

2023

**INÊS SOFIA  
BATISTA XAVIER**

**AMOR ENTRE ECRÃS: O SEXO E A IDADE MODERAM  
A RELAÇÃO ENTRE *PARTNER PHUBBING* E  
A SATISFAÇÃO NO RELACIONAMENTO AMOROSO?**



2023

**INÊS SOFIA  
BATISTA XAVIER**

**AMOR ENTRE ECRÃS: O SEXO E A IDADE MODERAM  
A RELAÇÃO ENTRE *PARTNER PHUBBING* E  
A SATISFAÇÃO NO RELACIONAMENTO AMOROSO?**

Dissertação apresentada à Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Europeia, para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, realizada sob a orientação científica da Doutora Inês Saraiva Ferreira, Professora Auxiliar da Universidade Europeia e da Doutora Maria Belén Rando, Professora Auxiliar Convidada do Instituto Superior das Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa.



## Agradecimentos

Agradeço, primeiramente, à minha Instituição de Ensino, Universidade Europeia, pelo acolhimento afetuoso que usufruí ao longo destes 2 anos de formação académica. De modo particular, agradeço à Orientadora de Dissertação, Professora Doutora Inês Ferreira, pelo trato humanizado e atento, com que pautou a minha orientação. Agradeço também à Coorientadora Professora Doutora Maria Belén Rando, pela sua colaboração repleta de entusiasmo e sabedoria.

Agradeço aos meus colegas, António Esteves e Milena Castro, que cooperaram numa fase inicial de investigação com as suas valiosas contribuições.

Expresso o meu agradecimento infindável às minhas amigas, Carolina e Marta, pelo incentivo e companheirismo diário, que direta ou indiretamente me impediram de desistir. As extensas horas de trabalho que marcaram este percurso teriam sido muito mais solitárias e desafiadoras.

Ao meu namorado Diogo, que ao longo dos 5 anos de formação académica, por meio da sua calma e clareza, me amparou em todos os desafios que me pareciam insuperáveis. A vitória de encerrar este Mestrado é, em grande parte, também dele, merecendo todo o meu reconhecimento.

À minha mãe exponho um agradecimento emotivo pela compreensão ao longo deste caminho, que nunca duvidando que o momento de conclusão chegaria, sempre me apoiou, sendo mais que uma mãe, uma verdadeira amiga.

Finalizo esta Dissertação de Mestrado, que tendo sido talhada por extrema exigência emocional, foi certamente concluída graças ao apoio, teórico e emocional, de todos os mencionados anteriormente e aos que, de alguma forma, contribuíram para o encerramento deste ciclo.

Esta dissertação foi feita também graças a todos vós, obrigada!

## Resumo

A era digital ocasionou um fenómeno desafiante nos relacionamentos amorosos, o *partner phubbing*, que compreende o ato de um indivíduo se distrair com o seu *smartphone*, durante a comunicação face a face, quando está com o seu parceiro amoroso (Roberts & David, 2016). Assim, o presente estudo teve como objetivo descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso numa amostra de indivíduos residentes em Portugal, assim como analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada. Para o alcance destes objetivos, foi utilizada uma abordagem quantitativa, tendo sido analisados os dados de um questionário *online* aplicado a uma amostra de 206 adultos com um relacionamento amoroso, e idades entre os 19 e os 78 anos ( $M = 39$ ,  $DP = 15.3$ ), incluindo 133 do sexo feminino e 73 do sexo masculino. De seguida, procedeu-se à realização de análises descritivas e de regressão. Os resultados da análise descritiva revelaram que o *partner phubbing* foi moderado, sendo globalmente consistente entre sexos e idades. Para além disso, ambos os sexos identificaram os seus relacionamentos como altamente satisfatórios, embora o sexo feminino tenha apresentado pontuações ligeiramente superiores, assim como participantes mais jovens, reduzindo a satisfação com o evoluir da idade. Já os resultados da análise de regressão mostraram que o aumento de *partner phubbing* se associa negativamente com a satisfação no relacionamento e que também existe uma relação inversa entre esta última e a idade. No entanto, não foi identificada moderação significativa do sexo e da idade nesta associação. Estes resultados fornecem evidências relevantes sobre os efeitos negativos da prática de *phubbing* num relacionamento amoroso.

### *Palavras-chave*

*partner phubbing*, satisfação no relacionamento, análise de regressão, efeito de moderação

## Abstract

The digital age has brought about a challenging phenomenon in romantic relationships, partner phubbing, which comprises the act of an individual being distracted by their smartphone during face-to-face communication when they are with their romantic partner (Roberts & David, 2016). Therefore, this study aimed to describe partner phubbing behaviour and relationship satisfaction in a sample of individuals living in Portugal, as well as to analyse whether the relationship between partner phubbing and relationship satisfaction is moderated by gender and age, when the duration of the relationship is controlled. To achieve these objectives, a quantitative approach was used, analysing data from an online questionnaire applied to a sample of 206 adults in a romantic relationship, aged between 19 and 78 ( $M = 39$ ,  $SD = 15.3$ ), including 133 females and 73 males. Descriptive and regression analyses were then carried out. The results of the descriptive analysis revealed that partner phubbing was moderate and was generally consistent between genders and ages. In addition, both sexes identified their relationships as highly satisfactory, although the female sex showed slightly higher scores, as did younger participants, with satisfaction decreasing with age. The results of the regression analysis showed that an increase in partner phubbing is negatively associated with relationship satisfaction and that there is also an inverse relationship between the latter and age. However, no significant moderation of gender and age was identified in this association. These results provide relevant evidence about the negative effects of phubbing in a romantic relationship.

### *Keywords*

*partner phubbing*, relationship satisfaction, regression analysis, moderation effect

## Índice

INTRODUÇÃO .....	1
ESTUDO EMPÍRICO.....	8
Resumo .....	10
Introdução .....	11
Método .....	14
Participantes .....	14
Instrumentos .....	17
Escala de Phubbing do Parceiro .....	17
Escala de Avaliação Relacional.....	18
Procedimento.....	19
Análises Estatísticas .....	20
Resultados .....	20
Resultados das Análises Descritivas .....	20
Modelo de Regressão para a Satisfação no Relacionamento Amoroso .....	23
Discussão .....	26
Referências.....	33
DISCUSSÃO GERAL .....	41
Objetivos do Estudo e Hipóteses.....	42
Contributos e Implicações para a Psicologia.....	47
Limitações e Estudos Futuros .....	49
Conclusão.....	51
Referências.....	52

## Índice de Figuras

### INTRODUÇÃO

Figura 1	Modelo Conceptual de Moderação.....	7
----------	-------------------------------------	---

### ESTUDO EMPÍRICO

Figura 1	Modelo Conceptual de Moderação.....	14
Figura 2	Modelo Estatístico .....	26

## Índice de Tabelas

Tabela 1	Caraterísticas Sociodemográficas da Amostra (n=206).....	15
Tabela 2	Duração da Relação dos Participantes .....	17
Tabela 3	Estatísticas Descritivas de <i>Partner Phubbing</i> no Total da Amostra, por Sexo e por Faixa Etária.....	21
Tabela 4	Estatísticas Descritivas da Satisfação no Relacionamento no Total da Amostra, por Sexo e por Faixa Etária.....	22
Tabela 5	Resumo do Modelo .....	23
Tabela 6	Modelo de Regressão para a Satisfação no Relacionamento Amoroso .....	25

## **INTRODUÇÃO**

## Introdução

Nas últimas décadas, tem-se verificado um aumento progressivo do uso dos telemóveis. Especialmente, os telemóveis com acesso à internet (*smartphones*) tornaram-se parte integrante da vida dos indivíduos. Em Portugal, existiam cerca de 7.52 milhões de utilizadores de *smartphones* em 2022, correspondendo a 73% da população, estimando-se um aumento para 7.69 milhões de utilizadores em 2023 (Statista, 2023), comprovando o acentuado crescimento do uso destes aparelhos na atualidade.

O aumento do uso dos *smartphones* ocasionou inúmeros benefícios à sociedade atual, como a comunicação quase instantânea e o acesso facilitado à informação. No entanto, a natureza e consequências destas transformações são imprecisas e discutíveis, trazendo novos significados à comunicação, mas também às interações (Guazzini et al., 2021; McDaniel & Coyne, 2016; Thabassum, 2021). Segundo McDaniel e Coyne (2016), a presença de dispositivos tecnológicos como o *smartphone* interrompe frequentemente as interações com os parceiros amorosos. No seu estudo, verificaram que estas interrupções são preditoras de maiores níveis de conflito entre o casal devido ao uso da tecnologia, o que, por sua vez, diminui a qualidade do relacionamento.

Assim, a relação entre o recurso à tecnologia e as dinâmicas interpessoais aparenta ser complexa, com novos conceitos a emergirem nas últimas décadas para representar comportamentos, implicações e consequências desta nova era digital. Desta forma, um dos fenómenos emergentes que tem ganho destaque é o *phubbing*. O *phubbing* pode ser descrito como o comportamento de um indivíduo olhar para o seu telemóvel durante uma conversa com outros indivíduos, interagindo com o mesmo e evitando a comunicação interpessoal (Karadağ et al., 2015). Assim, para ser considerado *phubbing*, este comportamento depende significativamente do contexto onde ocorre (Ergün et al., 2020). Isto é, o comportamento de *phubbing* não se identifica como uma ação isolada, sendo necessária a existência de pelo menos um destinatário deste mesmo comportamento, num contexto social presencial (como encontros ou conversas), para que de facto esteja a ocorrer *phubbing* (Thabassum, 2021). Além disso, pode depender de vários fatores contextuais, como a relação entre as pessoas, o conteúdo da interação ou o propósito do uso do *smartphone*, tornando este comportamento subjetivo e complexo (Aagaard et al., 2021). Deste modo, o *phubbing*, ocorrendo num contexto social, é associado a

mais três conceitos: *phubber*, *phubbee* e *phubbed*, comumente identificáveis na vida social (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). O *phubber* é o indivíduo que, durante uma interação social presencial, concentra a sua atenção no *smartphone*. Já o *phubbee*, por consequência, é o indivíduo que é desprezado face ao comportamento do *phubber*, enquanto está a ser “*phubbed*” (Al-Saggaf & O’Donnell, 2019; Beukeboom & Pollmann, 2021; Rahman et al., 2022).

Considerando estes conceitos, um contexto relacional onde o comportamento de *phubbing* pode estar amplamente presente é nos relacionamentos amorosos, designado por *partner phubbing* (Roberts & David, 2016). Deste modo, este conceito compreende o ato de um indivíduo se distrair com o seu *smartphone*, durante a comunicação face a face, quando está com o seu parceiro amoroso (Roberts & David, 2016). Nesta medida, o parceiro interrompe frequentemente a comunicação, verificando o *smartphone* e conectando-se com o mesmo (Yam, 2023). Assim, o *partner phubbing* é medido pela percepção dos comportamentos de *phubbing* de um parceiro amoroso, relatado pelo outro parceiro de relacionamento (Roberts & David, 2016).

As interações entre parceiros amorosos e o modo como interpretam as mesmas podem ser pautadas por grande complexidade, e considerando que o *partner phubbing* pode ser um fenómeno cada vez mais comum, torna-se importante do ponto de vista teórico e prático explorar os seus efeitos na satisfação no relacionamento amoroso (Wang et al., 2021; Wang & Zhao, 2022). Esta satisfação é compreendida pela avaliação interpessoal e subjetiva do indivíduo face aos sentimentos pelo seu parceiro amoroso (Beukeboom & Pollmann, 2021; Cizmeci, 2017; Utami et al., 2021).

Para investigar a influência do *partner phubbing* no relacionamento amoroso, especialmente na satisfação no relacionamento, o estudo de Wang et al. (2017) envolvendo uma amostra de adultos casados, documenta que o *partner phubbing* tem um efeito negativo na satisfação no relacionamento. Num estudo posterior, igualmente com uma amostra de adultos casados, o *partner phubbing* foi negativamente associado à satisfação conjugal (Wang & Zhao, 2022). Também num estudo realizado por Yam (2023), foi indicado que o *partner phubbing* estaria associado a uma diminuição na satisfação no relacionamento e na qualidade percebida do relacionamento romântico. Deste modo, parceiros que relatam *partner phubbing* parecem ser menos felizes em comparação com parceiros que não reportam este comportamento (McDaniel et al., 2020). Também foi identificada uma relação negativa significativa entre *partner phubbing* e qualidade conjugal (Carnelley et al., 2023; Khodabakhsh & Ong, 2021). Embora estes

resultados sejam consistentes em termos globais, também existem estudos onde esta relação não se verifica. No estudo de Servies (2012), foi identificado que distrações geradas pelo telemóvel, como receber mensagens de texto constantemente, não tinham qualquer impacto na perceção da qualidade da comunicação, intimidade ou compromisso da relação, tanto por parte do sexo masculino como feminino. No entanto, verificou-se uma correlação entre o uso do telemóvel para chamadas telefónicas ou troca de mensagens e uma menor satisfação na relação por parte do sexo masculino, mas não feminino. Já no estudo de Cizmeci (2017), embora baseado numa amostra com elevada prevalência de *phubbing*, os resultados demonstraram que este comportamento não tem impacto negativo na satisfação da relação dos casais. Assim, tendo em consideração os resultados ainda incongruentes na literatura internacional, justifica-se a necessidade de clarificar a relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento amoroso. Adicionalmente, a análise da influência de potenciais moderadores nesta relação, que ainda é bastante circunscrita (e.g., David & Roberts, 2021; Wang et al., 2021; Wang & Zhao, 2022), permite uma compreensão mais aprofundada acerca de que indivíduos podem ser mais propensos a menor satisfação amorosa, perante a presença de *partner phubbing* (Beukeboom & Pollmann, 2021; Wang et al., 2019). Assim, a associação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, poderá ser condicionada por moderadores que aumentam ou diminuem a força dessa associação.

O sexo parece desempenhar um papel importante no modo como os casais percebem, interpretam e reagem ao *phubbing* e ao *partner phubbing*. No estudo desenvolvido por Błachnio e Przepiorka (2019), o sexo feminino obteve pontuações superiores ao masculino nos dois fatores de *phubbing* (perturbações na comunicação e obsessão com o telemóvel), sinalizando que esta prática é predominante no sexo feminino. Também o uso excessivo dos telemóveis e das redes sociais foi associado ao sexo feminino mais do que ao masculino (Karadağ et al., 2015; Kavčič et al., 2019). No que concerne à satisfação no relacionamento, os estudos postulam que os sexos masculino e feminino experimentam diferentes níveis de satisfação no relacionamento. Nesta linha, no estudo desenvolvido por Khodabakhsh e Ong (2021), o impacto negativo do *partner phubbing* na qualidade conjugal foi superior no sexo feminino em comparação com o masculino. O mesmo refletiu-se no estudo de Chen et al. (2022), no qual o *partner phubbing* reportado pelo sexo feminino (e não pelo masculino), foi associado a uma qualidade inferior no relacionamento. Contrariamente a estes indicadores, nos estudos de Servies (2012) e Bröning e Watberg (2022), o

*partner phubbing* foi associado a uma menor satisfação no relacionamento no sexo masculino e não no feminino. Esta divergência de resultados sinaliza a importância de clarificar a influência do sexo como potencial moderador na relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento.

