows*, as variáveis nominais dicotômicas foram transformadas em variáveis *dummy* e por isso operacionalizadas através da cotação “0” e “1” e assim sucessivamente. Foi também efetuado a codificação e recodificação de variáveis para facilitar a análise de dados.

Antes da análise dos resultados foi medido a fiabilidade e sensibilidade dos instrumentos em estudo. Segundo Marôco, (2014) a “fiabilidade de um instrumento refere-se à propriedade de consistência e reprodutibilidade da medida” ou seja, um instrumento é tido como fiável quando este mede de forma consistente e sistematizada determinado item.

Uma das formas mais comuns de avaliar a fiabilidade de um determinado instrumento e das suas respetivas dimensões é através do cálculo do coeficiente *alpha* de *Cronbach* –é considerado um valor aceitável quando este é igual ou superior a 0,7 (Hill e Hill, 2002).

Em relação à sensibilidade esta caracteriza-se pela capacidade que um item tem de discriminar sujeitos e avalia-se analisando a mediana, a assimetria, o achatamento, o máximo e o mínimo de cada item. Segundo Kline, (1998), os itens não devem ter a mediana encostada a nenhum dos extremos, os valores absolutos de assimetria devem ser inferiores a 3 e os do achatamento devem ser inferiores a 7, e por fim, devem existir respostas em todos os pontos.

Efetuuou-se o cálculo das diferentes medidas de tendência central, de dispersão e de distribuição para os diferentes itens dos instrumentos utilizados.

Instrumentos:

Foi utilizado para este estudo:

Um questionário elaborado pela Professora Doutora Ivone Patrão sobre o uso da *Internet* na população portuguesa que inclui o consentimento informado e alguns dados sociodemográficos para poder caracterizar a amostra e as seguintes escalas:

- **PRQC** (Perceived Relationship Quality Components Inventory) (Fletcher, Simpson, e Thomas, 2000)
- **GPIUS2** Generalized Problematic *Internet* Use Scale 2 (Caplan, 2010, Tradução Pontes, 2014)
- **Autocontrolo** (Tangney, Baumeister e Boone, 2004, Patrão e Machado, 2015).
- **FAD** -Family Assessment Device (12 itens) Epstein, Baldwin, e Bishop,(1983).

PRQC

Perceived Relationship Quality Components (PRQ), é uma escala da autoria de Fletcher, Simpson e Thomas, (2000) e traduzida para português por Costa e Brody, (2007).

O Objetivo da escala é Avaliar os diversos componentes da qualidade de um relacionamento amoroso, tais como: satisfação, compromisso, confiança, proximidade, paixão e amor. Na versão curta utilizada neste estudo, é composta por seis itens, cada componente mencionado anteriormente é avaliado por um único item numa escala de tipo likert em que 1= absolutamente nada e 7= extremamente. Para além disso, há uma pontuação total para avaliar a qualidade do relacionamento obtida pelo score total dos seis itens.

Esta escala apresenta uma boa consistência interna neste estudo, com um *Alpha de Cronbach* no valor de 0.95.

GPIUS2

Esta escala é da autoria de Caplan, (2010), traduzida e adaptada por Patrão e colaboradores, (2015), permite avaliar as cognições, os comportamentos e os *outcomes* que fazem parte da estrutura da UPI – Uso Problemático da *Internet*.

É constituída por 15 itens de autopreenchimento, classificados numa escala tipo *Likert* de sete pontos, onde 1= Discordo Totalmente e 7= Concordo Totalmente.

Os 15 itens estão distribuídos por cinco dimensões sendo cada uma delas composta por três itens.

De acordo com Patrão e colaboradores, (2015), todas as dimensões da escala apresentam uma consistência interna acima de 0.82 e a cotação da mesma é feita através da soma de todos os itens.

Quanto maior a pontuação, maior a existência de sintomas UPI – onde 60 é o ponto de corte.

Esta escala apresenta neste estudo um *Alpha de Cronbach* no valor de 0.89, o que nos indica que tem uma boa consistência Interna.

Tabela 2 - Dimensões e respectivos itens da escala GPIUS 2.

Dimensões	Itens
Preferência pela Interação Online	1, 6 e 11
Alteração de Humor	2, 7, e 12
Preocupação Cognitiva	3, 8 e 13
Uso Compulsivo	4, 9 e 14
Outcomes Negativos	5, 10 e 15

Autocontrole

Neste estudo foi utilizada a versão reduzida da escala do Autocontrole de Tangney, Baumeister e Boone, (2004).

É uma escala de tipo *likert*, unidimensional, constituída por 13 itens cuja codificação varia entre nada a ver comigo (1) e tudo a ver comigo (5) e cujo o objetivo principal é medir a percepção do autocontrole que o individuo tem.

A cotação é feita calculando o score total dos itens da escala. Foi necessário também proceder à inversão dos itens 2;3;4;5;7;9;10;12;13.

Este instrumento apresenta, neste estudo, uma consistência interna aceitável pois obteve-se um *Alpha de Cronbach* no valor de 0.72.

FAD

A escala FAD – Family Assement Device (12 itens) de Epstein, Baldwin e Bishop (1983), permite fazer uma avaliação da estrutura e propriedades de organização da família e os

seus padrões de relação, tendo por base o modelo de Funcionamento familiar de McMaster (MMFF). É um instrumento de autorrelato ou seja, os membros respondem de acordo com sua percepção sobre o funcionamento familiar.

É composta por sete dimensões: Funcionamento geral da família; Resolução de problemas; Comunicação; Papéis; Resposta Afetiva; Envolvimento Afetivo; Controle do Comportamento. Para este estudo foi utilizada a sub-escala Funcionamento geral da família composta por 12 itens. É uma escala de resposta tipo *Likert* de 4 pontos em que 1= Discordo Plenamente; 2= Discordo; 3= Concordo; 4= Concordo plenamente.

No que concerne à cotação, os itens 1; 3; 5; 7; 9; 11 têm de ser cotados reversivelmente. A cotação é feita pela soma de todos os itens e depois pela divisão do número de itens da escala.

Referente à interpretação dos resultados: Um total de 2.00 ou mais indica um funcionamento familiar problemático. Quanto maior a pontuação total da escala, maior a percepção problemática do funcionamento familiar por parte do membro.

Esta escala também apresenta uma boa consistência interna com um *Alpha de Cronbach* no valor de 0.89.

RESULTADOS

Uma vez que o objetivo inicial deste estudo era que esta amostra fosse constituída por pais com filhos com idades entre os 3 e os 5 anos e devido à sua reduzida dimensão decidiu-se alargar a todos os pais.

Por este motivo o primeiro passo será fazer a comparação relativa às variáveis em estudo entre os pais que têm filhos com idades entre os 3 e os 5 anos e os que não os têm,

Distribuição das Variáveis em Estudo em função dos pais que têm ou não filhos com idades entre os 3 e os 5 anos

De forma a estudar o efeito do facto dos pais terem ou não filhos com a idade entre os 3 e 5 anos nas variáveis em estudo realizou-se uma comparação de médias.

Tabela 3 - Distribuição das Variáveis em Estudo em função dos pais que têm ou não filhos com idades entre os 3 e os 5 anos

Variável	Sim		Não	
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão
PRQC	37,45	5,18	35,92	7,07
GPIUS2	26,53	12,94	25,73	11,09
Autocontrolo	51,50	6,07	49,90	6,82
FAD	3,37	,51	3,23	,50

Os pais com filhos entre os 3 e os 5 anos têm uma melhor perceção da qualidade da relação familiar ($M=37.45$; $DP=5.18$), um maior uso problemático da *internet* ($M=26.53$; $DP=12.94$), têm um maior autocontrolo ($M=51.50$; $DP=6.07$), e um funcionamento familiar mais problemático ($M=3.37$; $DP=0.51$) do que os pais que não têm filhos com idade entre os 3 e os 5 anos.

De salientar que estas diferenças não são estatisticamente significativas.

Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo

De forma a analisar-se a posição das respostas dos 124 participantes deste estudo realizou-se a estatística descritiva das variáveis em estudo. Verifica-se que os participantes têm elevados níveis de autocontrolo (M=50.36; DP=6.63) pois encontra-se próximo do nível máximo, uma vez que o score total de autocontrolo deveria variar entre 13 e 65 (Anexo D).

Quanto à dependência da *internet* pode-se afirmar que os participantes deste estudo apresentam uma dependência normal (M=23; DP=10.71), o que nos indica que não existe uma dependência problemática da *Internet* (Anexo D).

O funcionamento familiar dos participantes deste estudo revelou-se problemático (M=3.27; DP=0.50) (Anexo D).

Verificou-se ainda que apenas um dos participantes revelou ter problemas com o uso da *internet*, e quanto aos outros participantes não revelaram possuir índices de uso problemático da *internet* (M=25.96; DP=11.61) (Anexo D).

Por último, os participantes deste estudo revelaram possuir uma elevada perceção da qualidade do seu relacionamento familiar (M=36.40; DP=6.55) (Anexo D).

Correlações

A fim de se estudar a direção e a intensidade das relações entre as variáveis (Bryman e Cramer, 2003), recorreu-se ao estudo das correlações de *Pearson* (Tabela e Anexo E).

De salientar que os resultados onde se inclui o funcionamento familiar devem ser interpretados em sentido inverso pois nesta escala quanto maior o score médio pior o funcionamento familiar.

O autocontrolo encontra-se significativamente e negativamente o uso problemático da *internet* ($r=-0.30$; $p=0.001 < \alpha=0.01$). Estes resultados indicam-nos que quanto maior o autocontrolo dos participantes menor o seu uso problemático da mesma (Tabela 4 e Anexo E).

O autocontrolo correlaciona-se ainda significativamente e positivamente com a perceção da qualidade do relacionamento familiar ($r=0.28$; $p=0.003 < \alpha=0.01$) assim como com o funcionamento familiar ($r=0.33$; $p < 0.001 < \alpha=0.01$), isto é, os participantes com maior autocontrolo têm uma melhor perceção da qualidade da relação mas um pior funcionamento familiar (Tabela 4 e Anexo E).

O funcionamento familiar correlaciona-se significativamente e negativamente com o uso problemático da *internet* ($r=-0.24$; $p=0.007 < \alpha=0.01$), isto é, quanto melhor o funcionamento familiar maior o uso problemático da *internet* (Tabela 4 e Anexo E).

A percepção da qualidade da relação tem uma relação significativa e positiva com o funcionamento familiar ($r=0.45$; $p < 0.001 < \alpha=0.01$), ou seja, os participantes que têm uma melhor percepção da qualidade da sua relação são os que têm um funcionamento mais problemático (Tabela 4 e Anexo E).

Tabela 4 - Correlações entre as Variáveis em Estudo

	1	2	3	4
1. Autocontrole	1			
2. Funcionamento Familiar	,33**	1		
3. Percepção da qualidade da relação	,28**	,45**	1	
4. Uso Problemático da <i>Internet</i>	-,30**	-,24**	-,19	1

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Testes de hipóteses

O passo seguinte foi testar as hipóteses formuladas neste estudo.

Hipótese 1

O Autocontrole tem um efeito de mediação entre o Funcionamento Familiar e a Dependência da Internet.

Teste do Efeito de Mediação do Autocontrole

Com o intuito de se testar o efeito mediador da variável Autocontrole na relação entre o Funcionamento Familiar (FAD) e a Dependência da *Internet* (GPIUS2), utilizaram-se os procedimentos de Baron e Kenny, (1986), que sugerem a verificação de 3 condições previamente à realização no teste do efeito mediador.

A primeira condição é a de que a variável independente / preditora (FAD) deve ter um impacto significativo na variável dependente / critério (GPIUS2). A segunda condição é a de que a variável independente / preditora (FAD) deve ter um impacto significativo na variável mediadora (Autocontrole). A terceira condição é a de que a variável mediadora (Autocontrole) deve ter um impacto significativo na variável dependente / critério (GPIUS2). Depois de confirmados os três pressupostos anteriores, a relação entre a variável independente / preditora

(FAD) e a variável dependente / critério (GPIUS2) deve ser significativamente enfraquecida (mediação parcial) ou não significativa (mediação total) quando a variável mediadora (Autocontrole) é incluída na equação de regressão.

Como se pode comprovar através da tabela de correlações verificam-se as três condições.

Tabela 5 - Correlações entre as variáveis

	1	2	3
1. GPIUS2	1		
2. FAD	-,242**	1	
3. Autocontrole	-,304**	,331**	1

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Com a finalidade de se testar a hipótese formulada realizou-se uma regressão linear múltipla em que no primeiro passo se introduziu a variável preditora / independente (FAD) e no segundo passo a variável mediadora (Autocontrole).

Tabela 6 - Resultados da Regressão Linear Múltipla

Variáveis Independentes	β	
	Step 1	Step 2
FAD	-.24***	-.16
Autocontrole		-.25***
<i>Overall F</i>	7.58***	7.87***
R^2_a	.05	.10

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Depois de se realizar o teste de regressão Linear Múltipla verifica-se ao introduzir-se na equação de regressão a variável mediadora (Autocontrole), esta tem um impacto significativo negativo na variável de critério / dependente (GPIUS2) ($\beta_{AC} = -.44$; $p = .006$) e o impacto do FAD no GPIUS2 deixa de ser significativo: M1 ($\beta_{FAD} = -.24$; $p = .007$); M2 ($\beta_{FAD} = -.16$; $p > .05$) (Tabela 6, Anexo F).

Perante estes resultados pode-se afirmar que o Autocontrole exerce um efeito de mediação total na relação entre o Funcionamento Familiar e a Dependência da *Internet*. Realizado o teste de Sobel obteve-se um $Z = -2.26$ com $p = .02 > \alpha = .05$ (Anexo H), o que nos confirma o efeito de mediação.

Hipótese 2

A Dependência da Internet, o Autocontrole e o Funcionamento Familiar variam em função do estado civil dos pais.

Com a finalidade de se testar esta hipótese realizou-se o teste paramétrico ANOVA *One Way* depois de verificados os pressupostos de Normalidade e de Homogeneidade de Variâncias. Quando não se verificou o pressuposto da Homogeneidade da Variâncias realizou-se a ANOVA com Correção de *Welch*. Consideraram-se existirem diferenças estatisticamente significativas sempre que $p < .05$ e marginalmente significativas quando $p < .10$. Quando se verificou existirem diferenças significativas ou marginalmente significativas no teste paramétrico, realizou-se o teste de LSD para se verificar entre que grupos existem diferenças estatisticamente significativas ou marginalmente significativas.

Hipótese 2a

Os pais casados ou em união de facto têm um maior autocontrole do que os pais solteiros ou divorciados.

Tabela 7 - ANOVA *One Way* e Teste de LSD para a Variável Estado Civil

Variável	ANOVA <i>One Way</i>		Autocontrole		TuKey HSD	
	Way		A	B	Dif.	
	F	<i>p</i>			Médias (A-B)	<i>p</i>
Autocontrole	3.94**	.022	Casado	Divorciado	4.56**	.023
			(União de facto)	Solteiro	3.29*	.062

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Analisando os resultados obtidos verifica-se que existe um efeito principal do estado civil do participante sobre a variabilidade do Autocontrole ($F(2, 121) = 3.94$; $p = .022 < \alpha = .05$). Os participantes casados ou em união de facto têm um maior Autocontrole do que os pais divorciados (Dif. M= 4.56; $p = .023 < p = .05$) ou solteiros (Dif. M= 3.29; $p = .062 < p = .10$) (Tabela 7, Anexo F).

Hipótese 2b

Os pais casados ou em união de facto têm um melhor funcionamento familiar do que os pais solteiros ou divorciados.

