



INSTITUTO SUPERIOR DE
SERVIÇO SOCIAL DO PORTO

O Efeito do Cyber Abuso no Bem-Estar de jovens em Portugal

Dissertação de Mestrado apresentada ao Instituto Superior de Serviço Social do Porto para obtenção do grau de mestra em **Intervenção Social com crianças e jovens em situação de exclusão social.**

Joana Pereira Marques - 220123015

Professor Doutor Hélder Alves
Professora Doutora Madalena Oliveira

Junho 2025

Dedicatória

A todos aqueles que já tiveram um momento de fraqueza, não vai doer para sempre, por isso dedico as minhas palavras para que nada nem ninguém deixe afetar o que existe de melhor em cada um, pois para quem não entende de liberdade, qualquer bater de asas é ofensivo.

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a todos os jovens que participaram nesta pesquisa. A vossa confiança, histórias, partilhas e palavras foram um elemento fundamental para a concretização deste trabalho e sem vocês não seria possível.

Ao Instituto Superior de Serviço Social do Porto, obrigado por me ter permitido iniciar o meu percurso e por ter sido casa por estes bonitos anos.

Ao Professor Doutor Hélder Alves e Professora Doutora Madalena Oliveira, deixo o meu agradecimento por todo o apoio e colaboração. Obrigado por me terem dado a oportunidade de tornar possível esta investigação, por todos os ensinamentos, bem como por estes meses desafiarem a pensar, escrever, ler e procurar por mais. Agradecida por todo o cuidado e dedicação.

À minha colega Helena Fernandes da Silva, um especial agradecimento pela amizade, apoio e por se ter mantido presente ao longo destes meses. Obrigada por todas as partilhas e vivências.

O meu agradecimento ao meu Pai Armando Marques e à minha mãe Paula Marques, por serem uma fonte de amor, união e apoio, e por cultivarem a minha força a cada etapa da minha vida. Aos meus pilares, sem vocês nada seria possível.

A todas as pessoas, no qual o nome não foi citado, porém estiveram a meu lado nesta etapa tão importante.

A todos, deixo o meu mais sincero e profundo obrigado.

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

– Antoine de Saint-Exupéry

Resumo

O bem-estar global e a saúde mental englobam o estado emocional, psicológico e social do indivíduo, refletindo-se na forma como este lida com o stress, as emoções, os desafios e as adversidades do quotidiano. Esta é uma dimensão complexa, que abrange desde experiências relacionais e traumas precoces até perturbações mentais diagnosticáveis, como a ansiedade e a depressão. A saúde mental está intrinsecamente ligada à qualidade de vida, ao funcionamento diário, à resiliência emocional e à capacidade de enfrentar dificuldades. Importa salientar que a saúde mental não se resume à ausência de perturbações, mas inclui também aspetos positivos, como o bem-estar emocional e psicológico.

Neste contexto, o presente estudo, realizado em Portugal, teve como objetivo analisar o impacto do abuso cibernético no namoro no bem-estar psicológico de jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 25 anos. Para tal, foi recolhida uma amostra por conveniência de 285 jovens (15-25 anos), maioritariamente do sexo feminino (84%), estudantes (85%) e residentes na Região Norte de Portugal (57%), sendo que a maioria estavam envolvidos/as num relacionamento amoroso (65%). A recolha de dados decorreu entre junho e julho de 2024, através da plataforma *Google Forms*, utilizando a versão portuguesa do *Cyber Dating Abuse Questionnaire* (CibAN) e o *Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico* (QGBEP-R).

Os resultados obtidos evidenciam uma associação significativa entre o cyber abuso no namoro e o bem-estar psicológico dos jovens. Verificou-se que níveis mais elevados de vitimização ou perpetração de comportamentos abusivos no meio digital estão correlacionados com um menor bem-estar psicológico.

Estes dados reforçam a importância de promover estratégias de prevenção e intervenção junto dos jovens, focadas na educação relacional e emocional, bem como na literacia digital e psicológica, de forma a mitigar os efeitos negativos do abuso cibernético nas suas vidas.

Palavras-Chave: Abuso Cibernético; Bem-Estar Psicológico; Relações De Intimidade; Abuso No Namoro; Adolescência.

Abstract

Overall well-being and mental health encompass an individual's emotional, psychological, and social state, reflecting how they manage stress, emotions, challenges, and daily adversities. This is a complex dimension that includes relational experiences and early-life traumas as well as diagnosable mental disorders, such as anxiety and depression. Mental health is intrinsically linked to quality of life, daily functioning, emotional resilience, and the ability to cope with difficulties. It is important to emphasize that mental health is not merely the absence of disorders, but also involves positive aspects such as emotional and psychological well-being.

In this context, the present study, conducted in Portugal, aimed to analyse the impact of cyber dating abuse on the psychological well-being of young people aged between 15 and 25 years. A convenience sample of 285 participants (15–25 years old) was collected, mostly female (84%), students (85%), and residents of Northern Portugal (57%). The majority were involved in a romantic relationship (65%). Data collection took place between June and July 2024 via the Google Forms platform, using the Portuguese version of the Cyber Dating Abuse Questionnaire (CibAN) and the General Psychological Well-Being Questionnaire (QGBEP-R).

The results revealed a significant association between cyber dating abuse and young people's psychological well-being. Higher levels of victimization or perpetration of abusive behaviours in digital contexts were correlated with lower psychological well-being.

These findings underscore the importance of promoting prevention and intervention strategies among young people, focusing on relational and emotional education, as well as digital and psychological literacy, in order to mitigate the negative effects of cyber abuse in their lives.

Keywords: Cyber Abuse; Psychological Well-Being; Intimate Relationships; Dating Abuse; Adolescence.

Acrónimos, Siglas e Abreviaturas

ISSSP – Instituto Superior de Serviço Social do Porto;

CDA – Cyber Dating Abuse;

CDAQ – Cyber Dating Abuse Questionnaire;

QGBEP-R – Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico;

PGWB-S - Short Version Psychological General Well-Being Index;

SPSS – Statistical Package for the Social Science;

EU – Regulamento Europeu;

BES – Bem Estar Subjetivo;

BEP – Bem Estar Psicológico;

ESE – Estatuto Socioeconómico;

ONG – Organizações Não Governamentais;

UNICEF – Fundo das Nações Unidas para a Infância;

ONU – Organização das Nações Unidas;

CDC – Convenção Direitos das Crianças;

NSI – Nova Sociologia da Infância;

NUTS – Nomenclatura das Unidades Territoriais para Fins Estatísticos;

% – Percentagem de Casos Válidos;

η^2 – Tamanho do Efeito;

AIQ – Amplitude Interquartil;

CiBAN – Questionário sobre o cyber abuso no namoro;

CiBAN-PC – Perpetração (Controlo);

CiBAN-PD – Perpetração (Agressão Direta);

CiBAN-TP – Perpetração (Total);

CiBAN-TV – Vitimação (Total);

CibAN-VC – Vitimação (Controlo);

CibAN-VD – Vitimação (Agressão Direta);

DP – Desvio Padrão;

g.l. – Graus de Liberdade;

H – Estatística de teste de Kruskal-Wallis;

KW – Teste de Kruskal-Wallis;

M – Média;

Máx. – Valor Máximo;

Mdn – Mediana;

Min. – Valor Mínimo;

MW – Teste de Mann-Whitney;

N – Número de casos válidos;

OM – Ordem Média (mean rank);

OMS – Organização Mundial de Saúde;

P25 – Percentil 25;

P75 – Percentil 75;

r – Tamanho do Efeito;

rs – Correlação de Spearman;

U – Estatística de teste de Mann-Whitney;

Z – Estatística de teste de Mann-Whitney estandardizada;

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica da amostra.....	48
Tabela 2 – Distribuição da amostra segundo as Nuts II.....	49
Tabela 3 – Número de Jovens estudantes.....	49
Tabela 4 – Tipo de ensino dos jovens.....	50
Tabela 5 – Instrumento QGBEP-R.....	50
Tabela 6 – Instrumento CibAN.....	51
Tabela 7 – Comparação da perpetração de acordo com o sexo.....	52
Tabela 8 – Comparação da vitimização de acordo com o sexo.....	53
Tabela 9 – Comparação da perpetração e vitimização de acordo com a idade.....	54
Tabela 10 – Comparação da perpetração e vitimização de acordo com a situação relacional.....	54
Tabela 11 – Comparação da perpetração e vitimização de acordo com o tempo de duração da relação.....	57
Tabela 12 – Associação entre o Cyber abuso no namoro (CibAN) e o Bem-Estar Psicológico (QGBEP-R).....	58

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – Perpetração e vitimização de acordo com a idade em gráfico de barras.....55

Gráfico 2 – Perpetração e vitimização de acordo com a idade em gráfico de áreas.....55

Índice

Índice.....	10
Introdução.....	12
1. Enquadramento Teórico.....	15
1.1. Fenómeno da violência.....	15
1.1.1. Violência e as suas tipologias.....	15
1.2. Modelo ecológico da violência.....	17
1.3. A violência nas relações íntimas juvenis.....	19
1.4. Abuso cibernético no namoro e as suas tipologias.....	21
1.4.1. Fatores de Proteção e os Fatores de Risco.....	23
1.5. Bem-Estar Psicológico.....	25
1.5.1. Bem-Estar psicológico e a Adolescência.....	27
1.6. Bem-Estar psicológico nos Adolescentes e as suas variáveis.....	29
1.6.1. Variáveis demográficas.....	30
1.6.2. Variáveis contextuais e psicossociais.....	31
1.6.3. Situações de stress.....	32
1.6.4. Variáveis individuais.....	33
1.7. Bem-Estar psicológico nos jovens: considerações e contributos.....	35
1.8. Visão da infância e a importância de dar voz às crianças e jovens.....	37
1.9. Síntese Conclusiva.....	38
2. Estudo Empírico.....	41
2.1. Objetivo geral e objetivos específicos.....	41
2.2. Metodologia.....	41
2.3. Caracterização da amostra.....	42
2.4. Técnicas de recolha de dados.....	42
2.4.1. Questionário Sociodemográfico.....	43
2.4.2. Questionário sobre Ciberabuso no Namoro.....	43
2.4.3. Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico.....	44

2.5. Pressupostos Éticos – Confiabilidade e Credibilidade	44
2.6. Hipóteses	45
3. Análise Estatística dos Dados.....	48
3.1. Caracterização sociodemográfica dos participantes	41
3.2. Validação dos Instrumentos de avaliação	41
3.3. Resultados da Análise Inferencial: Diferenças e Associações entre variáveis	51
3.3.1. Avaliação da Relação entre Perpetração e o sexo.....	52
3.3.2. Avaliação da Relação entre a Vitimização e o sexo.....	52
3.4. Avaliação da Relação entre o Abuso Cibernético no namoro e os Escalões Etários	53
4. Discussão dos Resultados.....	62
5. Considerações Finais	66
Referências bibliográficas	69
Anexos.....	78

Introdução

As novas tecnologias de informação e comunicação não apenas oferecem inúmeras formas de interagir, aprender e se divertir, mas também podem servir como um meio pelo qual as pessoas experienciam violência. Atualmente, a Internet é uma parte constante da vida de muitos jovens. Este fenómeno apresenta um impacto significativo na forma como comunicamos, nos relacionamos e procuramos informações. Por outro lado, existem os efeitos prejudiciais resultantes de seu uso inadequado. A presente dissertação de Mestrado visa abordar a temática do efeito que o Cyber abuso têm no bem-estar nos jovens, e divide-se em essencialmente em três partes que se desenrolam nos seguintes parágrafos.

O estudo foi efetuado no segundo ano curricular no Mestrado de Intervenção Social com Crianças e Jovens em Situação de Exclusão Social, no Instituto Superior de Serviço Social do Porto.

Relativamente ao objetivo geral, compreende-se no efeito que o cyber abuso apresenta no bem-estar psicológico dos jovens, mais especificamente: a) averiguar a existência de violência e de abuso cibernético no namoro nos jovens; b) estudar o bem estar psicológico nos jovens; c) investigar a relação existente entre o abuso cibernético perpetrado e/ou sofrido no namoro de acordo com as características sociodemográficas; d) analisar a relação existente entre o bem-estar psicológico e o abuso cibernético no namoro em jovens.

O presente estudo encontra-se dividido em capítulos, o primeiro é designado de Enquadramento Teórico, apresentando algumas definições do fenómeno da violência, as suas tipologias, e uma alusão ao Modelo Ecológico. De seguida, apresentamos conceitos relacionados com a violência nas relações íntimas juvenis e o abuso cibernético juntamente com as suas tipologias, fatores de proteção e os fatores de risco, o bem-estar psicológico, a adolescência e as suas variáveis.

No segundo capítulo intitulado de Estudo Empírico, descrevemos o fenómeno principal sobre o qual recai a conceção da dissertação, onde estará presente o objetivo geral bem como os objetivos específicos do presente estudo, o desenho do estudo, as considerações éticas, os participantes, o contexto da investigação, e os procedimentos adotados.

O terceiro capítulo indica a estratégia metodológica que foi adotada para responder aos desafios colocados para a presente investigação como a análises e os resultados que o estudo

pode adquirir ao longo do seu desenvolvimento, deixando para o quarto capítulo a Discussão sobre a temática e, por fim, no quinto capítulo são apresentadas respectivas conclusões do presente estudo.

Capítulo I

Enquadramento Teórico

1. Enquadramento Teórico

Esta investigação foca-se numa temática que está presente na sociedade que atinge diariamente vários adolescentes nas suas relações de intimidade. É realizado um trabalho de pesquisa que avalia os impactos do cyber abuso para aqueles que vivem uma realidade tão hostil que afeta o seu bem-estar.

1.1. Fenómeno da violência

Na perspetiva do autor Paulo da Silva (2018), com base em pesquisas da Organização Mundial da Saúde (OMS), a violência “é definida como o uso de força física ou poder, em ameaça ou na prática, contra si próprio, outra pessoa ou contra um grupo ou comunidade que resulte ou possa resultar em sofrimento, morte, dano psicológico”. Por conseguinte, o significado mencionado anteriormente pode relacionar a intencionalidade com a realização de ações (Silva, 2018, p. 22).

É crucial destacar, a inclusão da injúria psicológica na definição da Organização Mundial de Saúde como sendo de elevada importância, porque muitas formas de violência podem resultar em problemas físicos, psicológicos e sociais que não significam necessariamente ferimentos, incapacidade ou morte (Silva, 2018).

A violência não se limita a uma área, ela afeta várias formas e dimensões das pessoas que a vivenciam. Assim, a preparação de ações preventivas relacionadas às vítimas é facilitada pela compreensão das diferentes tipologias da violência. A violência é um fenómeno considerado multifacetado, que envolve uma variedade de fatores, como pessoais, afetivos, contextuais, sociais e culturais. Neste sentido, é necessário realizar um exame cuidadoso dos abusos praticados (Hohendorff, Habigzang & Koller, 2017).

1.1.1. Violência e as suas tipologias

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2017), a violência é um problema de saúde pública e pode ser definida como qualquer ação intencional destinada a causar danos físicos, sociais ou psicológicos, podendo levar à morte. A agressão não é uma consequência inevitável de um conflito, em vez disso, os maus-tratos são uma estratégia para resolver problemas que é utilizada pelos indivíduos envolvidos no conflito. Desta forma, torna-se fundamental levar em consideração essa distinção ao estudar os conceitos de violência (Coelho, et al., 2014).

Portanto, existem diversos tipos de violência, cada um com diversas características e impactos. Destaca-se que os tipos de violência surgem como um conjunto crescente de incidentes, e não eventos únicos. Primeiro, aborda a violência de gênero, que é qualquer ação baseada no gênero que pode causar sofrimento físico, sexual, psicológico ou morte. A violência de gênero é uma manifestação das relações de poder historicamente desiguais entre Homens e Mulheres, em que a subordinação não significa que o poder seja absolutamente inexistente (Lorente-Acosta, 2020).

A violência intrafamiliar designa-se como toda a ação ou omissão que prejudica o bem-estar, a integridade física, psicológica ou a liberdade total de crescimento de outros membros da família. Pode surgir dentro ou fora de casa por algum membro da família e com relacionamento de poder entre eles. O termo de violência intrafamiliar refere-se não apenas aos locais físicos onde a violência ocorre, mas também às interações que a sustentam e produzem (Lopes, 2021).

A violência doméstica difere da violência intrafamiliar por causa de vários fatores, entre eles membros do grupo que vivem no lar, isto é, acontece dentro de uma casa ou unidade doméstica e, na maioria das vezes feito por uma pessoa da família que mora com a vítima. Esta violência pode ser utilizada através do abuso doméstico físico, sexual, psicológico, que pode levar a negligência e abandono (Quaresma, 2012).

A violência física ocorre quando um indivíduo, com base em uma relação de poder, causa ou tenta causar dano não acidental com recurso a força física ou algum tipo de arma que pode, ou não, causar lesões internas ou externas e é caracterizada pelo uso “da força para produzir injúrias, feridas, dor ou incapacidade em outrem”. Esta violência pode se manifestar de diversas formas entre elas estalos, empurrões, socos, mordidas, pontapés, queimaduras, cortes, amarrar, arrastar, abandonar em lugares desconhecidos, danos à integridade corporal decorrente de negligência (Coelho & Silva, 2014, p. 19).

A violência psicológica envolve agressões de teor verbal ou gestual que visa aterrorizar, humilhar, manipular a vítima e é tão ou mais prejudicial do que a violência física, porém é mais difícil de descobrir pois pode permanecer silenciosa e oculta. É toda ação ou omissão que prejudica ou pretende prejudicar a autoestima, a identidade ou crescimento individual. É categorizada por insultos constantes, humilhação, desvalorização, chantagem, isolamento de

amigos e familiares, manipulação afetiva, exploração, negligência, ameaças, privação arbitrária da liberdade, omissão de carinho, negação de atenção e supervisão (Coelho & Silva, 2014).

