



ARTIGO DE INVESTIGAÇÃO

Vinculação aos pais e uso problemático da internet em jovens: efeito moderador da regulação emocional*

Attachment to parents and problematic use of internet in young: The moderating effect of emotional regulation

Apego parental y uso problemático de Internet en jóvenes: Efecto moderador de la regulación emocional

Catarina Pinheiro Mota^{1,2} , Bianca Monteiro¹ 

* Este artigo é derivado do trabalho de Dissertação do Mestrado em Psicologia Clínica da autora Bianca Catarina Abreu Monteiro.

¹ Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro – UTAD, Portugal.

² Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Portugal.

Forma de citar: Mota, C.P., & Monteiro, B. (2024). Vinculação aos pais e uso problemático da internet em jovens: efeito moderador da regulação emocional. *Rev. CES Psico*, 17(2), 58-76. <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.7142>

Resumo

De acordo com a teoria da vinculação, os indivíduos manifestam uma necessidade intrínseca para estabelecer laços afetivos com as figuras cuidadoras primárias. A vinculação segura aos pais e a gestão da Regulação Emocional parecem constituir-se como fatores protetores face ao Uso Problemático da Internet. O presente estudo objetivou analisar o efeito da vinculação aos pais no desenvolvimento do Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos, testando-se o papel moderador da Regulação Emocional na associação anterior. Trata-se de um estudo empírico, transversal com recolha da amostra aleatória. A amostra foi constituída por 936 estudantes de ambos os sexos, com idades compreendidas entre os 14 e 20 anos. A recolha de dados foi realizada de forma presencial, através do Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe (QVPM, Matos & Costa, 2001), a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS, Gratz & Roemer, 2004; adaptação de Coutinho et al., 2010) e o *Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS-2)* (Caplan, 2010; adaptada por Pontes et al., 2016). Os resultados sugerem que a Inibição de Exploração e Individualidade na vinculação às figuras parentais tem um efeito preditor no Uso Problemático da Internet e que, os Impulsos, enquanto dimensão da dificuldade de Regulação Emocional, desempenham um efeito moderador. Assim, entende-se que a frequência de uso excessivo da internet, especificamente das redes sociais, bem como a ausência de supervisão parental, no uso da internet por parte dos filhos, poderão estar associados aos comportamentos de Uso Problemático da Internet em adolescentes e jovens adultos.

Palavras-chave: vinculação aos pais; Regulação Emocional; internet; adolescentes e jovens adultos.

Abstract

According to the attachment theory, individuals manifest an intrinsic need to establish affective bonds with the primary caring figures. Secure attachment to parents and management of emotional regulation may be a protective factor against the problematic use of the Internet. The main objective of this study was to analyze the effect of parents' involvement in the development of adolescents and young adults' problematic use of the internet and test the moderator role of emotional regulation in this association. This is an empirical, cross-sectional study with a random sample. The sample comprised 936 students between 14 and 20 years old, male and female sex. *The Father and Mother Attachment Questionnaire* (QVPM, Matos & Costa, 2001), the *Emotional Regulation Difficulties Scale* (DERS Gratz & Roemer, 2004;

Fecha correspondência:

Recebido: 13 de dezembro de 2022.

Aceito: 27 de dezembro de 2023.

DOI: 10.21615/cesp.7142

ISSNe: 2011-3080

<https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia>



adapted by Coutinho et al., 2010) and the *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS-2, Caplan, 2010; adapted by Pontes et al., 2016) were used as evaluation instruments and collected in person. Thus, it is understood that the frequency of excessive use of the internet, specifically social networks, as well as the lack of parental supervision in the use of the internet by their children, may be associated with Problematic Internet Use behaviors in adolescents and young adults.

Keywords: attachment; emotional regulation; internet; adolescents and young adults.

Resumen

Según la teoría del apego, los individuos manifiestan una necesidad intrínseca de establecer vínculos afectivos con sus cuidadores primarios. El apego seguro a los padres y la gestión de la regulación emocional parecen ser factores protectores contra el uso problemático de Internet. Este estudio tuvo como objetivo analizar el efecto del apego a los padres en el desarrollo del uso problemático de Internet en adolescentes y jóvenes adultos, y comprobar el papel moderador de la regulación emocional en esta asociación. Se trata de una investigación empírica transversal con una muestra aleatoria. La muestra se compuso por 936 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 14 y los 20 años. Los datos fueron recogidos presencialmente a través de *The Father and Mother Attachment Questionnaire* (QVPM, Matos & Costa, 2001), *Emotional Regulation Difficulties Scale* (DERS Gratz & Roemer, 2004; adapted by Coutinho et al., 2010), y *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS-2, Caplan, 2010; adapted by Pontes et al., 2016). Los resultados sugieren que la inhibición de la exploración y la individualidad en el apego a las figuras parentales tienen un efecto predictivo sobre el uso problemático de Internet, y que los impulsos, como dimensión de la dificultad de regulación emocional, tienen un efecto moderador de esta asociación. Así, se entiende que la frecuencia de uso excesivo de internet, específicamente de las redes sociales, así como la falta de supervisión parental en el uso de internet por parte de sus hijos, puede estar asociado con conductas de Uso Problemático de Internet en adolescentes y jóvenes adultos.

Palabras claves: apego a los padres; regulación emocional; internet; adolescentes y jóvenes adultos.

Introdução

Os padrões de vinculação afetiva estabelecidos na infância com figuras significativas têm sido identificados como base das relações de proximidade, podendo permanecer como modelos de referência ao longo de todo o processo desenvolvimental (Ainsworth, 1969; Bowlby, 1988). Uma vinculação segura refere-se ao estabelecimento de uma relação emocional próxima entre a criança e os cuidadores, pautada pela confiança, segurança, suporte e proteção, especialmente em situações adversas e de promoção da individualidade e autonomia (Bowlby, 1988).

A segurança nas relações com as figuras de vinculação promove o desenvolvimento de modelos internos dinâmicos, através dos quais o indivíduo constrói uma imagem positiva de si e dos outros. Estes modelos são representações mentais generalizadas e tendencialmente estáveis sobre o *self*, os outros e o mundo, e funcionam como mapas cognitivos e afetivos capazes de orientar a ação futura (Bowlby, 1988).

Indivíduos seguros conquistam maior autonomia e, durante a adolescência, aproximam-se aos pares de acordo com a semelhança de vivências, proximidade e partilha de experiências, facilitando o processo de separação e individuação (Erikson, 1968; Fleming, 2005), em que conquistam gradualmente autonomia face às figuras parentais e iniciam a exploração do meio circundante (Arnett, 2007). Os pais deixam de ocupar o papel central na rede de relações dos filhos, e as relações de pares tornam-se predominantes. A qualidade das relações está associada àquela pré-estabelecida com as figuras de vinculação (Correia & Mota, 2016).

A literatura refere que um vínculo parental seguro prediz positivamente o desenvolvimento de relações próximas e recíprocas com os pares, maior autonomia, melhor gestão de Impulsos e emoções, mais capacidade na resolução de problemas, mais competências sociais e maiores níveis de autoestima e autoconfiança. Contrariamente, adolescentes com vinculações inseguras tendem a apresentar perturbações de ansiedade e do comportamento, maior isolamento, sintomas depressivos e problemas nas relações interpessoais (e.g. Henriques, 2014; Meier et al., 2013; Veríssimo et al., 2012).

É através da qualidade das relações de vinculação precoces que o indivíduo determina estratégias de Regulação Emocional face às relações de proximidade (Assunção, 2016; Nunes & Mota, 2017; Soares & Dias, 2007; Xie et al., 2015). A Regulação Emocional traduz-se na capacidade de adaptação do indivíduo face a situações desafiantes por meio da gestão das suas emoções. A ausência de acesso a estratégias de regulação, como a aptidão de conscientização, compreensão e aceitação de emoções, inibição de comportamentos impulsivos e adequação dos mesmos a diferentes situações, parecem indicar dificuldades na Regulação Emocional (Gratz & Roemer, 2004).

Karaiskos et al. (2010) evidenciaram que uso excessivo da internet está frequentemente associado a uma utilização como estratégia de fuga à realidade, ao stress, à depressão e à preocupação com situações quotidianas. Kim e Davis (2009) sublinharam que os utilizadores de internet que apresentam um défice na autorregulação, tendem a preferir interações sociais *online* como forma de regular as emoções. Os padrões de Uso Problemático da Internet e, especificamente, das redes sociais são igualmente associados a mais problemas de Regulação Emocional (Hormes et al., 2014; Xie et al., 2015).

Com o aumento exponencial do uso das novas tecnologias, a internet e particularmente as redes sociais definiram-se como a nova ferramenta de comunicação e relacionamento. Assim, o Uso Problemático da Internet é geralmente conceituado por pesquisadores cognitivo-comportamentais como uma utilização da internet que envolve dificuldades no controlo de impulso com impactos psicológicos e comportamentais negativos (e.g. aumento da ansiedade social) (Weinstein, et al., 2015), níveis mais elevados de depressão (Pontes et al. 2014), uma maior incidência de déficit de atenção e transtorno de hiperatividade (Sariyska et al., 2015), níveis mais elevados de problemas no funcionamento familiar e satisfação com a vida, aumento da solidão no contexto educacional (Pontes et al. 2014), mal-estar emocional (Piguet et al., 2015) e aumento dos comportamentos de uso de substâncias (Rücker et al., 2015).