Tabela 8 - ANOVA One Way e Teste de LSD para a Variável Estado Civil

Variável	ANOVA One Way		Autocontrolo A	Autocontrolo B	TuKey HSD	
	F	p			Dif. Médias (A-B)	p
	Funcionamento Familiar	10.41***	<.001	Casado (União de facto)	Divorciado Solteiro	.43*** .48***

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Ao analisar-se os resultados obtidos verifica-se que existe um efeito principal do estado civil do participante sobre a variabilidade do Autocontrolo ($F(2, 121) = 10.41$; $p < .001 < \alpha = .01$). Os participantes casados ou em união de facto têm um pior Funcionamento Familiar do que os pais divorciados (Dif. $M = .43$; $p = .003 < p = .01$) ou solteiros (Dif. $M = .48$; $p < .001 < p = .01$) (Tabela 8, Anexo F). De salientar que a variável funcionamento familiar tem que ser interpretada em sentido inverso pois quanto mais elevado o score médio desta variável pior o funcionamento familiar.

Hipótese 2c

Os pais casados ou em união de facto têm uma menor dependência da internet do que os pais solteiros ou divorciados.

Tabela 9 - ANOVA com Correção de Welch e Teste de LSD para a Variável Estado Civil

Variável	ANOVA <i>One Way</i>		Autocontrolo A	Autocontrolo B	TuKey HSD	
	F	<i>p</i>			Dif. Médias (A-B)	<i>p</i>
Dependência da Internet	2.78	.066	Casado (União de facto)	Divorciado	-.05	.673
				Solteiro	-.24**	.020

Nota: * $p < .10$; ** $p < .05$; *** $p < .01$

Analisando os resultados obtidos verifica-se que existe um efeito principal do estado civil do participante sobre a variabilidade da Dependência da *Internet* ($F(2, 121) = 2.78$; $p = .066 < \alpha = .10$). Os participantes casados ou em união de facto têm uma menor Dependência da *Internet* do que os pais solteiros (Dif. $M = -.24$; $p = .020 < p = .05$). Não se verificou existirem diferenças estatisticamente significativas na Dependência da *Internet* entre os pais casados ou em união de facto e os pais divorciados (Tabela 9, Anexo F).

DISCUSSÃO E CONCLUSÕES

De uma forma geral a relação existente entre os resultados obtidos e a literatura revista inicialmente, traz-nos algumas conclusões que ainda não tinham sido mencionadas na literatura existente, entre as quais o efeito de mediação do autocontrolo entre o UPI e o funcionamento familiar. Existem estudos que falam do efeito de mediação do autocontrolo, em que este tem um papel fundamental na prevenção de comportamentos desviantes, Gottfredson e Hirschi (1990) apontam as práticas parentais ineficazes e desadequadas como a principal causa da falta de autocontrolo e esta ideia serviu de mote para iniciar a presente investigação, porque se por um lado para existir valores mais elevados de autocontrolo, também é necessário existir um bom funcionamento familiar para que este exista, ao juntar a dependência de internet a esta equação surge a dúvida se será o mau funcionamento familiar que leva à dependência da internet, ou se é a dependência da internet que leva ao mau funcionamento familiar, ou se a chave para existir equilíbrio entre as duas, passa por existir níveis elevados de autocontrolo minimizando os efeitos negativos nas duas. As consequências de utilização da tecnologia podem ser positivas e negativas a um nível social que se refere a relações sociais, familiares e profissionais das crianças (Medrano e Cortés, 2007). Desta forma, é um assunto que se tornou-se assunto de família (Mitchell, Finkelhor, e Wolak, 2005). Relações familiares, sociais e emocionais são estruturadas e desestruturadas em torno da *Internet* (Wolak, Mitchell, e Finkelhor, 2003).

Com este estudo chegamos à conclusão que os pais com filhos entre os 3 e os 5 anos têm uma melhor perceção da qualidade da relação familiar, um maior uso problemático da *internet*, um maior autocontrolo, e um funcionamento familiar mais problemático do que os pais que não têm filhos com idade entre os 3 e os 5 anos. Esta dependência online nesta faixa etária dos filhos, pode dever-se ao facto dos pais com filhos mais novos se sentirem ainda inexperientes no papel de pais o que os leva a procurarem informações relacionadas com a parentalidade e apoio social online Dworkin, et al., (2013), Bernhardt e Felter, (2004), estes autores concluíram também que os pais vão muitas vezes à procura de informações relacionados com o desenvolvimento normativo de seus filhos, diagnósticos médicos específicos, ou estratégias sobre a parentalidade na *internet*. Levando muitas vezes os pais a discutir informações que encontraram on-line relacionados com o seu filho de diagnósticos médicos com o seu médico (Berkule-Silberman, Dreyer, Huberman, Klass, e Mendelsohn, 2010).

Como investem muitas horas nesta pesquisa, as outras áreas como a social, familiar e profissional acabam por ser descuradas, levando a que exista uma tendência a ter sensação de tristeza, ansiedade e mal-estar quando não estão on-line (Goldberg,1996).

As consequências deste uso patológico são a perda de emprego, mau desempenho escolar, divórcios ou ruturas de relacionamentos afetivos e familiares, isolamento social, descuido com a própria aparência e saúde física (King ,1996,Young,1996).

Verificou-se que os participantes têm elevados níveis de autocontrolo pois este encontra-se próximo do nível máximo. Quanto à dependência da *internet* pode-se afirmar que os participantes deste estudo apresentam uma dependência normal, apenas um participante revelou ter problemas com o uso da *internet*, o que nos indica que não existe uma dependência problemática da *Internet nesta amostra*.

O funcionamento familiar dos participantes deste estudo revelou-se problemático, não obstante os participantes revelaram possuir uma elevada perceção da qualidade do seu relacionamento familiar.

Quanto ao autocontrolo, este encontra-se significativamente e negativamente associado com o uso problemático da *internet*. Estes resultados indicam-nos que quanto maior o autocontrolo dos participantes menor o uso problemático da internet.

O autocontrolo correlaciona-se ainda significativamente e positivamente com a perceção da qualidade do relacionamento familiar, assim como com o funcionamento familiar, isto é, os participantes com maior autocontrolo têm uma melhor perceção da qualidade da relação mas apesar disso têm um pior funcionamento familiar.

Quanto aos resultados obtidos do funcionamento familiar se correlacionar significativamente e negativamente com o uso problemático da *internet*, isto é, quanto melhor o funcionamento familiar maior o uso problemático da *internet*, surge a questão se os valores elevados sobre a utilização da internet estão relacionados com o que foi descrito anteriormente sobre a necessidade de procurar informações parentais para conseguir um melhor funcionamento familiar.

A perceção da qualidade da relação tem uma relação significativa e positiva com o funcionamento familiar, ou seja, os participantes que têm uma melhor perceção da qualidade da sua relação são os que têm um funcionamento mais problemático.

Perante os resultados neste estudo pode-se afirmar que o Autocontrolo exerce um efeito de mediação total na relação entre o Funcionamento Familiar e a Dependência da *Internet*.

Os participantes casados ou em união de facto têm um maior Autocontrolo do que os pais divorciados ou solteiros.

Os participantes casados ou em união de facto têm um pior Funcionamento Familiar do que os pais divorciados ou solteiros.

Não se verificou existirem diferenças estatisticamente significativas na Dependência da *Internet* entre os pais casados ou em união de facto e os pais divorciados.

Com os resultados obtidos no geral neste estudo podemos dizer que seria importante os pais trabalharem no sentido de aumentar os seus níveis de autocontrolo para conseguirem ter um melhor funcionamento familiar e uma menor dependência da internet.

Limitações da investigação e sugestões para estudos futuros

As limitações sentidas nesta investigação tiveram a ver com a recolha da amostragem, tanto na forma como foi recolhida como no número total de participantes daí resultante, inicialmente achou-se que seria mais rentável e vantajoso recolher os dados online, mas na prática possivelmente devido á dimensão do questionário não teve muita receptividade. Sugere-se que para investigações futuras seja distribuído em formato papel com a presença do investigador para garantir a recolha e limitar as variáveis em estudo.

O facto de a amostra ser reduzida poderá ser também apontado como limitação tendo em conta que com uma amostragem maior, poderíamos ter resultados diferentes e mais representativos da população portuguesa.