A violência sexual pode ser definida como uma variedade de ações ou tentativas de relacionamento sexual sob coação ou fisicamente forçada, no casamento ou em outras circunstâncias relacionais, onde o principal objetivo é “estimular a vítima ou utilizá-la para obter excitação sexual e práticas eróticas, pornográficas e sexuais impostas por meios de aliciamento, violência física ou ameaças”, realizar toques ou carícias não desejados nos órgãos sexuais e outros locais do corpo, fazer comentários com conteúdo sexual e cometer violação ou tentativa de violação, incluindo penetração na boca, vagina, ânus ou outras partes do corpo além de objetos (Coelho & Silva, 2014, p. 20).

A violência econômica ou financeira são todas as ações ou omissões do agressor(a) que causam danos a saúde emocional e vida da família, incluindo o roubo, destruição de bens pessoais como roupas, documentos, recusa de pagar a pensão alimentícia (Lopes, 2020).

Neste sentido, a violência virtual ou digital é um tipo de violência que ocorre quando danos físicos ou psicológicos são causados por meio da utilização de tecnologia de informação e comunicação para ameaçar a dignidade, a liberdade e os aspectos privados da vida de uma pessoa (Sá, 2017).

1.2. Modelo ecológico da violência

A abordagem ecológica do desenvolvimento humano é um modelo teórico-metodológico que prioriza o estudo do desenvolvimento em contexto. Neste modelo, o foco está no que uma pessoa percebe, quer, teme, pensa ou adquire como conhecimento, bem como a natureza desse material psicológico muda de acordo com a sua exposição e interação com o seu ambiente. Desta forma, este modelo de pesquisa permite avaliar as variações no processo de desenvolvimento e os seus resultados, onde as características do ambiente e da pessoa são consideradas (Antoni, 2000).

O modelo ecológico da violência, desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (2002), permite compreender os vários fatores que podem influenciar um comportamento violento, pois a violência é um fenômeno complexo que resulta de uma variedade de características individuais, ambientais, relacionais, comunitárias, culturais e sociais. Além disso, mostra como os quatro níveis interagem um com o outro e como a interação dos mesmos

pode criar um(a) agressor(a) ou uma vítima. Além disso, um e outro pode mudar de papel ao longo da vida (Dahlberg & Krug, 2006).

O primeiro nível identifica características que estão relacionadas à probabilidade de que alguém seja agressor(a) ou vítima. Aqui, examina-se a biologia das pessoas e os seus antecedentes, a sua idade, género, entre outros. Pode-se adicionar impulsividade, desordens de personalidade, baixo nível de escolaridade, abuso de substância químicas e se a pessoas já teve abuso ou agressão anterior. No segundo estágio, examina-se as relações sociais mais próximas entre as pessoas. Quando se fala de relacionamentos, aborda-se parceiros próximos, companheiros, amigos e familiares, onde se percebe como as relações de intimidade podem aumentar a probabilidade de violência (Dahlberg & Krug, 2006).

O terceiro nível inclui as circunstâncias sociais que moldam as relações sociais. Aborda-se locais como o local de trabalho, as escolas, os bairros e os locais de convívio informal para entender quais as características que podem levar alguém a ser tornar uma vítima ou um agressor(a). O quarto e último estágio é o social, nele examinasse os elementos sociais mais amplos que contribuem para um ambiente propício à violência. Em diversas sociedades, a cultura da violência frequente é aceite como uma forma de legitimar ações que deveriam ser condenadas (Dahlberg & Krug, 2006).

Cada transição que ocorre durante o ciclo vital gera mudanças no desenvolvimento, mas uma transição pode causar stress durante a adaptação. Uma reorganização qualitativa interna da pessoa e do seu comportamento resulta do entendimento da transição como um processo. A mudança qualitativa no indivíduo na sua visão interna é necessária para que a mudança na sua vida seja transaccional, ou seja, é o processo pelo qual uma pessoa desenvolve uma compreensão sobre si próprio, a sua realidade e comportamento. Alcança se a partir da reorganização dos seus níveis individuais e familiares, do desenvolvimento das suas habilidades pessoais e da distribuição de papéis com as suas relações significativas (Antoni, 2000).

Os quatro níveis deste modelo são claramente influenciados e correlacionados. O desenvolvimento de uma relação íntima onde ocorrem atos de violência é menos provável para uma pessoa que não apresente comportamentos nem fatores biológicos de risco relacionados à violência em nível individual. Os fatores de risco quando inseridos em um dos níveis podem aumentar a probabilidade do risco e nível seguinte, ou seja, quando não existe fatores de risco

em um determinado nível, a probabilidade de escalar para ou nível é reduzida ou quase nula (Dahlberg & Krug, 2006).

O Modelo Ecológico da violência mostra que tudo começa e pode terminar em cada pessoa e que a violência em toda a sociedade pode ser reduzida quando se diminuir os fatores de risco (Antoni, 2000).

1.3. A violência nas relações íntimas juvenis

A relação entre pais e filhos é crucial durante a infância e a adolescência devido à tendência natural dos humanos a estabelecer vínculos afetivos com os seus cuidadores. Como resultado, as relações afetivas que os jovens criarão com os seus pares serão influenciadas pelo apoio dos cuidadores. A adolescência, como fase de desenvolvimento humano, representa uma fase fundamental no estabelecimento e desenvolvimento de relacionamentos, desta forma, a adolescência é o período de transição para a fase adulta e inclui mudanças físicas, psicológicas, cognitivas e sociais (Martínez-Álvarez, Fuertes-Martín, Orgaz-Bar, Vicario-Molina & González-Ortega, 2014).

Além disso, é durante a adolescência que as pessoas iniciam as suas relações amorosas, o que possibilita a realização pessoal bem como incentiva a aquisição de capacidades para promover o companheirismo, construir intimidade e autonomia. Diversos autores caracterizam essa fase da vida como um momento de experiência de relacionamento onde as identidades sexuais e de género surgem, ou seja, é um período propício ao desenvolvimento de ideias e perspetivas sobre os relacionamentos e abuso de poder, que serão fundamentais no desenvolvimento dos seus modelos de comportamentos (García-Sánchez et al., 2017).

Atendendo a estes aspetos, o expectável é que seja nesta fase da vida que se inicie a exibição dos primeiros sinais de violência na intimidade. As relações iniciais de intimidade que surge na adolescência permite situações relacionais imprevisíveis que podem resultar em comportamentos violentos e em estratégias de imposição (Faia et al., 2016).

Na era da informação, os laços amorosos tendem a evoluir e a desenvolver-se devido à popularização de aplicações como o Facebook, Instagram, Whatsapp, bem como aplicações e sites de relacionamentos como o Tinder, que oferecem aos usuários a oportunidade de conhecer pessoas com características e interesses desejados (Naeemi et al., 2014).

Relativamente ao uso da tecnologia em relações amorosas, certos casais escolhem uma abordagem mais radical e integrada, ao estabelecer uma relação aberta e confiável por meio de criação de perfis conjuntos e da troca de palavras-passe, mas esta tendência é controversa por casais diferentes que valorizam a privacidade das pessoas. Devido à necessidade de partilhar informações com as redes sociais, quando se inicia um relacionamento, é comum atualizar o estado civil nas plataformas sociais e existem diversos motivos para acontecer, como o aumento de autoconfiança e aprovação do parceiro/a e o controlo que surge por vezes acaba por ser aceite aos olhos da sociedade (Franco & Costa, 2019).

O Homem como ser humano não consegue viver sozinho, as pessoas precisam de se integrar em vários grupos sociais para conhecer e aceder a todas as normas sociais impostas a elas desde o nascimento. O Homem é confrontado com regras de conduta que devem ser seguidas com rigor, mesmo que não tenham sido estabelecidas por ele. Isso leva o indivíduo a estabelecer vínculos com os outros membros da comunidade (Pavão, Kernlamp & Barboza, 2015).

A família é a primeira experiência significativa que leva um indivíduo a desenvolver os seus valores, bem como será com os seus relacionamentos. Realça-se que o desenvolvimento das relações afetivas com os seus pares é o resultado de eventos adicionais que ocorrem durante a adolescência (Pavão, Kernlamp & Barboza, 2015).

Na adolescência, que geralmente ocorre entre os dez e os dezanove anos de idade, ocorre uma nova etapa na vida de uma pessoa que inclui uma série de mudanças de caris fisiológica, mental e relacional. A adolescência é um período de grandes transformações que impacta toda a construção social de uma pessoa (Freitas, et al., 2021).

Em relações de intimidade, a violência visa dominar, controlar e oprimir o parceiro. Assim, destaca-se que um relacionamento pode se tornar abusivo quando há violência naturalizada e cotidiana. Isso pode ser devido como medo e excesso de controlo, onde observa todas as ações e comunicações para oprimir e isolar (Honorato, et al., 2022).

Os abusos sentidos em relações afetivas podem ser silenciosos, o que facilita o controlo e a fantasia da vida do parceiro. Nesses casos, a vítima sente se afetada na sua capacidade de reação, decisão e autoestima (Cerqueira de Souza, Ribeiro da Silva & Sant'ana Honorato, 2022).

1.4. Abuso cibernético no namoro e as suas tipologias

O termo de abuso cibernético refere-se ao fenómeno do “Cyber Dating Abuse” (CDA) nas relações amorosas e está relacionado ao abuso praticado nas relações atuais ou anteriores, de natureza afetiva, amorosa ou sexual. Trata-se de um construto multidimensional que se refere a comportamento de abuso, ameaça ou assédio realizados em ambientes virtuais por meio da tecnologia, a partir de redes sociais, e-mail e até mensagens de texto (Brown & Hegarty, 2018).

A violência física, psicológica, verbal e sexual está presente em relações amorosas na adolescência, de acordo com estudos sobre relacionamentos amorosos, o que evita relações desajustadas após o casamento. A violência pessoal pode desencadear sentimentos de autoestima desvalorizada e impotência, que altera a percepção dos jovens sobre seus direitos e possibilidade de exercício de poder, assim estas consequências foram documentadas em vários estudos nacionais e internacionais (Santos, et al., 2019).

As crenças conservadoras sobre os papéis da mulher e do homem estão associadas à tendência dos homens a usar a violência e culpar as mulheres pelo seu comportamento, bem como à tendência das mulheres de justificar ou desculpar o comportamento dos parceiros. Os homens, por sua vez, acreditam que a violência, como ameaças, humilhação e empurrões, é aceitável na resolução de conflitos interpessoais (Ventura et al., 2013).

Estes comportamentos tanto podem ser de cariz psicológico, quanto sexuais, sendo que o comportamento mais comum em casos assim seja de violência psicológica, onde existe o microcontrolo do comportamento diário do parceiro/a, forçar o isolamento do outro, verificar as redes sociais, as palavras-passe e os históricos de pesquisas onde pode surgir ameaças e humilhações, espalhar rumores, envio ou postagem de mensagens com caráter ofensivo (Henry & Powell, 2018).

Quando os comportamentos de cyber abuso introduzem caráter sexual, é a altura em que é exercida uma pressão para com o parceiro/a de forma a partilhar e receber material sexualmente explícito a partir de meios eletrónicos. A problemática deste comportamento aumenta com o reencaminhamento do conteúdo que é partilhado onde pode se tornar público e se espalhar rapidamente, colocando as vítimas exposta por diversos anos (Matos & Social, 2018).

A comunicação virtual que se assiste na atualidade devido à mudança tecnológica, criou um espaço por de trás de uma tela que permite a interação com qualquer pessoa a quilómetros de distância. Este método de comunicar dispõe de diversas vantagens próprias em relação a diferentes formas de interação mais tradicional, contudo, a conversa realizada neste tipo de contexto pode dar uso a más interpretações assim como, as informações que são transmitidas podem ser distorcidas total ou parcialmente da realidade (Sá, 2017).

Nos relacionamentos amorosos o uso da tecnologia, conduz diversos parceiros íntimos a terem abordagens mais radicais onde a criação de perfis partilhados são comuns assim como, as respetivas palavras-chave das redes, onde o objetivo é “promover uma relação aberta e de confiança, no entanto, esta atitude não é bem aceite por outros casais que prezam a sua privacidade individual”. Desta forma, o controlo que está presente nas relações amorosas dos indivíduos tende a evoluir para o controlo online (Araújo, 2022, p.8).

O abuso direcionado para as redes sociais, também conhecido como abuso cibernético ou cyber abuso, é um fenómeno que afeta jovens e adolescentes e se baseia na exposição de maltrato por meio de um desajusto dos meios sociais (Saial, 2020).

O mundo virtual permite um conjunto de transformações nos vínculos pessoais e sociais do jovem, onde é um meio que favorece o surgimento de novas amizades, informações, notícias bem como partilhar expressões, sentimentos e vivências. Realça-se as características positivas que a tecnologia proporcionou na sua evolução, porém apresenta também um lado obscuro e sombrio (Freitas, et al., 2021).

Nomeadamente ao cyber abuso nas relações amorosas, diz respeito às exorbitâncias nos relacionamentos e concerne para os mais variados comportamentos de abuso, humilhação, assédio e ameaça, que se realiza a partir dos ambientes virtuais, atualmente disponibilizadas às mãos de todos. Este conjunto de comportamentos, quando direcionados para o psicológico das vítimas, pretende a “microrregulação dos comportamentos quotidianos dos parceiros/as, verificando se o isolamento forçado, vigilância das redes sociais, das palavras-chave e dos históricos de pesquisa, intimidação e humilhação, propagação de rumores, envio de mensagens e publicações de caráter ofensivo” (Araújo, 2022, p.9).

A grande questão que vagueia é nada mais nada menos como fica o bem-estar psicológico dos indivíduos nestes momentos mais negros onde os direitos e a privacidade é violada? Como lidar com um momento delicado perante redes sociais vigiadas a toda a hora,

onde nada é de ninguém.? Como é ver, alguém que possuímos sentimentos expor palavras e atos tao negativos sob a nossa pessoa perante milhares de outras?

Certos conceitos, como amizade, comunidade e identidade, precisam ser repensados devido às formas mais recentes de interação social que prescindem do digital. Como resultado, o meio digital muda a vida cotidiana das pessoas, onde oferece uma nova maneira de aprender a usar a informação, mas também pode abalar as relações humanas que já existem (Sá, 2017).

1.4.1. Fatores de Proteção e os Fatores de Risco

A presença de um ou mais fatores de risco aumenta exponencialmente a probabilidade de os jovens serem vítimas ou agressoras de abuso cibernético. Estudos categorizam os fatores de risco em sete categorias principais: caraterísticas sociodemográficas, experiências anteriores ou exposição à violência, atitudes em relação à violência, efeitos dos pares, fatores interpessoais ou de personalidade, outros problemas de comportamento e fatores relacionados às relações. Existem diversos fatores de risco associados à vitimização e ao abuso cibernético em relacionamentos íntimos (Thiengo, Cavalcante & Louisi, 2015).

Procedimentos como stalking, sexting e a exposição sexual que se abordou até então, tem sido mencionado como possíveis fatores de risco devido à alta probabilidade de culminar em perseguição e agressão física, incluindo abuso sexual são ações que envolvem o uso da força física, de ameaças, insultos, chantagem emocional, coação, controlo de relações sociais e até mesmo o isolamento (Zweig et al., 2013).

Quando se pretende evitar a (re)ocorrência de determinado comportamento, que aumenta ou diminui a probabilidade de ocorrê-lo, os fatores de risco e de proteção são considerados cruciais. De acordo com a pesquisa, o envolvimento dos pais, a alta coesão familiar e a boa relação parental, caracterizada por uma conexão segura, proximidade entre pais e filhos e boa comunicação são fatores que protegem contra a vitimização e a perpetração de cyber abuso (Muñiz Rivas & Monreal Gimeno, 2017).

Em contrapartida, fatores de risco para a perpetração de cyber abuso incluem exposição a um ambiente familiar agressivo, caraterizado por violência interparental, mitos ou crenças de ciúme comportamental ou romântico, crenças sexistas, estereótipos de género, narcisismo, consumo de substâncias e uso de álcool, e vitimização por bullying e/ou cyberbullying (Lu et al., 2018).

No que diz respeito à vitimização, estão relacionados a vulnerabilidade, relações entre pares de risco, caracterizadas por relacionamentos inseguros, comportamentos sexuais de risco, como iniciar atividade sexual precoce, menor uso de anticoncepcionais, maior coerção a reprodução, vida sexual ativa, tempo gasto em redes sociais e uso problemático da internet, sintomatologia depressiva e ansiosa, sofrimento emocional e psicológico, raiva e hostilidade (Peskin, et al., 2017).

Assim, menciona-se a autoestima não apenas como resultado da vítima de cyber abuso, mas também como fator de risco, porque um agressor pode identificar facilmente uma pessoa com baixa autoestima como um alvo fácil devido à sua vulnerabilidade e o quão delicada fica perante situações sensíveis (Peskin, et al., 2017).

Quando se pretende evitar a (re)ocorrência de determinados comportamentos, ou contribuir para o aumento ou diminuição da probabilidade de ocorrência deste, os fatores de risco e de proteção são elementos cruciais (Araújo, 2022).

Os fatores de proteção podem ocorrer em diversos níveis e neles está integrado o próprio indivíduo, a sua retaguarda familiar, a comunidade e a sociedade que o rodeia. Neste sentido, “os fatores de proteção são variáveis biopsicossociais”, ou seja, podem ser físicas, psicológicas e sociais que favorecem e acolhem o desenvolvimento tanto individual como social da criança e do jovem, o que pode contribuir para eliminar ou pouco impactar os fatores de risco. Assim, segundo a autora Lúcia Durão (2020), quanto mais forem reunidas as condições de um desenvolvimento saudável, maior será as oportunidades de aprendizagem dos jovens (Durão, 2020, p.24).

Neste sentido, quanto maior for a exposição ao risco e/ou perigo de uma criança, quando a negligência assume o controlo das satisfações das necessidades em diversos fatores, entre eles a segurança, os cuidados básicos de higiene e alimentação, estimulação, apoio e afeto, bem como maus-tratos físicos que possam presenciar ou vivenciar, abusos de caris sexual, abuso emocional entre outros contribui para o aumento dos seus fatores de risco (Durão, 2020).

Assim, a exposição num contexto familiar agressivo, caracterizado por violência interparental e todos os fatores reunidos anteriormente estão relacionados aos fatores de risco para a perpetração do cyber abuso (Araújo, 2022).