Também, de acordo com investigações prévias, a idade parece ter um papel relevante. Segundo o estudo de Bröning e Watberg (2022) com uma amostra de 163 casais, o *partner phubbing* foi associado a pessoas mais jovens, assim como à presença de comportamentos problemáticos associados às redes sociais e ao uso do telemóvel (Kavčič et al., 2019). Quanto à satisfação no relacionamento, estudos indicam que os jovens apresentam maior satisfação, e que esta tende a diminuir progressivamente com o avançar da idade, até aproximadamente aos 40 anos, seguindo um aumento até aos 65 anos e uma estabilização posterior (Bühler et al., 2021). Na pesquisa desenvolvida por Khodabakhsh e Ong (2021), a idade constituiu uma variável moderadora da relação entre *partner phubbing* e qualidade conjugal, existindo uma relação mais forte entre jovens adultos. No entanto, no estudo desenvolvido por Cizmeci (2017), não foram encontradas diferenças significativas em termos de idade no relato de *partner phubbing*, sugerindo ser um fenómeno transversal a todas as idades.

Para além de se revelar importante examinar o papel do sexo e da idade na relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento, é igualmente crucial considerar a duração da relação. A inclusão da duração da relação como um fator de controlo pode fornecer uma perspetiva adicional face ao modo como o *partner phubbing* influencia a satisfação no relacionamento, atendendo à história temporal do casal. Estudos anteriores mostraram que casais em relacionamentos mais longos relatam menor satisfação (Dush et al., 2008), indicando que os comportamentos incómodos podem tornar-se mais evidentes com o passar dos anos (Felmlee, 2001). Considerando ainda a teoria da interdependência, à medida que a duração da relação aumenta, os indivíduos dependem cada vez mais do outro para atender às suas necessidades e, essa dependência, ocasiona maior compromisso, motivando-os a continuar no relacionamento mesmo com níveis reduzidos de satisfação (Aljasir, 2022). Assim, a literatura indica que os relacionamentos de longo prazo são mais vulneráveis a níveis inferiores de satisfação no contexto de *partner phubbing*, em comparação com indivíduos em relacionamentos de curto prazo (Wang et al., 2017). Considerando estes indicadores, a duração da relação constitui assim uma variável a valorizar e controlar neste contexto de investigação.

A prevalência crescente do uso do *smartphone*, trazendo como possível resultado maiores níveis de *partner phubbing*, exige aos investigadores, nomeadamente da área da Psicologia, a necessidade de compreender as implicações deste comportamento e os novos desafios da realidade digital para os relacionamentos amorosos. O presente estudo visa não só contribuir para a expansão do conhecimento científico, ajudando a aperfeiçoar o desenvolvimento de modelos teóricos mais robustos e abrangentes, sustentados empiricamente, como também, contribuir para a prática clínica, na vertente da Psicologia. Desta forma, considerando os resultados incongruentes na literatura quanto ao sexo e à idade, importa investigar e clarificar quais os efeitos destas variáveis na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso, tendo em consideração a duração da relação.

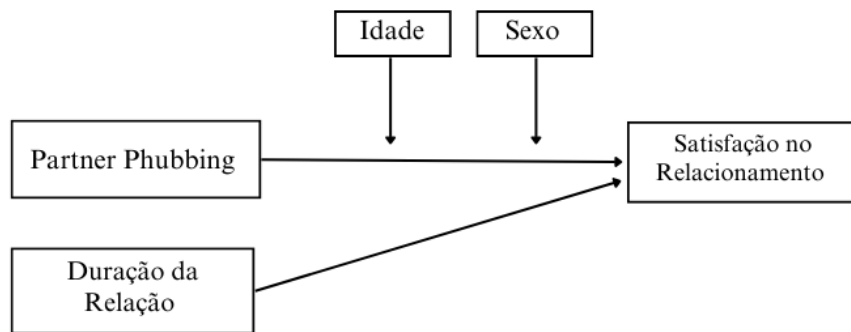
Partindo das investigações realizadas até à data, postula-se que as variáveis sexo e idade possam influenciar as dinâmicas de relacionamento amoroso e, conseqüentemente, a satisfação no mesmo. Apesar de existirem evidências de que o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento estão associadas entre si (e.g., Wang et al., 2021), não são conhecidos estudos portugueses que analisem estas variáveis em conjunto com potenciais moderadores.

Em linha com o exposto, este estudo tem um duplo objetivo: descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso numa amostra de indivíduos residentes em Portugal; e analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada.

Relativamente ao segundo objetivo, propõe-se o modelo conceptual de moderação apresentado na Figura 1.

**Figura 1**

*Modelo Conceptual de Moderação*



A este respeito, as hipóteses de investigação são as seguintes:

H1: Quanto maior o *partner phubbing*, menor a satisfação no relacionamento amoroso;

H2: O sexo tem um efeito moderador na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso;

H3: Existe um efeito de moderação da idade na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso;

H4: A duração da relação influencia a satisfação no relacionamento amoroso.

## **ESTUDO EMPÍRICO**

**Amor entre ecrãs: O sexo e a idade moderam a relação entre *partner phubbing* e a  
satisfação no relacionamento amoroso?**

Inês Ferreira & Inês Xavier

Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

Maria Belén Rando

Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

## Resumo

A era digital ocasionou um fenómeno desafiante nos relacionamentos amorosos, o *partner phubbing*, que compreende o ato de um indivíduo se distrair com o seu *smartphone*, durante a comunicação face a face, quando está com o seu parceiro amoroso (Roberts & David, 2016). Assim, o presente estudo teve como objetivo descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso numa amostra de indivíduos residentes em Portugal, assim como analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada. Para o alcance destes objetivos, foi utilizada uma abordagem quantitativa, tendo sido analisados os dados de um questionário *online* aplicado a uma amostra de 206 adultos com um relacionamento amoroso, e idades entre os 19 e os 78 anos ( $M = 39$ ,  $DP = 15.3$ ), incluindo 133 do sexo feminino e 73 do sexo masculino. De seguida, procedeu-se à realização de análises descritivas e de regressão. Os resultados da análise descritiva revelaram que o *partner phubbing* não foi muito acentuado, sendo globalmente consistente entre sexos e idades. Para além disso, ambos os sexos identificaram os seus relacionamentos como altamente satisfatórios, embora o sexo feminino tenha apresentado pontuações ligeiramente superiores, assim como participantes mais jovens, reduzindo a satisfação com o evoluir da idade. Já os resultados da análise de regressão mostraram que o aumento de *partner phubbing* se associa negativamente com a satisfação no relacionamento e que também existe uma relação inversa entre esta última e a idade. No entanto, não foi identificada moderação significativa do sexo e da idade nesta associação. Estes resultados fornecem evidências relevantes sobre os efeitos negativos da prática de *phubbing* num relacionamento amoroso.

### *Palavras-chave*

*partner phubbing*, satisfação no relacionamento, análise de regressão, efeito de moderação

## Introdução

Os telemóveis com acesso à internet, comumente designados por *smartphones*, constituem atualmente um elemento indispensável no quotidiano da maioria dos indivíduos, aumentando de ano para ano a sua utilização (Kemp, 2023). Em Portugal, estimou-se um aumento de mais 2.26% do número de utilizadores de *smartphones* entre 2022 e 2023, completando um total de 7.69 milhões de indivíduos (Statista, 2023). Desta forma, a popularização dos *smartphones* tem redefinido as dinâmicas sociais, modificando as relações interpessoais, na medida em que os indivíduos se relacionam e interagem.

Assim, em resposta ao aumento do uso de *smartphones* e ao seu impacto nas relações interpessoais, surgiu o conceito de *phubbing* em 2007 na Austrália, por McCann, sendo oficialmente criada a palavra em 2012 (Tyler, 2013). O termo *phubbing* é derivado das palavras *phone* (telefone) e *snubbing* (ignorar) e pode ser descrito como o comportamento de um indivíduo olhar para o seu telemóvel, durante uma conversa presencial com outros indivíduos, interagindo com o mesmo e evitando a comunicação interpessoal (Karadağ et al., 2015). O *phubbing* associa-se ainda a três conceitos: *phubber*, que é o indivíduo que usa o *smartphone* e ignora os outros; *phubbee*, que é o indivíduo ignorado pelo *phubber*; e *phubbed*, que é o ato de ser ignorado (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019; Beukeboom & Pollmann, 2021; Rahman et al., 2022). Nos relacionamentos amorosos, a prática de *phubbing* parece ocorrer frequentemente entre parceiros (Cizmeci, 2017). Deste modo, surge o conceito de *partner phubbing*, que compreende o ato de um indivíduo se distrair com o seu *smartphone*, durante a comunicação face a face, quando está com o seu parceiro amoroso (Roberts & David, 2016). Nesta medida, o parceiro interrompe frequentemente a comunicação, verificando o *smartphone* e conectando-se com o mesmo (Yam, 2023). Assim, o *partner phubbing* é medido através da perceção e relato dos comportamentos de *phubbing* de um parceiro amoroso (Roberts & David, 2016).

Focando assim num relacionamento amoroso, e considerando o aumento do *partner phubbing*, torna-se relevante explorar do ponto de vista teórico e prático os seus efeitos na satisfação no relacionamento (Wang et al., 2021; Wang & Zhao, 2022). A satisfação no relacionamento entende-se pela avaliação interpessoal e subjetiva do indivíduo face aos sentimentos pelo seu parceiro amoroso (Beukeboom & Pollmann, 2021; Cizmeci, 2017; Utami et al., 2021). Um número considerável de estudos mostraram consistentemente que o *partner*

*phubbing* tem um efeito negativo na satisfação no relacionamento (Beukeboom & Pollmann, 2021; Johnson, 2020; Roberts & David, 2016, 2022; Wang et al., 2017; Wang & Zhao, 2022; Yam, 2023), embora investigações pontuais apontem que essa relação nem sempre é encontrada (Cizmeci, 2017; Servies, 2012; Wang et al., 2021). Deste modo, torna-se necessário explorar possíveis moderadores que possam influenciar a força e a direção da relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, a fim de obter uma compreensão mais abrangente destes efeitos.

De acordo com a literatura, o sexo feminino tende a praticar mais *phubbing* do que o masculino, apresentando maiores níveis de uso de *smartphone*, redes sociais e dependência do uso de mensagens escritas (Blachino & Przepiorka, 2019; Karadağ et al., 2015; Kavčič et al., 2019). Assim, embora o sexo feminino realize mais *phubbing*, o impacto do *partner phubbing* na qualidade do relacionamento parece ser maior no sexo feminino do que no masculino (Khodabakhsh & Ong, 2021). O mesmo se refletiu no estudo de Chen et al. (2022), no qual o *partner phubbing* foi associado a uma qualidade inferior no relacionamento em indivíduos do sexo feminino, mas não masculino. Estes resultados podem ser justificados por fatores como maior consciência emocional, sensibilidade interpessoal, necessidade de conexão emocional e expectativas de comunicação por parte do sexo feminino (e.g., Croyle & Waltz, 2002). No entanto, no estudo de Bröning e Watberg (2022), o *partner phubbing* foi associado a uma menor satisfação no relacionamento no sexo masculino e não no feminino. Especificamente, num estudo onde a variável sexo foi testada como moderadora, o efeito moderador verificou-se (Karadağ et al., 2015). Estas discrepâncias levantam questões teóricas sobre possíveis diferenças relativamente ao sexo como variável moderadora.

A investigação indica que a idade pode também desempenhar um papel de relevo na relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento. Alguns estudos mostraram que o *phubbing* está mais presente em jovens (e.g., Guazzini et al., 2021; Khodabakhsh & Ong, 2021), enquanto outros não encontraram diferenças significativas em termos etários (e.g., Cizmeci, 2017). Face à variação nos resultados encontrados, é possível que esteja a emergir uma tendência crescente do uso dos *smartphones* e, em particular, a prática de *partner phubbing* em todas as faixas etárias (Garrido et al., 2021). Quanto à satisfação no relacionamento, estudos indicam que com o avançar da idade, esta tende a diminuir progressivamente até aproximadamente aos 40 anos, seguindo um aumento até aos 65 anos e uma estabilização posterior (Bühler et al., 2021).

Assim, de acordo com um estudo de meta-análise (Bühler et al., 2021), a idade é considerada uma variável moderadora na satisfação no relacionamento, tendendo a explicar a sua variância. Desta forma, o sexo e a idade apresentam efeitos moderadores significativos na relação entre *partner phubbing* e a qualidade conjugal (e.g., Khodabakhsh & Ong, 2021), o que pode influenciar a satisfação no relacionamento. Apesar dos possíveis efeitos moderadores do sexo e da idade, a duração do mesmo poderá ser também uma variável a valorizar e controlar na análise da associação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento (Bühler et al., 2021; Ergün et al., 2020).

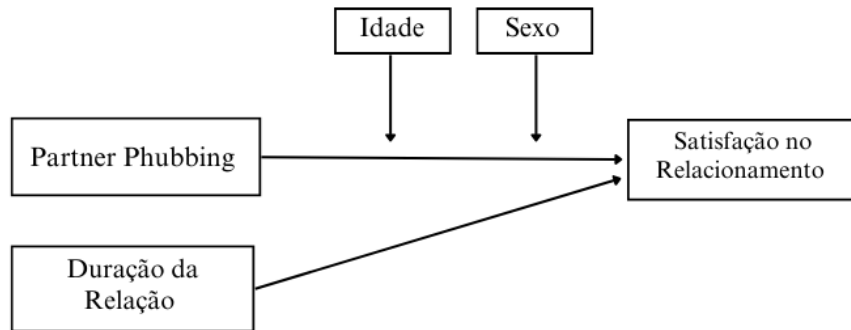
Os casais com relacionamentos mais longos tendem a relatar menor satisfação à medida que comportamentos incómodos se tornam mais evidentes ao longo do tempo (Bühler et al., 2021; Felmlee 2001). Desta forma, é possível compreender que, no início do relacionamento existem elevados níveis de satisfação e que, através de um modelo de desilusão gradual, os níveis iniciais de satisfação vão diminuindo com a continuidade da relação, onde progressivamente as expectativas deixam de ser atendidas e os conflitos começam a surgir, diminuindo a satisfação (Bühler et al., 2021). Ainda assim, a teoria da interdependência argumenta que a dependência mútua crescente em relacionamentos de longo prazo pode levar a um maior compromisso e a permanecer no relacionamento, mesmo diante de níveis de satisfação menos elevados, eventualmente, decorrente do *partner phubbing* (Aljasir, 2022). Posto isto, além de investigar a influência como moderador do sexo e da idade na relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, é fundamental considerar a duração da relação como uma variável relevante e de controlo.