Por outro lado, o Uso Problemático da Internet também se refere à condição em que um indivíduo apresenta comportamentos no uso da internet de natureza desadaptativa com um propósito específico, como por exemplo o *sexting* (envio de conteúdo sexual geralmente produzido pelo remetente) (Burén & Lunde, 2018), o *cyberbullying* (violência intencional através de meios eletrónicos) (Boniel-Nissim & Sasson, 2018), aliciamento (práticas online com propósito de satisfação sexual) (Gámez-Guadix et al., 2018), bem como acesso a conteúdo impróprio e perda de privacidade (Kayes & Iamnitchi, 2017).

Desta forma, dada a sua continuidade de permanência e intensidade de utilização, o uso problemático poderá chegar ao uso aditivo enquanto psicopatologia (Davis, 2001; Davis, et al., 2002; Tokunaga, 2015).

Alguns autores apresentam uma proposta que avalia o Uso Problemático da Internet com base na teoria cognitiva-comportamental, por meio da *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS-2, Pontes et al., 2016), nas seguintes dimensões: Preferência pela Interação Social Online (sintoma cognitivo caracterizado por crenças de que se é mais seguro, eficaz, confiante e confortável as interações e relacionamentos interpessoais online do que face a face), Regulação de Humor (reflete a motivação dos indivíduos para usar a Internet a fim de melhorar seus estados de humor), Preocupação Cognitiva (padrões de pensamento obsessivo no uso da Internet), Uso Compulsivo (natureza comportamental e compulsiva no uso da Internet) e Resultados Negativos (impactos comportamentais e sociais negativos), tendo sido o instrumento de avaliação usado no presente estudo.

Os estudos que relacionam o Uso Problemático da Internet e a vinculação parental são limitados. No entanto, um estudo de Assunção et al. (2017) cujo objetivo era testar se a alienação aos pares tem um papel mediador entre a vinculação aos pais e o uso problemático do *facebook*, demonstra que quando os adolescentes têm relações seguras com os pais patenteiam menor alienação aos pares e, conseqüentemente, usam o *facebook*

de forma menos problemática. Também, uma investigação realizada por Jenkins-Guarnieri et al. (2012) com jovens adultos constatou que a competência interpessoal mediou a relação entre a vinculação insegura e o uso do *facebook*, encontrando-se a vinculação insegura associada negativamente com as competências interpessoais e estas, por seu turno, apresentam uma associação positiva com o uso ativo do *facebook*.

Assumindo a crescente e intensa mudança na forma de interação e relacionamento social em função do uso da internet (Rial et al., 2014; Smahel et al., 2012), verifica-se a necessidade de aumentar o conhecimento do fenómeno, bem como os fatores que podem estar na génese de um Uso Problemático da Internet e consequente exposição a riscos inerentes.

De forma a contribuir para o alargamento do conhecimento nesta área, o presente trabalho debruça-se sobre o Uso Problemático da Internet a que os utilizadores estão expostos aquando do Uso Problemático da Internet, e visa estudar possíveis variáveis associadas. O corrente artigo visa analisar do efeito da vinculação parental no desenvolvimento de comportamentos de Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos, bem como testar o papel moderador da Regulação Emocional da referida associação. Pretende-se ainda analisar as diferenças da vinculação aos pais, Regulação Emocional e o Uso Problemático da Internet, especificamente no uso problemático das redes sociais, em função de variáveis sociodemográficas sexo, número de horas de uso e tipo de amigos das redes sociais.

Método

Se trata de una investigación empírica transversal con una muestra aleatoria.

Participantes

Participaram 936 adolescentes e jovens adultos portugueses entre os 14 e os 20 anos de idade ($M = 16.6$, $DP = 1.19$), sendo 321 (34.3%) do sexo masculino e 615 (65.7%) do sexo feminino.

Relativamente à configuração familiar, 753 (80,5%) pertencem a uma família tradicional (ambas figuras parentais e filhos), 148 (15,8%) apresentam configuração monoparental, e 35 (3,7%) vivem com outros familiares. No que refere ao estado civil dos pais, 762 (81,4%) estão casados/união de facto; 132 (14,1%) divorciados; 4 (0,4%) viúvos, e 38 (4,1%) referem outro estado civil.

Em relação às redes sociais, 925 jovens (98,8%) são utilizadores ativos e 11 (1,3%) não exercem qualquer uso. Face à importância do seu uso, 38 participantes (4,1%) consideram-no imprescindível; 170 (18,2%) como muito importante; 391 (41,8%) bastante importante, e 337 (36%) pouco importante. Quanto à frequência de utilização diária, 224 (23,9%) utilizam as redes sociais mais de 3 horas por dia; 478 (51,1%) entre 1 e 3 horas, e 234 (25,0%) menos de 1 hora. A frequência de utilização foi escalonada considerando que em Portugal alguns estudos apontam para uma utilização das tecnologias numa média diária de uma hora e 30 minutos nos jovens (Faria et al., 2018).

Instrumentos

Questionário de Dados Sociodemográficos. Para recolha de dados pessoais como a idade, sexo, frequência de uso das redes sociais e tipo de amigos.

Questionário de Vinculação ao Pai e à Mãe. Instrumento de autorrelato, original de Matos e Costa (2001, versão revista), para avaliar representações dos adolescentes e jovens adultos acerca da qualidade da sua relação de vinculação com as figuras parentais, separadamente. A escala é composta por 30 itens e três dimensões: Qualidade do Laço Emocional (importância das figuras parentais enquanto figuras de vinculação), Inibição da Exploração e Individualidade (perceção de restrições à expressão e exploração da individualidade própria), e Ansiedade de Separação (relação de dependência). Segue uma escala tipo *Likert-6* pontos que varia

entre 1 (“Discordo totalmente”) e 6 (“Concordo totalmente”). Revela um *Alpha de Cronbach* de .84 para o pai e .78 para a mãe. No que se refere à consistência interna de cada dimensão, registaram-se os seguintes valores de *Alpha Cronbach*: QLE =.93 /.89, IEI =.77 /.78, AS =.83 /.80, para o pai e para a mãe, respetivamente. As análises fatoriais confirmatórias indicaram bons valores de ajustamento para o modelo tanto para o pai, $\chi^2(396) = 1619.53$; $p = .001$; $\chi^2/df = 4.09$; CFI = .89; SRMR = .08; RMSEA = .06; como para a mãe: $\chi^2(398) = 1357.65$; $p = .001$, $\chi^2/df = 3.41$; CFI = .89; SRMR = .06; RMSEA = .05.

Escala de Dificuldades na Regulação Emocional. Original de Gratz e Roemer (2004) e adaptada para a população portuguesa por Coutinho et al. (2010). Avalia as dificuldades de Regulação Emocional clinicamente significativas nos seis níveis típicos de desRegulação Emocional. É constituída por 36 itens divididos em seis subescalas: Não-aceitação (de respostas emocionais); Objetivos, (dificuldades em agir de acordo com os objetivos); Impulsos (dificuldades no controlo de Impulsos); Estratégias (acesso limitado a estratégias de Regulação Emocional); Consciência (falta de consciência emocional) e Clareza (falta de clareza emocional). Segue uma escala tipo *Likert-5* pontos (1= quase nunca se aplica a mim; 5= aplica-se quase sempre a mim) e revela um *Alpha de Cronbach* de .92. No que se refere à consistência interna de cada dimensão, registaram-se os seguintes valores de *Alpha de Cronbach*: .87 para as Estratégias, .88 para a Não-aceitação, .70 para a Consciência, .85 para os Impulsos, .82 para os Objetivos e .76 para a Clareza. As análises fatoriais confirmatórias indicaram os seguintes valores de ajustamento para o modelo, $\chi^2(576) = 2873,38$, $\chi^2/df = 4.99$; $p = .001$, CFI = .86; SRMR = .08; RMSEA = .07.

Generalized Problematic Internet Use Scale 2. De Caplan (2010), adaptada por Pontes et al. (2016). Avalia o Uso Problemático da Internet com base na teoria cognitivo-comportamental de uso patológico da internet. Os utilizadores são classificados de baixo, médio e alto risco. É constituída por 15 itens em cinco subescalas: Preferência pela Interação Social *Online*, Regulação de Humor (dificuldades), Preocupação Cognitiva, Uso Compulsivo e Resultados Negativos. Os itens seguem uma escala tipo *Likert-7* pontos (1= "Totalmente discordo" e 7= "Totalmente de acordo"). O instrumento revela um *Alpha de Cronbach* de .91, o que sustenta a sua utilização. No que se refere à consistência interna de cada dimensão, registaram-se os seguintes valores de *Alpha Cronbach*: .85 para a Preferência pela Interação Social Online, .81 para a Regulação de Humor, .80 para a Preocupação Cognitiva, .83 para o Uso Compulsivo e .76 para os Resultados Negativos. As análises fatoriais confirmatórias indicaram os seguintes valores de ajustamento para o modelo, $\chi^2(77) = 431,48$; $\chi^2/df = 5.61$; $p = .001$; CFI = .95; SRMR = .04; RMSEA = .07.