1.5. Bem-Estar Psicológico

A OMS reconheceu a Saúde Mental desde o início e a sua definição ganhou mais atenção devido a significativos avanços no conhecimento científico. Estes avanços permitiram uma melhor compreensão das conexões entre saúde mental e psicológico e a saúde física e mental. Portanto, é cada vez mais evidente que a saúde mental é fundamental para o bem-estar geral das pessoas, das sociedades e dos países (Dahlberg, et al., 2006).

No que diz respeito à sua conceptualização, o bem-estar não é necessariamente o mesmo que a felicidade, pois a ansiedade, a tristeza e a raiva são emoções esperadas e adaptativas que ocorrem ao longo da vida. Estes autores acreditam que o bem-estar não é estático, ou seja, surge da forma como as pessoas interagem uns com os outros e com o mundo em todas as fases e momentos na vida. Assim, o bem-estar pode ser visto como um conceito que tem duas dimensões, uma dimensão objetiva e uma dimensão subjetiva. A dimensão subjetiva inclui a comparação das circunstâncias de vida de cada pessoa com as normas e valores sociais, neste sentido, o bem-estar está relacionado com fatores objetivos e subjetivos, como o caso da felicidade, percepção de qualidade de vida e satisfação com a vida (Statham & Chase, 2010).

As pesquisas sobre o bem-estar, especialmente nas últimas décadas, têm aumentado o interesse da psicologia, pois a questão da definição do bem-estar é tão complexa na psicologia como em tantos outros campos (Dodge, et al., 2012).

Além disso, surgiram perspectivas distintas baseadas em tradições filosóficas e reflexivas sobre a natureza humana, que foram sistematizadas na literatura sobre o bem-estar. A tradição Hedônica enfatiza construtos como felicidade, afetos, emoções e satisfação com a vida, associados ao bem-estar subjetivo (BES) ou emocional. A tradição Eudaimônica, por outro lado, enfatiza o desenvolvimento humano e o funcionamento psicológico positivo a nível social e individual (Ryan & Deci, 2001).

A teoria do bem-estar subjetivo ou emocional, baseada na tradição hedonística, relaciona o bem-estar com coisas como satisfação com a vida ou felicidade, afeto positivo e baixos níveis de afeto negativo. Assim, o BES representa as avaliações cognitivas e emocionais de uma pessoa sobre a vida, com base nas crenças e sentimentos da pessoa sobre estar a viver uma vida recompensadora e positiva (Diener, 2000).

Por outro lado, o Bem-Estar Psicológico (BEP), que está relacionado a conceitos como o propósito de vida, o crescimento e a autorrealização das pessoas, surge da tradição eudaimônica. O BEP refere-se ao bom funcionamento geral, psicológico e físico, bem como à capacidade e virtude das pessoas de fazer uma contribuição para a sociedade. Ele está relacionado com componentes específicos, sendo eles, autoaceitação, autonomia, crescimento pessoal, propósito de vida e boas relações (Ryff, et al., 2003).

A pesquisa não segue uma definição única de bem-estar com base na literatura, contudo, existem várias perspectivas sobre a definição, concetualização e avaliação do bem-estar. Essas perspectivas são refletivas em uma quantidade considerável de literatura que ainda não foi concluída. A maioria dos investigadores começou a considerar o bem-estar como uma estrutura multidimensional, difícil de definir devido ao desenvolvimento do conhecimento científico. No entanto, apesar do fato de que existem muitas maneiras diferentes de defini-lo e conceituá-lo, é igualmente importante continuar a buscar uma definição teórica e conceptual mais específica do que é o bem-estar em todas as idades (Dodge et al., 2012).

O bem-estar de grupos específicos, como crianças e jovens, é claramente um objetivo estratégico no mundo moderno, onde o ocidente assumiu uma grande responsabilidade nas últimas dezenas de anos. Assim, o bem-estar é medido usando indicadores em vários aspetos pertinentes, como o físico, psicológico e social (Nico & Alves, 2017).

Portanto, as preocupações com os jovens não se limitam ao bem-estar físico, mas também ao bem-estar psicológico e ao tipo de informação que consomem diariamente. Problemas que antes eram desconhecidos agora são o foco da atenção, principalmente aqueles relacionados a transtornos mentais (Freitas, et al., 2021).

As relações com os pares, a proximidade com a família, o consumo de substâncias, doenças mentais, falta de competências sociais e pessoais são alguns dos vários fatores que interferem no bem-estar e na saúde mental dos adolescentes. Assim, é necessário projetar e implementar intervenções para a população adolescente com o objetivo de criar forças e recursos evolutivos que favoreçam o desenvolvimento positivo, bem como prevenir os fatores de risco e enfatizar as habilidades que os jovens possuem para gerir esses fatores de maneira a não perturbarem o seu desenvolvimento (Gaspar, et al., 2019).

O desenvolvimento de competências ajuda os adolescentes a se afastarem de situações de risco e a lidar com conflitos de maneira saudável e eficaz. O sentimento de existir

diariamente sob a pressão de viver um relacionamento com tantas consequências negativas pode prejudicar a saúde mental e o bem-estar generalizado de um indivíduo (Kim, et al., 2016).

1.5.1. Bem-Estar psicológico e a Adolescência

A adolescência é um período complexo, repleto de perigos e muito potencial de crescimento, e é considerado um dos períodos mais complexos da vida. É caracterizado como uma fase de desenvolvimento que envolve mudanças substanciais, radicais, rápidas e acentuadas em termos de fisiologia, cognição, emocional e social (Newman, 2018).

O impacto psicológico e comportamental destas alterações é afetado pelas expectativas e percepções da sociedade e da cultura. Essas mesmas alterações são normalmente experimentadas e vêm alterar a maneira como o jovem pensa em si próprio e se relaciona com a família, amigos e comunidade. Portanto, implica experimentar e adaptar o desenvolvimento da autonomia e independência, mudanças físicas e psicológicas, o surgimento de novos interesses e sentimentos, o aumento da importância de novos modelos de comportamento, atitudes e regras, o desenvolvimento de novas capacidades de pensamento que permitem maior abstração e novas experiências dos outros em relação à aparência cada vez mais adulta do adolescente (Newman, 2018).

Deste modo, é uma etapa de grande autodescoberta na qual determinadas tarefas desenvolvimentais devem ser concretizadas, tarefas estas que são moldadas pelas expectativas impostas pelo contexto e sociedade em que o indivíduo vive. A maturação física e sexual, a aquisição de habilidades relevantes para as funções e papéis a serem desempenhados na idade adulta, o aumento progressivo da independência de cuidadores, mudanças nas relações sociais com pessoas do mesmo sexo e do sexo oposto, e a resolução de problemas relacionados com identidade e valores parecem ser tarefas comuns, apesar dos efeitos do contexto e da sociedade (Alcantara, et al., 2017).

A adolescência não é apenas vista como um período de grande potencial, mas também é vista como um período de riscos. Na literatura, esta fase da vida é vista como um período em que as pessoas têm a chance de se desenvolver de forma equilibrada, adaptada e com objetivo de promover e assegurar o seu bem-estar. Assim, a satisfação de certas necessidades para esta faixa etária é extremamente importante para um desenvolvimento saudável. A necessidade de desenvolver habilidades individuais para lidar com os desafios do dia-a-dia de forma adaptativa e adequada, a necessidade de pertencer a um grupo no qual se é valorizado e onde existem

relacionamento de apoio e afeto e a esperança de um futuro promissor, no qual existem oportunidades que o jovem pode ver como realistas para si próprio (Newman, 2018).

Ao identificar os novos desafios e necessidades desenvolvimentistas associados a esta fase da vida, é evidente a presença de uma dualidade que se apresenta como algo contraditório. Por um lado, os jovens estão se a esforçar para melhorar as suas relações familiares e atender às expectativas da sociedade. Por outro lado, há um esforço para desenvolver as suas próprias habilidades individuais e adquirir maior autocontrole. Os adolescentes são propensos a serem expostos a fatores/condições que colocam em risco sua saúde física e mental (como drogas, álcool e violência), e também são propensos a adotar padrões comportamentais prejudiciais, o que pode prejudicar seu funcionamento adaptativo atual e futuro (Bach & Guse, 2015).

A consolidação destes padrões negativos durante a adolescência aumenta a perseverança e o realce de problemas comportamentais ao longo da vida. Além disso, o aumento da liberdade e das opções disponíveis combinado com a tendência dos adolescentes de concentrar-se principalmente no presente e no presente, bem como o desenvolvimento progressivo das suas habilidades cognitivas, aumenta a probabilidade de cometer erros de julgamento e dificultar as tomadas de decisão. O sistema límbico desenvolve-se primeiro durante a adolescência, antes do córtex pré-frontal maturar. Estas evidências podem ajudar a explicar a procura comum de sensações e participação em comportamentos de risco, bem como as dificuldades de autorregulação, controlar os impulsos e fazer previsões sobre o futuro (Carvalho, 2015).

Como demonstrado anteriormente, este período desenvolvimentista implica que os adolescentes enfrentam mudanças, dificuldades e exigências extremamente complexas, pois estão ainda a desenvolver as suas habilidades para lidar com essas situações. No entanto, é necessário esforço contínuo para adquirir e desenvolver novas habilidades e recursos. Caso contrário, existem condições favoráveis para o surgimento de problemas de adaptação, o que pode causar mudanças significativas no equilíbrio e bem-estar psicológico dos jovens. Portanto, a vivência destas alterações pode levar a disfunções ou perturbações psicológicas de maior gravidade, como problemas emocionais, comportamentais, somáticos ou de desempenho (Cavalcante & Lovisi, 2014).

A promoção da saúde mental, do bem-estar psicológico e a prevenção da psicopatologia surgem como medidas extremamente importantes devido à vulnerabilidade e grande potencial deste grupo etário. Deste modo, o sofrimento dos adolescentes será reduzido e poderá prevenir

ou atenuar quaisquer desvios ao funcionamento saudável na idade adulta (Cavalcante & Lovisi, 2014).

Uma das principais preocupações dos profissionais de saúde mental, bem como dos cuidadores e dos educadores, é aumentar o bem-estar psicológico dos adolescentes. De facto, existem dois principais domínios associados à saúde mental: a ausência de disfunção nos domínios psicológico, emocional, comportamental e social; e o bom funcionamento ou bem-estar nos domínios psicológico e social (Bizarro, 1999).

Embora a adolescência seja uma época de grande potencial para o crescimento e desenvolvimento dos jovens, também é uma época em que as tarefas desenvolvimentais aumentam e os adolescentes precisam desenvolver novas estratégias e habilidades de adaptação. Como resultado, essas circunstâncias podem dificultar o funcionamento psicológico adaptado (Bizarro, 1999).

A disfunção prejudica o funcionamento e a adaptação à vida quotidiana, bem como coloca em risco o bem-estar, pois a perturbação muitas vezes surge como forma de a pessoa cooperar com as alterações disfuncionais. Assim, a intervenção com os adolescentes mostra-se extremamente importante e digno de consideração. Isso deve-se ao fato de que o bem-estar psicológico é considerado dual, com aspetos positivos e negativos, e é necessário intervir em ambas as facetas, com o objetivo de diminuir o mal-estar e aumentar o bem-estar. De facto, um modelo compreensivo da saúde mental na adolescência inclui a prevenção e tratamento da disfunção, bem como a promoção do funcionamento adaptativo. Como resultado, é muito importante entender os vários fatores que afetam o bem-estar. Isso ajuda os profissionais de saúde e educadores a entender quais fatores devem ser promovidos e quais devem ser evitados (Bizarro, 1999).

1.6. Bem-Estar psicológico nos Adolescentes e as suas variáveis

Ao fazer pesquisas sobre o bem-estar da adolescência, é fácil ver que desde a década de 1960 uma ampla gama de fatores tem sido examinada. Além disso, descobriu-se que, quando se compara o bem-estar psicológico com o bem-estar subjetivo, o assunto é mais estudado.

Compreende-se que a adolescência é um período repleto de ajustes e possíveis turbulências relacionadas com as mudanças biológicas e emocionais, que até então eram menos perceptíveis na vida do indivíduo. Com isto, esta etapa da vida humana torna-se um período de

construção e reconstrução do indivíduo perante a família e sociedade na qual está inserido. Neste sentido, torna-se relevante a reflexão sobre o processo da construção de identidade neste período, que é marcado por crises e fragmentações identitárias relativas ao presente tempo histórico. Torna-se importante mencionar que, ao longo do desenvolvimento da identidade como área de estudo, as pesquisas iniciais em psicologia social não abordam o conceito de identidade. Consideram o conceito de “Eu” para descrever como as pessoas se relacionam com o “outro” em um determinado contexto social (Guida, Ribeiro, Souza, & Monteiro, 2024).

Um ambiente familiar seguro e saudável, sob modelos equilibrados de parentalidade, prestativos e compreensivos, um ambiente escolar positivo que favorece a aprendizagem e o desenvolvimento das relações interpessoais saudáveis com colegas são elementos decisivos e protetores para o bem-estar psicológico e a organização de uma mente saudável. Por outro lado, a exposição precoce a situações adversas da vida representa um importante fator de risco para o desenvolvimento da psicopatologia a curto, médio ou longo prazo. Acresce, nas situações de risco e/ou aparecimento de doença, a ausência de uma resposta clínica oportuna, que poderá contribuir para uma maior gravidade psicológica (Cavaco & Silva, 2024).

Em seguida, serão abordados alguns dos principais fatores estudados para o bem-estar da adolescência, e entre eles estão as variáveis demográficas, variáveis contextuais e psicossociais, situações de stress, assim como as variáveis individuais.

1.6.1. Variáveis demográficas

As evidências existentes sobre a relação entre a classe social e o bem-estar não são consistentes no que diz respeito ao nível socioeconómico. Diversos autores têm identificado os efeitos negativos de um estatuto socioeconómico (ESE) baixo, sugerindo que pode ser um fator de risco para o desenvolvimento e bem-estar psicológico dos adolescentes, pois afeta as suas vivências e pode levar a problemas para aprender a adaptar-se e desenvolver os seus próprios recursos (Varga, et al., 2014).

Outros estudos descobriram que não há nenhuma relação entre ESE e bem-estar psicológico. Gaspar e Balancho (2017) descobriram que os adolescentes em famílias com ESE mais alto têm uma prevalência maior de bem-estar subjetivo. No entanto, quando se consideraram fatores pessoais (otimismo, autoestima e resiliência) e sociais (satisfação com o apoio social de amigos e família), este efeito foi diminuído. Portanto, além da resiliência, que não demonstrou diferenças entre ESEs, estes autores afirmam que os fatores pessoais e sociais

parecem funcionar como fatores protetores contra os efeitos negativos de um ESE mais baixo (Varga, et al., 2014).

Varga, Piko e Fitzpatrick (2014) examinaram dois tipos diferentes de ESE. O primeiro é absoluto e é baseado em fatores objetivos, como a ocupação dos pais e a escolaridade dos pais. O segundo é subjetivo e é determinado pelas percepções dos participantes sobre o que acreditam ser seu ESE, como alto, médio ou baixo, entre outros fatores. Na sua pesquisa, descobriram que o desemprego e outros problemas de bem-estar dos adolescentes estavam correlacionados com um número menor dos indicadores do ESE absoluto (Varga, et al., 2014).

A maioria das escalas de ESE subjetivo demonstrou uma correlação significativa com o bem-estar (escalas incluindo timidez, isolamento, sintomas psicossomáticos e autoestima). Além disso, o ESE se tornou o indicador mais associado à saúde mental dos adolescentes. Mas os autores fazem uma ressalva: a relação entre estes dois constructos (ESE subjetivo e bem-estar) não parece ser linear. O ESE subjetivo médio mostrou um risco maior de baixo bem-estar. Os autores discutem o impacto no bem-estar das diversas aspirações e expectativas de futuro das classes de ESE (subjetivo). Isso significa que os adolescentes com ESE baixo geralmente aceitam seu status e não têm muitas aspirações, enquanto os adolescentes com ESE médio mostram expectativas e aspirações elevadas, como os adolescentes de ESE alta, mas não têm tanta autoestima sobre seu futuro quanto os adolescentes de ESE alto (Varga, et al., 2014).

1.6.2. Variáveis contextuais e psicossociais

Variáveis culturais, sociais e contextuais impactam o bem-estar, que é uma construção complexa. De um modo geral, a literatura concorda que o bem-estar e o ambiente ecológico estão ligados a experiências positivas na família, na escola, na comunidade e, finalmente, no trabalho (Fernandes Ferreira & Araújo Morais, 2018).

Quando se trata de famílias, a existência de relações positivas entre os pais está associada ao bem-estar subjetivo dos adolescentes. Os hábitos dos pais estão se tornando cada vez mais cruciais: quando um ambiente é acolhedor, acolhedor e permite que os adolescentes se desenvolvam autonomamente, os adolescentes mostram maior bem-estar. Realmente, este tipo de relacionamento próximo com os pais ajuda os adolescentes a desenvolver seus recursos internos e os ajuda a viver com uma identidade bem definida. (Vujcic, 2019).

Navarro, Lee, Jiménez e Cañamares (2017) também enfatizam a importância da comunicação: quanto mais fácil é falar com os pais, melhor é o bem-estar subjetivo e isso também está relacionado a sintomas psicológicos como irritação, tristeza/depressão, medo e mau humor. Os jovens com menor bem-estar subjetivo dizem que as relações com os amigos e a falta de necessidades básicas são os principais fatores para seu bem-estar, enquanto os jovens com níveis mais elevados de bem-estar dizem que as relações familiares são importantes e que não há problemas (Navarro, et al., 2017).

A presença de apoio parental pode ser um indicador do bem-estar psicológico de um adolescente, e está ligada a um melhor desempenho acadêmico, um sentimento maior de competência e um menor comportamento de risco. Além disso, foi demonstrado que o envolvimento dos pais melhora a autoeficácia emocional e social dos jovens, o que, por sua vez, contribui para o bem-estar subjetivo dos jovens. Além disso, foi demonstrado que a satisfação com a família está associada a uma maior satisfação com a vida, bem como a maior quantidade de afetos positivos e negativos. (Schutz, et al., 2015).