Tendo como ponto de partida as investigações realizadas até à data, não são conhecidos estudos em Portugal que analisem a associação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento, e possíveis efeitos moderadores. Assim sendo, este estudo tem um duplo objetivo: descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso numa amostra de indivíduos residentes em Portugal; e analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada.

Relativamente ao segundo objetivo, propõe-se o modelo conceptual de moderação apresentado na Figura 1.

**Figura 1**

*Modelo Conceptual de Moderação*



A este respeito, as hipóteses de investigação são as seguintes:

H1: Quanto maior o *partner phubbing*, menor a satisfação no relacionamento amoroso;

H2: O sexo tem um efeito moderador na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso;

H3: Existe um efeito de moderação da idade na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso;

H4: A duração da relação influencia a satisfação no relacionamento amoroso.

## Método

### Participantes

Os participantes responderam a um questionário sobre o uso de telemóvel, internet e redes sociais. Para o efeito, foram considerados os seguintes critérios de inclusão: indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, residentes em Portugal, com compreensão escrita da língua portuguesa, com *smartphone* e numa relação amorosa. Obteve-se uma amostra de 206 participantes (Tabela 1), com idades compreendidas entre os 18 e os 73 anos ( $M = 39$ ,  $DP = 15.3$ ), incluindo 133 participantes do sexo feminino e 73 do sexo masculino, a maioria de nacionalidade portuguesa (95.1%). A duração da relação amorosa dos participantes mostrou

variabilidade, existindo maior percentagem de relacionamentos com duração entre 1 e 4 anos, entre 5 e 9 anos, e com 20 anos ou mais, conforme apresentado na Tabela 2.

### **Tabela 1**

#### *Características Sociodemográficas da Amostra (n=206)*

Variável	N	%
<b>Sexo</b>		
Feminino	133	64.6
Masculino	73	35.4
Prefiro não responder	0	0
<b>Idade</b>		
18-25	59	28.6
26-49	87	42.2
50-79	60	29.1
<b>Escolaridade</b>		
Até ao 9º ano	7	3.4
Secundário/Tecnológico/Profissional	54	26.2
Licenciatura	109	52.9
Mestrado	27	13.1
Doutoramento	9	4.4
<b>Profissão</b>		
Estudante	36	17.5
Trabalhador	123	59.7
Trabalhador-estudante	27	13.1

Desempregado	5	2.4
Reformado	15	7.3
Estado Civil		
Solteiro	11	5.3
Casado	115	55.8
Separado/divorciado	79	38.3
Viúvo	1	.5
Nacionalidade		
Portuguesa	196	95.1
Estrangeira	10	4.9
Área de residência		
Lisboa	153	74.3
Setúbal	19	9.2
Faro	8	3.9
Outros distritos	26	12

---

*Nota.* Da amostra recolhida (n=206), nenhum participante selecionou a opção “Prefiro não responder”.

## Tabela 2

### *Duração da Relação dos Participantes*

Duração da Relação	N	%
Até 1 ano	23	11.2
1 a 4 anos	53	25.7
5 a 9 anos	44	21.4
10 a 14 anos	17	8.3
15 a 19 anos	17	8.3
20 ou mais anos	52	25.2

## Instrumentos

O protocolo de avaliação incluiu questões sociodemográficas para caracterizar a amostra de participantes no estudo, por meio de uma questão sobre a duração da relação amorosa dos participantes, bem como escalas para medir a percepção do participante sobre o *phubbing* do seu parceiro amoroso e a satisfação no relacionamento amoroso. As questões sociodemográficas foram relativas ao sexo, idade, escolaridade, profissão, estado civil e área de residência.

### *Escala de Phubbing do Parceiro*

A Escala de *Phubbing* do Parceiro (*Partner Phubbing Scale*, PPS; Roberts & David, 2016; adaptação portuguesa, Água et al., 2019) é uma escala de autorrelato com 9 itens que avaliam a percepção do sujeito sobre o comportamento de *phubbing* do seu parceiro amoroso (e.g., o meu parceiro/a olha para o seu telemóvel mesmo quando está a falar comigo). A resposta é indicada numa escala *Likert* de 1 (Nunca) a 5 (Sempre) e apenas o item 7 se encontra invertido, com a afirmação “O meu/minha parceiro/a não usa o seu telemóvel quando estamos a falar”. As pontuações variam entre 9 a 45 pontos, sendo que pontuações mais altas indicam uma maior exposição a comportamentos de *partner phubbing*.

Na validação original, desenvolvida por Roberts e David (2016), foram obtidos bons valores de validade fatorial numa análise fatorial confirmatória ( $\chi^2 = 80.02$ ;  $df = 27$ , RMSEA = .08,  $NFI = .96$ ,  $CFI = .97$ ) e um elevado valor de consistência interna  $\alpha = .93$ . Posteriormente, no estudo de adaptação portuguesa (Água et al., 2019), a escala apresentou uma consistência interna adequada ( $\alpha = .86$ ), semelhante à obtida no presente estudo ( $\alpha = .84$ ).

### *Escala de Avaliação Relacional*

A Escala de Avaliação Relacional (*Relationship Assessment Scale*, RAS; Hendrick, 1988; adaptação portuguesa: Santos et al., 2000, revista por Lind, 2008), é uma escala de autorrelato com 7 itens que avaliam a satisfação no relacionamento amoroso, incluindo namoros, coabitação, noivos, etc. Cada item é avaliado numa escala que varia entre menor e maior satisfação, segundo uma escala *Likert* de 1 a 5, consoante o conteúdo dos itens (pode variar entre muito má a muito boa, nunca a sempre, etc.). Por exemplo, “O seu parceiro(a) satisfaz as suas necessidades? 1 (Muito pouco) a 5 (Muitíssimo)”. Os itens 4 e 7 encontram-se de forma invertida 4) “Com que frequência deseja não se ter envolvido nesta relação?” e 7) “Quantos problemas existem na sua relação?”. A pontuação total varia entre 7 a 35 pontos. À medida que a pontuação aumenta, a satisfação também aumenta.

Segundo os autores, se o cálculo da média dos itens resultar em valores superiores a 4 existem indícios de parceiros satisfeitos, enquanto valores médios de resposta inferiores a 3.5 para o sexo masculino e de 3 a 3.5 para o sexo feminino são um indicador de insatisfação no relacionamento (Hendrick 1988; Hendrick et al., 1998; Gomes et al., 2021). Segundo análises de fiabilidade realizadas na escala original da RAS, a média intercorrelação de itens foi de .49 e  $\alpha = .86$  (Hendrick, 1988). No presente estudo foi utilizada a escala já adaptada para português, desenvolvida por Santos et al. (2000), revista por Lind (2008). Os resultados de precisão da RAS mostraram uma forte consistência interna com um *Alfa de Cronbach* de .93 para o sexo feminino e .91 para o sexo masculino. A análise fatorial confirmou uma estrutura unifatorial da RAS para a satisfação relacional em ambos os sexos (Lind, 2008). No presente estudo, também a consistência interna é elevada ( $\alpha = .92$ ).

## Procedimento

O presente estudo fez parte de um projeto de investigação mais amplo que visava analisar a relação entre construtos psicológicos, o uso de *smartphone*, a internet e o uso de redes sociais, tendo sido aprovado pelo Conselho de Ética da Universidade Europeia. Em concordância com as Declarações Helsínquia da Associação Médica Mundial, o Código Deontológico da *American Psychological Association* e da Ordem dos Psicólogos Portugueses, a participação no estudo foi voluntária e os dados anonimizados em conformidade com a lei europeia da privacidade e segurança de dados [Regulamento Geral da Proteção de Dados (EU) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho de 27 de abril de 2016]. Foram ainda disponibilizados os contactos dos investigadores para a necessidade de informação adicional ou para o interesse em receber os resultados do estudo desenvolvido. O estudo foi realizado a partir de uma pesquisa de literatura e seleção criteriosa dos instrumentos que integram o protocolo de avaliação, considerando três critérios essenciais: construtos relevantes para os objetivos de investigação; instrumentos com estudos na população portuguesa e qualidades psicométricas adequadas; instrumentos com extensão reduzida, de modo a permitir um protocolo abrangente e com tempo médio de resposta entre 10 e 15 minutos. O protocolo foi integrado num questionário *online* “Como usa o telemóvel, a internet e as redes sociais?” com recurso à plataforma *Cognito Forms*, e difundido por técnica de amostragem não probabilística (*snowball sampling*) através de redes de contactos e sociais (e.g., *WhatsApp*, *Facebook*, *Instagram*), durante os meses de dezembro 2022 e janeiro 2023. Os participantes tiveram acesso a um Termo de Consentimento Informado incluindo a descrição do estudo, condições de participação, critérios de inclusão, tratamento dos dados pessoais, responsáveis pela investigação e consentimento de participação, cuja recusa resultaria na conclusão da participação no estudo. Todas as respostas das questões foram obrigatórias para avançar no questionário. Após a recolha de dados, seguiu-se o tratamento de dados pessoais, em que foi igualmente clarificado aos participantes que os dados seriam usados apenas com a finalidade a que se refere o estudo e no âmbito de publicações científicas e apenas os investigadores teriam acesso às informações.

## **Análises Estatísticas**

Após a recolha de dados, foi executada a extração dos mesmos para um ficheiro *Excel*, e mais tarde a sua importação para o *software* IBM SPSS 28.0. Foram conduzidas análises descritivas dos resultados da Escala de *Phubbing* do Parceiro assim como da Escala de Avaliação Relacional. Posteriormente, foi realizada uma análise de regressão com moderação, com recurso ao *software* *Process Macro for SPSS* v 4.2 (Hayes, 2017). Em consonância com o modelo conceptual definido neste estudo, foi testado o Modelo 2 do *Process*, inserindo a variável *partner phubbing* como preditora, a satisfação no relacionamento amoroso como variável dependente, o sexo e a idade como variáveis moderadoras da relação entre as anteriores variáveis, e a duração da relação como covariável. Para o sexo, foram criadas variáveis *dummy* e na análise foi inserido o sexo feminino. As variáveis quantitativas foram centralizadas, para mitigar questões de multicolinearidade. A análise de regressão linear múltipla com moderação foi conduzida utilizando o método *Stepwise*, incorporando todas as variáveis quantitativas centralizadas e termos de interação centralizados.

## **Resultados**

### **Resultados das Análises Descritivas**

#### *Escala de Phubbing* do Parceiro

Foram calculadas estatísticas descritivas do *partner phubbing* no total da amostra. Também foram exploradas estatísticas consoante o sexo e a faixa etária. A Tabela 3 contém os respetivos valores mínimo e máximo, média, coeficiente de variação (*CV*) e quartis.

**Tabela 3***Estatísticas Descritivas de Partner Phubbing no Total da Amostra, por Sexo e por Faixa Etária*

<i>Partner phubbing</i> (9 a 45)	Mínimo	Máximo	Média	CV	Q1	Q2	Q3
<i>n</i> = 206	10	43	24.15	.254	20	24	27
Sexo Feminino	10	43	24.51	.249	21	23	27
Sexo Masculino	10	39	23.48	.262	19.5	23	27
18 a 25 anos	10	43	23.78	.273	20	23	27
26 a 49 anos	10	39	24.39	.239	21	24	29
50 a 79 anos	11	40	24.15	.259	19.5	24	27

Na globalidade, e com heterogeneidade de respostas, metade dos participantes relataram níveis de *partner phubbing* até um máximo de 20 pontos e três quartos da amostra apresentou um nível igual ou inferior a 27 pontos. Tendo em conta que a pontuação total na escala pode variar de 9 a 45, os valores relatados não foram elevados.

Na comparação consoante o sexo, o feminino apresentou um valor máximo na escala superior ao masculino. No entanto, foi o sexo masculino que teve maior variabilidade de respostas. Embora 25% dos indivíduos do sexo masculino tenham relatado *partner phubbing* ligeiramente inferior a 25% do sexo feminino, em ambos os sexos a mediana e o terceiro quartil são idênticos.

Nos grupos etários, observou-se maior variabilidade de *partner phubbing* relatado na faixa dos 18 a 25 anos e dos 50 aos 79 anos, sendo os mais novos que apresentam um valor máximo superior. Apesar de se identificarem distribuições de pontuações semelhantes no que diz respeito aos quartis, foi na faixa dos 26 aos 49 anos que se encontraram pontuações ligeiramente mais elevadas.

Em suma, ainda que os resultados de *partner phubbing* tenham sido idênticos entre sexos, embora o sexo feminino tenha apresentado pontuações máximas superiores, foi possível

identificar também que entre os 26 e os 49 anos apresentaram-se pontuações ligeiramente mais altas no que concerne aos quartis.

### *Escala de Avaliação Relacional*

Obtiveram-se estatísticas descritivas da satisfação no relacionamento amoroso para o total da amostra, bem como para ambos os sexos e para as três faixas etárias. Na Tabela 4 encontram-se os respetivos valores mínimo e máximo, média, coeficiente de variação (CV) e quartis.

**Tabela 4**

*Estatísticas Descritivas da Satisfação no Relacionamento no Total da Amostra, por Sexo e por Faixa Etária*

<i>Satisfação relacionamento (7 a 35)</i>	Mínimo	Máximo	Média	CV	Q1	Q2	Q3
<i>n= 206</i>	8	35	29.70	.160	27	31	34
Sexo Feminino	8	35	29.78	.158	31	34	35
Sexo Masculino	16	35	29.56	.165	27	31	33.5
18 a 25 anos	16	35	31.27	.123	29	32	35
26 a 49 anos	17	35	30.9	.141	28	31	34
50 a 79 anos	8	35	27.6	.201	24	28.5	32

Ao analisar a satisfação no relacionamento na amostra, metade dos participantes relataram níveis até um máximo de 31 pontos, e três quartos revelaram um nível igual ou inferior a 34 pontos. Considerando a pontuação total da escala pode variar de 8 a 35 pontos, os valores apresentaram-se elevados, com os participantes da amostra a tenderem para uma maior satisfação no relacionamento.