Uma outra limitação prende-se com o fato deste questionário ser constituído por perguntas fechadas, e de resposta obrigatória, o que poderá ter condicionado as respostas.

A presente investigação está limitada também no que concerne ao espaço geográfico de análise, visto que o questionário foi divulgado na rede de proximidade dos intervenientes deste estudo, desta forma, em estudos futuros, para uma maior significância estatística nos resultados e uma representação mais significativa da população portuguesa, devem ter em conta varias regiões do nosso país e diferentes culturas, podendo ser um mote de partida para um próximo estudo, em que se analise se existem diferenças das variáveis em estudo segundo a região do país e ou cultura.

Outra sugestão seria incluir a perspectiva de análise dos filhos, de modo a confrontar a perceção dos pais com a dos filhos. E por ultimo um estudo longitudinal onde se avaliasse o impacto da utilização da internet no momento 1, e posteriormente no momento 2 avaliando as suas repercussões a nível emocional, social, profissional tanto nas crianças como nos pais.

REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2006). (Des)Equilíbrios Familiares (3ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Allen, K., & Rainie, L. (2002). Parents online. Pew *Internet* and American Life Project.
Consultado em 11 de Março 2016
em:http://www.pewinternet.org/~media/Files/Reports/2002/PIP_Parents_Report.pdf
.pdf
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1173-1182.
- Barone, D. F., Maddux, J. E., & Snyder, C. R. (1998). Self-regulation: The pursuit of goals. In D. F. Barone, J. E. Maddux & C. R. Snyder (Eds.), *Social cognitive psychology: History and current domains* (pp. 277-303). New York: Plenum Press.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 24-33). Washington DC: Guilford Press
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at selfregulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- Bernhardt, J. M. & Felter, F. M. (2004). Online pediatric information seeking among mothers of young children: Results from a qualitative study using focus groups. *Journal of Medical Internet Research*, 6(7). Consultado a 3 de Março de 2016 através de: <http://www.jmir.org/2004/1/e7/HTML>
- Berkule-Silberman, S. B., Dreyer, B. P., Huberman, H. S., Klass, P. E., & Mendelsohn, A. L. (2010). Sources of parenting information in low SES mothers. *Clinical Pediatrics*, 49, 560- 568.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Vol. III. Loss, sadness and depression*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

- Brady, E., & Guerin, S. (2010). Not the romantic, all happy, coochy coo experience: A qualitative analysis of interactions on an Irish parenting web site. *Family Relations*, 59, 14-27.
- Brougère, G. (1998). A criança e a cultura lúdica. *Revista da Faculdade de Educação*, 24(2), 103-116.
- Bryman, A., & Cramer, D. (2003). *Análise de dados em ciências sociais. Introdução às técnicas utilizando o SPSS para windows (3ª Ed.)*. Oeiras: Celta
- Canavarro, M. C. (1999). Inventário de Sintomas Psicopatológicos: BSI. In M. R. Simões, M. Gonçalves, & L. S. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. II, pp. 87-109). Braga: SHO/APPORT.
- Çankaya, S., & Odabaşı, H. F. (2009). Parental controls on children's computer and *Internet* use. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 1105-1109. Consultado a 10 de Abril de 2016 através de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2009.01.199>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic *Internet* use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.
- Christakis: *Internet* addiction: a 21st century epidemic? *BMC Medicine* 2010 8:61. Consultado a 12 de Abril de 2016 através de: <http://www.biomedcentral.com/1741-7015/8/61/prepub>
- Cohall, A. T., Cohall, R., Dye, B., Dini, S., & Vaughan, R. D. (2004). Parents of urban adolescents in Harlem, New York, and the *Internet*: A cross-sectional survey on preferred resources for health information. *Journal of Medical Internet Research*, 6, e43.
- Costa, R. M., & Brody, S. (2007). Women's relationship quality is associated with specifically penile-vaginal intercourse orgasm and frequency. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33, 319-327.
- Doty, J. L., Dworkin, J., & Connell, J. H. (2012). Examining digital differences: Parents' online activities. *Family Science Review*, 17(2), 18-39.
- Dowdell, E. (2013). Use of the *Internet* by parents of middle school students: *Internet* rules, risky behaviours and online concerns. *Journal of Psychiatric and Mental Health*

Nursing, 20, 9-16. Consultado em Fevereiro de 2016 através de:<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2850.2011.01815.x/full>

D'Oliveira, T. (2002). *Teses e Dissertações – Recomendações para a elaboração e estruturação de trabalhos científicos*.

Drentea, P., & Moren-Cross, J. (2005). Social capital and social support on the web: The case of an Internet mother site. *Sociology of Health and Illness*, 27, 920-943.

Dworkin, J., Connell, J., & Doty, J. (2013). A literature review of parents' online behavior. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 7(2), article 2. doi: 10.5817/CP2013-2-2

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.

Eynon, R., & Malmberg, L.-E. (2011). A typology of young people's *Internet* use: Implications for education. *Computers & Education*, 56(3), 585-595. Consultado a 15 de Abril de 2016 através de:<http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2010.09.020>

Fife-Schaw, C. (2006). Principles of Statistical Inference Tests. In G. M. Breakwell, S. Hammond, C. Fife-Schaw, & J. A. Smith (Eds.), *Research methods in Psychology* (3rd Ed.) (pp. 388-413). London: Sage Publications LTD.

Finkenauer, C., Engels, R. C., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58-69. Consultado em 20 de Junho, através de <http://jbd.sagepub.com/content/29/1/58.short>

Fox, N. A., & Calkins, S. D. (2003). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and emotion*, 27(1), 7-26.

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: a confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 340-354.

Fletcher, R., & St. George, J. (2011). Heading into fatherhood – nervously: Support for fathering from online dads. *Qualitative Health Research*, 21, 1101-1114.

- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction Disorder. Consultado em 10 de Março, 2016 em: <http://www.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>
- Gottfredson, M., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford: Stanford University Press.
- Grohol, J. (1997)- What is normal? How much is too much when spending time online? Psych Central. Consultado em Janeiro de 2016 através de <http://www.grohol.com/archives/n1000397.htm>
- Hall, W., & Irvine, V. (2008). E-communication among mothers of infants and toddlers in a community-based cohort: A content analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 65, 175–183.
- Haslam, S. A., & McGarty, C. (2003). *Research Methods and Statistics in Psychology*. London: Sage Publications.
- Hill, M., & Hill, A. (2002). *Investigação por Questionário*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Jacob, T., Krahn, G. (1988). Marital Interactions of Alcoholic Couples: comparison with depressed and nondistressed couples, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(1), 73-79.
- Kind, T., Huang, Z. J., Farr, D., & Pomerantz, K. L. (2005). Internet and computer access and use for health information in an underserved community. *Ambulatory Pediatrics*, 5, 117-121.
- King, S. A. (1996) - Is the *Internet* addictive or are addicts using the *Internet*? Consultado a 14 de Abril de 2016 através de <http://rdz.stjohns.edu/~storm/iad.htm>
- Kline, R. B. (1998). Principles and practice of structural equation modeling. *New York: The Guilford Press*.
- Linebarger, D. L., & Chernin, A. R. (2003). Young children, parents, computers, and the Internet. *IT & Society*, 1, 87-106.

- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. and Ólafsson, K. (2011) Risks and safety on the internet: The perspective of European children. Consultado em Janeiro de 2016 através de: <http://eprints.lse.ac.uk/33731/>
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011) Disadvantaged children and online risk. Consultado em Janeiro de 2016 através de <http://eprints.lse.ac.uk/39385/>
- Livingstone, S., Ólafsson, K. and Staksrud, E. (2011) Social networking, age and privacy. Consultado em Janeiro de 2016 através de <http://eprints.lse.ac.uk/35849/>
- Livingstone, Sonia and Haddon, Leslie (2009) EU Kids Online: final report 2009. EU Kids Online, Deliverable D6.5. EU Kids Online Network, London, UK. ISBN 978085328355 consultado em 10 de fevereiro de 2016 através de: <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/Home.aspx>
- Madge, C., & O'Connor, H. (2006). Parenting gone wired: Empowerment of new mothers on the Internet? *Social and Cultural Geography*, 7, 199-220.
- Martínez de Morentin, J. I., Cortés, A., Medrano, C., & Apodaca, P. (2014). *Internet use and parental mediation: A cross-cultural study. Computers & Education*, 70, 212-221. Consultado a 15 de Abril de 2016 através de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2013.07.036>
- Marôco, J., (2014). *Análise de Equações Estruturais. Fundamentos Teóricos, SoftWare e Aplicações*. 2ª Edição. Pero Pinheiro. ReportNumber, Lda
- Marôco, J. (2014). *Análise Estatística com o SPSS Statistics*. 6ª Edição. Pêro Pinheiro: ReportNumber, Lda.
- McDaniel, B. T., Coyne, S. M., & Holmes, E. K. (2012). New mothers and media use: Associations between blogging, social networking, and maternal well-being. *Journal of Maternal and Child Health*, 16, 1509-1517. Consultado em 15 de Março de 2016 através de: <http://link.springer.com/article/10.1007/s10995-011-0918-2>
- McCrary B., Epstein E., Cook S, Jensen N., Ladd B. (2011). What do women want? Alcohol treatment choices, treatment entry and retention, *Psychology of Addictive Behaviors*. 25(3), 521-9.

- Medrano, C., & Cortés, A. (2007). Teaching and learning of values through television. *Review International of Education*, 53(1), 5-21.
- Mitchell, K., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2005). Protecting youth online: family use of filtering and blocking software. *Child Abuse & Neglect*, 29(7), 753-765.
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child development*, 56, (2), 289-302.
- Minuchin, S. (1988). *Famílias. Funcionamento e tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126(2), 247-259.
- Nichols, S., Nixon, H., Pudney, V., & Jurvansuu, S. (2009). Parents resourcing children's early development and learning. *Early Years*, 29, 147-161.
- Nielsonwire. (2009, September 25). The more affluent and more urban are more likely to use social networks. Web log post. consultado em 10 de fevereiro de 2016 através de: http://blog.nielsen.com/nielsenwire/online_mobile/the-more-affluent-and-more-urban-are-morelikely-to-use-social-networks/
- Patrão, I., Machado, M., Fernandes, P. A., Leal, I., (2015). Jovens e *internet*: Relação com o Bem-Estar Psicológico, Isolamento Social e Funcionamento Familiar. Atas do 13º colóquio de Psicologia e Educação.
- Patrão, I. (2016). Comportamentos Online em Jovens Portugueses: Estudo da relação entre o bem-estar e o uso da internet. *Atas do 11º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*. Lisboa: Sociedade Portuguesa da Psicologia da saúde.
- Pinto, H. M., Carvalho, A. R., & Nunes Sá, E. (2014). Os estilos educativos parentais e a regulação emocional: Estratégias de regulação e elaboração emocional das crianças em idade escolar. = Parental educational styles and emotion regulation: regulation strategies and emotional development of children of school age. *Análise Psicológica*, 32(4), 387-400
- Pontes, H.M., Patrão, I.M. & Griffiths, M.D. (2014). Portuguese validation of the *Internet Addiction Test*: An empirical study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(2), 107–114

- Queiroz, Norma Lucia Neris de, Maciel, Diva Albuquerque, & Branco, Angela Uchôa. (2006). Brincadeira e desenvolvimento infantil: um olhar sociocultural construtivista. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 16(34), 169-179. Consultado em 17 de Fevereiro de 2016, através de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2006000200005&lng=pt&tlng=pt.
- Radey, M., & Randolph, K. A. (2009). Parenting sources: How do parents differ in their efforts to learn about parenting? *Family Relations*, 58, 536-548.
- Relvas, A.P. (1996). *O Ciclo vital da família*. Lisboa: Edições Afrontamento.
- Rothbaum, F., Martland, N., & Janssen, J. (2008). Parents' reliance on the Web to find information about children and families: Socio-economic differences in use, skills and satisfaction. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 118-128.
- Roussaux, J., Faoro-Kreit, B., Hers, D. (2002). *O Alcoólico em Família*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Sarkadi, A., & Bremberg, S. (2004). Socially unbiased parenting support on the Internet: A cross-sectional study of users of a large Swedish parenting website. *Child: Care, Health, & Development*, 31, 43-52.
- Stafford, L., & Hillyer, J. D. (2012). Information and communication technologies in personal relationships. *Review of Communication*, 12, 290-312.
- SIAULYS, M. O. (2005). de Campos. *Brincar para todos*.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A.L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 271-324.
- Thoreson, C. E., & Mahoney, M. J. (1974). *Behavioral self-control*. New York: Holt.
- Valaitis, R. K., & Sword, W. A. (2005). Online discussions with pregnant and parenting adolescents: Perspectives and possibilities. *Health Promotion Practice*, 6, 464-471.
- Walker, S. K., Dworkin, J., & Connell, J. H. (2011). Variation in parent use of information and communications technology: Does quantity matter? *Family & Consumer Sciences Research Journal*, 40, 106-119.

- Williams, A. L., & Merten, M. J. (2011). iFamily: Internet and social media technology in the family context. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 40, 150-170.
- Wolak, J., Mitchell, K., & Finkelhor, D. (2003). Escaping or connecting? Characteristics of youth who form close online relationships. *Journal of Adolescence*, 26, 105-119.
- Young, KS (1996) - *Internet Addiction: symptoms, evaluation and treatment*. Center for On-Line Addiction Consultado a 5 de Abril de 2016 através de: <http://netaddiction.com/>
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association*, August 11, 1996. Toronto, Canada.
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emerge of a New Clinical Disorder. *Cyber Psychology & Behavior*. Vol. 1, N3.
- Young, K. S (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment. *Clinical Practice (Volume 17)* by L. VandeCreek & T. L. Jackson (Eds.), Sarasota, FL: Professional Resource Press. Copyright 1999 by Professional Resource Exchange, Inc.
- Zhao, S. (2009). Parental education and children's online health information seeking: Beyond the digital divide debate. *Social Science & Medicine*, 69, 1501-1505.

ANEXOS

ANEXO A - Questionário

COMPORTAMENTOS ONLINE - PAIS

O objetivo deste estudo é compreender o uso da *Internet* na população portuguesa. A sua participação é voluntária e muito útil. Os dados são anónimos e confidenciais.

Caso concorde em participar voluntariamente neste estudo anónimo e confidencial quanto à divulgação de dados, por favor selecionar a opção abaixo:

Li a informação acima e aceito participar no estudo.

Muito obrigado pela sua disponibilidade e interesse.

É muito importante que preencha todas as questões do questionário.

SECCÃO 1 – DADOS GERAIS

Idade: ___ anos

Género: Masculino___ Feminino ___

Escolaridade:

_ Ensino Básico

_ Ensino Secundário

_ Ensino Universitário

Situação Profissional: Empregado ___ Desempregado ___ Reformado _____

Estado relacional:

___ Sem uma relação de compromisso

___ Numa relação de compromisso

Em caso afirmativo:

1. Até que ponto se sente satisfeito(a) com o seu relacionamento?
2. Até que ponto se sente comprometido(a) no seu relacionamento?
3. Até que ponto sente que há proximidade no seu relacionamento?
4. Até que ponto confia no seu (na sua) parceiro(a)?
5. Até que ponto sente que há paixão no seu relacionamento?
6. Até que ponto ama o seu (a tua) parceiro(a)?

Escala de likert: 1 (absolutamente nada) a 7 (extremamente).

(Perceived Relationship Quality Components Inventory - PRQC) (Fletcher, Simpson, & Thomas, 2000)

Estado Civil: Casado (união de fato)___ Divorciado ___ Solteiro_____

Quantos filhos tem?

Que idade tem o seu 1º filho:

Que idade tem o seu 2º filho:

Que idade tem o seu terceiro filho:

Se tem filhos em idade escolar:

Qual o rendimento escolar do seu filho 1o filho em idade escolar?