Procedimento

A amostra foi recolhida em seis escolas de Ensino Secundário da Região Norte de Portugal. O protocolo foi proposto e aprovado à Comissão de Ética da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD) nº 32/2027(doc 26/CE/2017), Portugal e à Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares (DGEST), processo n.º 0608400001, Portugal. A investigação seguiu o Regulamento Geral de Proteção de Dados da União Europeia e o Código de Ética e Deontologia para a investigação da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP).

Foi obtida autorização junto dos responsáveis de cada Escola e/ou Agrupamento, clarificados aspetos relativos ao objetivo e pertinência do estudo, e solicitadas autorizações para envio aos encarregados de educação. Após a aprovação, foi explicado o termo consentimento livre e esclarecido, e posteriormente foram convidados ao preenchimento protocolar. Foi assegurada a voluntariedade da participação, bem como a garantia de confidencialidade e anonimato. A aplicação do protocolo teve a duração de 30 minutos, foi realizada em contexto de aula e realizada por dois investigadores psicólogos treinados, disponíveis para esclarecer os participantes, observar e encaminhar para apoio em caso de potencial risco.

Estratégias de análise de dados

A análise de dados foi realizada no programa SPSS - Statistical Package for Social Sciences – na versão 23.0. Para efeitos de limpeza de dados, foram excluídos os missing values e os outliers. No que refere à estatística

descritiva, foram testados os pressupostos de normalidade (medidas de assimetria e achatamento), sendo assumida a normalidade quando os valores absolutos se encontram entre -1 e 1. Foi analisada a informação estatística relativamente ao teste de Kolmogorov-Smirnov, os gráficos de Histogramas, Q-QPlots e Boxplot. Procederam-se as análises com testes paramétricos.

Foram realizadas correlações, médias e desvio padrão das respetivas variáveis, análises de comparação de médias e de variância multivariada. O efeito moderador da Regulação Emocional foi testado a partir da utilização do programa AMOS (versão 24.0). Os resultados foram analisados com um valor de significância de $p < .05$.

Resultados

Variância da qualidade de vinculação aos pais, dificuldade da Regulação Emocional e Uso Problemático da Internet em função do sexo

Para a análise das diferenças na qualidade de vinculação aos pais, dificuldade da Regulação Emocional e Uso Problemático da Internet, em específico do uso problemático das redes sociais em função das dimensões sociodemográficas, foram realizadas várias análises de comparação de médias (*teste-t* para amostras independentes) e análise de variância multivariada (MANOVA).

Na análise da variância da vinculação ao pai, verificam-se diferenças estatisticamente significativas na dimensão Ansiedade de Separação, $t_{(934)}=4.17$, $p < .001$ em função do sexo, sendo que o sexo feminino apresenta maior perceção de Ansiedade de Separação face ao pai em comparação com o sexo masculino. A variável vinculação à mãe também varia de acordo com o sexo, nomeadamente Qualidade de laço emocional $t_{(934)} = 2.05$, $p = .040$, e Ansiedade de Separação $t_{(934)} = 4.54$, $p < .001$. O sexo feminino evidencia maior perceção de Qualidade de laço emocional ao pai e à mãe; e apresenta mais Ansiedade de Separação à mãe em comparação com o sexo masculino ([Tabela 1](#)).

Nas dificuldades de Regulação Emocional, verificam-se diferenças significativas em função do sexo (Estratégias $t_{(934)} = 2.04$, $p = .042$ e Clareza $t_{(934)} = 3.95$, $p < .001$), em que o sexo feminino apresenta níveis superiores de dificuldades de acesso a Estratégias e Clareza emocional em comparação com o sexo masculino ([Tabela 1](#)).

Quanto ao Uso Problemático da Internet, verificaram-se diferenças significativas em função do sexo, nomeadamente na Preferência pela interação social *online* $t_{(934)} = -3.13$, $p = .002$, Regulação de humor $t_{(934)} = -2.28$, $p = .023$, Preocupação cognitiva $t_{(934)} = 2.41$, $p = .016$ e Resultados negativos $t_{(934)} = -3.20$, $p = .001$. O sexo masculino apresenta maiores níveis de Preferência pela interação social *online*, Regulação de humor, Preocupação cognitiva e Resultados negativos em comparação com o sexo feminino ([Tabela 1](#)).

Tabela 1. Análise diferencial da qualidade de vinculação aos pais, dificuldade da Regulação Emocional e Uso Problemático da Internet em função do sexo.

	Sexo	M±DP	IC95%	Direção das diferenças
Vinculação ao pai				
Qualidade do Laço Emocional	1-Feminino	5.29±.87	[-0.05, 0.19]	1>2
	2- Masculino	5.22±.88		
Vinculação à mãe				
Qualidade do Laço Emocional	1-Feminino	5.50±.62	[0.00, 0.18]	1>2
	2- Masculino	5.41±.65		
Ansiedade de Separação	1-Feminino	4.18±.90	[0.16, 0.40]	1>2

	2- Masculino	3.90±.86		
Dificuldades de Regulação Emocional				
Estratégias	1- Feminino	2.41±.91	[0.01, 0.24]	1>2
	2- Masculino	2.29±.83		
Clareza	1- Feminino	2.50±.83	[0.11, 0.32]	1>2
	2- Masculino	2.29±.72		
Uso Problemático da Internet				
Preferência Interação <i>Online</i>	1- Feminino	2.11±1.35	[-0.49, - 0.11]	1<2
	2- Masculino	2.41±1.42		
Regulação de Humor	1- Feminino	3.37±1.72	[-0.50, - 0.04]	1<2
	2- Masculino	3.64±1.66		
Preocupação Cognitiva	1- Feminino	2.34±1.33	[-0.43, - 0.04]	1<2
	2- Masculino	2.58±1.48		
Resultados Negativos	1- Feminino	1.89±1.17	[-0.23, 0.00]	1<2
	2-Masculino	2.17±1.35		

Relativamente à análise da variância número de horas de uso das redes sociais, procedeu-se à categorização em três níveis (menos de 1 hora por dia, 1 a 3 horas por dia, mais de 3 horas por dia).

No que refere à qualidade de vinculação ao pai, verificaram-se diferenças estatisticamente significativas em relação ao número de horas de uso das redes sociais $F_{(6,1852)} = 2.89$, $p = .008$, $\eta^2 = .90$, particularmente, na dimensão Inibição da Exploração e Individualidade $F_{(2,927)} = 6.48$, $p = .002$, $\eta^2 = .91$, em que jovens que usam as redes sociais por mais de 3 horas percebem maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade em comparação com os que usam as redes sociais de 1 a 3 horas por dia. No que respeita à vinculação à mãe, verificaram-se, igualmente, diferenças significativas $F_{(6,1852)} = 3.75$, $p = .001$, $\eta^2 = .96$, nomeadamente, nas dimensões Qualidade do Laço Emocional $F_{(2,927)} = 4.70$, $p = .009$, $\eta^2 = .79$ e Inibição da Exploração e Individualidade $F_{(2,927)} = 8.78$, $p < .001$, $\eta^2 = .97$. Os jovens que usam as redes sociais por mais de 3 horas por dia percebem maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade em comparação ao grupo que usa as redes sociais por menos de 1 hora por dia, e os jovens que usam as redes sociais entre 1 a 3 horas percebem maior Qualidade de laço emocional à mãe em comparação com os indivíduos que usam mais de 3 horas (Tabela 2).

Na análise das dificuldades na Regulação Emocional em função do número de horas de uso das redes sociais, encontraram-se diferenças estatisticamente significativas $F_{(12,1846)} = 3.96$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, nomeadamente, nas dimensões Estratégias $F_{(2,927)} = 12.34$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, Não-aceitação $F_{(2,927)} = 3.40$, $p = .34$, $\eta^2 = .64$, Impulsos $F_{(2,927)} = 9.55$, $p < .001$, $\eta^2 = .98$, Objetivos $F_{(2,927)} = 7.09$, $p = .001$, $\eta^2 = .30$ e Clareza $F_{(2,927)} = 8.22$, $p < .001$, $\eta^2 = .96$. Os jovens que usam as redes sociais por mais de 3 horas apresentam maiores níveis de dificuldades de Estratégias, Impulsos, Objetivos e Clareza, em comparação com o grupo de jovens que usam por menos de 1 hora. O grupo que usa as redes sociais entre 1 a 3 horas por dia tende a apresentar maiores níveis de dificuldades de Estratégias, Impulsos, Objetivos e Clareza em comparação com o grupo que usa menos de 1 hora (Tabela 2).

Quanto ao uso problemático em função do número de horas de uso das redes sociais, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas $F_{(10,1848)} = 17.15$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, nomeadamente, na Preferência pela interação social *online* $F_{(2,927)} = 13.81$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, Regulação de humor $F_{(2,927)} = 11.08$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, Preocupação cognitiva $F_{(2,927)} = 55.68$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, Uso compulsivo $F_{(2,927)} = 80.60$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.00$, e Resultados negativos $F_{(2,927)} = 14.06$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$. Os jovens que utilizam as redes sociais durante mais de 3

horas e entre 1 a 3 horas por dia têm níveis mais elevados de preferência pela interação social online, regulação do humor, preocupação cognitiva, uso compulsivo e Resultados negativos, em comparação com o grupo de jovens que utiliza as redes sociais há menos de 1 hora. (Tabela 2).