Na comparação consoante o sexo, ambos os sexos apresentaram valores máximos na escala. No entanto, apesar do sexo masculino revelar um valor mínimo na satisfação no relacionamento superior ao feminino, a variabilidade entre as respostas do sexo feminino é inferior, com valores superiores nos quartis, comparativamente.

Nos grupos etários, os participantes com idades compreendidas entre os 18 e 25 demonstraram níveis superiores de satisfação e uma menor variabilidade de respostas entre si. Com o aumento da faixa etária, os quartis foram reduzindo progressivamente e a variabilidade de respostas foi aumentando. Assim, o grupo de participantes mais velhos, com idades compreendidas entre os 50 aos 79 anos, salientaram respostas de satisfação mais dispersas, com um valor mínimo inferior e com quartis mais baixos, relativamente aos restantes. Assim, estes resultados indicaram que adultos mais velhos estão menos satisfeitos nos seus relacionamentos.

Embora a amostra deste estudo tendesse para níveis elevados na satisfação no relacionamento amoroso, o sexo feminino apresentou ligeiramente mais satisfação no mesmo, enquanto idades mais avançadas representaram, gradualmente, níveis inferiores.

### **Modelo de Regressão para a Satisfação no Relacionamento Amoroso**

Obteve-se um modelo de regressão globalmente significativo do ponto de vista estatístico ( $F(6, 199) = 8.234, p < 0.001$ ), com uma percentagem de variância explicada de aproximadamente 20% ( $R^2$  ajustado = 0.199), indicando que o mesmo explica 20% da variabilidade da satisfação no relacionamento amoroso (Tabela 5).

#### **Tabela 5**

##### *Resumo do Modelo*

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
.446	.199	18.659	8.234	6.000	199.000	.000

*Nota.* Preditor: (Constante). *Partner Phubbing*, Idade.

Variável Dependente: Satisfação no Relacionamento.

Para considerar o modelo válido, foi necessário verificar os pressupostos a seguir indicados.

Primeiramente, a linearidade entre variáveis independentes e a satisfação no relacionamento. A este respeito, o gráfico de dispersão dos resíduos padronizados em função dos valores estimados padronizados exibiu um padrão consistente com a existência de uma relação linear negativa.

De seguida, foi analisada a inexistência de multicolinearidade. Não existiu nenhuma variável com Inflação da Variância (VIF) superior a 10 ou com Índice de Condição superior a 30. Pelo contrário, os valores destes índices estiveram muito abaixo dos limiares críticos. Quanto à normalidade dos resíduos, o gráfico de probabilidade normal exibiu resíduos alinhados com a diagonal, sustentando a premissa de normalidade dos mesmos.

Relativamente à homogeneidade das variâncias dos resíduos, embora o gráfico de dispersão sugerisse possível heterocedasticidade, o teste de *White* confirmou a homocedasticidade ( $\chi^2 = 200.124$ ,  $df = 180$ ,  $Sig. = 0.145$ ).

Por fim, para identificar a independência dos resíduos, foi calculada a estatística de *Durbin-Watson*, que gerou um valor entre 1.5 e 2.5 ( $DW = 2.262$ ), indicando ausência de autocorrelação.

Assim, no modelo de regressão para a satisfação no relacionamento amoroso (Tabela 6), os resultados indicaram que o *partner phubbing* contribui significativamente para estimar a satisfação no relacionamento amoroso. Das variáveis moderadoras, apenas a idade apresenta uma relação estatisticamente significativa com a variável de resposta. Contudo, uma vez que os efeitos de interação não são significativos, conclui-se que não existe um efeito moderador do sexo e da idade na relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, quando a duração da relação é controlada. Isto é, a influência do *partner phubbing* sobre a satisfação no relacionamento não depende nem do sexo, nem da idade. Igualmente, a duração da relação não apresenta uma associação significativa com a variável dependente. Tal significa que o modelo de regressão final está constituído pelo *partner phubbing* e pela idade como variáveis preditoras para a satisfação no relacionamento. Em particular, a satisfação no relacionamento diminui, em média, .101 unidades por cada ano que aumenta a idade, quando a pontuação do *partner phubbing* se mantém constante. Portanto, a satisfação diminui um valor por cada década que aumenta a idade. De igual modo, a satisfação amorosa diminui, em média, .304 unidades por cada unidade de incremento na pontuação de *partner phubbing*, quando a idade permanece constante. Por outras palavras, a satisfação diminui um ponto por cada três pontos de aumento no

*partner phubbing*. A Figura 2 apresenta o modelo estatístico e os respectivos coeficientes de regressão.

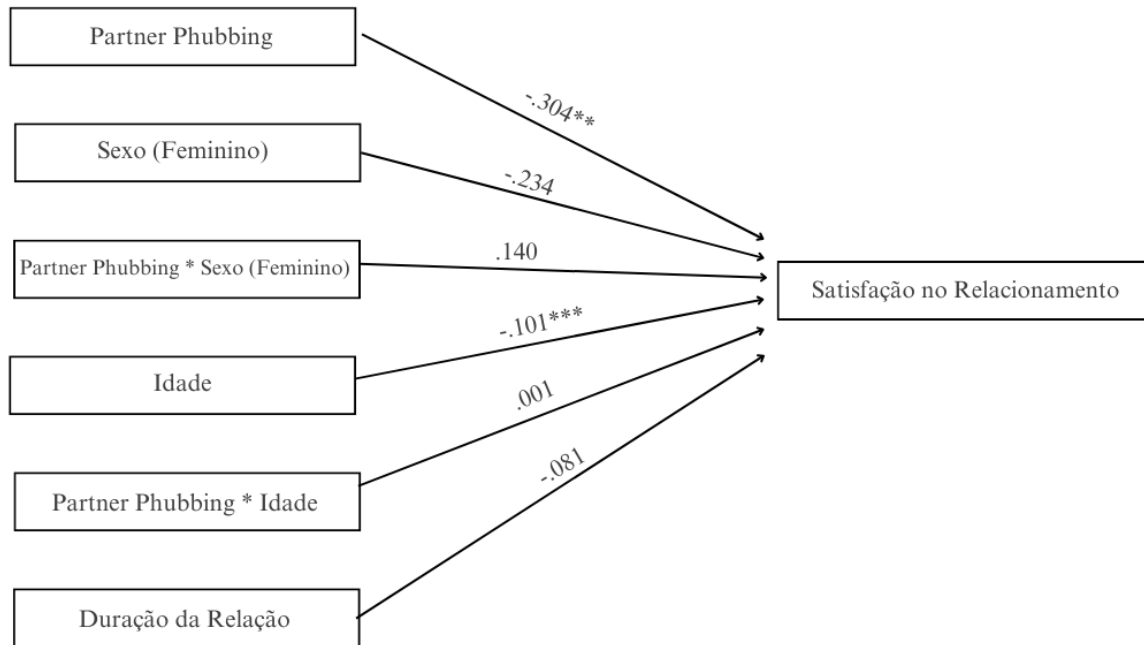
**Tabela 6**

*Modelo de Regressão para a Satisfação no Relacionamento Amoroso*

	Coeficientes	Erro padrão	t	Sig.	LLCI	ULCI
<i>Constante</i>	30.107	.960	31.361	<.001	28.214	32.000
<i>Partner Phubbing</i>	-.304	.086	-3.521	.001	-.474	-.134
Sexo (Feminino)	-.234	.647	-.362	.718	-1.510	1.041
<i>Partner Phubbing*Sexo(Feminino)</i>	.140	.110	1.271	.205	-.077	.358
Idade	-.101	.027	-3.701	<.001	-.155	-.047
<i>Partner phubbing*Idade</i>	.001	.003	.418	.676	-.005	.008
Duração da Relação	-.081	.235	-.345	.731	-.544	.382

**Figura 2**

*Modelo Estatístico*



Nota. \*\* $p < .05$  \*\*\* $p < .001$

**Discussão**

O presente estudo teve como objetivos descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso em indivíduos residentes em Portugal e analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada. Para alcançar esses objetivos, foi utilizado um procedimento que envolveu a recolha de dados por meio de questionários *online*, aplicados a uma amostra de 206 participantes adultos, com idades compreendidas entre os 19 e os 78 anos e com uma relação amorosa, residentes em Portugal, com compreensão escrita da língua portuguesa e com recurso a um *smartphone*.

Primeiramente, os valores de *partner phubbing* não foram considerados elevados, com 75% das pontuações abaixo de 27 pontos, e apenas 25% acima, assemelhando-se a outros

resultados nesta área (Beukeboom & Pollmann, 2021; Roberts & David, 2022, 2016; Wang et al., 2017). Embora os valores não sejam elevados, espelham a presença de *phubbing* no âmbito de um relacionamento amoroso em adultos residentes em Portugal (Água et al., 2019). Esta percepção pode ser afetada por diferentes fatores psicológicos como: insegurança, comprometimento percebido pelo parceiro, sentimentos de compreensão, validação e cuidado (Beukeboom & Pollmann, 2021; Schokkenbroek et al., 2022).

No que respeita à variável sexo, apesar do sexo feminino ter identificado valores máximos superiores ao masculino, o que pode estar associado à maior sensibilidade relacional das mesmas (Croyle & Waltz, 2002), e 25% da amostra masculina ter relatado *partner phubbing* inferior, a percepção deste comportamento no parceiro amoroso foi globalmente semelhante, com resultados ao nível descritivo a mostrarem *partner phubbing* entre sexos muito equiparados. De acordo com análises descritivas de literatura recenseada, o sexo feminino apresenta níveis superiores de *phubbing* (Błachnio & Przepiorka, 2019) e nessa linha, seria expectável que o sexo masculino identificasse maior *partner phubbing* nas mesmas, neste estudo. No entanto, não se tendo verificado, compreende-se que o *partner phubbing* é um comportamento observável, sendo sugestivo que possa ser identificado por qualquer indivíduo, independentemente do sexo (Roberts & David, 2016).

No que concerne à idade, embora entre os 26 e os 49 anos se tenham encontrado pontuações ligeiramente superiores de *partner phubbing*, na distribuição dos dados foi possível identificar que, de um ponto de vista descritivo, o fenómeno de *partner phubbing* é retratado pelos parceiros amorosos dentro das suas relações, o que vai ao encontro da noção que as diferentes faixas etárias estão a despender cada vez mais tempo a interagir com os seus *smartphones* (Roberts & David, 2016). Assim, todos os grupos etários identificaram de modo semelhante *partner phubbing* dentro do relacionamento amoroso.

Quanto à satisfação no relacionamento, os valores foram relativamente elevados. Ainda que possa existir uma tendência para respostas socialmente aceites, existem diversos fatores que podem estar a contribuir para a manutenção destes altos níveis de satisfação relatados, como o ato de cultivar emoções positivas que fortaleçam o laço entre o casal, compartilhar eventos positivos e serem recebidos com entusiasmo, celebrar as conquistas com o parceiro amoroso com recetividade (Gable et al., 2004), ou participarem em atividades novas e estimulantes (Aron et al., 2000).

Face ao papel do sexo na satisfação no relacionamento, de um ponto de vista descritivo, ambos os sexos identificaram os seus relacionamentos como altamente satisfatórios. Não obstante, o sexo feminino apresentou respostas mais homogêneas, com mais participantes com pontuações no quartil superior, sugerindo que tendem a uma percepção de satisfação no relacionamento ligeiramente superior em comparação ao masculino. Globalmente, os níveis de satisfação superiores no sexo feminino podem estar associados, entre outros: à valorização de aspetos como a presença de afeto positivo, percepção de apoio do parceiro amoroso, e a capacidade do parceiro de compreender e empatizar com as suas emoções, principalmente no sexo feminino (Cohen et al., 2012; Croyle & Waltz, 2002; Gagnon et al., 1999; Vangelisti & Daly, 1997). Ademais, estudos anteriores indicam que o sexo feminino parece tender a expressar-se emocionalmente com mais facilidade, podendo influenciar os resultados da satisfação entre sexos nesse sentido (Simon & Nath, 2004; Ubando, 2016).

Seguidamente, os participantes mais jovens tenderam a apresentar níveis superiores de satisfação no relacionamento, comparativamente a idades mais avançadas, assim como menor variabilidade de respostas. Apesar da ressalva que estes resultados foram apenas descritivos, podem ser brevemente discutidos. No geral, os adultos entre os 18 e os 29 anos aparentam ter expectativas elevadas face aos relacionamentos amorosos, onde podem tender a idealizar o parceiro, avaliando-os positivamente, e aumentando a satisfação dos mesmos no relacionamento. Globalmente, esta idealização pode tender a reduzir com a idade, diminuindo a satisfação no relacionamento (Galloway et al., 2015). Assim, tendo sido realizado uma análise meramente descritiva, os resultados indicaram resultados interessantes entre faixas etárias, com um decréscimo na satisfação no relacionamento, à medida que aumenta a idade.

De seguida, ao longo da investigação foram testadas as hipóteses inicialmente formuladas. Foi encontrada uma relação negativa entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, indicando que quanto maior o *partner phubbing*, menor a satisfação no relacionamento. Portanto, a primeira hipótese (H1) foi confirmada e corroborou os resultados de estudos prévios (e.g., Halpern & Katz, 2017; Wang & Zhao, 2022; Wang et al., 2017; Yam, 2023). Apesar de estarem fisicamente presentes, a qualidade da interação poderá não estar a ser proveitosa para o casal, reduzindo a satisfação no relacionamento (Cizmeci, 2017; McDaniel et al., 2021).

A segunda hipótese (H2) sugeria a existência de um efeito moderador da variável sexo na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso. Os resultados não confirmaram H2, o que significa que o sexo não potencia nem reduz o efeito do *partner phubbing* sobre a satisfação. Embora estudos anteriores tenham encontrado diferenças entre sexos tanto no *partner phubbing* como a satisfação no relacionamento (Bröning & Watberg, 2022; Chen et al., 2022; Khodabakhsh & Ong, 2021), assim como o seu papel moderador (Khodabakhsh & Ong, 2021), este estudo indicou que a percepção desta tendência comportamental e as suas consequências não são exclusivas de um determinado sexo. Tal, destaca a abrangência deste fenómeno nos relacionamentos amorosos.

De acordo com a hipótese 3 (H3), era expectável observar um efeito de moderação da idade na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso. Esta hipótese também não foi confirmada, indicando que o efeito do *partner phubbing* sobre a satisfação não depende da idade. Por outras palavras, a idade não potencia nem diminui o efeito do *partner phubbing* sobre a satisfação. Este resultado reflete a disseminação tecnológica que transcende gerações (Busch et al., 2021), implicando que os efeitos adversos do *partner phubbing* na satisfação no relacionamento podem ser semelhantes e independentes da idade. Apesar disso, a idade possui uma relação inversa e significativa com a satisfação. Segundo os resultados do presente estudo, conforme a idade aumenta, a satisfação diminui, sugerindo que os mais jovens têm uma maior satisfação no relacionamento, comparativamente aos mais velhos. Estes resultados são congruentes com estudos anteriores (Bühler et al., 2021; Cizmeci, 2017; Felmlee, 2001).