Aluno com notas negativas

Aluno com notas médias

Aluno com notas elevadas

Qual o rendimento escolar do seu filho 2o filho em idade escolar?

Aluno com notas negativas

Aluno com notas médias

Aluno com notas elevadas

Qual o rendimento escolar do seu filho 3 filho em idade escolar?

Aluno com notas negativas

Aluno com notas médias

Aluno com notas elevadas

O/A Seu/sua 1º filho/a tem/tinha espaço específico em casa para brincar?

Sim

Não

O/A Seu/sua 2º filho/a tem/tinha espaço específico em casa para brincar?

Sim

Não

O/A Seu/sua 3º filho/a tem/tinha espaço específico em casa para brincar?

Sim

Não

Que brincadeiras/atividades o seu 1º filho/a mais gosta de fazer?

Que brincadeiras/atividades o seu 2º filho/a mais gosta de fazer?

Que brincadeiras/atividades o seu 3º filho/a mais gosta de fazer?

Quando, o seu 1º filho, está em casa com quem costuma/costumava brincar?

Sozinho

Amigos

Pais

Familiares

Quando, o seu 2º filho, está em casa com quem costuma/costumava brincar?

Sozinho

Amigos

Pais

Familiares

Quando, o seu 3º filho, está em casa com quem costuma/costumava brincar?

Sozinho

Amigos

Pais

Familiares

Quando o seu 1º filho/a não faz o que lhe pede o que costuma fazer?

Castigar

Bater

Ignorar

Gritar

Conversar

Time out para pensar

Quando o seu 2º filho/a não faz o que lhe pede o que costuma fazer?

Castigar

Bater

Ignorar

Gritar

Conversar

Time out para pensar

Quando o seu 3º filho/a não faz o que lhe pede o que costuma fazer?

Castigar

Bater

Ignorar

Gritar

Conversar

Time out para pensar

Como considera o seu estilo parental?

Permissivo (sem imposição de regras/limites; tolerantes e compreensivos)

Democrático (exercício da autoridade através da imposição de regras e limites, com afetividade e compreensão)

Autoritário (imposição da obediência e do respeito pela autoridade)

Negligente (controlo e responsividade em baixos níveis, assim como a afetividade e a compreensão)

Secção 2 – Acesso e Uso da Internet

Com que idade começou a utilizar a *internet*: _____

De onde costuma aceder à *Internet* na maior parte das vezes?

____ Dispositivos fixos (ex. Computador de Secretária)

____ Dispositivos móveis (ex. Telemóvel, Tablet)

Pode usar o Telemóvel no local de trabalho? _____ (sim/não)

Quantas vezes por dia usa o Telemóvel (para sms, falar, facebook, jogos, apps)?

1-10 Vezes; 10-20 vezes; 20-30 vezes; 30 e mais vezes

Escolha o local que costuma aceder mais vezes à *Internet*?

____ Casa

____ Trabalho

____ Sem local específico (exemplo: Telemóvel, Tablet)

Quantas horas por **dia da semana** (aproximadamente) costuma usar a *Internet*, por lazer ou passatempo?

- Até 4h
- Entre 4 e 8 h
- Entre 8 h e 16h
- Mais de 16h

-
Quantas horas por **dia do fim de semana** (aproximadamente) costuma usar a *Internet*, por lazer ou passatempo?

- Até 4h
- Entre 4 e 8 h
- Entre 8 h e 16h
- Mais de 16h

Quantas horas por **semana** (aproximadamente) costuma usar a *Internet*, por lazer ou passatempo?

- Até 36h
- Entre 36h e 72h
- Entre 72h e 110 h
- Mais de 110h

Quantas horas por **semana** (aproximadamente) costuma usar a *Internet*, para socializar com os amigos/colegas?

- Até 36h
- Entre 36h e 72h
- Entre 72h e 110 h
- Mais de 110h

Quantas horas por **semana** (aproximadamente) costuma usar a *Internet*, para trabalho?

- Até 36h
- Entre 36h e 72h
- Entre 72h e 110 h
- Mais de 110h

Indique por **ordem de importância** as **TRÊS** atividades que mais costuma utilizar na *internet*:

Exemplo: se usas a internet mais para socializar no Facebook, jogar e ouvir música, então a opção a) deverá ser respondida com o número "1", a opção d) com o número "2" e a opção g) com o número "3".

- a) Redes sociais online (exemplo: Facebook, Twitter, Pintrest, Google Plus+, Tumblr, Instagram, Flickr, etc...) _____
- b) Serviços de comunicação por e-mail e/ou salas de chat ou outros messengers (exemplo: Whatsapp messenger, Snapchat, etc...) _____
- c) Procura de informação e notícias em geral (exemplo: sites de jornais generalistas, desportivos, Wikipedia, etc...) _____

- d) Videojogos (tanto na *internet* como sem ser na *internet*) (exemplo: jogos no computador, consola, telemóvel, Tablet, etc...) _____
- e) Apostas através de jogos (exemplo: apostas em jogos de futebol, poker online).
- f) Compras (exemplo: Ebay, Amazon, Custojusto, OLX) _____
- g) Multimédia (exemplo: Youtube, séries, canais de televisão, vídeos, filmes, músicas, jogos de futebol) _____
- h) Conteúdos adultos (exemplo: sites com conteúdos para maiores 18 anos) _____
- i) Procura de novas amizades (incluindo possíveis relacionamentos amorosos)
- j) Outra (por favor especifique): _____

Costuma jogar jogos online?

- Sim
- De vez em quando
- Não

Se respondeu 'SIM' ou 'DE VEZ EM QUANDO' na resposta anterior, que tipo de jogos online costuma jogar?

- Estratégia
- Arcada (passar níveis)
- Guerra
- Desportivos
- Apostas
- Outro

Com quem costuma jogar?

- Individualmente
- Amigos
- Família
- Jogadores que conhece online

Costuma jogar jogos online com aposta em dinheiro?

- Sim
- Não

Descreve o modo **como as seguintes frases se aplicam ao seu caso:**

“Estar na *internet* tira-me tempo para o Trabalho”

“Estar na *internet* tira-me tempo para dormir”

“Estar na *internet* tira-me tempo para socializar com meus amigos/colegas”

“Estar na *internet* tira-me tempo para namorar”

“Estar na *internet* tira-me tempo para estar com minha família”

“Estar na *internet* tira-me tempo para fazer exercício físico”

“Estar na *internet* tira-me tempo para outras atividades lúdicas”

“Tenho tendência para estar na *internet* quando tenho problemas emocionais (exemplo: discussões, problemas no trabalho, familiares, saúde)”

“Considero-me dependente daquilo que faço na *internet*”

1) Discordo totalmente, 2) Discordo, 3) Concordo, 4) Concordo totalmente.

Enquanto pai/mãe costuma controlar o uso da *internet* do seus filhos/a?

___sim

___não

Quantas horas por dia da semana permite que o seu filho/a utilize os dispositivos ligados à *internet* (PC, Telemóvel, Tablet)?

- Até 4h
- Entre 4 e 8 h
- Entre 8 h e 16h
- Mais de 16h
-

Quantas horas por dia do fim de semana permite que o seus filhos/a utilize(m) os dispositivos ligados à *internet* (PC, Telemóvel, Tablet)?

- Até 4h
- Entre 4 e 8 h
- Entre 8 h e 16h
- Mais de 16h

O (s) seu (s) filho/a (s) costuma fazer as refeições à mesa em família sem os dispositivos móveis?

Sim

Não

O (s) seu(s) filho/a(s) tem acesso durante a noite aos dispositivos móveis?

Sim

Não

Deixa o (s) seu (s) filho/a(s) levar o telemóvel para a escola?

Sim

Não

SECÇÃO 3: DADOS SOBRE O BEM ESTAR

Nesta secção perguntamos sobre o uso da *Internet* nos tempos de lazer/passatempo.

O uso relacionado com os trabalhos escolares/profissão não devem ser contabilizados. Iremos perguntar sobre a forma como tens sentido ultimamente.