Tabela 2. Análise diferencial da qualidade de vinculação aos pais, dificuldade da Regulação Emocional e Uso Problemático da Internet em função do número de horas de uso das redes sociais.

	Número de horas	M±DP	IC95%	Direção das diferenças
Vinculação ao Pai				
Inibição da Exploração e Individualidade	1-Menos de 1 hora	2.91±.83	[2.80;3,02]	3>2
	2- 1 a 3 horas	2.84±.84	[2,77;2,92]	
	3- Mais de 3 horas	3.09±.93	[2,98;3,21]	
Vinculação à mãe				
Qualidade do Laço Emocional	1-Menos de 1 hora	5.46±.61	[5.38;5.54]	2>3
	2- 1 a 3 horas	5.52±.60	[5.46;5.58]	
	3- Mais de 3 horas	5.36±.72	[5.28;5.45]	
Inibição da Exploração e Individualidade	1-Menos de 1 hora	2.94±.81	[2,83;3,05]	3>1
	2- 1 a 3 horas	2.95±.88	[2,87;3,03]	
	3- Mais de 3 horas	3.23±.95	[3,11;3,34]	
Dificuldades na Regulação Emocional				
Estratégias	1-Menos de 1 hora	2.22±.79	[2.19, 2.44]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	2.33±.86	[2.28, 2.46]	
	3- Mais de 3 horas	2.61±.99	[2.49, 2.72]	
Impulsos	1-Menos de 1 hora	2.42±.93	[2.29, 2.54]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	2.43±.98	[2.34, 2.52]	
	3- Mais de 3 horas	2.75±1.02	[2.62, 2.88]	
Objetivos	1-Menos de 1 hora	2.97±.95	[2.84, 3.09]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	3.16±.96	[3.07, 3.25]	
	3- Mais de 3 horas	3.30±.98	[3.18, 3.43]	
Clareza	1-Menos de 1 hora	2.26±.73	[2.15, 2.36]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	2.47±.78	[2.40, 2.54]	
	3- Mais de 3 horas	2.54±.88	[2.43, 2.64]	
Uso Problemático da Internet				
Preferência pela interação social online	1-Menos de 1 hora	2.0±1.20	[1.82, 2.17]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	2.14±1.30	[2.02, 2.26]	
	3- Mais de 3 horas	2.63±1.62	[2.45, 2.80]	
Regulação de humor	1-Menos de 1 hora	3.16±1.58	[2.94, 3.37]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	3.42±1.69	[3.27, 3.56]	
	3- Mais de 3 horas	3.89±1.77	[3.67, 4.11]	
Preocupação cognitiva	1-Menos de 1 hora	1.92±1.07	[1.75, 2.09]	3>1
	2- 1 a 3 horas	2.32±1.27	[2.20, 2.44]	
	3- Mais de 3 horas	3.18±1.60	[3.01, 3.35]	
Uso compulsivo	1-Menos de 1 hora	2.11±1.24	[1.92, 2.30]	3>1; 2>1
	2- 1 a 3 horas	2.78±1.50	[2.64, 2.91]	

	3- Mais de 3 horas	3.85±1.65	[3.65, 4.04]	
	1-Menos de 1 hora	1.77±1.09	[1.61, 1.92]	
Resultados Negativos	2- 1 a 3 horas	1.93±1.15	[1.82, 2.04]	3>1; 2>1
	3- Mais de 3 horas	2.35±1.49	[2.19, 2.51]	

Quanto ao tipo de amigos, foram agrupados em quatro categorias (amigos próximos, conhecidos, desconhecidos e pessoas que conheci *online*) para as análises diferenciais.

Em relação à qualidade de vinculação ao pai encontraram-se diferenças estatisticamente significativas $F_{(9,2775)} = 5.971$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, nomeadamente, nas dimensões Qualidade do Laço Emocional $F_{(3,925)} = 5.971$, $p < .001$, $\eta^2 = .96$ e Inibição da Exploração e Individualidade $F_{(3,925)} = 6.406$, $p < .001$, $\eta^2 = .97$. Jovens com maioritariamente amigos próximos nas redes sociais apresentam maiores níveis de perceção de Qualidade do Laço Emocional ao pai em comparação com os que têm maioritariamente pessoas que conheceram *online* e, apresentam, ainda, maior Qualidade do Laço Emocional ao pai do que os jovens que revelam ter maioritariamente pessoas conhecidas. Os jovens que têm maioritariamente amigos que conheceram *online* revelam maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade face ao pai em comparação com o grupo que têm maioritariamente amigos próximos e com os jovens que têm maioritariamente pessoas conhecidas. Os resultados são idênticos no que refere à Qualidade de vinculação à mãe, onde se encontraram igualmente diferenças estatisticamente significativas $F_{(9,2775)} = 3.836$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, nomeadamente, na dimensão Qualidade do Laço Emocional $F_{(3,925)} = 5.014$, $p = .002$, $\eta^2 = .92$ e Inibição da Exploração e Individualidade $F_{(3,925)} = 9.478$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$. Os jovens que têm maioritariamente amigos próximos nas suas redes sociais apresentam maiores níveis de perceção de Qualidade do Laço Emocional à mãe em comparação com os que têm maioritariamente pessoas que conheceram *online*, e tendem a apresentar maior Qualidade do Laço Emocional à mãe do que os jovens que revelam ter maioritariamente pessoas conhecidas. Aqueles que têm maioritariamente pessoas que conheceram *online* apresentam maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade face à mãe em comparação com o grupo que têm maioritariamente amigos próximos e do que os que têm maioritariamente pessoas conhecidas.

Quanto à dificuldade na Regulação Emocional em função do tipo de amigos, verificam-se diferenças estatisticamente significativas $F_{(18,2766)} = 2.921$, $p < .001$, $\eta^2 = .99$, particularmente nas dimensões Estratégias $F_{(3,925)} = 3.07$, $p = .027$, $\eta^2 = .72$, Não-aceitação $F_{(3,925)} = 3.22$, $p = .022$, $\eta^2 = .74$, Impulsos $F_{(3,925)} = 8.06$, $p < .001$, $\eta^2 = .991$, Objetivos $F_{(3,925)} = 2.78$, $p = .040$, $\eta^2 = .673$ e Clareza $F_{(3,925)} = 5.01$; $p = .002$, $\eta^2 = .916$. Os jovens com maioritariamente pessoas que conheceram *online* apresentam maiores níveis de dificuldades de Estratégias, Impulsos, Objetivos e Clareza em comparação com o grupo de jovens que têm maioritariamente amigos próximos, e tendem a relatar maiores dificuldades do que os jovens que revelam maioritariamente amigos conhecidos (Tabela 3).

Em relação ao uso problemático das redes sociais em função do tipo de amigos, verificaram-se diferenças significativas $F_{(15,2769)} = 4.735$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, nomeadamente, na Preferência pela interação social *online* $F_{(3,925)} = 15.547$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, Regulação de humor $F_{(3,925)} = 9.639$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, Preocupação cognitiva $F_{(3,925)} = 11.056$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$, Uso compulsivo $F_{(3,925)} = 10.737$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$ e Resultados negativos $F_{(3,925)} = 11.443$, $p < .001$, $\eta^2 = 1.0$. Os jovens que têm maioritariamente pessoas que conheceram *online* apresentam maiores níveis de Preferência pela interação social *online*, Regulação de humor, Preocupação cognitiva, Uso compulsivo e Resultados negativos em comparação com o grupo que têm maioritariamente amigos próximos. Tendem ainda, a apresentar maiores níveis de Uso problemático em comparação com os jovens que têm maioritariamente pessoas conhecidas (Tabela 3).

Tabela 3. Análise diferencial da qualidade de vinculação aos pais, dificuldade da Regulação Emocional e Uso Problemático da Internet em função tipo de amigos nas redes sociais.

	Tipo de amigos	M±DP	IC95%	Direção das diferenças
Vinculação ao Pai				
Qualidade do Laço Emocional	1-amigos próximos	5.37±.81	[5.27,5.48]	1>4; 1>2; 1>3
	2-conhecidos	5.27±.85	[5.20,5.34]	
	3-desconhecidos	5.10±1.06	[4.88,5.32]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	4.79±1.09	[4.52,5.07]	
Inibição da Exploração e Individualidade	1-amigos próximos	2.79±.84	[2.68,2.89]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.93±.86	[2.86,3.00]	
	3-desconhecidos	3.07±.94	[2.85,3.29]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.38±.84	[3.11,3.65]	
Vinculação à mãe				
Qualidade do Laço Emocional	1-amigos próximos	5.53±.57	[5.45,5.61]	1>4; 1>2
	2-conhecidos	5.47±.63	[5.42,5.52]	
	3-desconhecidos	5.37±.73	[5.21,5.53]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	5.13±.84	[4.93,5.33]	
Inibição da Exploração e Individualidade	1-amigos próximos	2.84±.87	[2.73,2.94]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	3.04±.88	[2.97,3.11]	
	3-desconhecidos	3.15±.87	[2.93,3.37]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.57±.84	[3.29,3.84]	
Dificuldades na Regulação Emocional				
Estratégias	1-amigos próximos	2.32±.94	[2.22,2.43]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.36±.86	[2.28,2.43]	
	3-desconhecidos	2.42±.83	[2.20,2.65]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	2.77±.83	[2.50,3.05]	
Impulsos	1-amigos próximos	2.39±.96	[2.34,2.51]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.49±.96	[2.44,2.55]	
	3-desconhecidos	2.74±1.10	[2.46; 2,81]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.14±.96	[2.40,2.84]	
Objetivos	1-amigos próximos	3.07±.94	[2.27,2.51]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	3.15±.98	[2.41,2.57]	
	3-desconhecidos	3.15±.87	[2.49,2.98]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.55±.92	[2.84,3.45]	
Clareza	1-amigos próximos	2.33±.77	[2.96,3.19]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.44±.80	[3.07,3.23]	
	3-desconhecidos	2.54±.90	[2.90,3.39]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	2.83±.76	[3.25,3.85]	
Uso Problemático da Internet				
Preferência pela interação social online	1-amigos próximos	1.99±1.29	[1.83,2.15]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.21±1.31	[2.10,2.33]	
	3-desconhecidos	2.48±1.63	[2.13, 2.82]	

