

DM

**A Relação da Comunicação Parento-filial
e do Uso Problemático de Internet
no Desempenho Académico no Ensino Superior**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Lisandra Carina Duarte Almada
MESTRADO EM PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade

www.uma.pt

setembro | 2020

**A Relação da Comunicação Parento-filial
e do Uso Problemático de Internet
no Desempenho Académico no Ensino Superior**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Lisandra Carina Duarte Almada

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO

ORIENTAÇÃO

Alda Patrícia Marques Portugal

Agradecimentos

O resultado deste trabalho é um culminar de um longo caminho, que foi percorrido com muito esforço. Quando me refiro à um longo caminho percorrido não posso deixar de agradecer a todos aqueles que fizeram parte deste caminho e ajudaram-me a chegar até aqui, pois a presença deles foi fundamental.

À minha orientadora Prof. Dra. Alda Portugal, que embarcou comigo neste desafio, revelando constantemente dedicação e profissionalismo científico pelo projeto. Os seus conselhos, sugestões, bem como, a valorização do trabalho desenvolvido, o seu entusiasmo e a forma que me acarinhou e motivou ao longo deste projeto, foram determinantes para o resultado deste trabalho. Estou-lhe eternamente grata!

À minha colega Liliana, que foi uma presença fundamental na recolha dos dados deste trabalho, encorajando-me na recolha dos dados em papel e lápis, ficando simplesmente ao meu lado.

Aos meus companheiros de aventura, Mónica e Alberto que ao longo dos anos estiveram ao meu lado tanto a nível académico como pessoal, permitindo-me crescer e evoluir a nível académico e pessoal.

À minha mãe por todo o amor, dedicação, educação, apoio, paciência e por acreditar sempre nas minhas capacidades, não só nesta etapa, mas sim ao longo de toda a minha vida.

À minha tia pelo apoio e por acreditar sempre, que eu seria capaz.

Ao meu namorado que sempre incentivou neste trabalho, apoiando, motivando a continuar a trabalhar para alcançar este resultado e por todo o carinho.

Resumo

A adultez emergente é um estágio de desenvolvimento individual e familiar, com características e tarefas normativas específicas, entre as quais a transformação da relação pais-filhos. É também um estágio onde o desempenho académico continua a ser amplamente valorizado (com um crescente acesso dos jovens ao ensino superior), tendo de ser gerido com o uso massificado das Tecnologias de Informação e de Comunicação (TIC). Desta forma o presente estudo propôs-se a descrever e analisar a relação entre a utilização das TIC, a comunicação parento-filial e o desempenho académico numa amostra de estudantes do ensino superior. A investigação adotou uma abordagem quantitativa transversal, do tipo comparativo e correlacional. A amostra foi constituída por 201 estudantes do ensino superior, com idades entre os 18 e os 29 anos. Os instrumentos de avaliação utilizados foram o Questionário Sociodemográfico, o Questionário de Caracterização do Contexto Académico e da Utilização das TIC, a Escala do Uso Generalizado Problemático da Internet 2 e Escala de Avaliação da Comunicação Parento-Filial - Adultos Emergentes. Os resultados sugerem que jovens com uso problemático de internet para fins não académicos tendem a referir pior comunicação com os seus pais, especialmente com o pai. Verifica-se, também, uma relação positiva entre o uso excessivo de internet e a perceção de mau desempenho académico. Estes resultados serão úteis não só a profissionais que trabalham com adultos emergentes, como também aos próprios jovens, alertando para as consequências nefastas, em termos relacionais como também académicos, do uso problemático de internet.

Palavras chaves: Adultos emergentes; Tecnologias de informação e de comunicação; Comunicação parento-filial; Desempenho académico; Uso problemático de internet; Ensino superior.

Abstract

Emerging adulthood is a stage of individual and family development, with specific normative characteristics and tasks, including the transformation of the parent-child relationship. It is also a stadium where academic performance continues to be widely valued (with increasing access by young people to higher education), having to be managed with the widespread use of Information and Communication Technologies (ICT). Thus, the present study aimed to describe and analyze the relationship between the use of ICT, parent-child communication, and academic performance in a sample of higher education students. The investigation adopted a transversal quantitative approach, comparative and correlational. The sample consisted of 201 higher education students, aged between 18 and 29 years. The assessment instruments used were the Sociodemographic Questionnaire, the Questionnaire for the Characterization of the Academic Context and the Use of ICT, the Scale for the Generalized Problematic Use of the Internet 2 and the Scale for Evaluation of Parent-Child Emerging Adult's Communication. The results suggest that young people with problematic use of the internet for non-academic purposes tend to report worse communication with their parents, especially with their father. There is also a positive relationship between the excessive use of the internet and the perception of poor academic performance. These results will be useful not only for professionals working with emerging adults, but also for young people themselves, warning about the harmful consequences, in relational as well as academic terms, of the problematic use of the internet.

Keywords: Emerging adults; Information and communication technologies; Parent-child communication; Academic performance; Problematic use of the internet; Higher education.

Índice

Introdução	4
Adulter Emergente: Definições e características	6
Relação Parento-Filial na Adulter emergente	9
Tecnologias de Informação e de Comunicação na Adulter Emergente	11
A utilização das Tecnologias de Informação e de Comunicação e o Desempenho Académico no Ensino Superior	15
Objetivos de Investigação	17
Metodologia	17
<i>Caracterização dos participantes e do contexto académico</i>	18
<i>Instrumentos</i>	18
Questionário sociodemográfico	18
Questionário de Caracterização do Contexto Académico e da Utilização das TIC	19
Escala do Uso Generalizado Problemático da Internet 2	19
Escala de Avaliação da Comunicação Parento-Filial - Adultos Emergentes	20
<i>Procedimentos</i>	21
<i>Análise Estatística dos Dados</i>	22
Resultados	23
Discussão dos resultados	34
Conclusão	38
Referências Bibliográficas	41

Introdução

Nas últimas décadas foram várias as alterações que ocorreram na nossa sociedade e que se refletem no processo de desenvolvimento do ser humano, tais como a industrialização, a massificação das novas tecnologias de informação e de comunicação, as alterações climáticas e os movimentos de igualdade de género (Arnett, 2000, 2014). Na sequência destas mudanças sociais/culturais, destaca-se o surgimento de uma nova etapa do desenvolvimento, a *adulthood emerging*. Esta etapa ocorre entre os 18 e os 25 anos, embora Arnett (2000, 2005) sugira que o intervalo possa estender-se até aos 29 anos de idade, momento em que a maioria dos jovens começa a assumir compromissos estruturantes da vida adulta (e.g., estabilidade profissional, casamento).

Este estágio de desenvolvimento define-se por algumas características normativas e transversais que descrevem os marcos do desenvolvimento de um ponto de vista individual, isto é, centrados na descrição do desenvolvimento do jovem adulto (Arnett, 2014). Alguns autores (e.g., Parra, Oliva & Reina, 2015; Vangelisti, 2004) sugerem que a *adulthood emerging* descreve, também, uma fase de desenvolvimento do ciclo vital da família, demonstrando que as transformações individuais promovem transformações de cariz familiar, particularmente na relação entre pais e filhos.

Para compreender o período de desenvolvimento da *adulthood emerging* é necessário reconhecer que uma das características desta nova geração é a utilização das Tecnologias de Informação e de Comunicação (TIC) (Arnett, 2014, 2013). O uso massificado das TIC torna possível o acesso à televisão, ao computador, ao rádio, à internet, ao telemóvel, aos *tablets* e às redes sociais. Os adultos emergentes da atualidade são conhecidos como os nativos digitais, pois as TIC são uma constante presença nas suas vidas desde a infância (Arnett, 2014).

A investigação empírica tem vindo a demonstrar a existência de uma relação entre a perceção de pior funcionamento familiar e o recurso exagerado às TIC (e.g., Veiga, Sotero, Pontes, Cunha, Portugal & Relvas, 2019). Por outro lado, outros estudos evidenciam que o uso exagerado dos aparatos tecnológicos de acesso à internet em contexto de sala de aula parecem interferir com o desempenho académico (e.g., Carcelén García, Mera, & Irisarri, 2019; Uğur & Koç, 2015).

Atendendo às pistas teóricas e empíricas, o presente estudo propõe-se a analisar de que forma a comunicação parento-filial e o uso problemático de internet em contexto de sala de aula se relacionam com a perceção de desempenho académico de estudantes do ensino superior.