GPIUS2

Avalia em que medida concordas ou discordas com as seguintes afirmações relativamente ao uso da *Internet* não académico ou profissional (isto é: uso da *internet* por lazer/passatempo) tanto no computador como em outro tipo de dispositivo com acesso à *Internet*.

1: Discordo Totalmente; 2: Discordo; 3: Discordo um Pouco; 4: Neutro; 5: Concordo um Pouco; 6: Concordo; 7: Concordo Totalmente.

1. Prefiro a interação social online em relação à comunicação face-à-face.
2. Usei a *Internet* para falar com outras pessoas quando me senti sozinho(a).
3. Quando não estou online por algum tempo, começo a preocupar-me com a ideia de me conectar.
4. Tenho dificuldade em controlar a quantidade de tempo que passo online.

5. Tenho dificuldades em gerir a minha vida por causa da *Internet*.
6. Sinto-me mais confortável com a interação social online do que com a interação face-à-face.
7. Usei a *Internet* para me sentir melhor quando estava em baixo.
8. Sentir-me-ia perdido(a) se não me pudesse conectar à *Internet*.
9. Sinto que é difícil controlar o meu uso da *Internet*.
10. Perdi compromissos ou atividades sociais por causa do meu uso da *Internet*.
11. Prefiro comunicar-me com as pessoas online em vez de face-à-face.
12. Usei a *Internet* para me sentir melhor quando estava chateado(a).
13. Penso obsessivamente em estar online quando não estou na *Internet*.
14. Quando não estou na *Internet*, é difícil resistir ao impulso de me conectar.
15. O meu uso da *Internet* criou problemas na minha vida.

Generalized Problematic *Internet* Use Scale 2 (Caplan, 2002; Tradução Pontes, H., 2014)

AUTO-CONTROLO

Escala Breve de auto- controle

1. Sou bom a resistir à tentação
2. Tenho dificuldades em acabar com maus hábitos
3. Sou preguiçoso
4. Digo coisas inapropriadas
5. Faço coisas que me são prejudiciais, se forem divertidas
6. Recuso coisas que me sejam prejudiciais
7. Gostava de ter mais auto- disciplina
8. As pessoas diriam que tenho uma auto- disciplina de ferro
9. Por vezes, o prazer e o divertimento impossibilitam- me de acabar/ fazer o meu trabalho
10. Tenho dificuldades em concentrar-me
11. Sou capaz de trabalhar eficazmente em direção a objetivos de longo prazo
12. Às vezes não consigo parar de fazer determinada coisa, mesmo que saiba que está errada
13. Muitas vezes comporto-me sem pensar em todas as alternativas

1: Nada a ver comigo; 2: Um pouco a ver comigo; 3: Nem muito, nem pouco a ver comigo; 4: Muito a ver comigo; 5: Tudo a ver comigo

(Tangney, Baumeister & Boone, 2004; Patrão & Machado, 2015).

FAD

Escolha a opção que melhor traduz a sua opinião em relação às seguintes afirmações.

1: Discordo Plenamente; 2: Discordo; 3: Concordo; 4: Concordo Plenamente

1. Planear atividades em família é difícil porque não nos compreendemos uns aos outros.
2. Em tempos de crise podemos contar uns com os outros para ter apoio.
3. Nós não podemos falar uns com os outros sobre a tristeza que sentimos.
4. Os indivíduos são aceites pelo que são.
5. Nós evitamos discutir acerca dos nossos medos e preocupações.
6. Nós podemos expressar sentimentos uns aos outros.
7. Existem muitos sentimentos negativos nesta família,
8. Nós sentimo-nos aceites pelo que somos.
9. Tomar decisões é um problema para a nossa família.
10. Nós somos capazes de tomar decisões sobre como resolver problemas.
11. Nós não nos damos bem
12. Nós confidenciamos uns nos outros.

Secção 4 – Dados Bem-Estar Afetivo e Saúde

As questões seguintes referem-se a alguns aspetos da sua vida afetiva e do seu estado de saúde.

1. Consume antidepressivos? Sim _____ Não _____
2. Tem parceiro(a) sexual regular? Sim _____ Não _____ Incerta _____
3. Se sim, coabitam? Sim _____ Não _____

4. Se sim, qual a duração da sua relação _____ anos e _____ meses

5. Das seguintes opções escolha uma:

- a) Raramente ou nunca bebo álcool antes de ter relações sexuais
- b) Ocasionalmente (mas não a maioria das vezes), bebo uma ou duas (mas não mais) bebidas antes de ter relações sexuais
- c) A maioria das vezes, bebo uma ou duas bebidas (mas não mais) antes de ter relações sexuais
- d) Ocasionalmente (mas não a maioria das vezes), bebo três ou mais bebidas antes de ter relações sexuais
- e) A maioria das vezes, bebo três ou mais bebidas antes de ter relações sexuais
- f) Ocasionalmente (mas não a maioria das vezes), embriago-me um pouco antes de ter relações sexuais
- g) A maioria das vezes embriago-me um pouco antes de ter relações sexuais

6. Até que ponto se sente satisfeita com a sua vida sexual (responda na escala de 1 a 6)?

1 2 3 4 5 6

Nada satisfeito

Extremamente
satisfeito

7. Já teve algum tipo de atividade sexual através da webcam com uma pessoa com quem também teve contacto sexual físico? Sim _____ Não _____

8. Já teve algum tipo de atividade sexual através da webcam com uma pessoa com quem nunca teve contacto físico? Sim _____ Não _____

9. No último mês, viu pornografia na *internet*? Sim _____ Não _____

Obrigado pela Sua participação

ANEXO B - Estatística Descritiva da Amostra

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Idade_Filho1	124	1,00	32,00	11,3024	6,27287
Valid N (listwise)	124				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Idade_Filho2	61	,33	28,00	9,2677	5,71518
Valid N (listwise)	61				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Idade_Filho3	11	,75	21,00	8,4318	6,50009
Valid N (listwise)	11				

Notas_Filho1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aluno com notas negativas	5	4,0	5,5	5,5
	Aluno com notas médias	49	39,5	53,8	59,3
	Aluno com notas elevadas	37	29,8	40,7	100,0
Total		91	73,4	100,0	
Missing	System	33	26,6		
Total		124	100,0		

Notas_Filho2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aluno com notas negativas	6	4,8	13,6	13,6
	Aluno com notas médias	21	16,9	47,7	61,4
	Aluno com notas elevadas	17	13,7	38,6	100,0
	Total	44	35,5	100,0	
Missing	System	80	64,5		
Total		124	100,0		

Notas_Filho3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aluno com notas negativas	1	,8	14,3	14,3
	Aluno com notas médias	4	3,2	57,1	71,4
	Aluno com notas elevadas	2	1,6	28,6	100,0
	Total	7	5,6	100,0	
Missing	System	117	94,4		
Total		124	100,0		

Esp Brincar Filho1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	19	15,3	15,3	15,3
	sim	105	84,7	84,7	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

Esp Brincar Filho2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	10	8,1	16,4	16,4
	sim	51	41,1	83,6	100,0
	Total	61	49,2	100,0	
Missing	System	63	50,8		
Total		124	100,0		

Esp_Brincar_Filho3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	3	2,4	27,3	27,3
	sim	8	6,5	72,7	100,0
	Total	11	8,9	100,0	
Missing System		113	91,1		
Total		124	100,0		

ANEXO C – Fiabilidade das escalas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,952	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PRQC_1	30,74	24,842	,929	,933
PRQC_2	30,26	28,215	,755	,953
PRQC_3	30,65	25,014	,923	,934
PRQC_4	30,41	28,440	,761	,953
PRQC_5	30,94	24,585	,863	,942
PRQC_6	30,45	25,387	,888	,938