	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.53±1.71	[3.11,3.95]	
Regulação de humor	1-amigos próximos	3.16±1.65	[2.96,3.37]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	3.53±1.66	[3.39,3.67]	
	3-desconhecidos	3.42±1.90	[2.30,3.85]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	4.66±1.71	[4.13,5.19]	
Preocupação cognitiva	1-amigos próximos	2.20±1.23	[2.04,2.37]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.42±1.37	[2.31,2.53]	
	3-desconhecidos	2.80±1.72	[2.45,3.15]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.44±1.61	[3.02,3.87]	
Uso compulsivo	1-amigos próximos	2.59±1.50	[2.39,2.78]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	2.87±1.56	[2.74,2.99]	
	3-desconhecidos	3.45±1.92	[3.05,3.85]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	3.86±1.68	[3.37,4.36]	
Resultados Negativos	1-amigos próximos	1.83±1.06	[1.68,1.98]	4>1; 4>2
	2-conhecidos	1.95±1.23	[1.85,2.05]	
	3-desconhecidos	2.43±1.68	[2.12,2.74]	
	4-pessoas que conheci <i>online</i>	2.90±1.27	[2.51,3.28]	

Efeito moderador da Regulação Emocional na associação entre a vinculação aos pais e o Uso Problemático da Internet em adolescentes e jovens adultos

Foram realizadas análises de regressão múltipla hierárquica com o intuito de clarificar o papel preditor da vinculação aos pais no Uso Problemático da Internet. Para tal, foram introduzidos quatro blocos controlando o sexo, idade, vinculação ao pai e vinculação à mãe. É importante referir igualmente, que foram testadas todas as dimensões referentes à Regulação Emocional, mas apenas a dimensão Uso compulsivo se mostrou significativa.

Analisando o contributo individual das variáveis independentes dos blocos, constata-se que a variável Inibição da Exploração e Individualidade à Mãe ($\beta = .217$) revela um contributo significativo, seguido da Idade ($\beta = -.063$), enquanto variáveis predictoras do uso compulsivo no que concerne ao Uso Problemático da Internet (Tabela 4).

Tabela 4. Regressão múltipla hierárquica para o uso compulsivo.

	R ²	R ² Change	B	SE	β	T	p
Bloco 1- Sexo (dummy)	.000	.000	.012	.110	.004	.107	.914
Bloco 2 -Idade	.003	.003	-.178	.109	-.053	-1.633	.103
Bloco 3 QVPM_pai							
Qualidade Laço Emocional			-.234	.079	-.128	-2.984	.003
Inibição da Exploração e Individualidade			.326	.062	.177	5.285	.000
Ansiedade de Separação			.077	.071	.046	1.090	.276
Bloco 4 QVPM_mãe							
Qualidade Laço Emocional			.057	.182	.023	.316	.752
Inibição da Exploração e Individualidade			.391	.119	.217	3.29	.001
Ansiedade de Separação			-.173	.204	-.097	-.851	.395

Nota: B, SE e β para um nível de significância de $p < .05$.

Bloco 1- Sexo; Bloco 2- Idade; Bloco 3- Dimensões da Qualidade de Vinculação ao Pai (QVPM); Bloco 4- Dimensões da Qualidade de Vinculação à Mãe (QVPM).

Procedeu-se à análise do papel moderador da Regulação Emocional na associação entre a vinculação aos pais e o Uso Problemático da Internet. Os resultados apontam que a dimensão da dificuldade da Regulação Emocional Impulsos exerce um efeito moderador na associação entre a dimensão da Vinculação ao pai nomeadamente na Inibição de Exploração e Individualidade e no Uso Problemático da Internet ($\beta = .270$; $Z = 7.462$; $p < .001$) (Figura 1).

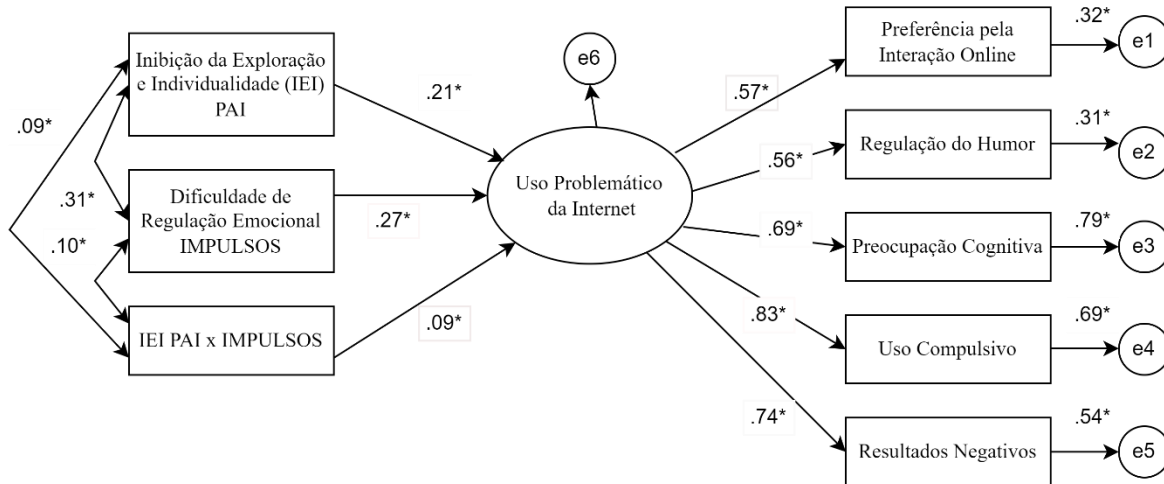


Figura 1. Efeito moderador da dimensão da Regulação Emocional impulso na associação entre a dimensão da vinculação ao pai Inibição de Exploração e Individualidade e o Uso Problemático da Internet.

A partir da análise da interação entre as variáveis verifica-se que, na presença de elevados níveis de Inibição de Exploração e Individualidade ao pai e ao mesmo tempo se percebem baixos níveis de Impulso, o Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos tende a diminuir (Figura 2).

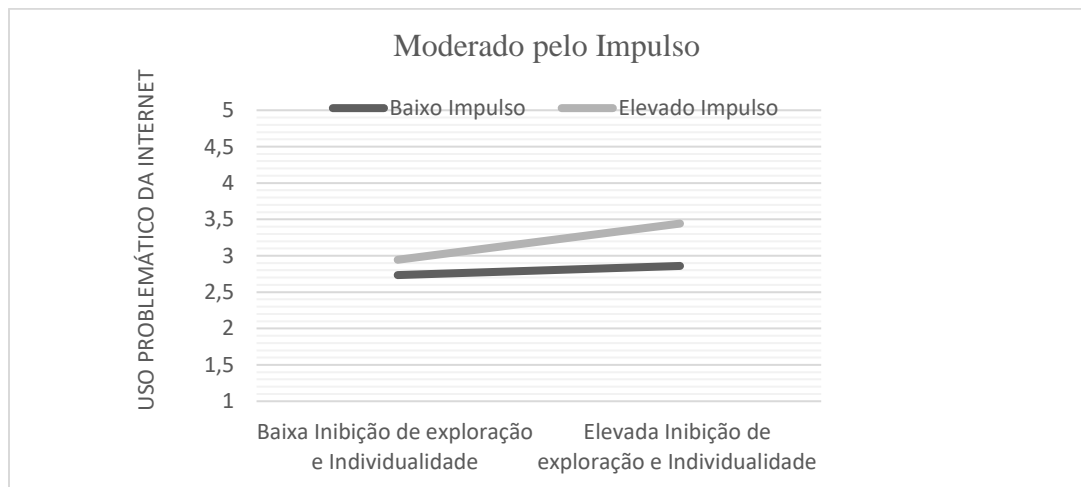


Figura 2. Efeito moderador da dimensão da Regulação Emocional - Impulsos na associação entre a dimensão da vinculação ao pai Inibição de Exploração e Individualidade e o Uso Problemático da Internet.

Relativamente à vinculação à mãe, os resultados revelam que a dimensão da dificuldade de Regulação Emocional Impulsos exerce um efeito moderador na associação entre a dimensão da Vinculação na Inibição de Exploração e Individualidade e o Uso Problemático da Internet ($\beta = .251$; $Z = 7.005$; $p < .001$) (Figura 3).