A quarta e última hipótese (H4) não foi igualmente confirmada, indicando que nesta amostra a duração da relação não tem efeito na satisfação no relacionamento amoroso. Este resultado ocasiona a hipótese de que outros fatores também se podem mostrar relevantes no estudo destas variáveis, como: a presença de filhos, eventos stressantes ou transições de vida, fatores económicos, percepção de disponibilidade do parceiro, as necessidades e a motivação do parceiro amoroso quando está a ocorrer determinada interação, as expectativas, o nível de compromisso e as competências de comunicação já existentes no casal (Bradbury et al., 2000; Bröning & Watberg, 2022; Rusbult et al., 2003; Stanley et al., 2010).

Os resultados da presente investigação favorecem o desenvolvimento e ampliação de conhecimento nesta área, com contribuições e implicações para a Psicologia. Assim, para além

dos resultados desta investigação fornecerem contributos importantes para o desenvolvimento da literatura sobre *partner phubbing*, diminuta em Portugal, expandindo o conhecimento neste campo, os contributos alinham-se a uma melhor compreensão do comportamento interpessoal em relacionamentos amorosos e o que pode afetar a satisfação nos mesmos. Este estudo parece ser o primeiro a investigar a relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento, com análise de possíveis moderadores da relação, em adultos residentes em Portugal.

As consequências práticas e teóricas que surgem a partir das descobertas e contributos deste estudo, podem-se espelhar em implicações para a Psicologia, em diferentes domínios, com inferência na prática, seja na intervenção na comunidade, intervenção psicológica ou avaliação psicológica. Especificamente do ponto de vista da intervenção comunitária, este estudo pode aumentar a consciencialização sobre os impactos negativos do *phubbing* nos relacionamentos amorosos para o público em geral, por meio de palestras e conferências que promovam a autoconsciência (Gomes et al., 2021). Para além disso, do ponto de vista da intervenção psicológica, esta investigação pode auxiliar a melhoria das abordagens clínicas para lidar com o *phubbing*, como a incorporação do diálogo nos relacionamentos (Kelly et al., 2017) e desenvolvimento de técnicas de comunicação num relacionamento amoroso, para que assim, possa ser abordado o motivo da baixa satisfação, quando ocorre *partner phubbing* (Beukeboom & Pollmann, 2021; Kılıçarslan & Parmaksız, 2023). Esta intervenção pode ser particularmente relevante recorrendo à Terapia de Casal (Frackowiak et al., 2023; Wang et al., 2021). Por fim, no que concerne às implicações deste estudo para a avaliação psicológica, este pode incentivar à monitorização dos níveis de *phubbing*, *partner phubbing* e satisfação no relacionamento amoroso, de modo a acompanhar a evolução dos indivíduos, assim como a própria eficácia da intervenção realizada. Assim, investir na utilização e aprimoramento das medidas de avaliação, permitirá aos psicólogos recorrer a avaliações mais precisas e sensíveis a este fenómeno tão recente. De facto, esta área em particular não tem recebido tanta atenção, embora se tenha vindo a enfatizar, com o aumento do uso dos *smartphones*, o quanto está a modificar as relações. Particularmente, o quanto está a afetar a satisfação nas relações amorosas, pelo que será uma área de análise psicológica, certamente, para as próximas décadas.

Embora o estudo em questão tenha contribuído significativamente para a compreensão da relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento e o papel de possíveis moderadores na relação, é importante reconhecer as suas limitações. Primeiramente, uma

limitação deste estudo centra-se no recurso a questionários *online* em estilo de autorrelato, suscetíveis a variáveis que podem enviesar a informação recolhida, assim como os instrumentos utilizados não incluem medidas de desejabilidade social. De seguida, o caráter não experimental desta investigação impede conclusões causais. Por fim, a inclusão de apenas um parceiro amoroso limita a compreensão das relações no que concerne ao *partner phubbing* e, considerando um relacionamento como um processo diádico, seria proveitoso inserir ambos os elementos em estudo.

Desta forma, e à luz das limitações inerentes a este estudo, surgem oportunidades para estudos futuros que investiguem as complexidades do *partner phubbing* e as suas implicações nas relações amorosas, enriquecendo a compreensão deste fenómeno social contemporâneo. Sendo o *phubbing* um campo de estudo ainda num período inicial e de maturação (Ergün et al., 2019), não deve ser desvalorizada a perspetiva biopsicossocial na sua investigação. Assim, numa ótica biológica, investigar o impacto que a dopamina tem na perpetuação do uso do *smartphone* (Turkle, 2011; Veissière & Stendel, 2018), originando consequentemente *partner phubbing* em relacionamentos amorosos, pode preencher lacunas numa visão de investigação de natureza mais psicofisiológica.

De um ponto de vista psicológico, pode-se revelar pertinente aprofundar outros construtos psicológicos, como a sensação de negligência/exclusão vivenciada pelo *phubbee* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Aliado a isto, os estudos atuais acerca de *phubbing* relacionam-se principalmente com os traços de personalidades dos *phubbers*, em particular, apresentando relações positivas entre o *phubbing* e o neuroticismo (Abi Doumit et al., 2023; Balta et al., 2020; Erzen et al., 2021; Parmaksiz, 2021; T'ng et al., 2018), pelo que se sugere o reforço da investigação no campo da personalidade para os *phubbees*, explorando a presença ou não de tendências para traços de personalidade específicos.

Já de uma ótica social, seria enriquecedor para a investigação cruzar as perceções de ambos os envolvidos no relacionamento sobre o *phubbing* e o *partner phubbing*, com a obtenção de respostas independentes e que mantivessem o anonimato, ao invés de respostas realizadas em conjunto, podendo assim assegurar uma maior autenticidade e integridade nos resultados, em *prol* de estudos que envolvam um único indivíduo. Para além disso, apesar da amostra deste estudo conter, unicamente, 55.8% de participantes casados e não restringir a casais heterossexuais, estudar outros tipos de relacionamentos que não adultos heterossexuais casados

no campo do *phubbing*, como comumente se encontra na investigação (Roberts & David, 2023; Wang & Zhao, 2022; Wang et al., 2021; Wang et al., 2017), pode também trazer resultados interessantes. Outra sugestão é o desenvolvimento de estudos transculturais, recomendado para entender as possíveis influências culturais nas percepções do *partner phubbing* (Hünler & Gençöz, 2005; Johnson, 2013; Kumar et al., 2017). Por fim, uma área que também carece de investigação centra-se na análise das possíveis queixas face ao uso do *smartphone*, ou à própria prática de *phubbing*, em Terapia de Casal, permitindo assim compreender a prevalência deste comportamento na prática clínica. Assim, os estudos anteriormente sugeridos beneficiariam se aplicassem uma ótica longitudinal, em *prol* de transversal, permitindo compreender as dinâmicas que se desenvolvem à medida que os relacionamentos evoluem.

Em suma, este estudo revelou-se inovador, na medida em que foi estudado como o *partner phubbing* afeta as relações amorosas em Portugal, especificamente a satisfação na mesma, considerando diferenças individuais, como o sexo e a idade, e atendendo às especificidades das relações interpessoais, como a duração da relação. Os resultados indicaram que o *partner phubbing* não foi muito acentuado, sendo globalmente consistente entre sexos e idades. Para além disso, ambos os sexos identificaram os seus relacionamentos como altamente satisfatórios, embora o sexo feminino tenha apresentado pontuações ligeiramente superiores, assim como participantes mais jovens, reduzindo a satisfação com o evoluir da idade. Esta investigação evidenciou também que quanto maior o *partner phubbing*, menor a satisfação no relacionamento. Para além disso, embora não se tenha identificado moderação das variáveis em estudo, nem covariação da duração da relação, foi identificada uma relação negativa entre a idade e a satisfação no relacionamento. Posto isto, recomenda-se a continuidade da investigação, principalmente no ramo da Psicologia, para que se possam compreender os fatores subjacentes a esta relação, desenvolver intervenções eficazes e fornecer orientações para lidar com os desafios que o *phubbing* pode representar nos relacionamentos contemporâneos.

## Referências

- Água, J., Coelho, C., Lourenço, M. G., Patrão, I., & Leal, I. (2019). *Partner phubbing* (pphubbing): Validação portuguesa. *Actas do 8º Congresso Internacional de Psicologia da Criança e Adolescente* (pp. 200-201). [https://www.researchgate.net/profile/Joana-Agua/publication/333041021\\_PARTNER\\_PHUBBING\\_PORTUGUESE\\_VALIDATION/links/5cecff9da6fdcc18c8e74fd4/PARTNER-PHUBBING-PORTUGUESE-VALIDATION.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Joana-Agua/publication/333041021_PARTNER_PHUBBING_PORTUGUESE_VALIDATION/links/5cecff9da6fdcc18c8e74fd4/PARTNER-PHUBBING-PORTUGUESE-VALIDATION.pdf)
- Abi Doumit, C., Malaeb, D., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S., & Hallit, S. (2023). Association between personality traits and phubbing: The co-moderating roles of boredom and loneliness. *Healthcare, 11*(6), 915. <https://doi.org/10.3390/healthcare11060915>
- Aljasir, S. (2022). Present but absent in the digital age: Testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2022*, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/1402751>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies, 1*(2), 132–140. <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(2), 273–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.273>
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction, 18*(3), 628–639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Partner phubbing: Why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. *Computers in Human Behavior, 124*, 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>
- Błachnio, A., & Przepiorka, A. (2019). Be aware! If you start using Facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and Facebook intrusion. A

- cross-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270–278.  
<https://doi.org/10.1177/0894439318754490>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964–980. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Bröning, S., & Wartberg, L. (2022). Attached to your smartphone? A dyadic perspective on perceived partner phubbing and attachment in long-term couple relationships. *Computers in Human Behavior*, 126, 106996. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106996>
- Bühler, J. L., Krauss, S., & Orth, U. (2021). Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 147(10), 1012–1053. <https://doi.org/10.1037/bul0000342>
- Busch, P. A., & McCarthy, S. (2021). Antecedents and consequences of problematic *smartphone* use: A systematic literature review of an emerging research area. *Computers in Human Behavior*, 114, 106414. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106414>
- Chen, Z., Gong, Y., & Xie, J. (2022). From phubee to phubber: The transmission of phone snubbing behavior between marital partners. *Information Technology & People*, 35(4), 1493–1510. <https://doi.org/10.1108/ITP-03-2020-0150>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Cizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Pphubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364–375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>
- Cohen, S., Schulz, M. S., Weiss, E., & Waldinger, R. J. (2012). Eye of the beholder: The individual and dyadic contributions of empathic accuracy and perceived empathic effort to relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 26(2), 236–245. <https://doi.org/10.1037/a0027488>
- Croyle, K. L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples’ relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 435–444.  
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb00368.x>

- Dush, C. M., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, 57(2), 211–226. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x>
- Ergün, N., Göksu, İ., & Sakız, H. (2020). Effects of phubbing: Relationships with psychodemographic variables. *Psychological Reports*, 123(5), 1578–1613. <https://doi.org/10.1177/0033294119889581>
- Erzen, E., Odaci, H., & Yeniçeri, İ. (2021). Phubbing: Which personality traits are prone to phubbing? *Social Science Computer Review*, 39(1), 56–69. <https://doi.org/10.1177/0894439319847415>
- Felmlee, D. H. (2001). From appealing to appalling: Disenchantment with a romantic partner. *Sociological Perspectives*, 44(3), 263–280. <https://doi.org/10.2307/1389707>
- Frackowiak, M., Hilpert, P., & Russell, P. S. (2023). Impact of partner phubbing on negative emotions: A daily diary study of mitigating factors. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04401-x>
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 228–245. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.2.228>
- Gagnon, M. D., Hersen, M., Kabacoff, R. I., & Van Hasselt, V. B. (1999). Interpersonal and psychological correlates of marital dissatisfaction in late life: A review. *Clinical Psychology Review*, 19(3), 359–378. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(97\)00048-2](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(97)00048-2)
- Garrido, E. P., Issa, T., Esteban, P. G., & Delgado, S. C., (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), e07037. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Galloway, L., Engstrom, E., & Emmers-Sommer, T. M. (2015). Does movie viewing cultivate young people’s unrealistic expectations about love and marriage? *Marriage & Family Review*, 51(8), 687–712. <https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1061629>

- Gomes, M., Vasconcelos-Raposo, J., & Teixeira, C. M. (2021). The impact of technology usage on love and intimacy satisfaction among Portuguese adults. *Computers in Human Behavior Reports*, 4, 100084. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100084>
- Guazzini, A., Raimondi, T., Biagini, B., Bagnoli, F., & Duradoni, M. (2021). Phubber's emotional activations: The association between panas and phubbing behavior. *Future Internet*, 13(12), 311. <https://doi.org/10.3390/fi13120311>
- Halpern, D., & Katz, J. E. (2017). Texting's consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. *Computers in Human Behavior*, 71, 386–394. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.051>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis, second edition: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The relationship assessment scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(1), 137–142. <https://doi.org/10.1177/0265407598151009>
- Hünler, O. S., & Gençöz, T. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: Testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction relationship. *Contemporary Family Therapy*, 27(1), 123–136. <https://doi.org/10.1007/s10591-004-1974-1>
- Johnson, M. C. (2013). Culture's calling: Mobile phones, gender, and the making of an African migrant village in Lisbon. *Anthropological Quarterly*, 86(1), 163–190. <https://www.jstor.org/stable/41857315>
- Johnson, A. E. (2020). Phubbing, partner phubbing and relationship satisfaction among couples. *International Journal of Advanced Education and Research*, 5(2), 19-23. <https://www.multidisciplinaryjournals.net/assets/archives/2020/vol5issue2/5-2-13-332.pdf>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