Adulter Emergente: Definições e características

A adulter emergente, enquanto etapa do desenvolvimento individual, foi concetualizada pela primeira vez em 2000 por Jeffrey Arnett. Trata-se de uma evolução teórica recente pois, efetivamente, é um fenómeno que resultou dos avanços sociais e culturais dos últimos 30 anos (e.g., promoção de uma maior escolarização) (Portugal, Beja, Cunha, Camacho, Spínola & Santos, 2019). Em Portugal cada vez mais se verifica a tendência para que os jovens assumam os papéis típicos da vida adulta cada vez mais tarde, como por exemplo, o casamento e o nascimento do primeiro filho. Atualmente, a idade média para o primeiro casamento está entre os 32 (para mulheres) e 33 anos (para homens; em 2000 os dados sugeriam que as mulheres casavam aos 25 anos e os homens aos 27) e a idade média para o primeiro filho ronda os 32 anos (em 2000 rondava os 28 anos) (Pordata, 2019a, 2019b). Portugal é dos países da União Europeia onde os adultos emergentes saem mais tarde de casa, segundo o gabinete estatístico europeu. Em média, 50.8% dos jovens em 2017 continuava a viver com os pais, saindo de casa por volta dos 29 anos (DN/Lusa, 2018).

Segundo Arnett (2000) este é o período mais heterogéneo do desenvolvimento humano, dado não ser um período universal e transversal às diferentes culturas. Assim, a idade adulta emergente é típica, sobretudo, dos países industrializados. Nestes países é comum exigir-se um alto nível de escolarização, bem como, o treino de competências para o ingresso no mercado de trabalho. Além disso, o casamento e a parentalidade tendem a ser adiados, dando lugar a um período de exploração em termos profissionais e amorosos. Ainda assim, nas sociedades industrializadas é possível constatar alguma heterogeneidade neste período de desenvolvimento, uma vez que as tarefas normativas da adulter emergente nem sempre ocorrem da mesma forma. Por exemplo, um jovem pode decidir ingressar no mercado de trabalho quando termina o ensino secundário em vez de ingressar no ensino superior. Outro exemplo, diz respeito ao facto de alguns jovens continuarem a viver com os pais, enquanto outros já saíram de casa dos pais (Arnett, 2013, 2014). Trata-se, portanto, de uma fase caracterizada pela exploração da identidade e pela instabilidade da transição da adolescência para a idade adulta. Como tal, este marco no desenvolvimento tem as suas próprias características, envolvendo ganhos e perdas, tal como acontece em outros estádios de desenvolvimento (Arnett, 2000).

Apesar da heterogeneidade deste período, Arnett (2005) identifica cinco características normativas e transversais da adulter emergente: exploração da identidade, instabilidade, autocentração, sensação de que se está num período de transição e perceção de diversas

possibilidades. A exploração de identidade inicia-se na adolescência e estende-se até à adultez emergente, dizendo respeito à percepção que os jovens têm sobre a possibilidade de poderem explorar diversas opções em diferentes áreas, nomeadamente na vida profissional e na vida afetiva. É nesta fase de exploração que o jovem adulto clarifica a sua identidade, dando sentido ao modo como se vê e como se pretende ver na sua vida, podendo fazer escolhas que perdurarão para a vida adulta. Neste processo de exploração, os adultos emergentes tornam-se mais independentes dos seus pais do que quando eram adolescentes, tendo, inclusivamente, a possibilidade de sair de casa dos pais mais tarde (Arnett, 2000, 2005). Deste modo, os jovens adultos têm a hipótese de experimentar diferentes formas de vida, podendo fazer diferentes escolhas no amor e no trabalho. Um estudo de Frisé, Carlsson e Wängqvist (2014) analisou as expectativas de futuro de 124 adultos emergentes suecos, verificando que a maioria dos jovens pretendia vir a ser pai, mas não naquele momento das suas vidas. Desejavam, primeiro, estabelecer uma situação financeira e um relacionamento estável e ter tempo para se concentrarem nas suas vidas.

No que diz respeito ao segundo marco desta etapa do desenvolvimento, a instabilidade, decorre das explorações próprias da adultez emergente, tornando esta fase estimulante, mas também mais instável (Arnett, 2000, 2005, 2014). Os adultos emergentes vão estabelecendo planos para as diferentes áreas da sua vida (e.g., relações amorosas, profissão, educação), deste modo todos os planos idealizados estão sujeitos à sua exploração e, muitas vezes, é necessário readaptar o plano. Por exemplo, ao ingressar num curso do ensino superior o jovem pode dar-se conta de que afinal não é aquele o curso que pretende, ou ainda, pode decidir (re)ingressar no ensino superior após constatar que necessita de mais habilitações académicas para exercer a sua profissão ou para entrar no mercado de trabalho (Arnett, 2005, 2014). Uma das alterações que tende a ocorrer nesta fase, conduzindo a uma maior instabilidade, é a mudança de residência, que ocorre muitas vezes com o ingresso no ensino superior (os jovens poderão sair de casa dos pais com o objetivo de ficar mais perto do local onde irão estudar) ou com a procura da independência relativamente aos pais (Arnett, 2013, 2014). Os jovens também podem decidir sair de casa dos pais para viver com os seus namorados(as)/companheiros(as) (Manning, Smock, Dorius & Cooksey, 2014). Estes movimentos tornam a adultez emergente um período instável, acabando por refletir as explorações das diferentes possibilidades e mudanças em relação ao amor, ao trabalho e a educação, necessárias para a construção e afirmação da identidade (Arnett, 2014).

Por sua vez, a autocentração refere-se à forma como os adultos emergentes experimentam a autonomia e a liberdade pessoal (Baggio, Iglesias, Studer, & Gmel, 2015). Diz respeito ao tempo que os jovens têm para se focar em si, no sentido de, habitualmente, ainda não terem preocupações relativas à parentalidade, ao casamento e a questões financeiras. Além disto, é um período onde existe um menor controlo por parte das figuras parentais e de instituições como, por exemplo, a universidade, tendo assim menos obrigações e deveres e poucos compromissos com os outros, o que permite uma maior autonomia na gestão das suas vidas (Baggio et al., 2015). A autocentração cumpre a função de autossuficiência, central na visão que os adultos emergentes têm acerca da questão do que é ser-se adulto, como por exemplo, se sentem que atingem a vida adulta, quando sentem que têm de estar mais focados nos outros, como acontece no casamento e na parentalidade, etc. (Arnett, 2005).

A sensação de que se está num período de transição é uma das características mais centrais do conceito da adulez emergente. Na maior parte dos casos, os adultos emergentes sentem que já não são adolescentes, mas também ainda não são adultos de forma plena (Arnett, 2014; Reitzle 2006). Este sentimento acaba por estar relacionado com os critérios segundo os quais os indivíduos se consideram adultos, sendo sugeridos pela literatura três que tendem a ser atingidos gradualmente (Arnett, 2014, 2015): a) assumir responsabilidade em nome próprio, b) tomar decisões de forma independente e c) a atingir independência financeira. O estudo de Nilsen (1998), com o intuito de analisar as atitudes e as representações dos jovens sobre o que significa ser adulto, identificou como aspetos menos agradáveis da vida adulta, as obrigações familiares e profissionais e a monotonia daí decorrente (e.g., ficar em casa a tempo inteiro com filhos pequenos, estar sempre no mesmo emprego). Como aspetos mais positivos do papel de adultos, os jovens identificam as atividades inerentes à fase de transição para a vida adulta (e.g., viajar, ter um emprego, conhecer novas pessoas, encontrar ocupações). Os jovens que participaram neste estudo ainda destacaram que a noção de “assentar na vida” é frequentemente associada à constituição de família com filhos, o que implica um emprego permanente para assegurar um rendimento fixo e, portanto, garantir a independência económica da família (Nilsen, 1998). Desta forma, as representações da vida adulta continuam associadas a um emprego estável e a um aumento crescente do nível de vida. Este critério não foi considerado determinante para ser-se adulto no caso dos adultos emergentes portugueses, mas a parentalidade é considerada como um fator decisivo, como revelou o estudo de Mendonça, Andrade e Fontaine (2009).

A percepção de que existem possibilidades diversificadas relaciona-se com os níveis elevados de otimismo e esperança que os jovens têm sobre o futuro, visto que estes procuram validar as suas crenças e convicções num contexto real. A este respeito, um estudo com jovens norte-americanos com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos, constatou que cerca de 96% dos participantes concordaram com a afirmação “tenho total certeza de que algum dia chegarei onde quero na vida” (Hornblower, 1997 cit in Arnett, 2014).

Relação Parento-Filial na Adulter emergente

As características acima elencadas descrevem os marcos do desenvolvimento de um ponto de vista individual, ou seja, centram-se na descrição do desenvolvimento do jovem adulto. Porém, alguns autores (e.g., Parra, Oliva & Reina, 2015; Vangelisti, 2004) sugerem que a adultez emergente descreve também uma fase de desenvolvimento do ciclo vital da família, demonstrando que as transformações individuais promovem transformações de cariz familiar, particularmente na relação entre pais e filhos.