Ainda assim, a família nem sempre é um ambiente que promove o bem-estar dos adolescentes. Os níveis elevados de conflito familiar estão associados a um menor bem-estar, o que leva a sintomas físicos, ansiedade e humor depressivo. Os adolescentes dizem que uma das coisas que mais os deixam mal e com emoções negativas é a hostilidade da família. De facto, determina se os conflitos matrimoniais causam problemas no ajustamento dos adolescentes. Uma variável, mediada por um comportamento inadequado dos pais, foi associada a um baixo bem-estar e problemas com internalização e externalização. Além disso, pesquisas mostram que os conflitos maritais estão relacionados a sentimentos de insegurança, relações caracterizadas por uma conexão menos segura, problemas comportamentais, baixa autoestima, ansiedade, depressão, baixa felicidade e dificuldades acadêmicas (Yin, 2016).

A literatura também examina fatores como violência doméstica em contextos familiares. Este evento perigoso está relacionado à presença de mais afetos negativos e menos positivos, o que também pode significar que as raparigas são mais vulneráveis a este tipo de violência do que os rapazes. Identifica, no entanto, que o autocontrolo (capacidade de agir de acordo com um objetivo; adiar a gratificação; lidar com sofrimento, dor e emoções perturbantes; e superar dificuldades relacionadas com pensamentos, emoções e comportamentos) parece ter um grande impacto na vida dos jovens e ajudar a desenvolver sentimentos positivos, mesmo em situações de crise familiar (Patias, Da Silva & Dell'aglio, 2016).

A conexão com a escola tem se revelado um fator protetor do bem-estar dos adolescentes no contexto escolar, pois os adolescentes com esse sentimento de conexão têm menor probabilidade de cometer comportamentos de risco, bem como maior probabilidade de frequentar a escola regularmente e obter resultados mais positivos. De facto, a escola é um ambiente de desenvolvimento fundamental para a socialização, aprendizagem e desenvolvimento da identidade. Os adolescentes passam a maioria do seu tempo na escola e, como resultado, são expostos a experiências (positivas e negativas) que podem moldar seu crescimento e personalidade (Folque & Vaz-Velho, 2020).

1.6.3. Situações de stress

Na literatura sobre bem-estar, várias situações de stress têm sido estudadas, incluindo bullying, conflitos familiares, violência doméstica e acolhimento institucional. De facto, estas vivências têm um grande potencial para afetar negativamente o bem-estar, o funcionamento psicológico e a capacidade de adaptação dos adolescentes. As experiências de vida crónicas e graves, como discórdia interparietal persistente, pobreza e a responsabilidade de cuidar de um familiar doente que precisa de apoio contínuo, têm um impacto negativo e significativo na satisfação com a vida. Além disso, estes autores observam que, em geral, os adolescentes identificam o contexto familiar e as experiências escolares como fatores que causam stress (González, et al., 2019).

É importante lembrar que as áreas de maior dificuldade e ansiedade dos adolescentes mudam ao longo do seu desenvolvimento. A área escolar sempre foi um foco de stress para os adolescentes, mas dependendo da idade, outras áreas vão causar mais ou menos stress. Por exemplo, enquanto os jovens começam a relatar problemas no relacionamento com os pais como mais difíceis, aos quinze anos, os problemas no relacionamento com os pares e com outras pessoas são mais importantes (Bizarro, 1999).

1.6.4. Variáveis individuais

A pesquisa na área tem investigado a relação entre o bem-estar e uma variedade de fatores psicológicos positivos, como esperança, otimismo, autoeficácia e resiliência. Estas características psicológicas positivas mostram uma conexão significativa com este constructo, pois o encorajamento por parte da família e amigos, bem como a orientação dos professores, se têm verificado essenciais e igualmente relacionados ao bem-estar dos adolescentes. A seguir, serão apresentados alguns dos fatores estudados para o bem-estar da adolescência (Nico & Alves, 2017).

O bem-estar subjetivo e psicológico dos adolescentes é significativamente afetado pela adoção de certas estratégias de coping; especificamente, o bem-estar psicológico aumenta quando os jovens usam poucas estratégias de afastamento/desistência, pois há uma maior autoeficácia e apoio familiar. Um maior bem-estar subjetivo foi relacionado à busca de apoio social e à utilização do autocontrole como estratégia de coping. Os adolescentes com melhores níveis de bem-estar subjetivo mostram uma variedade mais diversificada de estratégias de coping (Ramos, 2019).

A literatura tem avaliado a assertividade, que é a capacidade de uma pessoa de expressar suas necessidades, desejos e opiniões de forma adequada, sem usar ansiedade ou agressividade como punição ou desvalorização de outra pessoa. O estudo mencionado anteriormente descobriu que a assertividade está ligada ao bem-estar psicológico e está inversamente correlacionada com a depressão e a ansiedade. Esta é outra variável relacionada à autoestima: é vista como uma força ou mais-valia psicológica motivada emocionalmente e requer um sentimento de valorização pessoal. A autoestima enfatiza a importância das relações pessoais, experiências acadêmicas e sucessos alcançados nos contextos desenvolvimentistas dos adolescentes. Existe uma correlação significativa com o bem-estar subjetivo dos jovens, mostrando uma correlação positiva com afetos positivos e uma correlação negativa com afetos negativos (Nico & Alves, 2017).

Em relação à curiosidade, existem duas dimensões que a caracterizam: exploração, que envolve a busca ativa de novas experiências, informações e conhecimento; e aceitação, que se refere à disposição para aceitar o que é novo, bem como a natureza imprevisível da vida diária. Adolescentes com alto grau de curiosidade demonstram valores maiores como satisfação com a vida, sentimento positivo e sentido de propósito e esperança na vida. É importante lembrar que, embora níveis elevados de curiosidade possam aumentar o bem-estar, o seu oposto não significa que haja afetos negativos; são componentes independentes. No entanto, é necessário fazer uma ressalva sobre este constructo, pois sua forte presença pode levar ao envolvimento em comportamentos de risco, o que pode resultar em mais afetos negativos e menor bem-estar. De facto, os autores descobriram que apenas a dimensão de exploração indicou a existência de um afeto positivo. Por outro lado, a dimensão de aceitação foi ligada a um maior envolvimento em comportamentos de risco (Fernandes Ferreira & Araújo Morais, 2018).

A literatura sobre o bem-estar da adolescência e a atividade física tem examinado a satisfação com a autoimagem. Este conceito pode ser descrito como os pensamentos e emoções

que as pessoas têm sobre sua aparência. No estudo mencionado anteriormente, descobriu-se que há uma correlação positiva entre a satisfação com o corpo e o bem-estar psicológico. Os aspectos mais significativos da relação foram autoaceitação, autocontrole, relacionamentos positivos com os outros e metas de vida. A insatisfação com a autoimagem pode afetar negativamente o bem-estar psicológico dos adolescentes, enquanto a satisfação com o corpo protege a vida. Estes autores também afirmam que houve uma correlação negativa entre os sinais de sofrimento psicológico e a satisfação com o corpo. Adiciona-se uma informação importante: uma alta satisfação com o corpo leva a menos sintomas depressivos. Apesar do fato de que a satisfação com o corpo afeta o bem-estar de ambos os sexos, parece ser mais importante para as raparigas, pois a atividade física parece melhorar o bem-estar psicossocial das adolescentes (Ramos, 2019).

Assim, tem-se tornado cada vez mais claro que, para melhorar o bem-estar da adolescência, é necessário fortalecer as relações com a família, os pares, a comunidade e os profissionais, bem como características mais individuais, como a assertividade, a autoestima e as habilidades sociais. É mais fácil entender o que é importante incentivar e nutrir em casos considerados de maior risco, como vulnerabilidade social, doenças crônicas, violência doméstica, conflitos familiares e adolescentes em geral, com base nas evidências (Lima & Moraes, 2018).

1.7. Bem-Estar psicológico nos jovens: considerações e contributos

Ao considerar e estudar o bem-estar na infância e na adolescência, surgiram várias considerações. Isso se deve principalmente à expansão do conhecimento científico sobre o bem-estar nas crianças e jovens.

Os autores Statham e Chase (2010) acreditam que, embora o conceito seja difícil de definir e medir devido à sua complexidade, na avaliação e compreensão do bem-estar na infância e adolescência, é necessário levar em consideração os indicadores subjetivos, bem como as perspectivas das próprias crianças e jovens. Estes autores também acreditam que o bem-estar das crianças e jovens deve ser considerado agora, em vez de apenas no futuro. Estes autores também dizem que as pessoas devem levar em consideração o contexto de suas vidas, incluindo cultura, género e idade, bem como outras características pessoais. Além disso, chama a atenção para o fato de que as investigações sobre o bem-estar infantil não devem se concentrar

apenas nos aspetos essenciais da vida das crianças e jovens, como a casa e a escola; reconhece a importância de conduzir estudos em uma variedade de contextos (Statham & Chase, 2010).

Ao longo das últimas décadas, as organizações não governamentais (ONGs) têm demonstrado um esforço contínuo e essencial para criar indicadores subjetivos e objetivos de bem-estar infantil. Como resultado, esses indicadores podem ser usados para medir o bem-estar de crianças e jovens em uma variedade de países e contextos, bem como para monitorar políticas e práticas centradas nas crianças e adolescentes. Por exemplo, num relatório da The Children's Society de 2012, foram identificadas seis prioridades para o bem-estar das crianças e jovens: ter oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento, bem como oportunidades para brincar; ter um sentido positivo de si mesmo e uma identidade que é respeitada e valorizada, bem como ter saúde; ter condições básicas de uma vida digna e estável; ter relacionamentos positivos e de qualidade com seus amigos e família (Delgado, et al., 2018).

Por sua vez, a UNICEF (2013) tem feito muito para aumentar o conhecimento científico sobre o bem-estar infantil, principalmente investindo em estudos e comparações internacionais. Isso permitiu identificar domínios e medidas, bem como destacar os pontos fortes e fracos de cada país em relação às suas políticas e práticas de bem-estar. Existe um consenso sobre a multidimensionalidade do construto, bem como sobre os domínios e medidas associados ao mesmo, apesar das diferenças de abordagem entre os vários estudos do bem-estar na infância e adolescência. Muitas dimensões da vida das crianças e jovens são identificadas em vários estudos comparativos do bem-estar infantil. A maioria desses estudos inclui domínios e medidas relacionadas ao bem-estar físico, psicológico, cognitivo e social. De forma semelhante, pesquisas têm incorporado elementos socioculturais e socioeconômicos, incluindo áreas e medidas de bem-estar como disponibilidade de recursos financeiros e materiais, qualidade do local de residência, acesso à educação e a atividades recreativas (Schutz, et al., 2017).

No decorrer das últimas décadas, muito conhecimento científico foi construído sobre as condições essenciais e prioritárias para o bem-estar de crianças e jovens. Este conhecimento geralmente foi obtido por meio de indicadores sociais e económicos ou da perspectiva de adultos, como pais, professores ou cuidadores. Ainda assim, tem havido uma mudança gradual nesse nível nos últimos anos, com o estudo do bem-estar das crianças e jovens. A última abordagem tem demonstrado, mais importante, que as perspectivas sobre o bem-estar de crianças e jovens são tão detalhadas e complexas quanto as dos adultos, e que existem algumas diferenças relevantes entre essas perspectivas. Deste modo, as crianças e jovens foram reconhecidas como

participantes ativos e capazes de resolver problemas significativos em suas vidas. Eles agora consideram seus olhares e contribuições tão valiosos quanto os dos adultos (Statham & Chase, 2010).

1.8. Visão da infância e a importância de dar voz às crianças e jovens

Desde muito tempo, as perspectivas das crianças sobre suas vidas foram desvalorizadas porque se pensava que elas eram imaturas e vulneráveis e não tinham a capacidade de se expressar adequadamente sobre o mundo e sobre si mesmas. De certo modo, as crianças também eram vistas como um grupo cognitivamente menos capaz de falar e pensar. Eles também pensavam que a compreensão do seu bem-estar deveria ser mais mensurável e científica do que considerar suas perspectivas (Fattore, et al., 2012).

Apenas no final do século XX, quando os direitos das crianças foram reconhecidos, as crianças foram consideradas um grupo social. Os artigos 12o e 13o da Convenção sobre os Direitos das Crianças (CDC), aprovada pela Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU) em 1989 e ratificada por Portugal em 1990, garantem que todas as crianças têm direito a ser ouvidas e ouvidas sobre suas próprias opiniões, bem como o direito à liberdade de se expressar sobre o que pensam e como vivem. Esta convenção, que é ratificada em todo o mundo, permitiu reconhecer não apenas os direitos e liberdades das crianças e jovens, mas também contribuiu para o desenvolvimento conceptual do bem-estar na infância e adolescência (Pascal & Bertram, 2018).

A Nova Sociologia da Infância (NSI) foi inspirada pela definição dos direitos das crianças e considerou a infância como uma fase única do desenvolvimento. Esta nova abordagem à infância destacou a agência e a participação das crianças e jovens na sociedade, reconhecendo-as como atores sociais ativos e capazes com suas próprias experiências e conhecimentos. As crianças foram consideradas não apenas capazes de falar por si mesmas, mas também como especialistas em suas próprias vidas (Fattore, et al., 2012).

Além disso, os indicadores do bem-estar na infância foram desenvolvidos por meio das teorias ecológicas do desenvolvimento infantil. Por exemplo, o Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano de Bronfenbrenner (1979) enfatiza que as crianças devem ser compreendidas ao longo de seu desenvolvimento e no contexto de suas diversas interações e sistemas (Hardcastle, Byrnes, Bartlett, Denton & Walsh, 1981).

A combinação desses elementos ajudou a estabelecer um ambiente favorável para o desenvolvimento de indicadores de bem-estar infantil. Eles também forneceram novas perspectivas metodológicas que permitiram sua rápida mudança. Com a emergência de uma perspectiva subjetiva que valoriza os pontos de vista das crianças e as considera uma unidade de observação, as organizações nacionais e internacionais começaram a se preocupar com os jovens e suas perspectivas. As organizações estabeleceram metas e políticas para melhorar a qualidade de vida desses indivíduos com base em suas opiniões (Delgado, et al., 2018).

Apesar do fato de que as perspectivas das crianças e adolescentes fornecem informações valiosas sobre as realidades sociais complexas em que vivem e se desenvolvem, é importante considerar essas perspectivas de forma conjunta. Por outro lado, suas perspectivas devem ser consideradas, mas também integradas às perspectivas dos adultos (Baião, 2014).

1.9. Síntese Conclusiva

Enumera-se o impacto que presenciar o cyber abuso tem sobre suas interações afetivas. As consequências que podem surgir incluem angústia, sentimentos depressivos e alterações de humor, ansiedade, ideação ou tentativas de suicídio, medo, rebaixa de autoestima, abuso de substâncias, automutilação e problemas com a família e os amigos (Lima, et al., 2022).

A partir do que foi dito, é possível entender a importância do apoio social para o bem-estar psicológico dos adolescentes e para sua capacidade de lidar com situações de vida difíceis ou ameaçadoras. De facto, níveis elevados de bem-estar hedônico e eudaimônico estão relacionados ao apoio social e a eventos positivos na vida. Como demonstramos, um aspeto social que envolve a família, colegas de escola, amigos, professores e outros adultos está muito relacionado ao bem-estar e ao desenvolvimento dos jovens (Schutz, et al., 2017).

Além de relações interpessoais satisfatórias, o ambiente físico e o acesso a atividades recreativas são indicadores de bem-estar psicológico subjetivo e global. Portanto, a literatura parece indicar que, nos contextos desenvolvimentistas significativos para os adolescentes, existe uma relação entre a satisfação com a vida global e a satisfação com a vida em geral; melhores condições de vida e apoio social da família, amigos e vizinhança estão correlacionados com maior bem-estar (Fernandes Ferreira & Araújo Morais, 2018).

É importante lembrar que muitas variáveis têm sido estudadas na literatura quando se trata das dimensões mais individuais. Devido à natureza da presente dissertação, no entanto,

não é possível fornecer uma descrição completa de cada um deles, apenas mencionando algumas. Como tal, teria sido interessante discutir a relação do bem-estar com fatores como gratidão, otimismo, autocontrole, resiliência, personalidade e ideia de florescer (Fernandes Ferreira & Araújo Moraes, 2018).

Capítulo II
Estudo Empírico

2. Estudo Empírico

Neste capítulo pretendemos apresentar os objetivos que levaram ao início da investigação, a metodologia, os instrumentos e os procedimentos adotados.

2.1. Objetivo geral e objetivos específicos

Numa primeira etapa do trabalho de investigação, prendeu-se com o definir do problema de investigação que, segundo a visão de Quivy & Campenhoudt (1998), deve ser a mais clara, pertinente e exequível, ainda com a perspetiva de Serrano (2008), onde afirma que os objetivos de uma investigação constituem a referência central, ou seja, são propósitos a alcançar com a execução de uma ação planificada e devem ser os mais claros, realistas e pertinentes possíveis. Deste modo, pretendeu-se descrever e analisar ao máximo o efeito que o cyber abuso no namoro dos dias atuais podem surgir no bem-estar psicológico dos jovens.

No que diz respeito ao corrente estudo, este tem como principal objetivo **estudar o efeito do Cyber Abuso no Bem Estar de jovens**. Num olhar mais específico, pretende-se:

- 1) Averiguar a existência de violência e de abuso cibernético no namoro nos jovens;
- 2) Estudar o Bem estar em jovens;
- 3) Investigar a relação existente entre o abuso cibernético perpetrado e/ou sofrido no namoro de acordo com as características sociodemográficas;
- 4) Analisar a relação existente entre o bem-estar e o abuso cibernético no namoro em jovens;

Por fim, o estudo a realizar, será do tipo quantitativo, transversal e correlacional, visto que procura conhecer a relação que existe entre diversas variáveis, recorrendo a técnicas estatística (Haro, Serafim, & Cobra, 2016).