- Kavčič, T., Puklek Levpušček, M., Zupančič, M., Poredoš, M., & Bjornsen, C. (2019). Personal correlates of problematic types of social media and mobile phone use in emerging adults. *Human Technology, 15*(2), 256–278. <https://doi.org/10.17011/ht/urn.201906123158>
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., & Duran, R. L. (2017). Sports scores and intimate moments: An expectancy violations theory approach to partner cell phone behaviors in adult romantic relationships. *Western Journal of Communication, 81*(5), 619–640. <https://doi.org/10.1080/10570314.2017.1299206>
- Kemp, S. (2023). Digital 2023: Global Overview Report — DataReportal – Global Digital Insights. *DataReportal – Global Digital Insights*. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>
- Kılıçarslan, S., & Parmaksız, İ. (2023). The mediator role of effective communication skills on the relationship between phubbing tendencies and marriage satisfaction in married individuals. *Computers in Human Behavior, 147*, 107863. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107863>
- Khodabakhsh, S., & Ong, Y. L. (2021). The impact of partner phubbing on marital quality among married couples in Malaysia: Moderating effect of gender and age. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport, 39*(1), 9–16. <https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.9-16>
- Kumar, G., Prakash, N., & Sharma, A. (2017). The role of mobile phones in enabling changes in gender relations. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities, 7*(8), 152. <https://doi.org/10.5958/2249-7315.2017.00413.0>
- Lind, W. R. (2008). Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa. [https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/977/1/15352\\_Tese\\_Wolfgang\\_Lind\\_2008.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/977/1/15352_Tese_Wolfgang_Lind_2008.pdf)
- McDaniel, B. T., & Wesselmann, E. (2021). “You phubbed me for that?” Reason given for phubbing and perceptions of interactional quality and exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies, 3*(3), 413–422. <https://doi.org/10.1002/hbe2.255>
- Parmaksiz, İ. (2021). Relationships between phubbing and the five factor personality traits. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 29*(4), 32–42. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.795620>

- Rahman, M. A., Duradoni, M., & Guazzini, A. (2022). Identification and prediction of phubbing behavior: A data-driven approach. *Neural Computing and Applications*, 34(5), 3885–3894. <https://doi.org/10.1007/s00521-021-06649-5>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2022). Partner phubbing and relationship satisfaction through the lens of social allergy theory. *Personality and Individual Differences*, 195, 111676. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111676>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2023). Partner phubbing and relationship satisfaction among high and low reward romantic partners: An expectancy violations theory perspective. *International Journal of Human–Computer Interaction*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2238341>
- Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. M. (2003). Interdependence, interaction, and relationships. *Annual Review of Psychology*, 54, 351–375. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145059>
- Santos, M. J., Feijão, M. T., & Mesquita, R (2000). Relações entre estilos de vinculação, estilos de resolução de conflito e satisfação nas relações amorosas em mulheres com um relacionamento heterossexual. Manuscrito não publicado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.
- Schokkenbroek, J. M., Hardyns, W., & Ponnet, K. (2022). Phubbed and curious: The relation between partner phubbing and electronic partner surveillance. *Computers in Human Behavior*, 137, 107425. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107425>
- Servies, A. (2012). Cell phones and couple communication: The impact of mobile device distractions during a dyadic interaction. <https://scholarworks.uark.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=psycuht>
- Simon, R. W., & Nath, L. E. (2004). Gender and emotion in the united states: Do men and women differ in self-reports of feelings and expressive behavior? *American Journal of Sociology*, 109(5), 1137–1176. <https://doi.org/10.1086/382111>

- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of family theory & review*, 2(4), 243–257. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x>
- Statista. (2023). *Número de utilizadores de smartphones em Portugal 2013-2028*. <https://www.statista.com/forecasts/1145090/smartphone-users-in-portugal>
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Tyler, P. (2013, Outubro 9). How mccann invented the word «phubbing» for macquarie dictionary «a word is born» campaign. *Campaign Brief*. <https://campaignbrief.com/mccann-australia-documents-how/>
- T’ng, S. T., Ho, K. H., & Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159–190. <https://doi.org/10.17583/rimeis.2018.3318>
- Utami, M., Anam, M. K., & Noorizki, R. D. (2021). The relationship between phubbing and romantic relationship satisfaction: A literature review. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8226>
- Ubando, M. (2016). Gender differences in intimacy, emotional expressivity, and relationship satisfaction. *Pepperdine Journal of Communication Research*, 4(1), 13. [https://digitalcommons.pepperdine.edu/pjcr/vol4/iss1/13/?utm\\_source=digitalcommons.pepperdine.edu%2Fpjcr%2Fvol4%2Fiss1%2F13&utm\\_medium=PDF&utm\\_campaign=PDFCoverPages](https://digitalcommons.pepperdine.edu/pjcr/vol4/iss1/13/?utm_source=digitalcommons.pepperdine.edu%2Fpjcr%2Fvol4%2Fiss1%2F13&utm_medium=PDF&utm_campaign=PDFCoverPages)
- Vangelisti, A. L., & Daly, J. A. (1997). Gender differences in standards for romantic relationships. *Personal Relationships*, 4(3), 203–219. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00140.x>
- Veissière, S. P. L., & Stendel, M. (2018). Hypernatural monitoring: A social rehearsal account of smartphone addiction. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00141>

- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences, 110*, 12–17.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Wang, X., Zhao, F., & Lei, L. (2021). Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology, 40*(7), 3365–3375.  
<https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0>
- Wang, X., & Zhao, K. (2022). Partner phubbing and marital satisfaction: The mediating roles of marital interaction and marital conflict. *Social Science Computer Review, 089443932110722*. <https://doi.org/10.1177/08944393211072231>
- Yam, F. C. (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports, 126*(1), 303–331.  
<https://doi.org/10.1177/00332941221144611>

## **DISCUSSÃO GERAL**

## Objetivos do Estudo e Hipóteses

Esta investigação teve como objetivo descrever o comportamento de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso numa amostra de indivíduos residentes em Portugal, assim como analisar se a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento é moderada pelo sexo e idade, quando a duração da relação é controlada. Para este efeito, foi examinada a relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, em 206 participantes adultos, de ambos os sexos e diferentes faixas etárias. Foram desenvolvidos e analisados questionários *online*, elaborando, posteriormente, um modelo de regressão estatístico que visava explicar as relações em estudo.

No que concerne às análises descritivas, os valores de *partner phubbing* não foram elevados. Aliás, 75% das pontuações apresentaram-se abaixo de 27 pontos, e apenas 25% acima, assemelhando-se a outros resultados já recolhidos nesta área (Beukeboom & Pollmann, 2021; Roberts & David, 2022, 2016; Wang et al., 2017). Apesar dos valores serem moderados, espelham a perceção de que este comportamento está presente entre os casais, o que seria esperado face ao *phubbing* prevalente em Portugal (Água et al., 2019). Para além disso, apesar de serem resultados meramente descritivos, especula-se que possam existir determinados aspetos psicológicos que tornem os *phubbees* mais ou menos suscetíveis à perceção do comportamento, como por exemplo, dependendo do grau em que o *phubbee* se sente inseguro, o quanto sente o seu parceiro comprometido com a relação, se se sente compreendido, validado ou cuidado, embora não tenha sido investigado neste estudo (Beukeboom & Pollmann, 2021; Schokkenbroek et al., 2022).

Posteriormente, embora o sexo feminino tenha apresentado um valor máximo superior ao masculino, que pode estar associado a maior sensibilidade relacional (Croyle & Waltz, 2002), e 25% da amostra do sexo masculino tenha apresentado *partner phubbing* ligeiramente inferior, a perceção deste comportamento no parceiro foi semelhante em ambos os sexos. Considerando a literatura recenseada, na qual o sexo feminino apresenta níveis superiores de *phubbing* em análises descritivas (Błachnio & Przepiorka, 2019) seria eventualmente esperado que o sexo masculino identificasse maior *partner phubbing*. Ainda assim, sendo o *partner phubbing* um comportamento observável, que envolve ações concretas, como olhar para o *smartphone* ou responder a uma mensagem durante o tempo em que o casal se encontra junto (Roberts & David,

2016; Yam, 2023), pode indicar que de modo geral, este comportamento possa ser identificado em ambos os sexos. No entanto, é importante ressaltar que as observações realizadas foram unicamente descritivas e não envolveram inferências estatísticas. Porventura, o que poderia diferir seria, posteriormente a interpretação deste mesmo comportamento, segundo os sexos (Frackowiak et al., 2022).

De seguida, apesar de serem os indivíduos mais jovens a apresentarem um valor máximo superior, existiu maior variabilidade de respostas nos grupos etários entre os 18 aos 25 anos, e entre 50 e os 79 anos. Assim, alguns participantes mais jovens podem ter relatado níveis elevados de *partner phubbing*, enquanto outros podem ter relatado mais baixos, e o mesmo se aplica ao grupo de indivíduos de idades mais avançadas. Embora entre os 26 e os 49 anos se tenham encontrado pontuações ligeiramente mais elevadas, em termos gerais os quartis identificaram pontuações semelhantes ao longo das diferentes faixas etárias. Assim, a presença intensa dos *smartphones* na sociedade atual pode tender a que as diferentes faixas etárias gastem cada vez mais tempo a interagir com os seus *smartphones* (Roberts & David, 2016).

Quanto à análise descritiva da satisfação no relacionamento, os valores foram relativamente elevados (à semelhança, por exemplo, do estudo de Jose & Alfons, 2007). As respostas socialmente desejáveis podem contribuir para altos níveis de satisfação, face a uma possível relutância em admitir níveis mais baixos. Porém, existem aspetos positivos no relacionamento que podem efetivamente contribuir para a manutenção de níveis superiores de satisfação, como cultivar emoções positivas que fortaleçam o laço entre o casal, partilhar eventos positivos e serem recebidos com entusiasmo, celebrar as conquistas com o parceiro amoroso com receptividade (Gable et al., 2004), ou participarem em atividades novas e estimulantes (Aron et al., 2000).

No que concerne ao sexo, os resultados descritivos indicaram que tanto o sexo feminino como masculino apresentaram valores máximos nas escalas, com relacionamentos percebidos como altamente satisfatórios. Nos casos de níveis de satisfação inferiores, o sexo masculino relatou níveis ligeiramente superiores de satisfação. A literatura indica que o sexo feminino tem mais facilidade em relatar sentimentos mais negativos, como a baixa satisfação, do que o masculino (Simon & Nath, 2004). No entanto, o sexo feminino apresentou uma margem de resposta mais homogénea, com mais participantes com pontuações no quartil superior, sugerindo que tendem a ter uma perceção de satisfação no relacionamento mais elevada em comparação ao

masculino. Embora tenham sido levantados estes resultados de uma ótica exclusivamente descritiva, estes podem ser discutidos à luz de estudos que sugerem que o sexo feminino, geralmente, é mais consciente das questões relacionais, e a sua satisfação no relacionamento pode-se associar à valorização de aspetos como a presença de afeto positivo, perceção de apoio do parceiro amoroso, e a capacidade do parceiro de compreender e empatizar com as suas emoções (Cohen et al., 2012; Croyle & Waltz, 2002; Gagnon et al., 1999; Vangelisti & Daly, 1997). Por fim, os estudos indicam que, regularmente, são relatadas diferenças na capacidade de expressão emocional entre sexos, incluindo a satisfação, como anteriormente referido (Simon & Nath, 2004) indicando também que o sexo feminino tende a expressar a sua satisfação com mais facilidade, comparativamente ao masculino (Ubando, 2016).

Nesta linha, os participantes mais jovens tenderam a apresentar pontuações superiores de satisfação no relacionamento, comparativamente a idades mais avançadas, assim como menor variabilidade de respostas. Esta análise indicou resultados interessantes entre faixas etárias, com um decréscimo na satisfação no relacionamento, à medida que aumenta a idade. Embora estes resultados tenham sido provenientes de estatísticas descritivas, é possível serem brevemente discutidos. Os adultos emergentes (na literatura identificados com idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos) procuram uma relação amorosa, na expectativa de que esta possa ser para toda a vida, o que pode moldar a intensidade e o compromisso com que os jovens se envolvem nestes relacionamentos, especificamente, nesta faixa etária. Estes procuram realizar as suas aspirações pessoais e concretizar ideais românticos, e comumente, idealizam o parceiro, ou a própria relação. Esta idealização pode afetar o modo como avaliam a sua satisfação no relacionamento, mesmo quando enfrentam desafios (Galloway et al., 2015). Com o avançar da idade, a satisfação no relacionamento tende a diminuir progressivamente, aumentando a partir dos 40 anos, o que não se verificou, curiosamente, nesta amostra (Bühler et al., 2021). Ao longo do tempo, os indivíduos podem acumular experiências e ir adaptando, gradualmente, o modo como veem o relacionamento, ajustando as expectativas e somando novos desafios. Evidentemente, a satisfação no relacionamento é um fenómeno complexo, e embora as especulações apresentadas anteriormente sejam baseadas em evidências empíricas, o motivo pelo qual com o avançar da idade estes resultados se foram revelando inferiores, pode estar amplamente associado a outros fatores individuais e contextuais, que não foram explorados na análise descritiva (Demir, 2008). Na literatura, encontram-se como fatores a presença de filhos, indicando que os pais têm níveis

de satisfação inferiores comparativamente aos indivíduos que não os têm (Twenge et al., 2003) ou o estado civil, na medida em que os indivíduos casados parecem relatar maior satisfação no relacionamento e compromisso (Yap et al., 2012).

Em linha com o exposto, este estudo trouxe evidências importantes sobre os efeitos no *partner phubbing* na satisfação no relacionamento. Nesta medida, a H1 foi corroborada, compreendendo que quando um parceiro se sente ignorado face ao *partner phubbing*, este sentimento pode levar a uma menor satisfação geral no relacionamento. Este resultado era esperado, considerando que a compreensão teórica e empírica sustenta a relação entre estas variáveis e variáveis semelhantes (Beukeboom & Pollmann, 2021; Chotpitayasunondh & Douglas, 2018; Halpern & Katz, 2017; Johnson, 2020; Roberts & David, 2016, 2022; Wang & Zhao, 2022; Wang et al., 2017; Yam, 2023). A satisfação pode ser influenciada pelo sentimento de conexão ao parceiro, que deve estar focado no outro, sem distrações (Leggett & Rossouw, 2014). Com efeito, a percepção de um baixo nível de atenção por parte do parceiro tem sido relacionada a níveis inferiores de satisfação no relacionamento (Gonzaga et al., 2007). Nesta linha, é considerada a teoria da violação da expectativa - os indivíduos podem ficar desapontados quando o seu parceiro amoroso não se comporta como elas esperavam ou desejavam, podendo causar decepção e incerteza relacional, pois o parceiro violou as suas expectativas (Kelly et al., 2017; Khodabakhsh & Ong, 2021). Além disso, de uma perspetiva de interacionismo simbólico, as interações sociais carregam significados que comunicam o que é importante, para cada indivíduo, num relacionamento. Quando ocorre *partner phubbing*, isso pode simbolizar que o *smartphone* é mais valorizado que o parceiro naquela interação, gerando, conseqüentemente, sentimentos de exclusão e diminuição da satisfação. Se tal se repete, a redução da satisfação nas interações pode levar a uma deterioração da qualidade geral do relacionamento (McDaniel et al., 2021; Wang et al., 2021). Ademais, estes resultados também vão de encontro à hipótese de deslocamento, na qual o tempo despendido no *smartphone* reduz a quantidade e a qualidade de interações significativas que os indivíduos podem ter com os seus parceiros amorosos, reduzindo a qualidade do relacionamento (Aljasir, 2022; Wang et al., 2017; Wang & Zhao, 2022).