O momento de transição dos filhos para a adultez emergente exige que a família se adapte às novas mudanças (Parra et al., 2015). Este momento de transição poderá potenciar um melhor relacionamento entre pais e filhos, visto que a relação entre os subsistemas parental e filial passa a ser mais horizontal e, por isso, potencialmente menos conflituosa (Arnett, 2013; Zambianchi & Bitti, 2014). Segundo Arnett (2013) a relação pais-filhos tende a melhorar porque existe um amadurecimento dos filhos e, como tal, tornam-se capazes de entender a percepção dos seus pais e estes, por sua vez, também acabam por mudar a forma como veem os seus filhos. Assim, ocorrem transformações no relacionamento pais-filhos: os pais deixam de assumir o papel de monitorização constante do comportamento dos filhos (e.g., realização de tarefas domésticas, controlo sobre o desempenho académico), o que parece conduzir a uma relação mais amigável, mais aberta, regida pelo respeito mútuo. Segundo Parra e seus colaboradores (2015), a melhoria que ocorre nesta relação deve-se ao facto de os conflitos diminuírem e existir uma relação mais simétrica sustentada por ambos (pais e filhos).

Esta mudança na relação parento-filial na adultez emergente também se deve ao facto de os jovens começarem a sair de casa quando ingressam no ensino superior, ou quando partilham casa com o namorado/a ou amigos, ou simplesmente porque procuram a sua independência (Arnett, 2013). Neste sentido os adultos emergentes conseguem controlar as interações desejadas com os pais, seja através de visitas ou através do uso das TIC, gerindo de

forma mais autónoma o que devem contar aos seus pais sobre a sua vida. Nesta linha, o estudo de Miller-Ott, Kelly e Duran (2014) analisou as regras de utilização do telemóvel nos relacionamentos de estudantes universitários com seus pais e se tais regras influenciam a satisfação no relacionamentos e proximidade com os pais. Os resultados sugerem que os telemóveis são relevantes para a satisfação relacional entre pais e filhos, desde que, de acordo com os jovens, sejam respeitadas as expectativas de disponibilidade e não exista um contato repetitivo/excessivo (Miller-Ott et al., 2014).

Por vezes, os filhos têm de regressar a casa dos pais, tornando-se fundamental que os estes reconheçam a maturidade dos seus filhos aquando deste retorno. Existem casos em que os adultos emergentes continuam a coabitar com os seus pais, sendo que nestas situações há tendência para que os jovens se sintam mais dependentes a nível financeiro mas, por outro lado, poderão sentir-se, também, mais apoiados a nível emocional (Arnett, 2005, 2014), tal como confirma o estudo de Fingerman, Huo e Kim (2017). Este estudo revelou que os jovens adultos que residem com os seus pais estavam mais envolvidos com estes pois tinham maiores oportunidades de ter interações positivas e apoio a nível emocional e prático/funcional, comparativamente aquele que não residem com os pais. Importa realçar que, por vezes, o jovem pode sentir que os pais estão mais envolvidos nas suas vidas do que realmente eles gostariam (Arnett, 2013, 2014).

Todas estas mudanças na relação parento-filial durante a adultez emergente têm implicações na comunicação familiar (Arnett, 2014; Parra et al., 2015; Portugal et al., 2019). A comunicação familiar reflete as conexões interpessoais entre os elementos da família, condicionando a perceção de qualidade no relacionamento familiar e a capacidade da família para se adaptar a mudanças estruturais que ocorrem ao longo do ciclo vital da família (Fincham & Vangelisti, 2004). Desta forma é natural que as relações familiares sofram alterações ao longo do ciclo vital da família de modo a estabelecer as adaptações necessárias para sua evolução. Apesar de escassa, a literatura tem indicado que existem alterações na comunicação parento-filial durante a adultez emergente. Parra e colaboradores (2015), por exemplo, sugerem que a comunicação e os níveis de carinho diminuem nesta fase, existindo uma maior adaptabilidade percebida e uma maior coesão à medida que os conflitos diminuem. Outro estudo, de Sneed e colaboradores (2006), constatou que o contacto familiar diminui na adultez emergente. Já um estudo de Zambianchi & Bitti (2014) constata que o bem-estar dos adultos emergentes parece estar relacionado com a comunicação aberta com os pais. O estudo de Portugal e colaboradores

(2019) verificou que existem diferenças entre os adultos emergentes que já não vivem com os pais e aqueles que vivem com os pais, sendo que os últimos tendem a apresentar maior confiança e partilha comunicacional (e.g., partilha de problemas do quotidiano) com a mãe.

A tecnologia é utilizada cada vez mais pelas famílias como um recurso para gerir relacionamentos (Barrie, Bartkowski & Haverda, 2019). Porém, nem sempre as TIC são vistas com bons olhos. O estudo de Barrie e colaboradores (2019) concluiu que os pais, mais do que os seus filhos, tendem a considerar que as TIC interferem no funcionamento saudável da família, prejudicaram o tempo de qualidade conjunto e conduzindo a um clima de tensão, dado que os adultos emergentes tendem a priorizar o contacto através da tecnologia em detrimento do contacto cara-a-cara com os elementos família. Já os adultos emergentes consideram que o uso da tecnologia facilita a comunicação com pessoas que não são família (Barrie et al., 2019). Desta forma, existem diferenças geracionais na valorização da comunicação cara-a-cara. Neste estudo, ainda se verificou que os pais lamentavam a falta da presença dos filhos devido ao uso das tecnologias, enquanto que os filhos reclamavam que os seus pais estavam excessivamente presentes nas suas vidas através do uso das TIC (e.g., referiram que os pais, e até outros familiares, estavam constantemente a comentar as suas redes sociais) (Barrie et al., 2019). Apesar de existirem várias opiniões discordantes entre os pais e os adultos emergentes, foi possível identificar alguns aspetos concordantes entre ambos, como por exemplo: (a) pais e filhos consideram as TIC úteis para a manutenção do contacto em situações de distância geográfica e (b) ambos concordam que as TIC podem promover conflito familiares (Barrie et al., 2019). Outro estudo de Sotero, Ferreira da Vega, Carreira, Portugal e Relvas (2019) verificaram um padrão de comunicação negativa entre filhos adultos emergentes e pais quando existe um maior vício no Facebook, ou seja, o vício no Facebook traz um impacto negativo na relação entre os pais e filhos.

Tecnologias de Informação e de Comunicação na Aduldez Emergente

As TIC fazem parte da vida dos adultos emergentes desde a infância (Arnett, 2014), sendo este facto confirmado pelo estudo de Lenhart, Purcell, Smith e Zickuhr (2010), onde se verificou que 93% dos jovens adultos utilizam internet. Dados mais recentes relativos a Portugal (Pordata, 2019c), sobre a utilização da internet e do computador entre os estudantes do ensino básico, secundário e superior, revelam que os indivíduos que mais utilizam o computador e a internet são os jovens que frequentam o ensino superior, ou seja, os adultos emergentes.

Indicadores estatísticos sugerem que cerca de 98% dos jovens universitários recorre aos computadores e à internet, sendo que esta percentagem diminui um pouco nos jovens que frequentam o ensino secundário, onde 96.4% afirmam utilizar a internet e 91.3% referem utilizar computadores (Pordata, 2019c).

Os motivos inerentes à utilização das TIC pelos adultos emergentes parecem estar relacionados, por um lado, com a presença constante das TIC nas suas vidas (Barrie et al., 2019) e, por outro, com as próprias características desta fase do desenvolvimento, designadamente, a autocentração e a contínua exploração de identidade (Arnett, 2014). Relativamente à autocentração, neste período é comum que a maioria dos jovens promova comportamentos de afastamento relativamente à família nuclear intacta, de modo a emancipar-se em termos de autonomia, e movimentos de aproximação aos pares que, muitas vezes, se encontram distantes geograficamente. As mensagens de texto e as redes sociais são um veículo para que os jovens adultos se sintam mais confortáveis e acompanhados (Arnett, 2014, 2013). Um estudo de Subrahmanyam, Reich, Waechter e Espinosa (2008) analisou as atividades *online* dos adultos emergentes, apurando que os participantes costumavam utilizar a internet, especialmente as redes sociais, para se conectarem com amigos e familiares. Além disto, uma vez que os jovens têm menos compromissos e responsabilidades nas suas vidas, podem dedicar mais tempo ao uso das TIC (Arnett, 2014). Relativamente à exploração de identidade, é comum, nesta fase, que os jovens desenvolvam os seus valores, habilidades e esperanças acerca do futuro (Arnett, 2005). Neste sentido, as TIC acabam por auxiliar a construção da identidade, através das interações que ocorrem por via das redes sociais (Arnett, 2013, 2014). Desta forma, as redes sociais podem validar as perceções que os indivíduos têm de si mesmo, ajudando-os a moldar e a manifestar o seu *self* (Manago, 2015).