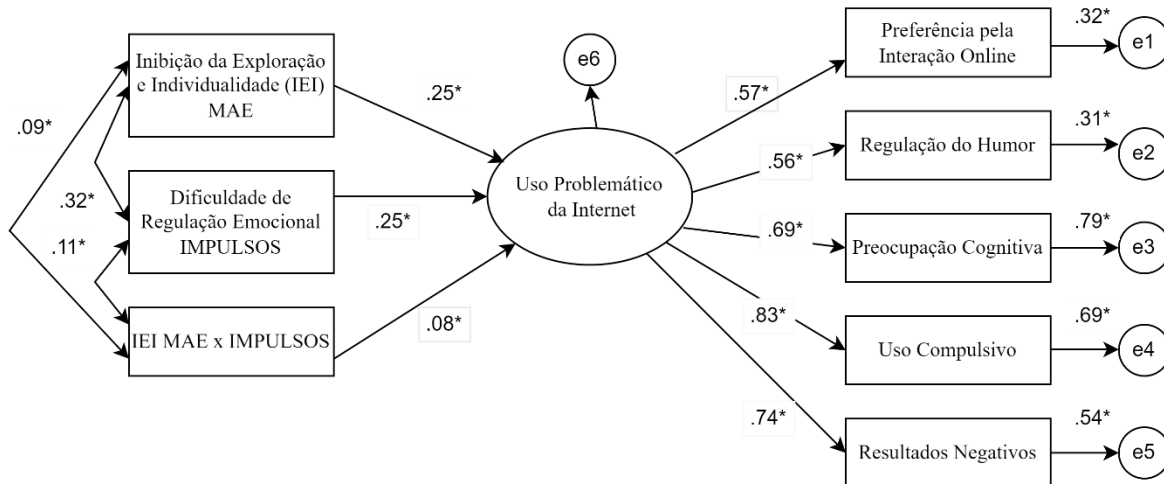


Figura 3. Efeito moderador da dimensão da Regulação Emocional -Impulsos na associação entre a dimensão da vinculação à mãe Inibição de Exploração e Individualidade e o Uso Problemático da Internet.

Na presença de elevados níveis de Inibição de Exploração e Individualidade à mãe e baixos níveis de Impulso, o Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos tende a diminuir. Realça-se o papel protetor do Controlo dos Impulsos na relação entre a Vinculação aos pais e o Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos (Figura 4).

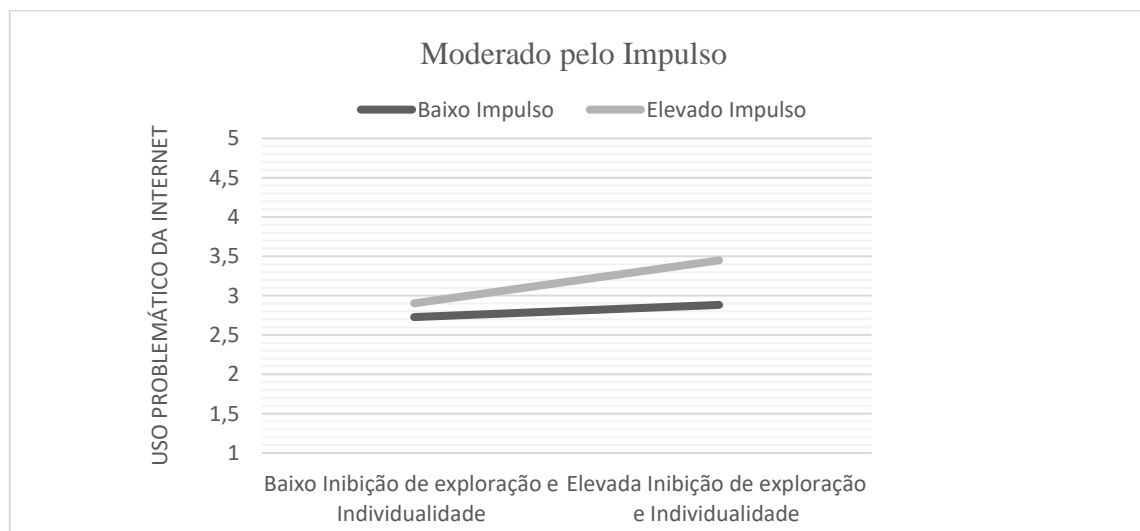


Figura 4. Efeito moderador da dimensão da Regulação Emocional- Impulsos na associação entre a dimensão da vinculação à mãe Inibição de Exploração e Individualidade e o Uso Problemático da Internet.

Nesta medida, verifica-se que os Impulsos, enquanto dimensão da dificuldade de Regulação Emocional, exerce um efeito moderador na associação entre a Inibição de Exploração e Individualidade ao pai e à mãe e o Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos.

Discussão

O objetivo deste estudo visou a análise do papel da qualidade de vinculação aos pais, da dificuldade de Regulação Emocional e comportamentos de Uso Problemático da Internet em adolescentes e jovens adultos.

A análise comparativa da vinculação aos pais em função do sexo demonstrou que os participantes do sexo feminino apresentam maiores índices de Qualidade de Laço Emocional face à mãe e de Ansiedade de Separação a ambas as figuras parentais. Os dados obtidos sugerem a maior proximidade por parte das raparigas na relação com as figuras parentais, especialmente, com a mãe, bem como uma maior necessidade de proximidade física e emocional. De acordo com a literatura, apesar da configuração familiar tradicional ter sofrido grandes alterações determinando a redefinição dos papéis parentais, existe a tendência de se eleger uma figura principal na procura de segurança e conforto, na qual a mãe tende a assumir primazia (e.g. Monteiro et al., 2008). E a figura materna continua a representar, em geral, a fonte de vinculação primordial, com tendência à manutenção e continuidade da relação (Silva Mendes & da Luz Vale Dias, 2018). Estes resultados confirmam estudos empíricos anteriores que sugerem que as raparigas são, tendencialmente, mais dependentes e emocionalmente mais próximas dos pais do que os rapazes (e.g. Del Giudice, 2019; Moura & Matos, 2008) e, ainda patenteiam maior Ansiedade de Separação face à mãe comparativamente com o sexo oposto (Del Giudice, 2019; Matos & Costa, 2006).

Quanto às dificuldades na Regulação Emocional, os participantes do sexo feminino apresentam níveis de dificuldades de acesso a Estratégias e Clareza Emocional mais elevados. Na presente amostra, os resultados obtidos poderão justificar-se pela existência de alguma suscetibilidade, por parte do sexo feminino, no envolvimento emocional que se prende com o próprio funcionamento interno, caracterizado por uma maior procura de proximidade nas relações amorosas (e.g. Correia & Mota, 2016), manifestando, desta forma, uma maior dependência, e por isso poderão ter menor acesso a Estratégias e Clareza Emocional. Estes dados parecem contrariar os estudos anteriores (e.g. Machado & Pardal, 2013) que assumem o sexo feminino como o que mais tende a recorrer a estratégias adaptativas de Regulação Emocional. McRae et al. (2008 cit. in Gardener et al., 2013) vão ao encontro dos resultados observados no presente estudo, apontando que o sexo masculino apresenta uma maior capacidade em regular as respostas emocionais negativas.

Os resultados evidenciam diferenças no Uso Problemático da Internet no qual os participantes do sexo masculino revelam maiores níveis de preferência pela interação social *online*, Regulação de Humor, Preocupação Cognitiva, Uso Compulsivo e Resultados Negativos. Estes apresentam maiores níveis de Uso Problemático da Internet, o que poderá prender-se ao facto de o sexo feminino manifestar tendências mais emotivas, procurando suporte nas relações interpessoais (Mazman & Usluel, 2011). Contrariamente, o sexo masculino tende a usar a internet e especificamente as redes sociais para fazer novos amigos e criar relacionamentos com pessoas com interesses semelhantes, numa dimensão maior do que a das mulheres (Mazman & Usluel, 2011). Os resultados vão ao encontro dos apresentados pelos autores Wegmann et al. (2017) que referem que o sexo masculino tende a transportar as expectativas do contexto real para o mundo virtual, e ainda, a uma maior tendência para um comportamento online interpretado como uma tarefa e orientados para a informação.

No que concerne à análise da vinculação aos pais em função do número de horas de uso das redes sociais, os jovens que usam as redes sociais por mais de 3 horas/dia percebem maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade a ambas as figuras parentais. Tais dados parecerem indicar que os jovens que usam com maior frequência a internet e, particularmente as redes sociais, evidenciam maiores restrições à expressão da individualidade própria por parte dos pais. Estes resultados podem ser explicados pelo facto de que quando as relações com as figuras parentais são pautadas pela Inibição da Exploração e Individualidade parecem promover uma maior insegurança e desvalorização pessoal, traduzindo a carência de interação dos jovens e levando a uma maior vulnerabilidade para experienciar dificuldades no contacto social. Os resultados analisados são corroborados pela literatura, e confirmam a associação entre uma vinculação insegura e a

frequência do uso da rede social (tempo utilização) (e.g. Oldmeadow et al., 2013; Richards, et al., 2010).