Em linha com o exposto, a H2 não foi confirmada, na medida em que o sexo não apresentou um efeito moderador na relação entre *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso. Embora estudos anteriores tenham encontrado diferenças no *partner phubbing* e na satisfação no relacionamento, consoante o sexo (Bröning & Watberg, 2022; Chen

et al., 2022; Khodabakhsh & Ong, 2021), assim como o seu papel moderador (Khodabakhsh & Ong, 2021), existe pouca investigação sobre o possível papel do sexo e de que modo este pode influenciar o *partner phubbing* na satisfação no relacionamento. À vista disso, este resultado pode ressaltar a natureza cada vez mais abrangente desta tendência comportamental e das suas consequências, que não parece ser exclusiva de um determinado sexo.

De seguida, não se confirmou a H3 colocada previamente, não se tendo verificado um efeito moderador da idade na relação entre o *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento amoroso. Estes resultados sugerem que, independentemente da idade dos participantes, o *partner phubbing* está associado a níveis reduzidos de satisfação no relacionamento. É relevante notar que, num contexto de ampla disseminação da tecnologia, o uso dos *smartphones* tornou-se uma questão geral que transcende as barreiras geracionais (Bush et al., 2021). Isso pode implicar que os efeitos negativos do *partner phubbing*, no que se refere à satisfação no relacionamento, podem ser generalizados, independente da geração à qual os indivíduos pertencem. Ainda assim, a idade apresentou uma relação estatisticamente significativa com a satisfação no relacionamento, no sentido em que à medida que a idade aumenta, constata-se uma diminuição estatisticamente significativa na satisfação no relacionamento. Estes resultados sugerem que idades mais jovens tendem a ter um maior nível de satisfação no relacionamento, em comparação com indivíduos com idades superiores, indo de encontro à literatura recolhida anteriormente (Bühler et al., 2021; Cizmeci, 2017; Felmlee, 2001).

Por fim, a H4 não foi confirmada. Deste modo, a duração da relação não apresentou resultados significativos como covariável, indicando que a duração da relação não teve efeito na satisfação no relacionamento amoroso. Este resultado levanta a hipótese de que outros fatores também se podem mostrar relevantes no estudo destas variáveis, como: a presença de filhos; eventos stressantes ou transições de vida; fatores económicos; perceção de disponibilidade do parceiro; as necessidades e a motivação do parceiro amoroso quando está a ocorrer determinada interação; as expectativas; o nível de compromisso ou as competências de comunicação já existentes no casal (Bradbury et al., 2000; Bröning & Watberg, 2022; Kelly et al., 2017; Rusbult et al., 2003; Stanley et al., 2010).

Assim, embora as variáveis moderadoras e covariável supracitadas não tenham atingido significância estatística no modelo, não é descartada a sua importância noutros estudos, contextos ou interações, permitindo uma compreensão mais abrangente. Desta forma, os

resultados deste estudo não enfatizaram apenas a importância crítica do *partner phubbing* na satisfação dos relacionamentos, mas também fornecem contributos significativos e implicações práticas para a Psicologia.

### **Contributos e Implicações para a Psicologia**

Cada vez mais se tornará importante explorar o comportamento de *phubbing* de uma perspectiva psicológica, não só do *phubber* como do *phubbee* (Ergün et al., 2020). E em linha com o exposto, esta investigação foi ao encontro de um conceito mais específico, recente e em ascensão, o *partner phubbing*. Assim, por ter visado a perceção do *phubbee*, este estudo não se limitou ao uso exclusivo e isolado do *smartphone*, expandindo o conhecimento teórico e prático às repercussões da utilização do mesmo em relacionamentos amorosos. Por isso, os resultados desta investigação forneceram contributos importantes para o desenvolvimento da literatura sobre *partner phubbing*, diminuta em Portugal, expandindo o conhecimento neste campo. Dessarte, este estudo parece ser pioneiro em Portugal, no que concerne à investigação da relação entre *partner phubbing* e satisfação no relacionamento com variáveis moderadoras, permitindo uma melhor compreensão do comportamento interpessoal em relacionamentos amorosos e o que pode afetar a satisfação nos mesmos.

As consequências práticas e teóricas que surgem a partir das descobertas e contributos deste estudo, podem-se espelhar em implicações para a Psicologia, em diferentes domínios, seja na intervenção na comunidade, intervenção psicológica ou avaliação psicológica. Primeiramente, numa ótica de intervenção na comunidade, esta investigação pode contribuir para a consciencialização da população em geral sobre os efeitos prejudiciais do *phubbing* e *partner phubbing* nos relacionamentos amorosos. Tal pode resultar em palestras e conferências para a comunidade em diversos contextos, fomentando a autoconsciência e prevenindo eventuais problemas relacionais, tendo por base a psicoeducação (Gomes et al., 2021).

Em termos de intervenção psicológica, e reconhecendo que não existe uma abordagem única que funcione para todos os indivíduos, exigindo flexibilidade e adaptação às necessidades particulares, estudos nesta área possibilitam o desenvolvimento de intervenções mais personalizadas e eficazes. Com o investimento teórico nestas temáticas, é possível aprimorar as abordagens clínicas, baseadas em evidências científicas, para lidar da melhor forma com este

comportamento. Principalmente, os estudos indicam os benefícios deste campo de investigação para a Terapia de Casal (Frackowiak et al., 2023; Wang et al., 2021). Assim, estes profissionais podem auxiliar na construção de estratégias tanto de prevenção, como intervenção, em *phubbers* e *phubbees*, por meio da consciencialização, considerada muito benéfica para a compreensão do *phubbing* como um fator de risco para a satisfação no relacionamento (Gomes et al., 2021; Yam, 2023). Para além disso, podem promover a incorporação do diálogo nas relações amorosas (Kelly et al., 2017) e o desenvolvimento de técnicas de comunicação, que direta ou indiretamente, podem auxiliar à resolução de conflitos promovidos pela presença de *partner phubbing* (Beukeboom & Pollmann, 2021; Kılıçarslan, & Parmaksız, 2023). A promoção da comunicação entre o casal pode ser importante para compreender de que forma os parceiros interpretam o comportamento de *phubbing* um do outro (Frackowiak et al., 2023). Por exemplo, no estudo de Frackowiak et al., 2023, foi evidenciado que se o *phubber* for percebido cognitivamente como responsivo pelo *phubbee*, apesar do uso do *smartphone*, esse mecanismo psicológico neutraliza, ou reduz, as experiências emocionais mais negativas providas do *partner phubbing*. Nesta medida, a Terapia de Casal pode ajudar a dar significado a essas reações emocionais subjacentes, tanto individualmente como em casal. Finalmente, uma última implicação associa-se à necessidade de monitorizar a prevalência de *partner phubbing*. Não tendo sido identificados valores elevados nesta amostra, não se deve desmerecer que os mesmos podem tender a aumentar ao longo do tempo, o que pode ser um sinal de alerta para os casais. Uma vez que esta prática está, atualmente, a prejudicar a satisfação no relacionamento, é crucial abordar esta problemática para preservar e fortalecer o relacionamento amoroso. Em suma, enaltece-se assim a importância da intervenção psicológica para medidas preventivas e acompanhamento psicológico, seja por meio de intervenção individual, ou em conjunto, para a promoção do bem-estar pessoal e relacional.

No que concerne à avaliação psicológica, este estudo enaltece a importância de mensurar as consequências de *partner phubbing*, seja por meio, não só da satisfação no relacionamento, como pelo *stress*, ansiedade ou outros aspetos emocionais e cognitivos. Além disso, a avaliação psicológica do *phubbing*, *partner phubbing* e satisfação no relacionamento pode ser útil para monitorizar a eficácia das abordagens terapêuticas. Inclusive, pode estimular o desenvolvimento de medidas de avaliação mais precisas e sensíveis ao *partner phubbing*, como escalas,

questionários ou guiões de entrevistas, proporcionando aos psicólogos a recolha de dados mais confiável e objetiva possível.

Em síntese, tanto os contributos, como as implicações retratadas após a realização deste estudo, são importantes para o desenvolvimento contínuo na área da Psicologia, quer num âmbito de investigação científica, quer de prática profissional. Tendo em vista que, para grande parte dos indivíduos, os relacionamentos amorosos são dos mais importantes que se vivenciam na vida adulta, o modo como um casal irá interagir será o resultado do ritmo acelerado da era digital, que trará novas oportunidades, mas também muitos desafios (Mund & Neyer, 2014; Thomas et al., 2022).

### **Limitações e Estudos Futuros**

Apesar da relevância desta investigação na área da Psicologia, o desenvolvimento deste estudo apresenta limitações que devem ser identificadas e refletidas. Começando pela recolha de dados realizada através de questionários *online*, esta pode estar sujeita a vieses de amostragem. De seguida, os instrumentos sendo de autorrelato, e não tendo medidas de desejabilidade social, podem ter comprometido as respostas dadas, face à sua subjetividade. Para além disso, sendo as respostas de autorrelato, podem induzir os sujeitos a subestimar ou superestimar a satisfação no relacionamento. Nesta linha, sendo um estudo de cariz não experimental, não foi permitido tirar conclusões relativas à causalidade. Outra limitação é que este questionário foi direcionado a indivíduos num relacionamento amoroso, apenas incluído um dos parceiros e, considerando um relacionamento como um processo diádico, seria relevante inserir ambos os elementos em estudo, procurando obter as perceções dos envolvidos no relacionamento sobre o *phubbing* e o *partner phubbing*, não reduzindo a um único relato.

Assim, sendo um campo de estudo que ainda está num período inicial e de maturação (Ergün et al., 2020), não deve ser desvalorizada a perspetiva biopsicossocial para este comportamento emergente numa ótica de investigação futura. Em primeiro lugar, mostra-se relevante o estudo numa vertente biológica, como o papel da dopamina no comportamento de *phubbing* (Turkle, 2011, p. 227). Os *smartphones* apresentam reforços positivos subtis que estimulam a libertação de dopamina, levando o utilizador a querer sempre mais. Com o uso destes, ativa-se o circuito de recompensa dopaminérgico, levando à antecipação e procura de

gratificação, algo que se tornará cada vez mais forte e recorrente. Este comportamento pode tornar-se habitual, prejudicando, potencialmente, as relações amorosas (Veissière & Stendel, 2018).

Já de uma ótica psicológica, pode-se mostrar relevante explorar outros construtos psicológicos, como o sentimento de negligência ou rejeição por parte do *phubbee* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Adicionalmente, os estudos atuais sobre o *phubbing* estão predominantemente focados nos traços de personalidade dos *phubbers*. Mais especificamente, a investigação estabelece associações positivas entre o *phubbing* e o traço de neuroticismo (Abi Doumit et al., 2023; Balta et al., 2020; Erzen et al., 2021; Parmaksiz, 2021; T'ng et al., 2018). Desta forma, é sugerida uma expansão da investigação no domínio da personalidade relativamente aos *phubbees*, a fim de compreender se, tal como os *phubbers*, é evidenciada uma maior tendência para traços de personalidade específicos.

De um ponto de vista social, e procurando colmatar a limitação anteriormente evidenciada, seria enriquecedor para a investigação cruzar as perceções de ambos os envolvidos no relacionamento sobre o *phubbing* e o *partner phubbing*. Com a obtenção de respostas independentes e que mantivessem o anonimato, ao invés de respostas realizadas em conjunto, poderia ser assegurada uma maior autenticidade e integridade nos resultados. Recomenda-se o desenvolvimento de mais estudos com solteiros, divorciados numa nova relação, entre indivíduos do mesmo sexo, entre outros, a fim de compreender o papel que diferentes tipos de relacionamentos amorosos podem ter no *partner phubbing*, atendendo que existe um número extenso de estudos com indivíduos casados heterossexuais (e.g., Roberts & David, 2023; Wang & Zhao, 2022; Wang et al., 2021; Wang et al., 2017). Outra sugestão vai ao encontro do desenvolvimento de estudos transculturais. As diferenças culturais podem moldar as normas e expectativas relativamente ao uso do *smartphone* e às interações interpessoais. Estas podem influenciar a perceção do *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento, sabendo que o *smartphone* é agora uma tecnologia que se alicerça a uma proliferação de usos e significados, com aspetos simbólicos em diferentes culturas (Hünler & Gençöz, 2005; Johnson, 2013; Kumar et al., 2017). Futuramente, uma última proposta de investigação, foca-se na compreensão se o uso do *smartphone*, ou especificamente o *phubbing*, é uma queixa comum entre os casais que recorrem à Terapia de Casal, não existindo estudos nesse sentido. Caso se evidencie uma queixa predominante, os profissionais podem explorar os seus impactos e desenvolver, cada vez mais,

estratégias eficazes para contribuir para uma prática clínica eficiente. Por fim, os estudos anteriormente sugeridos beneficiariam se fossem aplicados sob uma ótica longitudinal, ao invés de transversal, permitindo compreender as dinâmicas que se desenvolvem à medida que os relacionamentos evoluem, de um modo mais estável.

### **Conclusão**

Este estudo procurou compreender de que forma o *partner phubbing* afeta as relações amorosas, especificamente a satisfação nas mesmas, considerando diferenças individuais, como o sexo e a idade, e atendendo às especificidades das relações interpessoais, como a duração da relação. Para o efeito, foram realizadas análises estatísticas descritivas e análises de regressão com moderação. A análise descritiva revelou que o *partner phubbing* não foi muito acentuado, sendo globalmente consistente entre sexos e idades. Para além disso, ambos os sexos identificaram os seus relacionamentos como altamente satisfatórios, embora o sexo feminino tenha apresentado pontuações ligeiramente superiores, assim como participantes mais jovens, reduzindo a satisfação com o evoluir da idade. Foi constatado, também, que quanto maior o *partner phubbing*, menor a satisfação no relacionamento. Em linha com o exposto, uma menor satisfação está presente perante este comportamento, independentemente da idade, do sexo ou da duração da relação. Para além disso, os resultados da análise de regressão mostraram que a satisfação no relacionamento diminui com a idade. Após o balanço da investigação, afirma-se que a realização da mesma trouxe vastos contributos e implicações para a Psicologia. Foram também destacadas as limitações e as propostas para estudos futuros. Em suma, à medida que se avança em direção a um futuro tecnológico cada vez mais integrado, a continuidade de estudos acerca do uso dos *smartphones* e a dinâmica dos relacionamentos amorosos poderá trazer grande pertinência para o desenvolvimento de relacionamentos amorosos autênticos, significativos e enriquecedores, que possam equilibrar a tecnologia com as conexões humanas.