Segundo Arnett (2014), o uso da internet abrange uma variedade de usos específicos, desde a leitura de notícias até à pesquisa de informações para a escola ou para o trabalho, mas os jovens utilizam a internet maioritariamente para acesso às redes sociais. A este respeito, são os adultos emergentes que maioritariamente recorrem às redes sociais. Também as mensagens de texto ocupam um lugar importante no quotidiano desta geração, porque permitem conexão constante às pessoas que consideram ser mais importantes. Um estudo de Patrão e Pontes (2014) que procurava identificar as motivações percebidas no uso excessivo da internet em adolescentes e jovens adultos, verificou que a maioria dos utilizadores de internet que participaram no estudo possuíam algum tipo de dispositivo móvel a partir do qual acediam à

internet, constando que o acesso móvel à internet pelo telemóvel e *tablet* são os meios mais populares. Os autores identificaram três funções *online* preferenciais dos jovens: (1) acesso às redes sociais e pesquisa de informação em geral, (2) serviços de e-mail e (3) chats de conversação. Desta forma é possível constatar que as aplicações mais escolhidas são de natureza social, pois permitem aos utilizadores comunicarem com os outros. Além disso, o estudo sugere que sem este tipo de aplicações, cerca de três em dez utilizadores optaria por não aceder à internet, indicando que a noção de tempo despendido *online* não é aleatória ou generalizada, uma vez que os utilizadores procuram estar envolvidos em comportamentos e atividades específicas (Patrão & Pontes, 2014).

Uma das redes sociais mais utilizadas pelos adultos emergentes é o Facebook [Patrão e Sampaio (2016) referem que 98% dos jovens portugueses com idade superior a 15 anos têm um perfil no Facebook]. Veiga e colaboradores (2019) referem que este aspeto pode dever-se ao facto de os jovens confiarem nas redes sociais para obtenção de apoio social e /ou regulação de estados de humor. Os mesmos autores (Veiga et al., 2019) verificaram que a principal atração para a utilização do Facebook pelos adultos emergentes é a possibilidade de manutenção dos relacionamentos e, entre outros resultados, que existe um aumento na tendência de visualização de conteúdos informativos no Facebook, podendo estar este aspeto relacionado com a necessidade de exploração, característica nos adultos emergentes.

O aumento massificado de acesso às TIC conduziu ao aumento de problemas de dependência tecnológica (Savci & Aysan, 2017). O uso excessivo da internet é o principal foco deste tipo de problemas, visto que provoca várias dependências, associadas ao uso das redes sociais, dos jogos digitais e dos telemóveis (Savci & Aysan, 2017). Assim, as aplicações da internet que mais contribuem para o uso problemático e excessivo de internet são os chats de conversação, as redes sociais, os jogos e blogs (Savci & Aysan, 2017).

Os comportamentos de dependência são caracterizados por um padrão repetitivo de hábitos que aumentam o risco da doença e/ou dos problemas pessoais e sociais associados (Griffiths, 2005). Estes comportamentos são frequentemente associados a perda de controlo, ou seja, o comportamento continua a ocorrer apesar das tentativas por parte do indivíduo para abstenção ou uso moderado (Griffiths, 2005). Os comportamentos de dependência descritos por Griffiths (2005) contemplam um conjunto de componentes associadas ao vício que, quando presentes, permitem afirmar a existência de um uso problemático de internet. Esses componentes são (Griffiths, 2005): (a) saliência (quando o uso de internet domina o pensamento

do utilizador promovendo preocupações e distorções cognitivas), (b) modificação de humor (experiência subjetiva que a pessoa relata como consequência do envolvimento numa atividade específica), (c) tolerância (necessidade de quantidades crescentes da atividade específica para alcançar efeitos anteriores), (d) sintomas de abstinência (estados e sensações desagradáveis e/ou efeitos físicos que ocorrem quando a atividade é descontinuada ou reduzida repentinamente), (e) conflito (dificuldades relacionais que podem emergir entre o sujeito que é dependente e as pessoas que o rodeiam, mas também relativamente ao próprio) e (f) recaída (recaídas repetidas para padrões anteriores da atividade específica e/ou para padrões mais extremos típicos da altura do comportamento de dependência que é rapidamente restaurado após muitos anos de abstinência ou controlo) (Griffiths, 2005). Segundo Pontes e colaboradores (2016), vários estudos têm identificado problemas de natureza psicossocial associados ao uso problemático da internet, nomeadamente o aumento da ansiedade social, níveis elevados de depressão, dificuldades na atenção e desordem de hiperatividade, baixos níveis de satisfação no funcionamento familiar e satisfação com a vida, aumento da solidão no contexto educacional, aumento de fragilidades emocionais e aumento de comportamentos aditivos. O estudo de Tokunaga (2014) corrobora esses indicadores, sugerindo que o uso problemático da internet por parte de estudantes do ensino superior se traduz em dificuldades nas relações familiares, amizades e responsabilidades académicas ou profissionais.

Apesar dos problemas de dependência psicológica que podem ser despoletados pelo uso intensivo das TIC, Veiga e colaboradores (2019) afirmam que a maioria dos usuários parecem ser capazes de utilizar as redes sociais de forma saudável, isto é, sem o uso excessivo e sem apresentar sintomas de dependência psicológicos. No entanto, os autores verificaram que 14.6% dos indivíduos poderiam ser identificados como estando potencialmente viciados no Facebook (Veiga et al., 2019). Um estudo de Naik e colaboradores (2017), realizado com estudantes universitários, com vista a identificar o uso excessivo do telemóvel e um padrão subjacente à sua utilização, constatou que o telemóvel era usado para chamadas, mensagens, internet, uso de Facebook e WhatsApp, verificando ainda que o uso do telemóvel para conversar no Facebook apresentava valores elevados. Apuraram que 37% da amostra apresentava inquietação quando não tinha por perto o seu telemóvel e procuravam verificá-lo com frequência. Os autores indicaram que 33.3% dos indivíduos apresentavam comportamentos de uso excessivo do telemóvel. Também o estudo de Rosales-Huamani e colaboradores (2019) constatou a existência de sintomas relacionados com o uso excessivo do telemóvel, nomeadamente:

sentimentos de ansiedade, utilização compulsiva dos telemóveis e sensação de ansiedade e pânico. Desta forma concluíram que os estudantes que apresentavam estes sintomas tinham *nomofobia*, conceito que caracteriza o medo irracional de ficar sem telemóvel ou ser impossibilitado de o utilizar o por algum motivo. Já Guitérrez-Puertas e colaboradores (2019) compararam os níveis de nomofobia vivenciados por estudantes de enfermagem de Espanha e de Portugal, verificando que, tanto os estudantes espanhóis, como os portugueses apresentavam resultados acima da média em relação aos níveis de nomofobia. Constataram, ainda, que os estudantes portugueses se sentiam mais ansiosos quando a bateria do telemóvel se esgota, comparativamente aos espanhóis. Desta forma, os autores concluíram que os estudantes portugueses demonstram uma maior necessidade de comunicação instantânea com os seus familiares e amigos (Guitérrez-Puertas et al., 2019)

A utilização das Tecnologias de Informação e de Comunicação e o Desempenho Académico no Ensino Superior

Como referido anteriormente, uma tarefa normativa da etapa da adultez emergente consiste na entrada no ensino superior (Arnett, 2005, 2014). O contexto universitário ou politécnico faculta atividades de aprendizagem em áreas especializadas, com o propósito de uma aprendizagem complexa e de especialização (Pordata, 2019d). Em Portugal, segundo os dados do relatório da Pordata (2019d) sobre os alunos matriculados no ensino superior, por tipo de ensino e por sexo, verifica-se que no ano de 2019 existiam 385.247 mil alunos matriculados no ensino superior, um aumento considerável quando comparado com o ano 1990, onde registaram 157.869 mil alunos matriculados.