Do mesmo modo, foram encontradas diferenças significativas no número de horas que os participantes usam da internet, especificamente no uso das redes sociais, face às dificuldades na Regulação Emocional. Os jovens que usam diariamente as redes sociais por mais de 3 horas apresentam maiores níveis de Acesso Limitado a Estratégias, Impulsos, Delineamento de Objetivos e Falta de Clareza. Tais resultados parecem demonstrar que os jovens que usam com maior frequência as redes sociais tendem a apresentar maiores dificuldades em gerir as suas emoções. Tal como tem sido descrito, a vivência dos jovens menos pautada pela proximidade das relações emocionais com as figuras significativas de afeto, pode advir de sentimentos de insegurança e uma imagem de si menos positiva (Bowlby, 1988), o que pode ser o reflexo de imaturidade emocional e uma maior procura de refúgio na vivência ilusória ou irreal que a internet pode ocasionar. Os resultados averiguados vão ao encontro do esperado, sendo que elevados índices de Desregulação Emocional estão associados a uma maior frequência de uso da internet e especificamente das redes sociais, e paralelamente, a padrões de uso mal adaptativos (Hormes et al., 2014; Karaiskos et al., 2010).

Face às análises do Uso Problemático da Internet, em função do número de horas de uso das redes sociais, os jovens que usam diariamente as redes sociais por mais de 3 horas apresentam maiores níveis de Preferência pela Interação Social *Online*, Regulação de humor (com dificuldades na sua gestão), Preocupação Cognitiva, Uso Compulsivo e Resultados Negativos. Assim, jovens que passam um maior número de horas nas redes sociais parecem ser mais vulneráveis aos comportamentos de padrão negativo, uma vez que estão expostos durante mais tempo a uma variedade de riscos potenciais, como poderão ser por exemplo a exposição a conteúdo sexual desviante, contato com pedófilos, roubo de identidade, à exploração e manipulação comercial, invasão de privacidade e contato indesejado. Tendem a apresentar maiores dificuldades na gestão do humor e um pensamento tendencialmente mais parcial, ruminante e compulsivo, que os conduz a um progressivo insucesso. A vivência de uma vinculação insegura na relação com as figuras parentais tende a criar modelos internos negativos de si e uma visão dos outros como ameaçadora, pelo que as crianças e jovens apresentam geralmente maior vulnerabilidade, com a menor autoestima e ausência de crítica face ao seu valor e desejos, o que se reflete nas relações interpessoais e na maior suscetibilidade face ao risco (e.g. Oldmeadow et al., 2013; Richards, et al., 2010). Os resultados verificados vão ao encontro da literatura que expõe que o uso em excesso da internet está associado a níveis de risco mais elevados, podendo levar os utilizadores a desenvolverem maior vulnerabilidade e exposição face a diversos problemas psicossociais, como por exemplo a má gestão do tempo, baixo rendimento académico, isolamento social e comportamento desviante (e.g. Akin, 2012; Khoshakhlagh & Faramarzi, 2012; Moromizato, et al., 2017; Wang et al., 2011).

Verificou-se que os jovens com maioritariamente amigos próximos nas suas redes sociais apresentam maiores níveis de perceção de Qualidade do Laço Emocional a ambas as figuras parentais. Os que têm maioritariamente amigos que conheceram *online* apresentam maiores níveis de Inibição da Exploração e Individualidade a ambas as figuras parentais. Jovens com vinculação segura tendem a manter as relações previamente existentes no contexto *offline*, contrariamente aos jovens com maiores restrições de expressão emocional. No mesmo seguimento, Zimmermann (2004) refere que jovens adolescentes com uma representação de vinculação segura com os pais tendem a experienciar primordialmente relações de amizade mais próximas com os seus pares, em comparação com jovens cuja vinculação é insegura. Tal pode ser explicado pelo facto do adolescente transferir para as relações com os pares as características da relação de vinculação às figuras parentais (Bowlby, 1973).

No que tange às dificuldades de Regulação Emocional, os indivíduos que têm maioritariamente amigos que conheceram *online* apresentam maiores níveis de dificuldades de Estratégias, Impulsos, Objetivos e Clareza. Assim, para estes jovens a comunicação *online* parece facilitar a interação com os outros, na medida em que comparativamente com a interação pessoal permite aos utilizadores uma maior regulação das suas emoções e comportamentos (Hormes et al., 2014; Xie et al., 2015). Por outro lado, a interação *online* possibilita experiências que, muitas vezes, na vida real são consideradas como frustrantes para o adolescente, inclusive a

aceitabilidade pelo grupo, o conhecimento de interesses no grupo, o número de amigos, o acesso rápido a interações como jogos, podendo potenciar um maior sentido de pertença e aceitação dos adolescentes. Estes resultados são corroborados com a literatura que refere que jovens com uso problemático e com maiores níveis de dificuldades na Regulação Emocional apresentam, tendencialmente menor qualidade nas relações interpessoais (Hormes et al., 2014; Kim & Davis, 2009; Xie et al., 2015), pelo que o uso *online* é mais acessível e imediato para fazer face às suas dificuldades.

Foi possível observar que os jovens com maioritariamente pessoas que conheceram *online*, apresentam maiores níveis de Preferência pela Interação Social *Online*, Regulação de Humor, Preocupação Cognitiva, Uso Compulsivo e Resultados Negativos. Os dados obtidos foram expectáveis, uma vez que ao comunicarem com pessoas desconhecidas, os jovens estão predispostos a comportamentos mais desadaptativos e problemáticos, em comparação com os jovens que comunicam com pessoas da sua esfera pessoal. Estes resultados vão ao encontro da literatura que indica que os jovens ao comunicarem com pessoas desconhecidas, estão predispostos a desenvolverem níveis mais elevados de uso problemático (Livingstone et al., 2011), o que torna evidente a importância da educação e consciencialização dos jovens e pais para o uso problemático inerentes ao Uso Problemático da Internet e especificamente das redes sociais, como forma de prevenção.

Cabe também ressaltar que, tal como esperado, a Inibição da Exploração e Individualidade à Mãe prediz negativamente o uso compulsivo das redes sociais. Nesta medida, os resultados alcançados enfatizam novamente o papel direto da figura materna no desenvolvimento psicoafetivo do adolescente (Nunes & Mota, 2017) e na predição do autocontrolo dos adolescentes na utilização das redes sociais (e.g. Hormes et al., 2014; Xie et al., 2015). Alguns autores vão ao encontro destes resultados no que concerne à associação entre a qualidade da vinculação e o Uso Problemático da Internet (e.g. Assunção, 2016; Kalaitzaki & Birtchnell, 2014) assumindo que um controlo excessivo por parte dos pais leva à falta de espaço para os jovens treinarem as competências e de se autonomizarem e, deste modo, poderá estimular o recurso mais problemático por parte dos jovens às redes sociais.

Por fim, por meio da análise do efeito moderador da Regulação Emocional na associação entre a vinculação aos pais e o uso das redes sociais, foi possível concluir que quando existem níveis elevados de Inibição de Exploração e Individualidade aos pais, mas ao mesmo tempo se percebem baixos níveis de Impulsos o Uso Problemático da Internet por adolescentes e jovens adultos é menor. De acordo com a literatura, os jovens expostos a uma vinculação insegura (e.g. Assunção, 2016) e com dificuldades na Regulação Emocional (Hormes et al., 2014; Xie et al., 2015) tendem a apresentar um défice no autocontrolo do uso das redes sociais em comparação com os jovens com elevada Qualidade de Laço Emocional face as figuras parentais e com capacidades de Regulação Emocional. Neste sentido, um maior controlo parental e restrições à expressão da individualidade própria por parte das figuras parentais na presença de baixo controlo de Impulsos do jovem parecer constituir-se como impulsionadores para o desenvolvimento de comportamentos que provoquem maior adrenalina e excitação e, conseqüentemente leva os jovens à exposição de maiores riscos.

Implicações práticas, limitações e pistas futuras

Na prática, o presente estudo pretende contribuir para a identificação de variáveis que interferem no desenvolvimento adaptativo dos jovens face ao uso da internet, e promover uma melhor orientação terapêutica. Realça-se a necessidade de desenvolver programas de prevenção e intervenção nas escolas destinados à formação dos pais, no que concerne à promoção de saúde mental, à dinâmica da utilização da internet, e aos riscos associados desta utilização, bem como consciencializar para o exercício de práticas parentais positivas e a importância da fomentação de uma vinculação segura. Quanto aos jovens, seria relevante uma intervenção de prevenção e promoção de educação emocional precoce, a iniciar na 1ª infância, como forma de gerir a dinâmica relacional e emocional dos jovens. Esta deve ter como propósito o desenvolvimento de estratégias de Regulação Emocional, de competências sociais, de regulação de relação com os pares, nomeadamente a nível da confiança e partilha nas relações, e ainda a prevenção dos

comportamentos de Uso Problemático da Internet, nomeadamente na gestão da Regulação Emocional e valorização de si, evitando a exposição e interferência pessoal indesejada.

Foram identificadas diferentes limitações. O desenho transversal não permite o estabelecimento de relações causais entre as variáveis, sendo útil em investigações futuras um estudo longitudinal e que considere também informações qualitativas. Outra limitação relaciona-se com a recolha de dados, sendo que esta foi corporizada por questionários de autorrelato e, por isso foi passível a perceção subjetiva do conteúdo e aleatoriedade de respostas por parte dos respondentes, o que poderá justificar a exclusão de *outliers*. A investigação baseou-se na informação fornecida pelos adolescentes, em investigações futuras será pertinente beneficiar da inclusão de uma análise multi-informante, assim como a introdução de outras variáveis de estudo, que possam ser preditoras no Uso Problemático da Internet, tais como fatores da personalidade e resiliência, bem como da configuração familiar, estrato socioeconómico e rendimento académico.