2.2. Metodologia

A metodologia bem como os métodos e as técnicas são “termos que surgem na literatura para designar os diversos meios que ajudam e/ou orientam o investigador na sua busca do conhecimento”, assim, os métodos orientam o caminho para obter um conhecimento científico enquanto, as técnicas são ferramentas que tornam possível percorrer o caminho até esse mesmo conhecimento (Coutinho, 2023, p. 24).

Desta forma, apresentar a metodologia de uma investigação necessita da elaboração de tarefas, de regras e de procedimentos. Desta maneira, é necessário “enumerar e explicar os diferentes passos técnicos que se devem cumprir ou as várias etapas que o processo técnico deve compreender” (Serrano, 2008, p. 47).

O tipo de estudo pela qual se rege a presente investigação é o estudo quantitativo, exploratório, com desenho transversal com recurso à técnica de questionário validado à população portuguesa. Nos pontos que se decorre será mencionado os participantes, instrumentos e os procedimentos que farão parte do estudo a desenvolver.

2.3. Caracterização da amostra

Conforme ressaltado pelos autores Quivy & Campenhoudt (1998), é necessário limitar as possibilidades tanto no espaço geográfico, social e no tempo. Para tal, foi utilizada a aplicação de um inquérito por questionário a jovens com idades compreendidas entre os quinze e os vinte e cinco anos.

O presente estudo, descreve os seus critérios de inclusão como jovens com idade entre os quinze e os vinte e cinco anos, e em contra partido, realça os critérios de exclusão como jovens com idade superior ou inferior à estipulada anteriormente.

Após a aplicação dos instrumentos de recolha de dados, pode-se informar que participaram no estudo um total de 285 jovens.

2.4. Técnicas de recolha de dados

De acordo com a visão do autor Costa (2012), a recolha de dados é um processo crucial na reunião de dados. Este processo permite realizar a ligação entre o enquadramento teórico reunido até então, com a produção científica e a recolha de dados pretendida. A recolha de dados mostra-se como a necessidade de reunir ferramentas que permitem aceder à realidade social, onde as técnicas de recolha de dados constroem uma componente fundamental para ligar os conceitos às ações (Costa, 2012).

Para obter os resultados deste estudo foram utilizados três instrumentos, sendo o primeiro o questionário sociodemográfico, o segundo a versão portuguesa do *Cyber Dating Abuse Questionnaire* (CDAQ) -Questionário sobre Ciberabuso no Namoro (CibAN) (Caridade

& Braga, 2019) e o terceiro a Adaptação e validação do Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico (QGBEP-R) (Pereira, et al., 2018).

2.4.1. Questionário Sociodemográfico

O estudo inicia com o questionário sociodemográfico, para uma recolha dos dados relativos aos indivíduos, nomeadamente a idade, género com que se identifica, ano que frequenta, grau de escolaridade da mãe bem como, o respetivo grau de escolaridade do pai.

2.4.2. Questionário sobre Ciberabuso no Namoro

O **Questionário sobre o Ciberabuso no namoro (CibAN)** foi desenvolvido por Borrajo, Gámez-Guadix, Pereda e Calvete em 2015 e adaptado no ano de 2019 para a versão portuguesa por Caridade e Braga. O presente instrumento avalia a existência de abuso cibernético no namoro, onde possui o principal objetivo de indicar os tipos de Ciberabuso (agressão de forma direta e controlo), bem como a vitimização e agressão/perpetração, de maneira a fornecer uma compreensão mais clara do problema em estudo (Caridade & Braga, 2019). O CibAN é composto por 40 itens que “possibilitam obter informação acerca de vários comportamentos associados ao Ciberabuso no namoro, como ameaças, roubo de identidade, controlo e humilhação”. Os itens encontram-se agrupados em 4 fatores correlacionais, dois referentes à vitimização por agressão direta (correspondendo aos itens 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 15, 16, 18) e controlo (correspondendo aos itens 1, 5, 7, 11, 13, 14, 17, 19 e 20) e outros dois referentes à perpetração dessas mesmas tipologias de violência (Caridade & Braga, 2019, p. 96), nomeadamente: a **agressão direta** com vitimização” O(a) meu/minha parceiro/a ou ex-parceiro/(a) já ameaçou agredir-me fisicamente através das novas tecnologias” e a perpetração onde “eu já enviei mensagens a insultar e/ou humilhar o(a) meu/minha parceiro/a, utilizando as novas tecnologias” (Caridade & Braga, 2019, p. 96) e; o **controlo** onde se encontra presente a vitimização “o(a) meu/minha parceiro(a) ou ex-parceiro(a) já acedeu aos conteúdos do meu telemóvel sem a minha permissão” e a perpetração onde “eu já controlei as amizades das redes sociais do(a) meu/minha parceiro(a) ou ex-parceiro(a)” (Caridade & Braga, 2019, p. 96). Neste sentido compreende-se as atitudes que podem levar o jovem a viver uma relação onde é vítima de abuso através das tecnologias ou onde percebe que as atitudes que exerce no seu quotidiano perante as suas relações amorosas são de certa forma, agressão para com o parceiro(a). O sistema de resposta aos 40 itens “é realizado com recurso a uma escala de resposta tipo Likert de 6 pontos: 1 – Nunca; 2 – Não, no último ano, mas já aconteceu anteriormente; 3 – Raramente;

1 ou 2 vezes; 4 – Às vezes: entre 3 e 10 vezes; 5 – Frequentemente: entre 11 a 20 vezes e 6: Muitas vezes: mais de 20 vezes”. A consistência interna deste instrumento, tem-se observado uma boa consideração pelo mesmo, apresentado valores de alfa de *Cronbach* entre .84 e .91 (Caridade & Braga, 2019, p. 96).

2.4.3. Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico

O Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico teve a sua adaptação para português realizada pelas autoras Pereira, Antunes, Barroso, Correia, Brito e Monteiro no ano de 2018. Segundo as autoras acima mencionadas, o bem-estar psicológico nada mais é que uma percepção pessoal que pode ter impactos nos comportamentos de saúde nos jovens. Para este estudo ser acontecer, o presente questionário estava em inglês com o nome de Short Version Psychological General Well-Being Index (PGWB-S), desenvolvido pelos autores Grossi, Groth, Mosconi, Cerutti, Pace, Campare & Apolone em 2006 (Pereira, et al., 2018).

O bem-estar é um conceito relativamente recente na visão das autoras da escala o que tem suscitado bastante curiosidade na comunidade científica. Neste sentido o QGBEP-R é composta por seis itens, que são respondidos em escala tipo Likert com cinco alternativas de resposta, entre o nunca e o sempre (Pereira, et al., 2018). Este instrumento centra-se no período de grandes mudanças que acontece na vida dos jovens que é a adolescência, e onde existe a grande necessidade de adaptação a novas exigências, mas também por ser uma altura para grandes oportunidades para consolidar estilos e escolhas de vida saudáveis. É neste estágio da vida que os jovens têm a potenciar a sua saúde mental bem como o seu emocional, contribuindo assim condições para um desenvolvimento integral (Pereira, et al., 2018).

2.5. Pressupostos Éticos – Confiabilidade e Credibilidade

O estudo respeita todos os princípios éticos para a recolha de dados em seres humanos, respeitando toda a Proteção de Dados vigente conforme documenta o Regulamento Europeu da Proteção de dados Regulamento (EU) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho de 27 de abril de 2016. Assim, será respeitado o anonimato, o princípio da confidencialidade dos dados, da possibilidade de desistir dos fluxos sem qualquer tipo de penalização para a pessoa.

Só o investigador do estudo teve acesso à identidade dos participantes e sua identidade não será revelada em nenhuma circunstância. A confidencialidade dos dados recolhidos no decurso da investigação constituiu um aspeto crucial no que diz respeito às decisões de natureza

ética. Por fim, recolheu-se o consentimento informado (por escrito) em todos os sujeitos, com entrega de informação escrita sobre o estudo, nomeadamente sobre os objetivos.

Após a escolha dos instrumentos a serem utilizados na presente investigação, foi necessário o consentimento dos autores dos mesmos de forma a solicitar as devidas autorizações. Tendo em conta que é um estudo que envolve seres humanos, e conforme consta nos regulamentos do Instituto Superior de Serviço Social do Porto, foi necessário submeter a proposta do projeto à Comissão de Ética, onde foi imitado o seu parecer de forma positiva, o que permitiu avançar com a investigação (ver Anexo I).

2.6. Hipóteses

Estudos realizados com jovens indicam que os mesmos adotam uma atitude de banalização da violência, onde consideram os comportamentos agressivos dos parceiros como atos de amor e ciúme (Caridade & Machado, 2013). Autores como Figueiras (2017) as hipóteses são criadas para justificar o trabalho da parte empírica da investigação. Deste modo, as hipóteses que se seguem são uma reflexão fundamentada sobre a problemática a ser investigada, de forma a reunir a informação necessária para responder às questões iniciais do estudo.

H1: As características sociodemográficas dos jovens estão relacionadas com a presença de abuso cibernético no namoro.

O abuso digital presente nos relacionamentos amorosos, aborda todos os insultos, humilhações ou comportamentos de ciúme e provocações que pode provocar angústia e desgosto assim como isolamento do parceiro(a). Este tipo de comportamento segundo alguns autores pode ter semelhanças quanto à violência tradicional entre casais, porém apresentam algumas diferenças. Este tipo de violência pode ocasionar um baixo rendimento escolar, distúrbios de sono, sintomas depressivos e ansiosos bem como comportamentos delinquentes. Assim, importa saber qual a idade está mais presente este tipo de violência no estudo bem como se o litoral apresenta um maior número do que o interior, e ainda qual o género mais propicio pois segundo os autores, existe uma semelhança entre o sexo feminino e masculino (Cavalcanti & Coutinho, 2019).

H2: A duração da relação está relacionada com a ocorrência de abuso cibernético no namoro.

Segundo o autor Sá (2017), o tempo da duração é significativo para a ocorrência do abuso cibernético no namoro pois com o passar do tempo os indivíduos expõem com maior facilidade os seus dados e as suas informações mais íntimas e ainda que hoje sabe se que para além de se poder ser vigiado, também se pode vigiar. A adolescência tem um impacto neste ponto pois o gerir de emoções e as transformações que se sofre nessa idade acaba por ser mais intenso.

H3: *Existem diferenças significativas na perpetração de acordo com o sexo dos adolescentes.*

Estudos de autores como Blackwell et al. (2017), Kulkarni et al. (2018) e Goncy & Van Dulmen (2016), que relacionam nos seus estudos a vinculação e o cyber abuso, concluem que o tipo de vinculação está diretamente correlacionado com o cyber abuso, o que influencia o indivíduo a sofrer de vitimização, que pode ou não criar várias consequências na integridade do indivíduo de forma social, física e psicológica. Apela ainda para a possibilidade de surgir patologias psicológicas entre elas a perturbação de stress e trauma.

Segundo as autoras Caridade & Braga (2020), indivíduos do sexo feminino apresentam uma maior probabilidade de se tornarem vítimas de cyber abuso, num entanto o indivíduo do sexo masculino tem uma maior possibilidade de se tornarem os perpetradores.

H4: *Espera-se que o cyber abuso no namoro possui uma conotação negativa no bem-estar psicológico do jovem.*

As redes sociais com o passado dos anos têm acrescido um papel crucial no quotidiano e na vida social dos indivíduos, sendo usadas para preservar e intensificar as relações, o estilo de conexão entre pessoas. O fenómeno do cyber abuso acaba por se tornar uma forma de controlar, monitorizar, inferiorizar e assediar o outro(a) por via da internet. Os autores acreditam ser assim relacionamentos marcados por ligações inseguras e ansiosas, com o constante medo e ansiedade, com o receio do abandono. Assim cresce que segundo os autores, a constante vigia e abuso provocado por via cibernética acaba por criar uma conotação negativa para o bem-estar psicológico dos jovens que a vivem (Kulkarni, et al., (2018).

Capítulo III

Análise Estatística dos Dados

3. Análise Estatística dos Dados

No presente capítulo procede-se à análise dos dados recolhidos e os resultados obtidos com o estudo quantitativo efetuado previamente e ainda realizar a discussão dos números recolhidos ao longo do processo.

A análise estatística dos dados utilizou o programa informático IBM® SPSS® Statistics for Windows, versão 29.0 (IBM Corp., Armonk, N.Y., USA). Numa primeira fase, com vista a descrever e a caracterizar a amostra em estudo, foi realizada uma análise descritiva dos dados em função da natureza das variáveis em estudo, nomeadamente: para as variáveis qualitativas calcularam-se as frequências absolutas (número de casos válidos – N) e respetivas frequências relativas (percentagem de casos válidos - %); quando as variáveis eram de natureza quantitativa calculou-se a média (M), desvio-padrão (DP), valores Mín. e Máx., a mediana (Mdn) e amplitude interquartil, AIQ (P75-P25).

Na segunda fase, tendo em consideração os objetivos do estudo, a natureza das variáveis a comparação e as hipóteses de investigação definidas previamente, nomeadamente, verificar se existem diferenças estatisticamente significativas entre os valores dos instrumentos de avaliação “CibAN” e de acordo com as variáveis sociodemográficas de interesse, “sexo”, “escalão etário”, “situação relacional”, “tempo de duração da relação”, “habilitações literárias da mãe” e “habilitações literárias do pai”, utilizaram-se os seguintes testes estatísticos: (i) Teste de *Mann-Whitney* (MW) sempre que se pretendiam comparar dois grupos independentes (p.e.: “sexo”) e; (iii) o teste de *Kruskal-Wallis* (KW) sempre que os grupos a comparar eram superiores a dois (p.e.: “escalões etários”). Neste último, sempre que existia uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos a comparação, realizaram-se testes de comparações múltiplas realizou-se um ajuste para comparações múltiplas par-a-par entre todos os grupos pelo método de Dunn-Bonferroni. Em ambos os testes, de forma a verificar a robustez dos resultados obtidos, foi calculado o tamanho do efeito (*effect size*).

Para os testes de *Mann-Whitney*, recorreu-se à medida r^l , tendo-se considerado os seguintes pontos de corte: Pequeno efeito, $|r| \approx 0,1$; Efeito moderado, $|r| \approx 0,3$ e; Grande efeito, $|r| \approx 0,5$. Para os testes de *Kruskal-Wallis*, utilizou-se a medida η^2 (eta)², tendo-se considerado

¹ $r = Z/\sqrt{N}$, onde Z é o valor da estatística do teste de MW padronizada e N é o n.º total de observações dos dois grupos (Sheskin, 2011).

² $\eta^2 = (H - k + 1)/(N - k)$, onde H é o valor da estatística do teste de KW, k o número de grupos e N o número total de observações (Sheskin, 2011)..

os seguintes pontos de corte: Pequeno efeito, $|\eta^2| \approx 0,01$; Efeito moderado, $|\eta^2| \approx 0,06$ e; Grande efeito, $|\eta^2| \approx 0,14$. Por fim, para aferir sobre a força e intensidade da associação entre os instrumentos utilizados, calculou-se o coeficiente de correlação de *Spearman*.

Em todos os testes de hipóteses realizados foi considerado um nível de significância de 5 % (Sheskin, 2011; Maroco, 2018)³.

3.1. Caracterização Sociodemográfica dos participantes

De acordo com a Tabela 1, verifica-se que a amostra por conveniência é constituída por 285 participantes, cerca de 16% do sexo masculino. Os dois casos que não se identificaram com nenhum género apresentado e enquadram se na categoria de não binário e de preferir não expor qual o seu género. Relativamente à idade, constata-se que tinham em média cerca de 21,3 (DP = 2,31) anos de idade, variando entre 15 e 25 anos de idade.

Tabela 1 – Distribuição da amostra segundo o género e idade dos participantes (n = 285).

Sexo	N	%
Feminino	238	83,5%
Masculino	45	15,8%
Não binário	1	0,4%
Prefiro não dizer	1	0,4%
Total	285	100,0%
Idade (anos)	M(DP)	21,3 (2,31) anos
	Amplitude	15 - 25 anos

O presente estudo abrange Portugal e para uma melhor orientação dividiu se os dados entre as NUTS II (Nomenclatura das Unidades Territoriais para Fins Estatísticos), que é constituído por sete unidades, das quais cinco no continente e os territórios das Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira. Assim, destacou se três locais com mais número de respostas, sendo a Região Norte o lugar com o mais elevado número de respostas. A Região do

³ Optou-se pela utilização de testes não paramétricos, primeiro porque se rejeitou a normalidade das distribuições dos valores das dimensões dos instrumentos CibAN, SANI e QGBEP (testes de *Kolmogorov-Smirnov* com $p < 0,05$) e em segundo lugar, porque essas distribuições eram muito assimétricas positivamente (enviesamento > 3).

Centro apresenta se logo de seguida e a Região de Lisboa. Na Tabela 2 pode se observar as sete unidades e a percentagem que cada uma resposta no estudo.

Tabela 2 – Distribuição da amostra segundo a NUTS II.

NUTS 2	N	%
Região do Norte	161	56,9%
Região do Centro	44	15,5%
Região de Lisboa	38	13,4%
Algarve	3	1,1%
Alentejo	9	3,2%
R. A. dos Açores	26	9,2%
R. A. Madeira	2	0,7%
Total	283	100,0%

Visto que o estudo se aplica a uma população jovem, questiona se quanto ao facto de ser estudante e se sim, qual o tipo de ensino que frequenta no exato momento, como se observa na Tabela 3.

Tabela 3 – Número de Jovens Estudantes (n=244)

Estudante	N	%
Não	42	14,7%
Sim	244	85,3%
Total	286	100,0%

Entre o ensino profissional, o ensino secundário e o ensino superior observam se que prevalece um maior número no ensino superior, em segundo o ensino secundário, deixando para último o ensino profissional, como se pode observar na Tabela 4.

Tabela 4 – Tipo de Ensino dos Jovens

Tipo de ensino que frequenta	N	%
Ensino Profissional	11	4,5%
Ensino Secundário	14	5,8%
Ensino Superior	217	89,7%
Total	242	100,0%

Posteriormente, quando questionados sobre o grau de escolaridade dos progenitores, compreendeu-se que em ambos, a frequência mais elevada encontra-se no ensino secundário, e o pai, deixando os outros campos com números bem inferiores.