A transição para o ensino superior confronta os jovens com múltiplos desafios, inerentes às novas exigências que o novo contexto educativo lhes coloca (Almeida, Soares & Ferreira, 2000). A investigação sugere que esta transição confronta os jovens com a resolução simultânea de um conjunto de tarefas, nomeadamente a nível académico, que acarreta novos ritmos e estratégias e aprendizagem face aos novos sistemas de ensino e avaliação (Almeida et al., 2000). O desempenho académico torna-se a faceta mais visível do sucesso ou insucesso do aluno (Almeida et al., 2000), sendo um fenómeno complexo e multicausal, que engloba aspetos de ordem pessoal, sociodemográfica, institucional e pedagógicos (Rocha, Leles & Queiroz, 2018). Por sua vez, está relacionado com a capacidade de o aluno preservar e reproduzir o que foi aprendido, portanto, para medir a performance académica, o aluno deve passar por avaliações nas quais serão detetados os níveis de conhecimento aprendidos e o seu aproveitamento

(Oliveira & Santos, 2006). Muitas vezes a classificação obtida (resultante da média ponderada das classificações) não expressa o real desempenho do aluno, contudo nenhuma avaliação consegue abranger a complexidade inerente ao desempenho académico. Deste modo, é possível afirmar que a classificação final expressa de forma parcial o desempenho do estudante (Oliveira & Santos, 2006).

A passagem dos jovens adultos pelo ensino superior também tem sido caracterizada pelo uso massificado das TIC (Arnett, 2014), surgindo na literatura algumas descrições sobre a relação entre estas variáveis. Alguns estudos sugerem um impacto positivo das TIC na aprendizagem dos alunos, incluindo uma maior motivação, maior colaboração e maior produtividade (Corbeil & Valdes-Corbeil, 2007; Kukulska-Hulme, 2007; Traxler, 2009; Roblyer & Doering, 2010), no entanto, outros autores identificam efeitos negativos da utilização das TIC em contexto de sala de aula, incluindo distração, menor concentração, alterações no foco e baixo desempenho académico (Carcelén García et al., 2019; Yunita et al., 2018).

O estudo de Uğur e Koç (2015), explorou a intenção dos alunos do ensino superior sobre *phubbing* (conceito que descreve o ato de um indivíduo num ambiente social, olhando para o seu telemóvel, em vez de prestar atenção ao que o rodeia) durante as aulas. Os autores constaram que 95% da amostra admitiu estar pelo menos uma ou duas vezes a olhar para o telemóvel sem prestar atenção à aula. Mais de metade da amostra indicou que 56.9% verifica o WhatsApp, 41% dos indivíduos envia mensagens, 33.8% navega na internet e 22% utilizam o Facebook durante as aulas. Os estudantes admitem que os professores possam não ter conhecimento do uso que fazem do telemóvel em sala de aula. Em relação aos motivos inerentes à utilização do telemóvel durante as aulas, os estudantes referem: querer estar *online*, fazê-lo por diversão e/ou porque estavam aborrecidos durante as aulas. No entanto os alunos mostram estar conscientes das desvantagens do *phubbing*, indicando que acabam por se distrair das aulas e que tal aspeto condiciona o seu desempenho académico (Uğur & Koç, 2015).

Um estudo de Carcelén García e colaboradores (2019) concluiu que o uso dos telemóveis em contexto de aprendizagem académica pelos estudantes universitários é abusivo no que diz respeito à verificação de mensagens e nas interações em redes sociais, no entanto foram observadas algumas mudanças, nomeadamente, os jovens parecem tornar-se cada vez mais conscientes sobre os efeitos negativos do uso do telemóvel, tendo a noção de que os telemóveis os podem distrair, conduzindo a uma menor concentração. Além disto, os estudantes

consideram que o uso do telemóvel tem repercussões negativas sobre o seu desempenho académico, obrigando-os a dedicarem-se mais ao tempo de estudo fora do contexto escolar. Importa realçar que os estudantes têm como crença que o tempo de estudo é mais valioso e exerce maior influência no desempenho académico do que o tempo despendido em sala de aula. Esta crença poderá levar à diminuição do uso do telemóvel nos momentos de estudo, mas ao aumento do seu uso no contexto das aulas (Carcelén García et.al., 2019).

Objetivos de Investigação

O presente estudo tem como principal objetivo descrever e analisar a relação entre a utilização das TIC, a comunicação parento-filial e o desempenho académico numa amostra de estudantes do ensino superior.

Mais especificamente, pretende-se:

Objetivo 1: Descrever a utilização que os jovens universitários fazem das TIC;

Objetivo 2: Comparar jovens com uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet ao nível da caracterização do desempenho académico;

Objetivo 3: Comparar jovens com uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet ao nível da comunicação parento-filial;

Objetivo 4: Comparar jovens que consideram que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho académico e jovens que não têm esta perceção, em termos da preferência pela interação social *online*, da regulação do humor, dos resultados negativos e da autorregulação deficiente (fatores da escala EUGIP2);

Objetivo 5: Analisar a relação entre a perceção que os jovens têm sobre se as TIC prejudicaram o seu desempenho académico e a perceção sobre o próprio desempenho académico com o uso problemático de internet para fins não académicos e a comunicação parento-filial.

Metodologia

Para efetuar a análise das questões acima elencadas, a investigação assumiu uma abordagem quantitativa de tipo transversal, comparativa e correlacional (Coutinho, 2013).

Caracterização dos participantes e do contexto académico

A amostra foi constituída por 201 participantes, dos quais 71.6% ($n = 144$) do género feminino e 27.9% ($n = 54$) do género masculino. A idade dos participantes situou-se na faixa etária dos 18 aos 29 anos, sendo que a idade média era de 20 anos ($DP = 2.1$). Verificou-se que 61.2% ($n = 123$) dos participantes estavam solteiros, 33.8% ($n = 68$) estavam numa relação sem coabitação, 4% ($n = 8$) estavam numa relação com coabitação e 0.5% ($n = 1$) era casado. Nenhum dos participantes tinha filhos. Apurou-se que 82.1% ($n = 165$) vivia com a família, 8.5% ($n = 17$) com amigos e/ou colegas, 5.5% ($n = 11$) viviam sozinhos e 3% ($n = 6$) viviam com namorado/a ou companheiro/a. A nível profissional, 81.1% ($n = 163$) dos participantes não trabalhava, apenas estudava, 9.5% ($n = 19$) estava empregado/a ocasionalmente, 7% ($n = 14$) estava empregado/a em tempo parcial e 1.5% ($n = 3$) estava empregado/a a tempo inteiro. Cinquenta e seis vírgula sete por cento ($n = 114$) dos participantes consideraram que o nível socioeconómico da sua família era médio, 29.4% ($n = 59$) nível socioeconómico médio baixo, 8% ($n = 16$) nível socioeconómico alto e 5% ($n = 10$) nível socioeconómico baixo.

Noventa e um vírgula cinco por cento ($n = 184$) frequenta uma licenciatura e 8.5% ($n = 17$) frequenta um mestrado. Noventa e dois vírgula cinco por cento ($n = 186$) dos participantes estava matriculado na Universidade da Madeira, 1% ($n = 2$) no Instituto Superior de Administração e Línguas e 6% ($n = 12$) estavam matriculados em outras instituições do ensino superior de Portugal continental (e.g., Universidade do Minho, Escola Superior de Educação de Viseu). No que diz respeito aos cursos, 36.8% ($n = 74$) dos participantes frequentava o curso de Psicologia, 17.9% ($n = 36$) o curso de Comunicação Cultura e Organizações, 7.5% ($n = 15$) o curso de Engenharia Informática, 6.5% ($n = 13$) o curso de Enfermagem, 5.5% ($n = 11$) o curso de Gestão, 3.5% ($n = 7$) o curso de Bioquímica e 21.8% ($n = 44$) frequentavam outros cursos (e.g. Turismo, Medicina, Educação Pré- Escolar e Ensino do 1º Ciclo do Ensino Básico, Direito, Artes Plásticas e Multimédia). Por fim, 48.8% ($n = 90$) estavam no segundo ano do curso, 31.8% ($n = 64$) no primeiro ano e 22.9% ($n = 46$) no terceiro ano de curso.

Instrumentos

Questionário sociodemográfico

Os itens do presente questionário foram elaborados tendo em consideração alguns fatores sociodemográficos que seriam relevantes para a presente investigação (em alguns dos casos, solicitando uma resposta enquadrada num período temporal de seis meses). Foram

solicitadas informações sobre o género, situação profissional, situação relacional, existência de filhos, coabitação nos últimos seis meses, quem consideram fazer parte do seu agregado familiar nuclear e, por fim, qual a perceção do nível socioeconómico da família.