## Referências

- Aagaard, J., Steninge, E., & Zhang, Y. (2021). On the hermeneutics of screen time. *AI & Society*. <https://doi.org/10.1007/s00146-021-01223-y>
- Abi Doumit, C., Malaeb, D., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S., & Hallit, S. (2023). Association between personality traits and phubbing: The co-moderating roles of boredom and loneliness. *Healthcare*, *11*(6), 915. <https://doi.org/10.3390/healthcare11060915>
- Água, J., Coelho, C., Lourenço, M. G., Patrão, I., & Leal, I. (2019). *Partner phubbing* (pphubbing): validação portuguesa. *Actas do 8º Congresso Internacional de Psicologia da Criança e Adolescente* (pp. 200-201). [https://www.researchgate.net/profile/Joana-Agua/publication/333041021\\_PARTNER\\_PHUBBING\\_PORTUGUESE\\_VALIDATION/links/5cecff9da6fdcc18c8e74fd4/PARTNER-PHUBBING-PORTUGUESE-VALIDATION.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Joana-Agua/publication/333041021_PARTNER_PHUBBING_PORTUGUESE_VALIDATION/links/5cecff9da6fdcc18c8e74fd4/PARTNER-PHUBBING-PORTUGUESE-VALIDATION.pdf)
- Aljasir, S. (2022). Present but absent in the digital age: Testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *2022*, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/1402751>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *1*(2), 132–140. <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*(2), 273–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.273>
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *18*(3), 628–639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Partner phubbing: Why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. *Computers in Human Behavior*, *124*, 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>

- Błachnio, A., & Przepiorka, A. (2019). Be aware! If you start using Facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and Facebook intrusion. A cross-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270–278. <https://doi.org/10.1177/0894439318754490>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964–980. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Bröning, S., & Wartberg, L. (2022). Attached to your smartphone? A dyadic perspective on perceived partner phubbing and attachment in long-term couple relationships. *Computers in Human Behavior*, 126, 106996. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106996>
- Busch, P. A., & McCarthy, S. (2021). Antecedents and consequences of problematic smartphone use: A systematic literature review of an emerging research area. *Computers in Human Behavior*, 114, 106414. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106414>
- Bühler, J. L., Krauss, S., & Orth, U. (2021). Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 147(10), 1012–1053. <https://doi.org/10.1037/bul0000342>
- Carnelley, K. B., Vowels, L. M., Stanton, S. C. E., Millings, A., & Hart, C. M. (2023). Perceived partner phubbing predicts lower relationship quality but partners' enacted phubbing does not. *Computers in Human Behavior*, 107860. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107860>
- Chen, Z., Gong, Y., & Xie, J. (2022). From phubee to phubber: The transmission of phone snubbing behavior between marital partners. *Information Technology & People*, 35(4), 1493–1510. <https://doi.org/10.1108/ITP-03-2020-0150>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Cizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Pphubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364–375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>

- Cohen, S., Schulz, M. S., Weiss, E., & Waldinger, R. J. (2012). Eye of the beholder: The individual and dyadic contributions of empathic accuracy and perceived empathic effort to relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology, 26*(2), 236–245. <https://doi.org/10.1037/a0027488>
- Croyle, K. L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy, 28*(4), 435–444. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb00368.x>
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2021). Investigating the impact of partner phubbing on romantic jealousy and relationship satisfaction: The moderating role of attachment anxiety. *Journal of Social and Personal Relationships, 38*(12), 3590– 3609. <https://doi.org/10.1177/0265407521996454>
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies, 9*(2), 257–277. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9051-8>
- Dush, C. M., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations, 57*(2), 211–226. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x>
- Ergün, N., Göksu, İ., & Sakız, H. (2020). Effects of phubbing: Relationships with psychodemographic variables. *Psychological Reports, 123*(5), 1578–1613. <https://doi.org/10.1177/0033294119889581>
- Erzen, E., Odacı, H., & Yeniçeri, İ. (2021). Phubbing: Which personality traits are prone to phubbing? *Social Science Computer Review, 39*(1), 56–69. <https://doi.org/10.1177/0894439319847415>
- Felmlee, D. H. (2001). From appealing to appalling: Disenchantment with a romantic partner. *Sociological Perspectives, 44*(3), 263–280. <https://doi.org/10.1525/sop.2001.44.3.263>
- Frackowiak, M., Hilpert, P., & Russell, P. S. (2022). Partner's perception of phubbing is more relevant than the behavior itself: A daily diary study. *Computers in Human Behavior, 134*, 107323. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107323>
- Frackowiak, M., Hilpert, P., & Russell, P. S. (2023). Impact of partner phubbing on negative emotions: A daily diary study of mitigating factors. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04401-x>

- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, *87*(2), 228–245.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.2.228>
- Gagnon, M. D., Hersen, M., Kabacoff, R. I., & Van Hasselt, V. B. (1999). Interpersonal and psychological correlates of marital dissatisfaction in late life: A review. *Clinical Psychology Review*, *19*(3), 359–378.  
[https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(97\)00048-2](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(97)00048-2)
- Galloway, L., Engstrom, E., & Emmers-Sommer, T. M. (2015). Does movie viewing cultivate young people’s unrealistic expectations about love and marriage? *Marriage & Family Review*, *51*(8), 687–712.  
<https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1061629>
- Garrido, E. P., Issa, T., Esteban, P. G., & Delgado, S. C., (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, *7*(5), e07037.  
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Gomes, M., Vasconcelos-Raposo, J., & Teixeira, C. M. (2021). The impact of technology usage on love and intimacy satisfaction among Portuguese adults. *Computers in Human Behavior Reports*, *4*, 100084. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100084>
- Gonzaga, G. C., Campos, B., & Bradbury, T. (2007). Similarity, convergence, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, *93*(1), 34–48. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.1.34>
- Guazzini, A., Raimondi, T., Biagini, B., Bagnoli, F., & Duradoni, M. (2021). Phubber’s emotional activations: The association between panas and phubbing behavior. *Future Internet*, *13*(12), 311. <https://doi.org/10.3390/fi13120311>
- Halpern, D., & Katz, J. E. (2017). Texting’s consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. *Computers in Human Behavior*, *71*, 386–394.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.051>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis, second edition: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, *50*(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>

- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The relationship assessment scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, *15*(1), 137–142.  
<https://doi.org/10.1177/0265407598151009>
- Hünler, O. S., & Gençöz, T. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: Testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction relationship. *Contemporary Family Therapy*, *27*(1), 123–136.  
<https://doi.org/10.1007/s10591-004-1974-1>
- Johnson, M. C. (2013). Culture's calling: Mobile phones, gender, and the making of a african migrant village in lisbon. *Anthropological Quarterly*, *86*(1), 163–190.  
<https://www.jstor.org/stable/41857315>
- Johnson, A. E. (2020). Phubbing, partner phubbing and relationship satisfaction among couples. *International Journal of Advanced Education and Research*, *5*(2), 19-23.  
<https://www.multidisciplinaryjournals.net/assets/archives/2020/vol5issue2/5-2-13-332.pdf>
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, *33*(1), 73–85. <https://doi.org/10.1080/00926230600998573>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The Public Opinion Quarterly*, *37*(4), 509–523. <https://www.jstor.org/stable/2747854>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(2), 60–74.  
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Kavčič, T., Puklek Levpušček, M., Zupančič, M., Poredoš, M., & Bjornsen, C. (2019). Personal correlates of problematic types of social media and mobile phone use in emerging adults. *Human Technology*, *15*(2), 256–278. <https://doi.org/10.17011/ht/urn.201906123158>
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., & Duran, R. L. (2017). Sports scores and intimate moments: An expectancy violations theory approach to partner cell phone behaviors in adult romantic relationships. *Western Journal of Communication*, *81*(5), 619–640.  
<https://doi.org/10.1080/10570314.2017.1299206>

- Kemp, S. (2023). Digital 2023: Global Overview Report — DataReportal – Global Digital Insights. *DataReportal – Global Digital Insights*.  
<https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>
- Kılıçarslan, S., & Parmaksız, İ. (2023). The mediator role of effective communication skills on the relationship between phubbing tendencies and marriage satisfaction in married individuals. *Computers in Human Behavior*, *147*, 107863.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107863>
- Khodabakhsh, S., & Ong, Y. L. (2021). The impact of partner phubbing on marital quality among married couples in malaysia: Moderating effect of gender and age. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, *39*(1), 9–16.  
<https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.9-16>
- Kumar, G., Prakash, N., & Sharma, A. (2017). The role of mobile phones in enabling changes in gender relations. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, *7*(8), 152. <https://doi.org/10.5958/2249-7315.2017.00413.0>
- Leggett, C., & Rossouw, P. J. (2014). The impact of technology use on couple relationships: A neuropsychological perspective. *International Journal of Neuropsychotherapy*, *2*(1), 44-99. <https://thescienceofpsychotherapy.com/wp-content/uploads/2014/11/IJNPT244-99.pdf>
- Lind, W. R. (2008). Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.  
[https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/977/1/15352\\_Tese\\_Wolfgang\\_Lind\\_2008.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/977/1/15352_Tese_Wolfgang_Lind_2008.pdf)
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, *5*(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McDaniel, B. T., Galovan, A. M., & Drouin, M. (2020). Daily technoference, technology use during couple leisure time, and relationship quality. *Media Psychology*, *24*(5), 637–665.  
<https://doi.org/10.1080/15213269.2020.1783561>
- McDaniel, B. T., & Wesselmann, E. (2021). “You phubbed me for that?” Reason given for phubbing and perceptions of interactional quality and exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *3*(3), 413–422. <https://doi.org/10.1002/hbe2.255>

- Mund, M., & Neyer, F. J. (2014). Treating personality-relationship transactions with respect: Narrow facets, advanced models, and extended time frames. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 352–368. <https://doi.org/10.1037/a0036719>
- Parmaksiz, İ. (2021). Relationships between phubbing and the five factor personality traits. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 29(4), 32–42. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.795620>
- Rahman, M. A., Duradoni, M., & Guazzini, A. (2022). Identification and prediction of phubbing behavior: A data-driven approach. *Neural Computing and Applications*, 34(5), 3885–3894. <https://doi.org/10.1007/s00521-021-06649-5>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2022). Partner phubbing and relationship satisfaction through the lens of social allergy theory. *Personality and Individual Differences*, 195, 111676. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111676>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2023). Partner phubbing and relationship satisfaction among high and low reward romantic partners: An expectancy violations theory perspective. *International Journal of Human–Computer Interaction*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2238341>
- Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. M. (2003). Interdependence, interaction, and relationships. *Annual Review of Psychology*, 54, 351–375. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145059>
- Santos, M. J., Feijão, M. T., & Mesquita, R (2000). Relações entre estilos de vinculação, estilos de resolução de conflito e satisfação nas relações amorosas em mulheres com um relacionamento heterossexual. Manuscrito não publicado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.
- Schokkenbroek, J. M., Hardyns, W., & Ponnet, K. (2022). Phubbed and curious: The relation between partner phubbing and electronic partner surveillance. *Computers in Human Behavior*, 137, 107425. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107425>

- Servies, A. (2012). Cell phones and couple communication: The impact of mobile device distractions during a dyadic interaction.  
<https://scholarworks.uark.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=psycuht>
- Simon, R. W., & Nath, L. E. (2004). Gender and emotion in the united states: Do men and women differ in self-reports of feelings and expressive behavior? *American Journal of Sociology*, 109(5), 1137–1176. <https://doi.org/10.1086/382111>
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of family theory & review*, 2(4), 243–257. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x>
- Statista. (2023). Número de utilizadores de smartphones em Portugal 2013-2028.  
<https://www.statista.com/forecasts/1145090/smartphone-users-in-portugal>
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Thabassum, L. (2021). Phubbing: A literature review of the technological invasion that has changed lives for the last decade. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 2(1), 11-18. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1469567>
- Thomas, T. T., Carnelley, K. B., & Hart, C. M. (2022). Phubbing in romantic relationships and retaliation: A daily diary study. *Computers in Human Behavior*, 137, 107398.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574–583.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- Tyler, P. (2013, Outubro 9). How mccann invented the word «phubbing» for macquarie dictionary «a word is born» campaign. *Campaign Brief*.  
<https://campaignbrief.com/mccann-australia-documents-how/>
- T’ng, S. T., Ho, K. H., & Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159–190. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2018.3318>

- Ubando, M. (2016). Gender differences in intimacy, emotional expressivity, and relationship satisfaction. *Pepperdine Journal of Communication Research*, 4(1), 13.  
[https://digitalcommons.pepperdine.edu/pjcr/vol4/iss1/13/?utm\\_source=digitalcommons.pepperdine.edu%2Fpjcr%2Fvol4%2Fiss1%2F13&utm\\_medium=PDF&utm\\_campaign=PDFCoverPages](https://digitalcommons.pepperdine.edu/pjcr/vol4/iss1/13/?utm_source=digitalcommons.pepperdine.edu%2Fpjcr%2Fvol4%2Fiss1%2F13&utm_medium=PDF&utm_campaign=PDFCoverPages)
- Utami, M., Anam, M. K., & Noorizki, R. D. (2021). The relationship between phubbing and romantic relationship satisfaction: A literature review. *KnE Social Sciences*.  
<https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8226>
- Vangelisti, A. L., & Daly, J. A. (1997). Gender differences in standards for romantic relationships. *Personal Relationships*, 4(3), 203–219.  
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00140.x>
- Veissière, S. P. L., & Stendel, M. (2018). Hypernatural monitoring: A social rehearsal account of smartphone addiction. *Frontiers in Psychology*, 9.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00141>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Wang, X., Zhao, F., & Lei, L. (2021). Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology*, 40(7), 3365–3375.  
<https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0>
- Wang, X., & Zhao, K. (2022). Partner phubbing and marital satisfaction: The mediating roles of marital interaction and marital conflict. *Social Science Computer Review*, 089443932110722. <https://doi.org/10.1177/08944393211072231>
- Yam, F. C. (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports*, 126(1), 303–331.  
<https://doi.org/10.1177/00332941221144611>
- Yap, S. C. Y., Anusic, I., & Lucas, R. E. (2012). Does personality moderate reaction and adaptation to major life events? Evidence from the British Household Panel

Survey. *Journal of Research in Personality*, 46(5), 477– 488.

<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.05.005>