3.2. Validação dos instrumentos de avaliação

No presente estudo, o instrumento QGBEP-R, que avalia o bem-estar psicológico, demonstrou uma boa consistência interna, com um coeficiente de Alfa de Cronbach de .82. Este valor encontra-se próximo do reportado pelos autores da versão original do instrumento (.86), o que sustenta a fiabilidade da escala na presente amostra (ver Tabela 5).

Tabela 5 - Instrumento QGBEP-R

<i>Instrumento QGBEP-R</i>	N	M	DP	Min.	Max.	N Itens	Alfa Cronbach (estudo)	Alfa Cronbach (Autor)
Bem-Estar Psicológico (QGBEP-R)	281	2,36	1,01	0	4,67	6	0,82	0,86
r1. Durante o último mês, sentiste-te incomodado(a), aborrecido(a) ou nervoso(a)?	281	1,97	1,4	0	5	-	-	-
2. Durante o último mês, quanta energia ou vitalidade sentiste?	281	2,54	1,36	0	5	-	-	-
r3. Durante o último mês, sentiste-te abatido (em baixo)?	281	2,3	1,49	0	5	-	-	-
4. Durante o último mês, sentiste-te emocionalmente estável?	281	2,52	1,49	0	5	-	-	-
5. Durante o último mês, sentiste-te alegre?	281	3,25	1,3	0	5	-	-	-
r6. Durante o último mês, sentiste-te cansado(a), exausto(a) ou desgastado(a)?	281	1,59	1,29	0	5	-	-	-

N - Nº válido de casos; M - Média; DP - Desvio Padrão; Min. - Valor mínimo; Máx. - Valor máximo.

Escala: 0 = Nunca a 5 = Sempre.

r1, r3, r6 - itens com escala invertida.

De forma geral, os resultados obtidos indicam níveis moderados de bem-estar psicológico entre os/as participantes, reforçando a adequação do QGBEP-R para avaliar esta dimensão na população estudada.

Relativamente ao instrumento CibAN, os resultados obtidos no presente estudo evidenciam uma elevada consistência interna, com coeficientes de Alfa de Cronbach a variar entre .89 e .96, valores que se situam acima dos critérios de referência dos autores do instrumento (ver Tabela 6). Estes dados confirmam a fiabilidade do instrumento na avaliação das dimensões de agressão direta e controlo, quer do ponto de vista da perpetração dos comportamentos abusivos, quer da sua vitimação.

Tabela 6 - Instrumento CibAN

<i>Instrumento CibAN</i>	N	M	DP	Min.	Max.	N Itens	Alfa Cronbach (Estudo)	Alfa Cronbach (Caridade e Braga, 2019)
CibAN total - 40 itens	286	1,3	0,6	1	4,08	40	0,96	ND
Perpetração - Total (CibAN-TP)	286	1,3	0,5	1	5,15	20	0,94	ND
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	286	1,1	0,5	1	4,45	11	0,96	0,89
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	286	1,5	0,7	1	6,00	9	0,89	0,84
Vitimação - Total (CibAN-TV)	286	1,4	0,8	1	5,30	20	0,95	ND
Vitimação - Agressão Direta (CibAN-VD)	286	1,2	0,6	1	5,00	11	0,92	0,86
Vitimação - Controlo (CibAN-VC)	286	1,6	1,1	1	6,00	9	0,94	0,91

N - Nº válido de casos; M - Média; DP - Desvio Padrão; Mín, - Valor mínimo; Máx, - Valor máximo,

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

ND - Não disponibilizado pelo autor (Caridade e Braga, 2019).

Para além da consistência interna, as estatísticas descritivas apontam para uma baixa frequência de comportamentos de ciberabuso reportados pelos/as participantes. Tal é evidenciado pelos valores medianos próximos do mínimo da escala de resposta (1 = Nunca), tanto para a perpetração como para a vitimação, em ambas as dimensões avaliadas.

3.3. Resultados da Análise Inferencial: Diferenças e Associações entre variáveis

No seguimento da análise retirada do inquérito, cruzou se as variáveis do estudo com as escalas citadas acima e será mostrado os gráficos inicialmente com a escala do CibAN para

posteriormente, correlacionar o CibAN com a QGBEP. Inicia-se assim com a comparação entre a perpetração e a vitimização entre sexos.

3.3.1. Avaliação da Relação entre a “Perpetração” e o Sexo

Verificaram-se diferenças estatisticamente significativas relativamente à "Perpetração por agressão direta" entre os valores do sexo masculino (OM = 161,4) e o sexo feminino (OM = 138,3); U = 4466,5; Z = -2,54; p = 0,011; r = 0,15 como é visível na Tabela 7. Esta diferença sugere que os indivíduos do sexo masculino reportaram maior envolvimento em agressões diretas.

Tabela 7 - Comparação da Perpetração de acordo com o sexo
(n = 283).

<i>Dimensões do CibAN</i>	Sexo				U	Z	valor-p	r
	Masculino (N = 45)		Feminino (N = 238)					
	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)				
<i>CibAN total - 40 itens</i>	157,62	1,1 (0,70)	139,05	1,1 (0,38)	4652,0	-1,42	0,155	0,08
<i>Perpetração - Total (CibAN-TP)</i>	153,53	1,1 (0,40)	139,82	1,1 (0,25)	4836,0	-1,07	0,287	0,06
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	161,74	1,0 (0,09)	138,27	1,0 (0,00)	4466,5	-2,54	0,011	0,15
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	151,56	1,1 (0,67)	140,19	1,2 (0,56)	4925,0	-0,89	0,375	0,05

Mdn - Mediana; AIQ - amplitude interquartil (P75-P25); OM - Ordem média (Mean rank).

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

U - Estatística de teste de Mann-Whitney; Z - Estatística de teste de Mann-Whitney estandardizada; r - Tamanho do efeito.

3.3.2. Avaliação da Relação entre a “Vitimização” e o Sexo

Ao observar a Tabela 8, verificaram-se diferenças estatisticamente significativas relativamente à "Vitimização por controlo" entre os valores do sexo masculino (OM = 163,48) e o sexo feminino (OM = 137,94); U = 4388,5; Z = -2,03; p = 0,042; r = 0,12. Em todas as diferenças significativas, os tamanhos dos efeitos foram pequenos ($r \approx 0,10$).

Os restantes resultados para a "Vitimização", Total (CibAN-TV) e Agressão direta (CibAN-VD) apresentam resultados marginalmente significativos ($p \approx 0,05$), sugerindo para ambos os casos uma tendência de maior vitimização reportada por homens.

Tabela 8 - Comparação da Vitimização de acordo com o sexo
(n = 283).

<i>Dimensões do CibAN</i>	Sexo				U	Z	valor-p	r
	Masculino (N = 45)		Feminino (N = 238)					
	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)				
Vitimização - Total (CibAN-TV)	162,62	1,2 (1,00)	138,10	1,1 (0,40)	4427,0	- 1,93	0,053	0,11
Vitimização - Agressão Direta (CibAN-VD)	158,86	1,0 (0,36)	138,81	1,0 (0,09)	4596,5	- 1,92	0,055	0,11
Vitimização - Controlo (CibAN-VC)	163,48	1,2 (2,11)	137,94	1,1 (0,67)	4388,5	- 2,03	0,042	0,12

Mdn - Mediana; AIQ - amplitude interquartil (P75-P25); OM - Ordem média (Mean rank).

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

U - Estatística de teste de Mann-Whitney; Z - Estatística de teste de Mann-Whitney estandardizada; r - Tamanho do efeito.

3.4. Avaliação da Relação entre o Abuso Cibernético no Namoro e os Escalões Etários

Os resultados relativos à comparação entre a Perpetração e Vitimização de acordo com a idade (escalões etários), encontra-se representada em baixo na Tabela 9. Apura-se que apenas se encontraram diferenças estatisticamente significativas relativamente à "Perpetração por agressão direta" de acordo com os escalões etários, $H(2) = 12,7$, $p = 0,002$, $\eta^2 = 0,04$, indicando um tamanho de efeito pequeno. A análise post hoc mostrou que o grupo de 15–18 anos (OM = 178,20) obteve pontuações significativamente mais altas do que o grupo de 19–21 anos (OM = 135,94) e o grupo de 22–25 anos (OM = 142,20). entre os valores do escalão etário 15-18 anos (OM = 178,2) e os escalões 19-21 anos (OM = 135,9) e 22-25 anos (OM = 142,2); $H = 12,7$; g.l. = 2; $p = 0,002$; $\eta^2 = 0,04$. Esta diferença sugere que os participantes mais novos (15-18 anos) reportaram maior envolvimento em agressões diretas face aos participantes mais velhos (19 a 25 anos).

Tabela 9 - Comparação da Perpetração e Vitimização de acordo com a idade (n = 286).

<i>Dimensões do CibAN</i>	Escalão Etário						H	gl	Valor-p	η^2
	15-18 anos (N = 30)		19-21 anos (N = 113)		22-25 anos (N = 143)					
	Ordem Média	Mdn (AIQ)	Ordem Média	Mdn (AIQ)	Ordem Média	Mdn (AIQ)				
<i>CibAN total - 40 itens</i>	154,47	1,1 (0,65)	140,31	1,1 (0,40)	143,72	1,1 (0,43)	0,72	2	0,697	0,005
<i>Perpetração - Total (CibAN-TP)</i>	151,88	1,1 (0,35)	140,54	1,1 (0,25)	144,08	1,1 (0,30)	0,49	2	0,782	0,005
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	178,20 a	1,0 (0,18)	135,94 b	1,0 (0,00)	142,20 b	1,0 (0,00)	12,7 0	2	0,002	0,038
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	143,35	1,2 (0,44)	141,11	1,2 (0,56)	145,42	1,2 (0,56)	0,19	2	0,912	0,006
<i>Vitimização - Total (CibAN-TV)</i>	158,87	1,1 (0,60)	139,86	1,1 (0,45)	143,15	1,1 (0,50)	1,38	2	0,503	0,002
Vitimização - Agressão Direta (CibAN-VD)	162,22	1,0 (0,27)	137,04	1,0 (0,00)	144,68	1,0 (0,09)	3,67	2	0,160	0,006
Vitimização - Controlo (CibAN-VC)	157,85	1,3 (1,11)	142,00	1,1 (0,78)	141,67	1,1 (0,89)	1,12	2	0,570	0,003

Mdn - Mediana; AIQ - amplitude interquartil (P75-P25); OM - Ordem média (Mean rank).

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

H - Estatística de teste de Kruskal-Wallis; g.l. - graus de liberdade; η^2 - tamanho do efeito.

a,b - Letras diferentes assinalam diferenças significativas ajustadas pelo teste de Bonferroni ($p < 0,05$)

Nos gráficos que se seguem consegues se comparar a perpetração e a vitimização de acordo com a idade da amostra num outro formato.

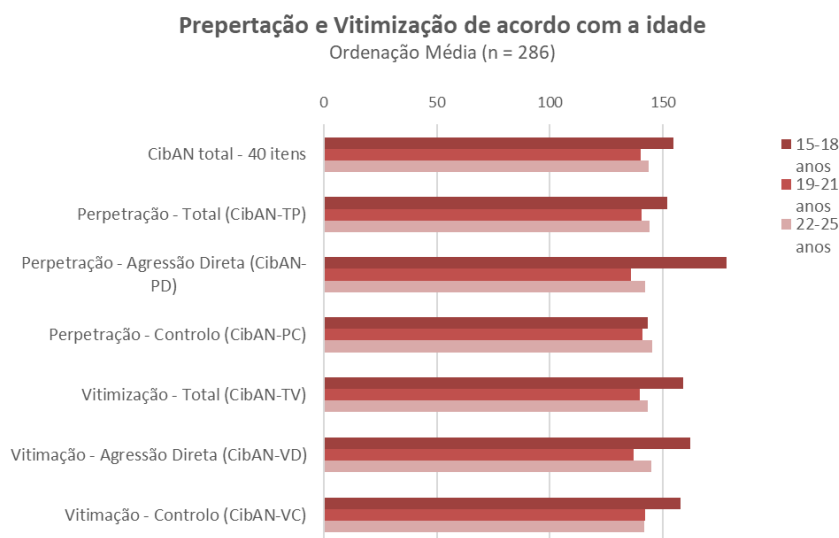


Gráfico 1 - Perpetração e vitimização de acordo com a idade em gráfico de barras.

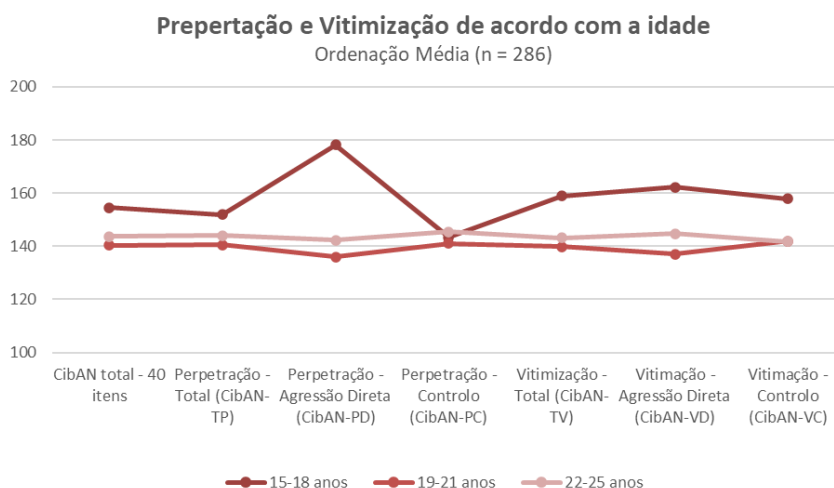


Gráfico 2 - Perpetração e vitimização de acordo com a idade em gráfico de áreas.

De uma forma geral, apura-se que para todas as dimensões do CibAN, os participantes que já estiveram numa relação amorosa obtiveram pontuações significativamente mais altas face aos que, quando responderam ao inquérito, estão numa relação amorosa. Quanto ao total do CibAN (40 itens), os participantes que estão atualmente numa relação amorosa (OM = 171,7) obtiveram pontuações significativamente mais altas quando comparados com aqueles que estão atualmente numa relação amorosa (OM = 128,34), $U = 6480$, $Z = -4,31$, $p < ,001$, $r = 0,25$, indicando um tamanho de efeito pequeno a moderado.

Relativamente ao total de perpetração (CibAN-TP), os participantes que já estiveram numa relação amorosa (OM = 159,5) a obterem pontuações mais altas do que aqueles que estão

atualmente numa relação (OM = 134,9), U = 7700,0, Z = -2,48, p = ,013, r = 0,15, sugerindo um tamanho de efeito pequeno.

Para a dimensão de perpetração por agressão direta (CibAN-PD), os participantes que já estiveram numa relação amorosa (OM = 170,73) obtiveram pontuações significativamente mais altas em comparação com aqueles que estão atualmente numa relação (OM = 128,86), U = 6577, Z = -5,82, p <,001, r = 0,34, indicando um tamanho de efeito moderado.

Quanto à vitimização total (CibaAN-TV), os participantes que já estiveram numa relação amorosa (OM = 177,68) obtiveram pontuações significativamente mais altas do que aqueles que estão atualmente numa relação (OM = 125,12), U = 5882, Z = -5,36, p <,001, r = 0,32, indicando um tamanho de efeito moderado.

Os participantes que já estiveram numa relação amorosa (OM = 181,79) obtiveram pontuações significativamente mais altas em vitimização por agressão direta (Ciban-VD) em comparação com aqueles que estão atualmente numa relação (OM = 122,91), U = 5471, Z = -7,32, p <,001, r = 0,43, representando um tamanho de efeito moderado a grande, como é perceptível na Tabela 10.

Tabela 10 - Comparação da Perpetração e Vitimização de acordo com a situação relacional (n = 286).

<i>Dimensões do CibAN</i>	Situação relacional				U	Z	valor-p	r
	relação amorosa (N = 186)		relação amorosa (N = 100)					
	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)	Ordem Média (OM)	Mdn (AIQ)				
<i>CibAN total - 40 itens</i>	128,34	1,1 (0,23)	171,7	1,3 (0,74)	6480,0	-4,31	<,001	0,25
<i>Perpetração - Total (CibAN-TP)</i>	134,9	1,1 (0,20)	159,5	1,2 (0,38)	7700,0	-2,48	0,013	0,15
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	128,86	1,0 (0,00)	170,73	1,0 (0,14)	6577,0	-5,82	<,001	0,34
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	137,33	1,1 (0,44)	154,98	1,2 (0,67)	8152,5	-1,785	0,074	0,11
<i>Vitimização - Total (CibAN-TV)</i>	125,12	1,0 (0,20)	177,68	1,3 (1,13)	5882,0	-5,36	<,001	0,32
Vitimização - Agressão Direta (CibAN-VD)	122,91	1,0 (0,00)	181,79	1,1 (0,59)	5471,0	-7,32	<,001	0,43
Vitimização - Controlo (CibAN-VC)	128,20	1,0 (0,44)	171,97	1,4 (1,94)	6453,5	-4,50	<,001	0,27

Mdn - Mediana; AIQ - amplitude interquartil (P75-P25); OM - Ordem média (Mean rank).

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

U - Estatística de teste de Mann-Whitney; Z - Estatística de teste de Mann-Whitney estandardizada; r - Tamanho do efeito.

Por fim, apenas não se verificou uma diferença estatisticamente significativa nas pontuações de perpetração por controlo (CibAN-PC) entre aqueles que estão atualmente numa relação (OM = 137,33) e aqueles que já estiveram numa relação amorosa (OM = 154,98), $U = 8152,5$, $Z = -1,79$, $p = ,074$, $r = 0,11$.

Foi encontrada uma diferença significativa no score total do CibAN total entre os grupos de duração da relação, $H(2) = 7,265$, $p = 0,026$, $\eta^2 = 0,019$, indicando um tamanho de efeito pequeno. O grupo "Entre 1 e 3 anos" (OM = 153,54) apresentou pontuações mais altas do que o grupo "Menos de 1 ano" (OM = 124,06), enquanto o grupo "Mais de 3 anos" (OM = 150,01) teve resultados intermédios, ao observar na Tabela 11.