Questionário de Caracterização do Contexto Académico e da Utilização das TIC

Os itens do presente questionário foram elaborados tendo em consideração alguns aspetos que se mostram relevantes ao longo da revisão da literatura e considerando a sua relevância para responder aos objetivos da presente investigação. Foram solicitadas informações sobre o nível de escolaridade, bem como, o curso, o ano e a instituição de ensino superior que os participantes frequentavam, se gostavam do curso, qual a percentagem de aulas assistidas nos últimos seis meses, caracterização da atenção/concentração nas aulas nos últimos seis meses, média do número de horas de estudo semanal, utilização das TIC enquanto estudavam, em quantas unidades curriculares estiveram inscrito no 1º semestre, bem como, em quantas obtiveram aprovação e/ou reprovação e respetivas classificações. Também foram solicitadas informações sobre a utilização das TIC durante as aulas para fins académicos e para fins não académicos, qual a TIC mais utilizada para as respetivas situações (fins académicos e não académicos), bem como, os motivos que justificam essa utilização. Neste sentido, foi questionado se a utilização das TIC por parte dos colegas interferia na atenção e comportamento dos participantes deste estudo, qual o modo do telemóvel em sala de aula, se consideravam que a utilização das TIC para fins não académicos era prejudicial no desempenho académico e qual era a perceção do desempenho académico. O período temporal de referência para as respostas dos participantes dizia respeito aos últimos seis meses.

Escala do Uso Generalizado Problemático da Internet 2 (EUGIP2; versão original de Caplan, 2002; validação portuguesa de Pontes, Caplan & Griffiths, 2016)

Trata-se de uma medida de autorresposta que pretende avaliar cognições, comportamentos e consequências negativas relativas ao uso problemático e generalizado de internet. É constituída por 15 itens distribuídos por quatro fatores de primeira ordem, nomeadamente: (a) preferência pela interação social *online* (constructo cognitivo caracterizado pela crença de que é mais seguro, eficaz e confortável o estabelecimento de interações sociais *online* do que face-a-face), (b) regulação do humor (diz respeito à motivação para utilizar a internet como regulador de estados de humor), (c) resultados negativos (alude aos padrões

obsessivos de pensamento que envolvem a utilização da internet) e (d) autorregulação deficiente (refere-se à falha na auto-monitorização do uso de internet; esta dimensão é definida, no estudo de validação português, como um fator latente único que inclui indicadores relacionados com o uso compulsivo de internet e preocupações cognitivas). As respostas são dadas numa escala de resposta de tipo *Likert* (“1 – Discordo totalmente”, “2 Discordo”, “3 Discordo um pouco”, “4 – Neutro”, “5 – Concordo um pouco”, “6- Concordo” e “7- Concordo totalmente”), podendo a pontuação variar entre 15 e 105 pontos. No presente estudo, a escala revela bons indicadores de consistência interna (Nunally, 1978), verificando-se um alfa de *Cronbach* da escala completa igual a .89. Especificamente, verificam-se os seguintes valores de consistência interna por fator: $\alpha = .84$ (preferência pela interação social), $\alpha = .80$ (regulação do humor), $\alpha = .87$ (resultados negativos) e $\alpha = .80$ (autorregulação deficiente). Os valores dos alfas de *Cronbach* obtidos no presente estudo foram semelhantes aqueles obtidos no estudo de validação do instrumento.

**Escala de Avaliação da Comunicação Parento-Filial - Adultos Emergentes
(COMPA-AE; versão original e validação portuguesa de Portugal, Beja, Cunha,
Camacho, Spínola & Santos, 2019)**

Trata-se de uma escala de autorrelato que tem por finalidade a avaliação da percepção de jovens adultos emergentes sobre a comunicação estabelecida com os seus pais. O instrumento é composto por 17 itens que estão distribuídos por quatro dimensões: confiança/partilha de comunicação entre pais e filhos, confiança/partilha de comunicação de filhos para os pais, expressão de afeto e apoio emocional e padrão de comunicação negativa. As respostas são dadas numa escala de resposta de tipo *Likert* (“1 – Nunca”, “2 – Raramente”, “3 - Às vezes”, “4 - Muitas vezes” e “5 - Sempre”). A pontuação total resulta da soma de todos os itens, podendo variar entre 17 e 85. A COMPA-AE contempla duas folhas de resposta: uma em relação ao pai e outra em relação à mãe (ou figuras equivalentes que cumpram funções parentais), cada uma delas inclui os 17 itens, averiguando a especificidade da comunicação em função da figura parental.

No presente estudo, os valores de consistência interna revelaram-se bons (Nunally, 1978). Especificamente, verificam-se os seguintes alfas de *Cronbach*: $\alpha = .93$ (Total Mãe), $\alpha = .94$ (Total Pai), $\alpha = .80$ (confiança/partilha de comunicação entre pais e filhos – versão Mãe), $\alpha = .79$ (confiança/partilha de comunicação entre pais e filhos – versão Pai), $\alpha = .91$ (confiança/partilha de comunicação de filhos para os pais – versão Mãe), $\alpha = .90$

(confiança/partilha de comunicação de filhos para os pais – versão Pai), $\alpha = .85$ (expressão de afeto e apoio emocional – versão Mãe), $\alpha = .87$ (expressão de afeto e apoio emocional – versão Pai), $\alpha = .54$ (padrão de comunicação negativa – versão Mãe) e $\alpha = .61$ (padrão de comunicação negativa – versão Pai). Estes valores foram semelhantes aos valores obtidos no estudo original do instrumento.

Procedimentos

Atendendo aos objetivos definidos para o presente estudo, foram elaborados alguns instrumentos de recolha de dados (Questionário sociodemográfico e Questionário de Caracterização do Contexto Académico e da Utilização das TIC), bem como solicitada autorização para a utilização da escala COMPA-AE. No caso do instrumento EUGIP2, este encontra-se disponível para utilização no próprio artigo da adaptação para a população portuguesa. Para a constituição da amostra, foram definidos alguns critérios de inclusão, designadamente: (a) ter nacionalidade portuguesa, (b) frequentar um curso do ensino superior (1º ou 2º ciclo de estudos, com frequência de unidades curriculares, isto é, aulas presenciais) e (c) estar na faixa etária dos 18 aos 29 anos.

O protocolo de investigação foi divulgado e preenchido (duração aproximada de 20 minutos) em dois formatos: (a) *online*, através da plataforma *Google Forms*; a divulgação foi realizada através da rede social *Facebook*, sendo mencionado o público-alvo e descrito o propósito do estudo; e (b) papel e lápis, através do convite para a participação no presente estudo junto dos estudantes universitários da Universidade da Madeira, aos quais foi explicado o objetivo da presente investigação e solicitado a sua participação voluntária. Neste caso, o preenchimento do questionário ocorreu em locais silenciosos, mas também em contexto de salas de aula (através da autorização de uma das docentes do curso de Psicologia). Desta forma, tratou-se de uma amostragem não aleatória por conveniência (Coutinho, 2013). Tanto o protocolo aplicado *online*, como o protocolo aplicado presencialmente, incluíram um consentimento informado que continha uma explicação sobre o objetivo da investigação e as condições para a participação. Além disto, neste consentimento foi assegurada a garantia de confidencialidade dos dados e disponibilizados, também, os contactos da equipa de investigação. Deste modo, o presente estudo foi realizado em concordância com os princípios éticos preconizados pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP, 2011). A recolha de dados

decorreu entre os meses de fevereiro e março do ano letivo 2019/2020, imediatamente após o períodos de avaliação de época normal.

Análise Estatística dos Dados

O registo, processamento e análise estatística dos dados recolhidos foi realizada com recurso ao programa *Statistical Package for the Social Science* (SPSS – versão 26.0[®]).

Para a descrição da amostra e para responder ao objetivo 1 foram realizadas análises descritivas; para a análise da fiabilidade dos instrumentos utilizados recorreu-se à análise de consistência interna determinadas pelo alfa de *Cronbach*. Para dar resposta ao objetivo 2 foram recodificados os resultados obtidos na escala EUGIP2, tendo-se criado dois grupos: participantes com médias de resposta entre um e dois integraram o grupo relativo à inexistência de uso problemático da internet (Grupo 1) e participantes com médias de resposta entre três e cinco integraram o grupo de uso problemático moderado da internet (Grupo 2). É de realçar que o número de participantes que pontuaram acima de seis foi bastante reduzido ($n = 4$) e, por esse motivo, esse grupo não foi considerado para comparação de médias. Recorreu-se ao teste paramétrico de comparação de médias *t-student* para analisar as diferenças entre estes grupos. O objetivo 3 foi analisado através do teste paramétrico de comparação de médias *t-student* e para analisar os valores médios das escala EUGIP2 e COMPA-AE em função da perceção do participante sobre se utilização das TIC terá sido prejudicial ao seu desempenho académico. Para analisar o objetivo 4, primeiramente foi calculada a média relativamente ao 1º semestre do ano letivo 2019/2020, sendo que no questionário de investigação apenas eram solicitadas as classificações obtidas nas unidades curriculares nas quais os participantes obtiveram aprovação e reprovação. Desta forma, para calcular a média dos participantes foi utilizado apenas o número de cadeiras aprovadas e as respetivas classificações; posteriormente foi calculado a média das escalas utilizadas, mais precisamente a escala EUGIP2 e o COMPA-AE versão mãe e versão pai, bem como a média das respetivas dimensões de cada escala, para que por fim fosse realizada uma análise de regressão múltipla com os totais das escalas. Por fim, para analisar o objetivo 5, foi realizado uma correlação bivariada para compreender a relação da perceção de que as TIC prejudicaram o desempenho académico e a perceção dos jovens universitários sobre o seu próprio desempenho académico com o uso problemático de internet para fins académicos e a comunicação parento-filial.