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,887	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
GPIUS2_1	23,97	117,999	,372	,892
GPIUS2_2	23,44	112,802	,525	,884
GPIUS2_3	24,23	117,168	,581	,879
GPIUS2_4	24,29	117,509	,665	,876
GPIUS2_5	24,63	122,089	,712	,878
GPIUS2_6	24,35	116,684	,649	,876
GPIUS2_7	23,73	113,790	,571	,880
GPIUS2_8	24,09	116,764	,574	,879
GPIUS2_9	24,28	118,123	,540	,881
GPIUS2_10	24,66	123,088	,741	,878
GPIUS2_11	24,33	116,061	,585	,879
GPIUS2_12	23,65	110,245	,642	,877
GPIUS2_13	24,63	126,138	,537	,883
GPIUS2_14	24,52	122,740	,622	,880
GPIUS2_15	24,64	125,046	,561	,882

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,722	13

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
AC_1	47,11	38,556	,321	,709
AC_2	46,61	37,963	,353	,705
AC_3	46,11	38,946	,388	,702
AC_4	46,12	40,367	,246	,716
AC_5	45,94	38,890	,402	,701
AC_6	46,90	38,495	,205	,730
AC_7	46,76	36,445	,416	,696
AC_8	47,58	36,961	,392	,699
AC_9	45,98	38,690	,385	,702
AC_10	46,10	37,373	,513	,688
AC_11	46,70	39,333	,200	,727
AC_12	46,06	39,338	,328	,708
AC_13	46,39	36,451	,450	,691

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,887	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
FAD_1	36,15	31,979	,547	,880
FAD_2	36,12	31,945	,583	,879
FAD_3	36,10	31,161	,676	,874
FAD_4	36,31	32,770	,486	,883
FAD_5	36,35	31,759	,543	,881
FAD_6	36,36	30,721	,496	,886
FAD_7	36,19	30,299	,675	,873
FAD_8	36,35	30,540	,679	,873
FAD_9	36,24	31,421	,568	,879
FAD_10	36,34	30,974	,577	,879
FAD_11	35,90	31,291	,695	,873
FAD_12	36,35	30,391	,623	,876

ANEXO D – Estatística Descritiva das Variáveis em Estudo

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Autocontrolo	124	32,00	63,00	50,3629	6,62753
FAD	124	2,00	4,00	3,2726	,50273
GPIUS2	124	15,00	75,00	25,9597	11,61258
PRQC	106	10,00	42,00	36,3962	6,55189
Valid N (listwise)	106				

ANEXO E – Correlações

		1	2	3	4
1. Autocontrolo	Pearson Correlation	1			
	Sig. (2-tailed)				
	N	124			
2. FAD	Pearson Correlation	,331**	1		
	Sig. (2-tailed)	,000			
	N	124	124		
3. PRQC	Pearson Correlation	,283**	,449**	1	
	Sig. (2-tailed)	,003	,000		
	N	106	106	106	
4. GPIUS2	Pearson Correlation	-,304**	-,242**	-,187	1
	Sig. (2-tailed)	,001	,007	,056	
	N	124	124	106	124

ANEXO F – Testes de Hipóteses

Hipótese 1

Correlations				
		GPIUS2	FAD	Autocontrolo
GPIUS2	Pearson Correlation	1	-,242**	-,304**
	Sig. (2-tailed)		,007	,001
	N	124	124	124
FAD	Pearson Correlation	-,242**	1	,331**
	Sig. (2-tailed)	,007		,000
	N	124	124	124
Autocontrolo	Pearson Correlation	-,304**	,331**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	
	N	124	124	124

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,242 ^a	,058	,051	11,31405
2	,339 ^b	,115	,100	11,01414

a. Predictors: (Constant), FAD

b. Predictors: (Constant), FAD, Autocontrolo

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	969,861	1	969,861	7,577	,007 ^b
	Residual	15616,938	122	128,008		
	Total	16586,798	123			
2	Regression	1908,128	2	954,064	7,865	,001 ^c
	Residual	14678,670	121	121,311		
	Total	16586,798	123			

a. Dependent Variable: GPIUS2

b. Predictors: (Constant), FAD

c. Predictors: (Constant), FAD, Autocontrolo

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1 (Constant)	44,239	6,718		6,585	,000
FAD	-5,586	2,029	-,242	-2,753	,007
2 (Constant)	60,175	8,695		6,921	,000
FAD	-3,659	2,093	-,158	-1,748	,083
Autocontrolo	-,442	,159	-,252	-2,781	,006

a. Dependent Variable: GPIUS2

Sobel estatística de teste:-2,25871487

probabilidade unilateral:0.01195056

probabilidade bicaudal:0.02390113

Hipótese 2

Tests of Normality							
	Estado_Civil	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Autocontrolo	Casado (união de fato)	,108	96	,008	,976	96	,071
	Divorciado	,168	12	,200*	,934	12	,420
	Solteiro	,222	16	,033	,896	16	,069
FAD	Casado (união de fato)	,097	96	,027	,952	96	,001
	Divorciado	,159	12	,200*	,910	12	,213
	Solteiro	,113	16	,200*	,948	16	,453
GPIUS2	Casado (união de fato)	,182	96	,000	,813	96	,000
	Divorciado	,151	12	,200*	,938	12	,479
	Solteiro	,150	16	,200*	,906	16	,100

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Autocontrolro	Based on Mean	1,912	2	121	,152
	Based on Median	,720	2	121	,489
	Based on Median and with adjusted df	,720	2	86,117	,490
	Based on trimmed mean	1,820	2	121	,166
FAD	Based on Mean	,113	2	121	,893
	Based on Median	,131	2	121	,878
	Based on Median and with adjusted df	,131	2	117,231	,878
	Based on trimmed mean	,126	2	121	,882
GPIUS2	Based on Mean	3,750	2	121	,026
	Based on Median	3,632	2	121	,029
	Based on Median and with adjusted df	3,632	2	118,008	,029
	Based on trimmed mean	3,691	2	121	,028

Hipótese 2a

ANOVA

Autocontrolro

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	330,107	2	165,053	3,937	,022
Within Groups	5072,563	121	41,922		
Total	5402,669	123			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: Autocontrole

LSD

(I) Estado_Civil	(J) Estado_Civil	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% IC	
					Lower Bound	Upper Bound
Casado (união de fato)	Divorciado	4,56250*	1,98247	,023	,6377	8,4873
	Solteiro	3,29167	1,74837	,062	-,1697	6,7530
Divorciado	Casado (união de fato)	-4,56250*	1,98247	,023	-8,4873	-,6377
	Solteiro	-1,27083	2,47257	,608	-6,1659	3,6243
Solteiro	Casado (união de fato)	-3,29167	1,74837	,062	-6,7530	,1697
	Divorciado	1,27083	2,47257	,608	-3,6243	6,1659

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Hipótese 2b

ANOVA

FAD

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4,563	2	2,281	10,407	,000
Within Groups	26,524	121	,219		
Total	31,087	123			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: FAD

LSD

(I) Estado_Civil	(J) Estado_Civil	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% IC	
					Lower Bound	Upper Bound
Casado (união de fato)	Divorciado	,43438*	,14336	,003	,1506	,7182
	Solteiro	,47604*	,12643	,000	,2257	,7263
Divorciado	Casado (união de fato)	-,43438*	,14336	,003	-,7182	-,1506
	Solteiro	,04167	,17880	,816	-,3123	,3956
Solteiro	Casado (união de fato)	-,47604*	,12643	,000	-,7263	-,2257
	Divorciado	-,04167	,17880	,816	-,3956	,3123

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Hipótese 2c

Test of Homogeneity of Variances

GPIUS2_Ln

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2,714	2	121	,070

ANOVA

GPIUS2_Ln

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	,822	2	,411	2,780	,066
Within Groups	17,900	121	,148		
Total	18,722	123			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: GPIUS2_Ln

LSD

(I) Estado_Civil	(J) Estado_Civil	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
Casado (união de fato)	Divorciado	-,04987	,11777	,673	-,2830	,1833
	Solteiro	-,24452*	,10386	,020	-,4501	-,0389
Divorciado	Casado (união de fato)	,04987	,11777	,673	-,1833	,2830
	Solteiro	-,19466	,14688	,188	-,4854	,0961
Solteiro	Casado (união de fato)	,24452*	,10386	,020	,0389	,4501
	Divorciado	,19466	,14688	,188	-,0961	,4854

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.