Relativamente ao total da perpetração ("Perpetração total" (CibAN-TP), foram encontradas diferenças significativas de acordo com o período da relação, $H(2) = 7,50$, $p = 0,023$, com um tamanho de efeito pequeno ($\eta^2 = 0,014$). O grupo "Mais de 3 anos" (OM = 153,97) apresentou pontuações significativamente maiores do que o grupo "Menos de 1 ano" (OM = 124,00), enquanto o grupo "Entre 1 e 3 anos" (OM = 150,52), teve pontuações intermédias.

Tabela 11 - Comparação da Perpetração e Vitimização de acordo com Tempo de duração da relação (n = 286).

	Tempo de duração da relação						H	gl	Valor-p	η^2
	Menos de 1 ano (N = 87)	Entre 1 e 3 anos (N = 112)		Mais de 3 anos (N = 87)						
	Ordem Média	Mdn (AIQ)	Ordem Média	Mdn (AIQ)	Ordem Média	Mdn (AIQ)				
CibAN total - 40 itens	124,06b	1,1 (0,27)	153,54a	1,1 (0,58)	150,01a,b	1,1 (0,43)	7,27	2	0,026	0,019
<i>Perpetração - Total (CibAN-TP)</i>	124,00b	1,1 (0,20)	150,52a,b	1,1 (0,35)	153,97a	1,2 (0,30)	7,5	2	0,023	0,014
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	143,49	1,0 (0,00)	148,18	1,0 (0,00)	137,48	1,0 (0,00)	1,662	2	0,436	0,001
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	123,15b	1,0 (0,33)	149,87a,b	1,2 (0,67)	155,66a	1,3 (0,56)	8,407	2	0,015	0,023
Vitimização - Total (CibAN-TV)	127,03	1,0 (0,30)	154,08	1,2 (0,60)	146,35	1,1 (0,45)	5,9	2	0,052	0,007
Vitimização - Agressão Direta (CibAN-VD)	145,64	1,0 (0,09)	150,44	1,0 (0,18)	132,43	1,0 (0,00)	3,910	2	0,142	0,007
Vitimização - Controlo (CibAN-VC)	123,38b	1,0 (0,56)	154,76a	1,2 (1,11)	149,13a,b	1,2 (0,89)	8,489	2	0,014	0,023

Mdn - Mediana; AIQ - amplitude interquartil (P75-P25); OM - Ordem média (Mean rank).

Escala de avaliação: 1 = Nunca até 6 = Muitas vezes: mais de 20 vezes.

H - Estatística de teste de Kruskal-Wallis; g.l. - graus de liberdade; η^2 - tamanho do efeito.

a,b - Letras diferentes assinalam diferenças significativas ajustadas pelo teste de Bonferroni ($p < 0,05$)

Relativamente às dimensões da Perpetração, apenas se encontraram diferenças significativas para a dimensão "Perpetração por controlo" (CibAN-PC), $H(2) = 8,407$, $p = 0,015$, $\eta^2 = 0,023$, indicando um tamanho de efeito pequeno. O grupo "Mais de 3 anos" (OM = 155,66) teve pontuações significativamente mais altas do que o grupo "Menos de 1 ano" (OM = 123,15), enquanto o grupo "Entre 1 e 3 anos" (OM = 149,87) não obteve pontuações significativamente diferentes dos outros dois.

Quanto ao total da Vitimização (CibaAN-TV), foi observada uma diferença marginalmente significativa nas pontuações, $H(2) = 5,89$, $p = 0,052$, $\eta^2 = 0,007$, indicando que as diferenças entre os grupos podem ser pequenas e não estatisticamente robustas.

Relativamente à dimensão de vitimização, apenas para a dimensão de vitimização por controlo (CibAN-VC) foi encontrada uma diferença significativa, $H(2) = 8,489$, $p = 0,014$, $\eta^2 = 0,023$, com um tamanho de efeito pequeno. O grupo "Entre 1 e 3 anos" (OM = 154,76) apresentou pontuações significativamente mais altas do que o grupo "Menos de 1 ano" (OM = 123,38), enquanto o grupo "Mais de 3 anos" (OM = 149,13) não obteve pontuações significativamente diferentes dos outros dois.

Tabela 12 - Associação entre o cyber abuso no namoro (CibAN) e o bem-estar psicológico (QGBEP-R) ($n = 286$).

	Bem-Estar Psicológico (QGBEP-R)
CibAN total - 40 itens	-,235**
Perpetração - Total (CibAN-TP)	-,184**
Perpetração - Agressão Direta (CibAN-PD)	-,189**
Perpetração - Controlo (CibAN-PC)	-,178**
Vitimização - Total (CibAN-TV)	-,233**
Vitimização - Agressão Direta (CibAN-VD)	-,257**
Vitimização - Controlo (CibAN-VC)	-,216**

Correlação de Spearman, r_s (** $p < 0,01$).

Na Tabela 12, apresentam-se valores dos coeficientes de correlação de *Spearman* entre *CibAN* e respetivas dimensões e o *QGBEP-R*. Constatam-se que os instrumentos *QGBEP-R* e

CibAN estão significativamente correlacionados de forma negativa moderada a fraca ($0,2 < r_s < 0,3$). De uma forma geral apura-se que a vitimização (CibAN-TV) ($r_s = -,23; p < ,001$) apresenta uma relação negativa mais forte com as dimensões do QGBEP-R do que a Perpretação (CibAN-TP) ($r_s = -,18; p < ,001$). Desta forma, podemos concluir que existe uma validação cruzada consistente, entre os dois instrumentos.

Capítulo IV

Discussão dos Resultados

4. Discussão dos Resultados

O objetivo deste estudo é relacionar o cyber abuso com o bem-estar juvenil. As características sociodemográficas dos jovens estão relacionadas, com a presença de abuso cibernético no namoro (H1) onde o presente estudo concluiu que os participantes mais novos, com idades compreendidas entre os quinze e os dezoito anos, reportam um maior envolvimento em agressões face aos participantes mais velhos com idades entre os dezanove e os vinte e cinco.

Após compreender se a duração da relação está relacionada com a ocorrência de abuso cibernético no namoro (H2), o estudo afirma que os participantes que já estiveram numa relação amorosa, obtiveram uma pontuação significativamente mais alta em vitimização por agressão direta em comparação com aqueles que estão atualmente numa relação e ainda, a violência tem a tendência de acontecer nos primeiros tempos da relação do que possivelmente em relações mais longas.

Obtém-se a confirmação de que existe uma diferença significativa entre o sexo feminino e masculino na perpetração (H3), pois desta forma, o sexo masculino é reportado com um maior envolvimento entre a perpetração por agressões diretas do que o sexo oposto.

Ao esperar que o cyber abuso no namoro possui uma conotação negativa no bem-estar psicológico do jovem (H4), o presente estudo confirma que está relacionado de uma forma negativa com as dimensões do bem-estar, influenciando assim, a estabilidade emocional dos jovens.

Tal como observado por Sá (2017), o abuso cibernético ocorre quando danos físicos ou psicológicos são causados pelo meio do digital, onde recorrem à comunicação e informação para ameaçar a dignidade, a liberdade e os aspetos privados da vida do indivíduo. Com os dados que foram recolhidos observa-se que esse abuso contribui de forma negativa para o bem-estar juvenil e carrega consigo consequências negativas como o isolamento da vítima, vergonha, contribuem para o sofrimento emocional, dificuldades de relacionamento social e até mesmo um menor desempenho escolar (Sá, 2017).

Na perspetiva dos autores Martínez-Álvarez et al., (2014), a adolescência carrega consigo um peso importante para o desenvolvimento humano e este é um período de transição para a fase adulta onde inclui mudanças físicas, psicológicas, cognitivas e sociais. O estudo em

questão veio corroborar a literatura apresentada pois, foi nos participantes com idade compreendidas entre os 15 e os 18 anos que o maior envolvimento em agressões surgem, em caparação a idades superiores. Com isto compreende se que na adolescência inicia se o processo de compreender o “eu” como sujeito, e vivenciar momentos e experiências tao complexas e traumáticas deixam profundas marcas no desenvolvimento destes jovens como pessoas (Martínez-Álvarez, et al., 2014).

Acredita se que todo o estudo correspondeu às expectativas criadas sobre o tema, e uma conclusão a que se chegou foi que mesmo presentes no seculo XXI, mesmo com todas as batalhas relacionadas ao empoderamento feminino, mesmo com todas as batalhas para o fim da violência, o sexo masculino continua a ser reportado com o maior envolvimento na perpetração por agressões diretas do que o sexo feminino.

O presente estudo foca se no bem-estar juvenil e isso inclui tanto as raparigas como os rapazes, não querendo criar diferenças entre os géneros, visto que já se concluiu que a saúde mental, ou a ausência dela, pode ser percetível em qualquer pessoa, independente ca condição financeira, dos estudos, do género e da idade. Porém, continua a existir um número mais elevado de vitimização no sexo feminino no âmbito relacional, mesmo que seja reportado no início da relação como tivemos acesso nos dados obtidos.

Salienta-se que não se conseguiu apurar, as consequências e/ou danos causados aos jovens ao concluir que o abuso cibernético causa efeitos negativos no bem-estar, ou seja, como ficam estes jovens depois de um trauma causado num momento da vida em que ainda se estão a conhecer como pessoas? Quais os pensamentos ou dores? Que apoio ou suporte possuem?

Os dados encontrados apontam para uma clareza relevante entre a exposição ao abuso cibernético e níveis mais baixos de bem-estar psicológico entre os jovens envolvidos. Esta descoberta está em consonância com as pesquisas realizadas anteriormente, como as de Silva et al., (2021) e Gomes & Araújo (2019), que também indicaram o efeito adverso do abuso virtual na autoestima, sintomas de ansiedade bem como, sentimentos de angústia e solidão.

Uma informação particularmente significativa foi a intensidade da demonstração entre o período de exposição e a severidade dos sintomas retratados. Este facto indica que não só a ocorrência, mas também a regularidade e a extensão do abuso são elementos cruciais. Ao contrário da observação de Lima (2020), que contrapõe efeitos mais suaves em interações

esporádicas, a presente investigação sugere que uma exposição contínua pode resultar em situações mais severas de angústia emocional.

Os dados sugerem que o cyber abuso tem um impacto significativo e negativo no bem-estar dos jovens portugueses. A elevada percentagem de participantes que relatam experiências de abuso cibernético demonstra que esta é uma realidade comum e preocupante entre os adolescentes nos dias de hoje. A relação entre a frequência do abuso cibernético e os indicadores de mau estar emocional, indicam que quanto maior a exposição, maior será o sofrimento psicológico, o que responde à pergunta inicial do estudo, onde o cyber abuso efetivamente compromete o bem-estar juvenil dos jovens portugueses.

Os resultados desta pesquisa indicam de forma clara que o abuso cibernético afeta as qualidades do bem-estar dos jovens em Portugal. Os dados destacam a relevância de intervenções na saúde mental para reduzir as consequências dessas experiências, considerando que muitos jovens afetados não procuram apoio por vergonha ou medo de represálias. É nítido que se vive num momento onde as redes sociais e o acesso à internet é fulcral para o quotidiano, porém da mesma maneira que carrega as suas qualidades, trás também as suas desvantagens como podemos observar ao longo deste estudo, assim se questiona se a educação digital bem como a literacia emocional não deveriam de ser aspetos importantes a serem abordados com as gerações que se seguem, de forma a dar a conhecer o mundo oculto de riscos que o abuso cibernético carrega para o bem-estar e para a saúde mental.

Desta forma, este estudo não apenas valia o efeito prejudicial do abuso cibernético no bem-estar juvenil, mas também pede estratégias práticas para intervenção e prevenção tanto no âmbito educacional como no plano social.

Seria relevante que pesquisas futuras utilizassem abordagens longitudinais para entender como o abuso cibernético afeta os indivíduos ao longo do tempo. Além disso, pesquisas qualitativas poderiam aprofundar as experiências subjetivas dos jovens e do papel da família ou da escola na mitigação desses efeitos.

Considerações Finais

5. Considerações Finais

O presente estudo possibilitou uma abordagem abrangente e exploratória do tema do bem-estar. Embora seja uma área com vários estudos realizados, é relevante discutir o tema por ser um assunto atual e de interesse científico. Desta forma, importa destacar os principais resultados obtidos, a saber:

1. O género masculino destaca-se por ter um maior envolvimento na perpetração direta do que o género feminino;
2. Os participantes mais novos, ou seja, com idades compreendidas entre os 15 e os 18, têm um maior envolvimento nas agressões face aos participantes mais velhos;
3. Dos participantes, quem já esteve numa relação obteve uma pontuação significativamente mais elevada em vitimização por agressão direta, em comparação aos jovens que se encontram atualmente numa relação;
4. O abuso cibernético possui um caráter negativo no bem-estar juvenil;

Foi possível verificar que são vários os jovens de Portugal, sendo estudantes ou não, que têm os seus níveis de bem-estar perturbados devido à influência que o abuso cibernético possui no quotidiano. Confirmou-se existir uma relação perante as hipóteses e a opinião que os autores apresentam nos seus estudos com os dados obtidos através da presente investigação, provando assim, que o efeito sentido no cyber abuso contribui negativamente para o bem-estar e a saúde mental dos jovens.

Esta pesquisa possibilitou um olhar aprofundado sobre um público que ainda possui poucas informações na literatura. Portanto, a falta de informação sobre o Bem-Estar e a Saúde Mental dos jovens pode ser vista como uma limitação deste estudo. Contudo, pode servir como um incentivo para futuros pesquisadores focarem a sua atenção.

É relevante o avanço das pesquisas neste campo, não apenas para proporcionar um aprofundamento mais específico do tema, mas também como um benefício para uma investigação dentro deste campo científico em Portugal. Este também pode ser interpretado como um ponto inicial para entender o Bem-Estar e a Saúde Mental em indivíduos que vivem sob a vigilância constante das redes sociais e estão constantemente expostos às demandas desse mesmo ambiente. Assim, a execução desta pesquisa apresenta-se como uma relevante fundação para o desenvolvimento futuro de conceitos.

Destaca-se e apela-se com a presente investigação, a existência de diversos conceitos e pré-conceitos que são necessários serem desmitificados para uma melhor evolução do tema de Saúde Mental em Portugal, ou seja, a Saúde Mental não é sinónimo de ausência de doença, o que significa que o mental é tão importante quanto o físico que todos exibem. Não se escolhe idades, géneros nem momentos em que o abuso pode fragilizar a essência de alguém.

Este trabalho apresenta algumas limitações, tal como qualquer outro trabalho de investigação, que importa referir.

Em primeiro lugar, a amostra foi recolhida por conveniência, o que compromete a sua representatividade e, conseqüentemente, a generalização dos resultados para a população jovem portuguesa. Acresce que a amostra evidencia um predomínio acentuado do sexo feminino (84%) e uma concentração geográfica significativa na Região Norte (57%, NUTS II), o que limita a diversidade regional da amostragem.

Não obstante estas limitações, o estudo também apresenta contributos. A dimensão amostral, composta por 286 participantes, pode ser considerada robusta à luz dos critérios estabelecidos na literatura (Bryman, 2016), o que contribui para a fiabilidade e consistência dos resultados obtidos. Adicionalmente, salienta-se o carácter inovador da investigação, uma vez que, até à data, não foram identificados estudos que analisem de forma simultânea os dois instrumentos em questão. Este aspeto reforça a originalidade do presente trabalho e a sua pertinência no panorama científico atual.

Seria de grande interesse que estudos e investigações futuras investigassem a perceção do suporte social como um fator moderador e que abordagens seriam utilizadas para aprofundar a vivência das vítimas, bem como apaziguar o sofrimento causado por todos os fenómenos mencionados ao longo do estudo realizado.

Nos últimos anos houve um aumento significativo de produção científica sobre o bem-estar da população juvenil. Contudo, a relação entre a saúde mental e o abuso cibernético ainda é bastante escassa, pelo que o estudo que ora levamos a cabo poderá servir de mote para que outros investigadores orientem o seu estudo para esta problemática que a todos convoca.

Referências bibliográficas

Referências bibliográficas

- Alcantara, S. C., González-Carrasco, M., Montserrat, C., Viñas, F., Casas, F., & Abreu, D. P. (2017). Peer violence in the School Environment and Its Relationship with Subjective Well-Being and Perceived Social Support Among Children and Adolescents in Northeastern Brazil. *Journal of Happiness Studies*, 18(5), 1507–1532. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9786-1>
- Araújo, D. (31 de março de 2023). Ciber-abuso nos relacionamentos afetivo-amorosos, vinculação e perturbação de stress pós-traumático em adolescentes e adultos. Obtido de Universidade catolica portuguesa: <http://hdl.handle.net/10400.14/41179>
- Bach, J. M., & Guse, T. (2015). The effect of contemplation and meditation on ‘great compassion’ on the psychological well-being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 10(4), 359–369. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.965268>
- Baião, Joana Margarida Vinagre (2014). Serão as crianças igualmente felizes? o papel da etnia, sexo e ano escolar no bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes. Lisboa: ISCTE-IUL. - Dissertação de mestrado em Psicologia Comunitária e Proteção de Menores, Departamento de Psicologia Social e das Organizações, ISCTE Instituto Universitário de Lisboa <http://hdl.handle.net/10071/9110>
- Bizarro, L. (1999). O bem-estar psicológico durante a adolescência. Tese de doutoramento, Universidade de Lisboa, Departamento de Psicologia Clínica da Faculdade de Psicologia <http://hdl.handle.net/10451/42412>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69–72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Brown, C., & Hegarty, K. (2018, May 1). Digital dating abuse measures: A critical review. *Aggression and Violent Behavior*. Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.03.003>
- Bryman, A. (2015). *Social Research Methods (4th Edition)* by Alan Bryman. *Abhigyan VO* - 32, (4), 77.