Resultados

Objetivo 1: Descrever a utilização que os jovens universitários fazem das TIC

No que diz respeito à utilização que os jovens universitários fazem das TIC para fins académico durante as aulas, verificou-se que 29.9% ($n = 60$) utilizou as TIC em 50% a 75% das aulas, 27.4% ($n = 55$) utilizou as TIC em 75% a 100% das aulas, 23.9% ($n = 48$) utilizou as TIC em 25% a 50% das aulas e, por fim, apenas 18.4% ($n = 37$) utilizou as TIC em 1% a 25% das aulas. Dos estudantes universitários inqueridos, verifica-se que maioria opta pelo uso do telemóvel para fins académicos (53.2%, $n = 107$), seguido do computador (44.3%, $n=89$) e do *tablet* 2% ($n = 4$).

Quando questionados sobre os motivos que justificavam a utilização das TIC durante as aulas para fins académicos, apurou-se que 71.1% ($n = 143$) utiliza para consultar a plataforma dos alunos, 65.7% ($n = 132$) utiliza para pesquisar informação relacionada com a matéria da unidade curricular, 60.2% ($n = 121$) utiliza as TIC para poder seguir o PowerPoint da aula, 49.8% ($n = 100$) utiliza para consultar artigos científicos e 46.3% ($n = 93$) referem a realização de trabalhos para a unidade curricular. Um por cento dos participantes ($n = 2$) mencionaram, ainda, outros motivos, como por exemplo, tirar apontamentos e descarregar documentos de apoio à aula.

Em relação à utilização das TIC em contexto de sala de aula para fins não académicos verificou-se que 28.9% ($n=58$) dos participantes referem utilizar apenas em 25% a 50% das aulas, 28.4% ($n = 57$) em 1% a 25% das aulas, 24.4% ($n=55$) utilizou em 50% a 75% das aulas e 17.9% ($n=36$) utilizou em 75% a 100% das aulas. Noventa e três vírgula cinco por cento ($n = 188$) dos participantes afirma ter utilizado o telemóvel durante as aulas para fins não académicos, 5.5% ($n = 11$) utilizou o computador e apenas 0.5% ($n = 1$) utilizou a *tablet*. No que concerne aos motivos da utilização das TIC durante as aulas para fins não académicos, verificou-se 78.1% ($n = 157$) utilizou as TIC para navegar nas redes sociais, 67.2% ($n = 135$) para trocar mensagens, 57.7% ($n = 116$) para trocar mensagens em *chats* nas redes sociais, 44.3% ($n = 89$) para fazer pesquisas no google. Foram ainda identificados outros motivos para a utilização das TIC durante as aulas para fins académicos como por exemplo, utilização de aplicações relacionadas com o futebol, consulta de compromissos, jogar jogos, ver as horas, notícias, piadas, ler livros, navegar no *Youtube*, ver a *Netflix*. Neste sentido, foram questionados os motivos que levam à utilização das TIC em contexto de sala de aula para fins não académicos e apurou-se que 70.1% ($n = 141$) afirmou que estava aborrecido, 58.8% ($n = 117$) justificou-

se com o facto de estar a ter uma conversa com um/a amigo/a e/ou namorado/a, 38.3 ($n = 77$) utilizou as TIC de modo a que a aula passasse mais depressa, 30.8% ($n = 62$) justificou que não estava interessado na matéria da aula, 20.4 % ($n = 41$) estavam interessados em saber das novidades das redes sociais, apenas 6.5% ($n = 13$) afirmou que queria estar *online*. Dois por cento ($n = 4$) dos participantes identificaram outros motivos como por exemplo: a professora não estava a falar da matéria, por motivos familiares, situações urgentes e/ou por passatempo.

Foi ainda averiguando que 65.2% ($n = 131$) dos participantes deixava o telemóvel em silêncio na sala de aula, 33.3% ($n = 67$) deixava o telemóvel em modo vibrar e 1% ($n = 2$) optavam por deixar o telemóvel em modo de avião.

Verificou-se que 75.1% ($n = 151$) dos participantes afirmou que a utilização das TIC por parte dos colegas em contexto de sala de aula foi-lhes indiferente, 13.9% ($n = 28$) demonstrou que essa utilização suscitava a sua própria vontade para utilizar as TIC e 10.4% ($n = 21$) asseguraram que essas utilizações os distraíram.

Por fim analisou-se o uso problemático da internet, constatando-se que 52.7% ($n = 91$) dos participantes apresenta um uso problemático moderado de internet, 45.3% ($n = 92$) dos participantes não utiliza a internet de forma problemática e 2% ($n = 4$) dos participantes apresentam um uso problemático de internet elevado.

Objetivo 2: Comparar jovens com uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet ao nível da caracterização do desempenho académico

Foi realizado o teste *t-student* para comparar variáveis da caracterização do desempenho académico dos jovens universitários em função dos indicadores de uso problemático de internet, mais especificamente: nível de escolaridade, gosto pelo curso, perceção de atenção/concentração, utilização das TIC para o estudo, utilização das TIC durante o contexto de sala de aula para fins académicos e não académicos, perceção dos estudantes sobre se as TIC são prejudiciais ao seu desempenho académico e a perceção do desempenho académico.

A análise efetuada permite, apenas, verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre jovens que fazem um uso problemático moderado de internet e jovens que não fazem uso problemático de internet ao nível das variáveis “perceção de atenção/concentração durante as aulas” [$t(193) = -2.356, p = .019$] e “perceção de que as TIC

terão sido prejudiciais ” [$t(193) = -2.680, p = .008$]. Mais especificamente verifica-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam menor atenção/concentração nas aulas ($M = 2.95, DP = .785$) do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 2.71, DP = .593$); constata-se também que os jovens que fazem uso problemático moderado de internet têm maior percepção de que a utilização das TIC são prejudiciais ao seu desempenho académico ($M = 1.58, DP = .496$) comparativamente aos jovens que não apresentam indicadores de uso problemático de internet ($M = 1.76, DP = .431$). Os resultados podem ser consultados com mais detalhe na Tabela 1.

Tabela 1

Comparação de médias entre jovens com e sem indicadores de uso problemático moderado de internet considerando variáveis da caracterização do desempenho académico (t-student para amostras independentes)

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	Intervalo de Confiança 95%	
								Inferior	Superior
Nível de escolaridade que frequenta	Não há uso problemático de internet	91	1.05	.229	-1.249	195	.213	.005	.520
	Uso problemático de internet moderado	106	1.10	.306					
Recorreu as TIC enquanto estudava	Não há uso problemático de internet	91	1.01	.105	.101	194	.919	-.027	.030
	Uso problemático de internet moderado	105	1.01	.098					
Percentagem da utilização de Informação e Comunicação durante as aulas para fins não académicos	Não há uso problemático de internet	91	2.19	1.14	-1.827	194	0.69	-.582	.022
	Uso problemático de internet moderado	105	2.47	1.00					
Percentagem da utilização de Informação e Comunicação durante as aulas para fins académicos	Não há uso problemático de internet	91	2.67	1.13	.024	194	.981	-.299	.307
	Uso problemático de internet moderado	105	2.67	1.02					

Influência da utilização das tecnologias de informação e comunicação por parte dos colegas em contexto de sala de aula	Não há uso problemático de internet	91	1.26	.593					
	Uso problemático de internet moderado	105	1.46	.785	-1.960	190	.051	-.388	.001
Percepção do desempenho académico	Não há uso problemático de internet	91	2.85	.734					
	Uso problemático de internet moderado	105	2.80	.765	.327	194	.744	-.177	.247
Caracterização da atenção/ Concentração	Não há uso problemático de internet	91	2.71	.704					
	Uso problemático de internet moderado	104	2.95	.702	-2.356	193	.019*	-.437	-.039
Percepção se as utilizações das TIC foram prejudiciais	Não há uso problemático de internet	91	1.76	.431					
	Uso problemático de internet moderado	105	1.58	.496	2.680	193	.008*	.047	.308

* $p < .050$

Objetivo 3: Comparar jovens com uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet ao nível da comunicação parento-filial

Foi realizado o teste *t-student* para amostras independentes com vista a comparar jovens com o uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet ao nível da comunicação parento-filial. A análise efetuada permite, apenas, verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre jovens que fazem um uso problemático moderado de internet e jovens que não fazem uso problemático de internet ao nível do resultado total da escala COMPA-AE-versão pai [$t(172) = 2.055, p = .041$], mais especificamente verifica-se que os jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam uma menor comunicação parento-filial ($M = 3.06, DP = .782$) do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 3.32, DP = .902$). Verificam-se, também, diferenças estatisticamente significativas ao nível da dimensão expressão de afeto e apoio emocional do COMPA-AE-versão Pai [$t(174) = 2.378, p = .019$], mais especificamente verifica-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet percebem

menor expressão de afeto e apoio emocional em relação ao pai ($M = 3.15$, $DP = .962$) comparativamente aos jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 3.50$, $DP = 1.019$). Ainda, regista-se uma diferença com significância estatística ao nível da dimensão padrão de comunicação negativa relativamente ao pai [$t(174) = 2.924$, $p = .004$], mais especificamente verifica-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam um maior padrão de comunicação negativa em relação ao pai ($M = 3.73$, $DP = .782$) do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 3.95$, $DP = .648$).