Apoios

This research was supported by the Center for Psychology at the University of Porto, Portuguese Science Foundation (FCT UIDB/00050/2020).

Referências

- Ainsworth, M. (1969). Object relations, dependency, and attachment: theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development, 40*, 969-1026.
- Akin, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15*(8), 404-410. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0609>
- Arnett, J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives, 1*, 68-73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Assunção, R. (2016). *Facebook: novas formas de comunicação e adaptação psicossocial de adolescentes*. (tese de doutoramento não publicada). Universidade do Porto- Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Porto.
- Assunção, R., Costa, P., Tagliabue, S., & Matos, P. M. (2017). Problematic facebook use in adolescents: associations with parental attachment and alienation to peers. *Journal of Child and Family Studies, 26*(11), 2990-2998. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0817-2>.
- Baumgartner, S., Valkenburg, P., & Peter, J. (2010). Assessing causality in the relationship between adolescents' risky sexual online behavior and their perceptions of this behavior. *Journal of Youth and Adolescence, 39*, 1226-1239. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9512-y>.
- Boniell-Nissim, M., & Sasson, H. (2018). Bullying victimization and poor relationships with parents as risk factors of problematic Internet use in adolescence. *Computers in Human Behavior, 85*, 176-183. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.05.041>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol.2: Separation, anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Burén-J., & Lunde, C. (2018). Sexting among adolescents: a nuanced and gendered online challenge for young people. *Computers in Human Behavior, 85*, 210-217. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.003>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior, 26*, 1089-1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Correia, F., & Mota, C. P. (2016). Ambiente familiar e qualidade da vinculação amorosa: papel mediador da individualização em jovens adultos. *Análise Psicológica, 34*(1), 15-29. <https://doi.org/10.14417/ap.1018>
- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). Versão portuguesa da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional e sua relação com sintomas psicopatológicos. *Revista de Psiquiatria Clínica, 37*(4), 145-151.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior, 17*(2), 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic internet use: implications for pre-employment

- screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345.
<https://doi.org/10.1089/109493102760275581>
- Del Giudice, M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current opinion in psychology*, 25, 1-5.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.004>
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Faria, H. C., Costa, I. P., & Neto, A. S. (2018). Hábitos de utilização das novas tecnologias em crianças e jovens. *Gazeta Médica*, 4 (5), 271-276.
- Fleming, M. (2005). *Entre o medo e o desejo de crescer: Psicologia da adolescência*. Edições Afrontamento.
- Gámez-Guadix, M., Orue, L., Smith, P., & Calvete, E. (2018). Longitudinal and reciprocal relationships of cyberbullying with depression, substance use, and problematic internet use among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 446-452.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.03.030>
- Gardener, E. K. T., Carr, A., MacGregor, A., & Felmingham, K. (2013). Sex differences and emotion regulation: an event-related potential study. *Plos One*, 8(10), 1-9.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0073475>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation. Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26(1), 41-54.
- Henriques, B. M. (2014). Qualidade da vinculação e comportamento antissocial na infância. *International Journal of Development and Educational Psychology*, 1(1), 35-43.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v4.591>
- Ho, S. S., Lwin, M. O., & Lee, E. W. (2017). Till logout do us part? Comparison of factors predicting excessive social network sites use and addiction between Singaporean adolescents and adults. *Computers in Human Behavior*, 75, 632-642.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.002>
- Hormes, J., Kearns, B., & Timko, C. (2014). Craving Facebook? Behavioral addiction to online social networking and its association with emotion regulation deficits. *Addiction*, 9, 2079-2088.
<https://doi.org/10.1111/add.12713>
- Jenkins-Guarnieri, M. A., Wright, S. L., & Hudiburgh, L. M. (2012). The relationships among attachment style, personality traits, interpersonal competency, and Facebook use. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(6), 294-301.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.appdev.2012.08.001>
- Kalaitzaki, A. E., & Birtchnell, J. (2014). The impact of early parenting bonding on young adults' Internet addiction, through the mediation effects of negative relating to others and sadness. *Addictive behaviors*, 39(3), 733-736.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.12.002>
- Karaiskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos, T. (2010). P02-232-Social network addiction: a new clinical disorder? *European Psychiatry*, 25, 855.
[https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(10\)70846-4](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(10)70846-4)
- Kayes, I., & Iamnitshi, A. (2017). Privacy and security in online social networks: A survey. *Online Social Networks and Media*, 3, 1-21.
<https://doi.org/10.1016/j.osnem.2017.09.001>
- Kim, H., & Davis, K. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25, 490-500.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.11.001>
- Livingstone, S., Haddon, L., Gorzig, A., & Ólafsson, K. (2011). *Risk and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings*. EU Kids Online, LSE.
- Machado, T. S., & Pardal, A. (2013). Padrões adaptativos de aprendizagem e estratégias de regulação das emoções em adolescentes. *Psicologia, Educação e Cultura*, 17(2), 134-150.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2001). *Questionário de vinculação ao pai e à mãe*. Manuscrito não publicado. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2006). Vinculação aos pais e ao par romântico em adolescentes. *Psicologia*, 20(1), 97-126.
- Mazman, S. G., & Usluel, Y. K. (2011). Gender differences in using social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(2), 133-139.
- Meier, A. M., Carr, D. R., Currier, J. M., & Neimeyer, R. A. (2013). Attachment anxiety and avoidance in coping with bereavement: Two studies. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(3), 315-334.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1521/jsocp.2013.32.3.315>
- Monteiro, L., Veríssimo, M., Vaughn, B. E., Santos, A. J., & Fernandes, M. (2008). Análise do fenómeno de base segura em contexto familiar: As relações criança/mãe e criança/pai. *Psicologia*, 22(1), 104-25.
- Moura, O., & Matos, P. M. (2008). Vinculação aos pais, divórcio e conflito interparental em adolescentes. *Psicologia*, 22(1), 127-152.

- Nunes, F., & Mota, C. P. (2017). Vinculação aos pais, competências sociais e ideação suicida em adolescentes. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 69(3), 52-65. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672017000300005
- Oldmeadow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior*, 29, 1142-1149. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.10.006>
- Piguet, C., Berchtold, A., Akre, C., & Suris, J-C. (2015). What keeps female problematic internet users busy online? *European Journal of Pediatrics*, 1-7. <https://doi.org/10.1007/s00431-015-2503-y>
- Pontes, H. M., Caplan, S. E., & Griffiths, M. D. (2016). Psychometric validation of the generalized problematic Internet use scale 2 in a Portuguese sample. *Computers in Human Behavior*, 63, 823-833. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.015>
- Pontes, H. M., Patrão, I. M., & Griffiths, M. D. (2014). Portuguese validation of the Internet Addiction Test: an empirical study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(2), 107-114. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.2.4>
- Rial, A., Gómez, P., Braña, T., & Varela, J. (2014). Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de Psicología*, 30(2), 642-655. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.159111>
- Richards, R., McGee, R., Williams, S. M., Welch, D., & Hancox, R. J. (2010). Adolescent screen time and attachment to parents and peers. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164(3), 258-262. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2009.280>
- Rücker, J., Akre, C., Berchtold, A., & Suris, J-C. (2015). Problematic internet use is associated with substance use in young adolescents. *Acta Paediatrica*. <https://doi.org/10.1111/apa.12971>
- Sariyska, R., Reuter, M., Lachmann, B., & Montag, C. (2015). Attention deficit/hyperactivity disorder is a better predictor for problematic internet use than depression: evidence from Germany. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 6(209). <https://doi.org/10.4172/2155-6105.1000209>
- Silva Mendes, L., & da Luz Vale Dias, M. (2018). Estilos educativos parentais, confiança interpessoal e vinculação aos pais, pares e par amoroso: Sua relação numa amostra de adolescentes. *Journal of Child & Adolescent Psychology/Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 9(2), 27-42.
- Smahel, D., Brown, B. B., & Blinka, L. (2012). Associations between online friendship and Internet addiction among adolescents and emerging adults. *Development Psychology*, 48(2), 381-388. <https://doi.org/10.1037/a0027025>
- Soares, I., & Dias, P. (2007). Apego y psicopatología en jóvenes y adultos: contribuciones recientes de la investigación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(1), 177-195.
- Tokunaga, R. S. (2015). Perspectives on internet addiction, problematic internet use, and deficient self-regulation: contributions of communication research. In E.L. Cohen (Ed.), *Communication Yearbook 30* (pp. 131-161). Routledge.
- Veríssimo, M., Fernandes, C., Santos, A., Peceguina, I., Vaughn, B., & Bost, K. (2012). A relação entre a qualidade da vinculação à mãe e o desenvolvimento da competência social em crianças de idade pré-escolar. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(2), 292-299.
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., & Yarmulnik, A. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 2-7.
- Xie, D., Lu, J., & Xie, Z. (2015). Online emotion regulation questionnaire for adolescents: development and preliminary validation. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 43(6), 955-965. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.6.955>
- Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 83-101.