- Caridade, S., & Machado, C. (2006). Instituto Universitário ISPA. Violência na intimidade juvenil: Da vitimação à perpetração, pp. 485-493. <http://hdl.handle.net/10400.12/6063>
- Carvalho, N. A. (2015). Bem-estar psicológico e recursos contextuais e pessoais em adolescentes de uma escola particular portuguesa. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/18327>
- Cavaco, T., & Silva, F. (Abril/Junho de 2024). Gazeta Médica. Critical Reflection on child and adolescent mental health in Portugal.
- Cavalcanti, J. G., & Coutinho, M. da P. de L. (2019). Cyber dating abuse: A review of prevalence, evaluation instruments and risk factors. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 37(2),235–254.
<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6888>
- Cerdeira De Souza, Daniel; Ribeiro Da Silva, Iolete y Sant'ana Honorato, Eduardo Jorge. Relacionamentos abusivos: significações atribuídas por jovens universitários de Manaus. *Ultima décad.* [online]. 2022, vol.30, n.58, pp.226-256. ISSN 0718-2236. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22362022000100226>.
- Coelho, E. B. S., Da Silva, A. C. L. G., & Lindner, S. R. (2014). Violência: Definições E Tipologias. Universidade Federal de Santa Catarina (pp. 1–32). Retrieved from https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/1862/1/Definicoes_Tipologias.pdf
- Dahlberg, L. L., & Krug, E. G. (2006). Violence a global public health problem. *Ciência e Saúde Coletiva*. Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232006000200007>
- Delgado,P., Alexandre, J., Oliveira, J., Carvalho, H., & Carvalho, J. M. S. (2018) "Pedagogía social, investigación y familias". O papel do ócio no bem-estar subjetivo das crianças
- De Antoni, C. (2000). Vulnerabilidade e resiliência familiar na visão de adolescentes maltratadas. Porto Alegre, RS. Dissertação de mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 160 p.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222–235. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4>
- Durão, L. (2020). Fatores de risco e promoção, comportamentos antissociais e consumo de substâncias ilícitas em jovens institucionalizados. Instituto Politécnico de Portalegre; Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. <http://hdl.handle.net/10400.26/35174>
- Faias, J., Caridade, S., & Cardoso, J. (2017). Exposição à violência familiar e abuso íntimo em jovens: Que relação? *Psychologica*, 59(1), 7–23. https://doi.org/10.14195/1647-8606_59-1_1
- Fattore, T., Mason, J., & Watson, E. (2009). When Children are Asked About Their Well-being: Towards a Framework for Guiding Policy. *Child Indicators Research*, 2(1), 57–77. <https://doi.org/10.1007/s12187-008-9025-3>
- Fernandes Ferreira Lima, Rebeca e Araújo De Morais, Normanda. Bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes: revisão integrativa. *Cienc. Psicol.* [online]. 2018, vol.12, n.2, pp.249-260. ISSN 1688-4094. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1689>.
- Figueiras, M. M. (julho de 2017). A relação entre o bem-estar psicológico, autoestima e felicidade: Diferenças entre alunos do ensino superior privado e alunos do ensino superior público em Portugal. Universidade Fernando Pessoa
- Folque, M., & Vaz-Velho, C. (2020). O aprender e o bem-estar como conceitos complexos construídos por crianças pequenas. *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)Biográfica*, 5(15). <https://doi.org/10.31892/rbpab2525-426x.2020.v5.n15.p1191-1211>
- Franco, C., & Costa De Lemos, R. (2019). Uso problemático da Internet e das Redes Sociais: Relação com a regulação da satisfação das necessidades psicológicas e a saúde mental. Obtido Universidade de Lisboa
- García-Sánchez, P. V., Guevara-Martínez, C., Rojas-Solís, J. L., Peña-Cárdenas, F., & González Cruz, V. G. (2017). Apego y Ciber-violencia en la pareja de adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. *Revista INFAD de Psicología.*, 2(1), 541. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.879>

- Gaspar, T., Tomé, G., Gómez-Baya, D., Guedes, F. B., Cerqueira, A., Borges, A., & Matos, M. G. de. (2019). O bem-estar e a saúde mental dos adolescentes portugueses. *Revista de Psicologia Da Criança e Do Adolescente*, 10(1), 17–27. Retrieved from <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2626>
- Goncy, E. A., & Van Dulmen, M. H. M. (2016). The association of attachment anxiety and avoidance with emotional dating abuse perpetration using multimethod, dyadic data. *Violence and Victims*, 31(4), 622-637. https://doi.org/10.1891/0886_6708.VV-D-14-00125
- González-Carrasco, M., Vaqué, C., Malo, S., Crous, G., Casas, F., & Figuer, C. (2019). A qualitative longitudinal study on the well-being of children and adolescents. *Child Indicators Research*, 12(2), 479-499.
- Grassi Bonamigo, V., Broering Gomes Torres, F., Gessner Lourenço, R., & Regina Cubas, M. (2022). Violência Física, Sexual e Psicológica segundo a análise conceitual evolucionista de Rodgers. *Cogitare Enfermagem*, (27), 1–14. <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.82955>
- Guida, S., Ribeiro, S., Souza, M., & Monteiro, P. (2024). Construção de identidade na Adolescência: Dilemas individuais e sociais. *Saberes Revista Interdisciplinar de Filosofia e Educação*.
- Hardcastle, B., Byrnes, D., Bartlett, A., Denton, P., & Walsh, P. R. (1981). *The Ecology of Human Development—Experiments by Nature and Design* by Urie Bronfenbrenner. Cambridge, Ma.: Harvard University Press, 1979. 330 pp. *The Educational Forum*, 46(1), 117–123. <https://doi.org/10.1080/00131728109336000>
- Henry, N., & Powell, A. (2018). Technology-Facilitated Sexual Violence: A Literature Review of Empirical Research. *Trauma, Violence, and Abuse*, 19(2), 195–208. <https://doi.org/10.1177/1524838016650189>
- Hohendorff, J. V., Habigzang, L. F., & Koller, S. H. (2017). “A boy, being a victim, nobody really buys that, you know?”: Dynamics of sexual violence against boys. *Child Abuse and Neglect*, 70, 53–64. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.05.008>
- Kim, Y., Wang, Y., & Oh, J. (2016). Digital Media Use and Social Engagement: How Social Media and Smartphone Use Influence Social Activities of College

- Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(4), 264–269.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0408>
- Kulkarni, J., Gavrilidis, E., Hudaib, A. R., Bleeker, C., Worsley, R., & Gurvich, C. (2018). Development and validation of a new rating scale for perimenopausal depression - The Meno-D. *Translational Psychiatry*, 8(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-018-0172-0>
- Lima, C., Ferreira, C., Freitas, N., Brito, G., Alonso, R., & Cardoso, L., (2022). The Impact of Bullying on the development of pediatric psychiatric disorders. Obtido de Revista Cedigma.
- Lopes, L. D. R. (2021). Violência Intrafamiliar: Suas Formas E Consequências. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento*, 161–173.
<https://doi.org/10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/violencia-intrafamiliar>
- Lopes, P. J. (2020). Criminalidade económica financeira: Corrupção, Contexto Social vs Contexto Legal. Universidade Fernando Pessoa
- Lorente-Acosta, M. (2020, July 1). Gender-based violence during the pandemic and lockdown. *Revista Espanola de Medicina Legal*. Ediciones Doyma, S.L.
<https://doi.org/10.1016/j.reml.2020.05.005>
- Lu, Y., Van Ouytsel, J., Walrave, M., Ponnet, K., & Temple, J. R. (2018). Cross-sectional and temporal associations between cyber dating abuse victimization and mental health and substance use outcomes. *Journal of Adolescence*, 65, 1–5.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.02.009>
- Martinez-Alvarez, J., Fuertes-Martin, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., & Gonzalez-Ortega, E. (2014). Parental attachment in childhood and quality of the romantic relationships of young adults: the mediating effect of adult attachment. *Anales De Psicologia*, 30(1), 212–221.
- Matos, A. P., André, R. S., Cherpe, S., Rodrigues, D., Figueira, C., & Pinto, A. M. (2010). Estudo Psicométrico preliminar da Mental Health Continuum – Short Form – for youth numa amostra de adolescentes portugueses. *Psychologica*, (53), 131–156.
https://doi.org/10.14195/1647-8606_53_7

- Moreira de Freitas, R. J., Oliveira, T. N. C., Melo, J. A. L. de, Silva, J. do V. e, Melo, K. C. de O. e M., & Fernandes, S. F. F. (2021). Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. *Enfermería Global*, 20(4), 324–364. <https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>
- Muñiz Rivas, M., & Monreal Gimeno, M. C. (2017). Violencia de pareja virtual y ajuste psicossocial en la adolescência desde la perspectiva de género. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 2(1), 115. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.924>
- Naeemi, S., Tamam, E., Hassan, S. H., & Bolong, J. (2014). Facebook Usage and its Association with Psychological Well-being among Malaysian Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 155, 87–91. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.10.261>
- Navarro, R., Lee, S. ha, Jiménez, A., & Cañamares, C. (2019). Cross-Cultural children's Subjective Perceptions of Well-Being: Insights from Focus Group Discussions with Children Aged under 9 years in Spain, South Korea and Mexico. *Child Indicators Research*, 12(1), 115–140. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9502-7>
- Newman, S. (2018). Vygotsky, Wittgenstein, and sociocultural theory. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 48(3), 350–368. <https://doi.org/10.1111/jtsb.12174>
- Nico, M., & Alves, N. de A. (2017). O bem-estar das crianças e dos jovens em Portugal: contributos de uma pesquisa qualitativa. *Sociologia: Revista Da Faculdade de Letras Da Universidade Do Porto*, 34, 93–113. <https://doi.org/10.21747/08723419/soc34aa5>
- Oliveira, M. S., & Sani, A. I. (2009). A Intergeracionalidade da violência nas relações de namoro. *Revista Da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais*, 6, 162–170.
- Pascal, C., & Bertram, T. (2018). Effective early learning: Praxeological and psiticipatory approach to evaluating and improving quality in early childhood education. *Revista Da FAEEBA - Educação e Contemporaneidade*, 27(51), 105–120. <https://doi.org/10.21879/faeeba2358-0194.2018.v27.n51.p105-120>
- Patias, N. D., Da Silva, D. G., & Dell'aglio, D. D. (2016). Exposição de Adolescentes à Violência em Diferentes Contextos: Relações com a Saúde Mental. *Temas Em Psicologia*, 24(1), 205–218. <https://doi.org/10.9788/TP2016.1-14>

- Pavão, A., Kernkamp, C., & Barboza, S. (2015). *Relações Humanas e Sociais*. Londrina: Editora e Distribuidora Educacional.
- Pereira, M., Antunes, M., Barroso, I., Correia, T., Brito, I., & Monteiro, M. (2018). Adaptação e validação do Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico: Análise fatorial confirmatória da versão reduzida. Artigo de Investigação.
- Peskin, M. F., Markham, C. M., Shegog, R., Temple, J. R., Baumler, E. R., Addy, R. C., ... Emery, S. T. (2017). Prevalence and Correlates of the Perpetration of Cyber Dating Abuse among Early Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 358–375. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0568-1>
- Quaresma, C. C. P. F. (2012). Violência Doméstica: Da Participação da Ocorrência à Investigação Criminal. *Cadernos da Administração Interna* (p. 191). Retrieved from http://popdesenvolvimento.org/images/ficheiros-pt/genero/Publicacao_VD_dez_2012_v1.pdf
- Ramos, V. (2019). A motivação e o sucesso escola. *Psicologia.pt*. O portal dos psicólogos.
- Raymond Quivy, & Luc Van Campenhoudt. (1998). Manual de investigação em ciências sociais. Vasa (pp. 1–34).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M., & Hughes, D. L. (2003). Status inequalities, perceived discrimination, and eudaimonic well-being: Do the challenges of minority life hone purpose and growth? *Journal of Health and Social Behavior*. American Sociological Association. <https://doi.org/10.2307/1519779>
- Saial, A. (dezembro de 2020). Abuso Cibernético nas Relações de Intimidade dos Jovens Adultos. Relação entre o uso problemático de internet, recurso a estratégias cibernéticas abusivas e existência de traços de psicopatia. Repositório Científico digital da Universidade da Madeira <http://hdl.handle.net/10400.13/3397>
- Sani, A. I. (2003). Instrumento da Investigação. Sinalização do Ambiente Natural Infantil

- Sá, A. A. (julho de 2017). As representações sociais dos estudantes da Universidade do Minho sobre o fenómeno do Cyberbullying. Universidade do Minho Instituto de Ciências Sociais.
- Santos, L. F., Costa, M. M. da, Javae, A. C. R. de S., Mutti, C. F., & Pacheco, L. R. (2019). Fatores que interferem no enfrentamento da violência infantil por conselheiros tutelares TT - Factors that interfere with the confrontation of child violence by guardianship counselors. *Saúde Debate*, 43(120), 137–149. Retrieved from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042019000100137
- Santos, I. V. P., Amâncio, N. de F. G., Romão, M. F., & De Almeida, K. C. (2023). A influência das mídias e redes sociais na saúde mental dos jovens. *Brazilian Journal of Health Review*, 6(1), 3771–3784. <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n1-292>
- Serrano, G. P. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais - Casos práticos*. Porto: Porto Editora.
- Schütz, F. F., Sarriera, J. C., Bedin, L., & Montserrat, C. (2015). Subjective well-being of children in residential care centers: Comparison between children in institutional care and children living with their families. *Psicoperspectivas*. Pontificia Universidad Catolica de Valparaiso. <https://doi.org/10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL14-ISSUE1-FULLTEXT-517>
- Silva, P. M. (2018). *Violência: um estudo sobre o fenômeno e suas implicações no convívio escolar*. Repositório da Universidade Fernando Pessoa
- Statham, J., & Chase, E. (2010). Childhood Wellbeing: A brief overview. *Loughborough: Childhood Wellbeing Research ...*, (August), 1–18. Retrieved from http://www.cwrc.ac.uk/documents/CWRC_Briefing_paper.pdf
- Thiengo, D. L., Cavalcante, M. T., & Lovisi, G. M. (2015). Prevalence of mental disorders among children and adolescents and associated factors: A systematic review. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Editora Científica Nacional Ltda. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000046>
- Varga, S., Piko, B. F., & Fitzpatrick, K. M. (2014). Socioeconomic inequalities in mental well-being among Hungarian adolescents: A cross-sectional study. *International Journal for Equity in Health*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s12939-014-0100-8>

- Ventura, M., Frederico-Ferreira, M., & Magalhães, M. (julho de 2013). Violência nas relações de intimidade: crenças e atitudes de estudantes do ensino secundário. *Revista de Enfermagem Referência*, III Série(11), 95–103. <https://doi.org/10.12707/riii12120>
- Vujčić, M. T., Brajša-Žganec, A., & Franc, R. (2019). Children and Young Peoples' Views on Well-Being: A Qualitative Study. *Child Indicators Research*, 12(3), 791–819. <https://doi.org/10.1007/s12187-018-9559-y>
- Yin, R. K. (2016). *Qualitative research from start to finish* (2a ed.). New York, London: The Guilford Press, 72(7-8), 20-22
- Zweig, J. M., Dank, M., Yahner, J., & Lachman, P. (2013). The Rate of Cyber Dating Abuse Among Teens and How It Relates to Other Forms of Teen Dating Violence. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(7), 1063–1077. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9922-8>

Anexos

Anexo I – Pedido de tratamento de dados



Pedido de tratamento de dados

INFORMAÇÃO DO PARECER	
Data de entrada do pedido	21/01/2024
Número do Parecer	12//2024/RGPD
Identificação do Requerente	Joana Pereira Marques
Identificação do Curso	Mestrado em Intervenção Social na Infância e Juventude em Risco de Exclusão
Identificação do projeto	Estudo sobre o abuso cibernético no namoro e no bem-estar dos jovens da Região Norte

PARECER:

Aprovado o pedido de tratamento de dados pessoais, tendo em conta os procedimentos e mecanismos apresentados.

No entanto, salvaguardo que no momento da recolha dos dados, os titulares devem ser informados da finalidade do tratamento dos dados, da identificação do responsável pelo tratamento dos dados, as categorias de dados pessoais recolhidos e tratados, a forma de recolha e tratamento dos dados pessoais, as entidades a quem possam os dados ser comunicados, o prazo de conservação dos dados, as formas de exercício do direito de acesso, de retificação ou esquecimento e o contacto do Encarregado de Proteção de Dados do ISSSP

Esta cedência de dados, aplica-se exclusivamente à comunidade académica do ISSSP para a respetiva tese, ficando o docente orientador solidariamente responsabilizado por eventuais incumprimentos, quando estes resultarem inequivocamente da sua ação.

O processo de recolha e tratamento de dados subsequente para efeitos da investigação, deve iniciar-se com a obtenção do consentimento dos titulares dos dados e ser leal, lícito, transparente e respeitador das normas de minimização de dados e os direitos individuais.

Concluído o trabalho académico, os dados cedidos devem ser destruídos.

Suporte Legal:

- Regulamento 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril - RGPD.
- Lei n.º 67/1998, de 26 de outubro - Lei da Proteção de Dados Pessoais.
- Lei n.º 26/2016, de 2 de agosto - Nova LADA.
- Lei 62/2007, de 10 de outubro - Regime Jurídico das Instituições de Ensino Superior.
- Decreto-Lei n.º 65/2018, de 16 de agosto - Regime jurídico dos graus académicos e diplomas

Senhora da Hora, 22 de Janeiro de 2024



Adriana Neves, Phd
A Encarregada da Proteção de Dados
Pedido de tratamento de dados

Proteção de Dados Pessoais
rgpd@issp.pt

Anexo II – Parecer Positivo da Comissão de Ética



Comissão de Ética

para mim ▾

quinta, 14/03, 22:34 (há 8 dias) ☆ ↶ ⋮

Caro/a mestrand(a):

Cabe informar que o seu projeto de investigação foi analisado por esta Comissão de Ética, tendo tido um parecer final positivo. Segue em anexo o parecer com as recomendações e/ou pedidos de esclarecimentos solicitados.

Atenciosamente,

--

Pela Comissão de Ética do ISSSP

EXEMPLAR, NÃO FOTOCOPIAR