No que diz respeito à escala COMPA-AE – versão mãe, verifica-se uma diferença estatisticamente significativa no resultado global, [$t(191) = 2.100$, $p = .037$], mais especificamente, verifica-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam uma menor comunicação parento-filial em relação a mãe ($M = 3.73$, $DP = .782$) do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 3.95$, $DP = .648$). Constata-se, ainda, uma diferença com significância estatística na dimensão expressão de afeto e apoio emocional [$t(188) = 2.776$, $p = .006$], mais especificamente, verifica-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet percebem menor expressão de afeto e apoio emocional em relação a mãe ($M = 3.92$, $DP = .980$) do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 4.26$, $DP = .706$). Ainda, verificou-se que jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam um maior padrão de comunicação negativa em relação a mãe [$t(192) = 3.628$, $p = .000$; $M = 3.30$, $DP = .797$] do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet ($M = 3.70$, $DP = .716$). Os resultados podem ser consultados com mais detalhe na Tabela 2.

Tabela 2

Comparação de médias entre jovens com e sem indicadores de uso problemático moderado de internet considerando a escala COMPA-AE (t-student para amostras independentes)

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	Intervalo de Confiança 95%	
								Inferior	Superior
COMPA-AE Versão PAI									
Total COMPA-AE-Pai	Não há uso problemático de internet	76	3.32	.902	2.055	172	.041*	.010	.515
	Uso problemático de internet moderado	98	3.06	.782					

Confiança / Partilha dos pais para os filhos	Não há uso problemático de internet	77	3.50	1.012	.804	174	.423	-.164	.390
	Uso problemático de internet moderado	99	3.38	.851					
Confiança / Partilha dos filhos para os pais	Não há uso problemático de internet	76	2.68	1.059	1.770	172	0.78	-.030	.547
	Uso problemático de internet moderado	98	2.42	.867					
Expressão de afeto e apoio emocional	Não há uso problemático de internet	77	3.50	1.019	2.378	174	.019*	.061	.653
	Uso problemático de internet moderado	99	3.15	.962					
Padrões de Comunicação negativa	Não há uso problemático de internet	77	3.64	.817	2.924	174	.004*	.118	.609
	Uso problemático de internet moderado	99	3.27	.820					
COMP-AE Versão MÃE									
Total COMP-AE-Mãe	Não há uso problemático de internet	88	3.95	.648	2.100	191	.037*	.013	.426
	Uso problemático de internet moderado	105	3.73	.782					
Confiança / Partilha dos pais para os filhos	Não há uso problemático de internet	88	4.03	.785	1.184	192	.238	-.095	.380
	Uso problemático de internet moderado	106	3.89	.874					
Confiança / Partilha dos filhos para os pais	Não há uso problemático de internet	88	3.68	.877	.738	191	.461	-.165	.363
	Uso problemático de internet moderado	105	3.58	.977					
Expressão de afeto e apoio emocional	Não há uso problemático de internet	88	4.26	.706	2.776	188	.006*	.098	.576

	Uso problemático de internet moderado	106	3.92	.980					
Padrões de Comunicação negativa	Não há uso problemático de internet	88	3.70	.716	3.628	192	.000*	.184	.613
	Uso problemático de internet moderado	106	3.30	.797					

* $p < .050$

Objetivo 4: Comparar jovens que consideram que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho acadêmico e jovens que não têm esta percepção, em termos da preferência pela interação social *online*, da regulação do humor, dos resultados negativos e da autorregulação deficiente (fatores da escala EUGIP2)

Foi realizado o teste *T-student* para comparar os valores médios do total da escala EUGIP2 e os seus fatores de primeira ordem em função da percepção dos participantes sobre se a utilização das TIC terá sido ou não prejudicial ao seu desempenho acadêmico (cf. Tabela 3). A análise efetuada permite verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas ao nível do resultado total da escala EUGIP2 [$t(194) = 4.002, p = .000$], mais especificamente, os indivíduos que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico apresentaram maior uso problemático de internet ($M = 3.08, DP = 1.108$) do que os indivíduos que não consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico ($M = 2.48, DP = .926$).

Verificou-se, também, que os indivíduos que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico apresentavam maior necessidade de regulação de humor [$t(198) = 2.402, p = .017; M = 4.20, DP = 1.675$] do que os indivíduos que não consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico ($M = 3.62, DP = 1.560$). Também no fator relativo aos resultados negativos se verifica que os jovens que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico apresentavam maiores resultados negativos [$t(194) = 4.369, p = .000; M = 3.08, DP = 1.396$] do que os indivíduos que não consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico ($M = 2.29, DP = 1.081$). Por fim, verifica-se que houve diferenças significativas no fator relativo à deficiência da autorregulação [$t(100) = 3.528, p = .001$], mais especificamente, os indivíduos que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico apresentavam uma maior deficiência na autorregulação ($M = 2.39, DP = 1.302$) do que os indivíduos que não

consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho acadêmico ($M = 1.75$, $DP = .951$).

Tabela 3

T-student para a escala EUGIP2 em função da percepção dos participantes sobre se a utilização das TIC terá sido prejudicial ao seu desempenho acadêmico

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	Intervalo de Confiança 95%	
								Inferior	Superior
Total EUGIP2	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	3.08	1.108	4.002	194	.000*	.303	.895
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	130	2.48	.926					
Interação Social	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	2.66	1.423	.778	198	.438	-.252	.580
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	2.49	1.392					
Regulação do Humor	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	4.20	1.675	2.402	198	.017*	.103	1.052
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	3.62	1.560					
Resultados Negativos	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	3.08	1.396	4.369	194	.000*	.433	1.146
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	130	2.29	1.081					
Deficiência na Autorregulação	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	2.39	1.302	3.528	100	.001*	-.278	.992
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	1.75	.951					

* $p < .050$

Objetivo 5: Analisar a relação entre a percepção que os jovens têm sobre se as TIC prejudicaram o seu desempenho acadêmico e a percepção sobre o próprio desempenho acadêmico com o uso problemático de internet para fins não acadêmicos e a comunicação parento-filial.

Foi realizado uma correlação bivariada para compreender a relação da percepção de que as TIC prejudicaram o desempenho acadêmico e a percepção dos jovens universitários sobre o seu próprio desempenho acadêmico com o uso problemático de internet para fins acadêmicos e a comunicação parento-filial. Os resultados estatisticamente significativos sugerem a existência de (cf. Tabela 4):

- Correlação fraca, em sentido negativo, entre a percepção de que as TIC foram prejudiciais ao desempenho acadêmico e a percepção do próprio desempenho acadêmico ($r = -.208$, $p = .003$), mais especificamente quando existe a percepção de que as TIC foram prejudiciais, menor é a percepção de um bom desempenho acadêmico;
- Correlação fraca e positiva ($r = .276$, $p = .000$) entre o total da escala EUGIP2 e a percepção dos jovens universitários de que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho acadêmico, ou seja, quando existe um uso problemático de internet para fins acadêmicos, verifica-se que os jovens percebem a utilização das TIC como prejudiciais para o seu desempenho acadêmico;
- Correlação fraca e positiva ($r = .168$, $p = .017$) entre o fator de regulação de humor da escala EUGIP2 e a percepção dos estudantes universitários de que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho acadêmico, ou seja, quando existem problemas na regulação do humor dos participantes, verifica-se que os mesmos percebem que as TIC foram prejudiciais;
- Correlação média e positiva ($r = .299$, $p = .000$) entre o fator de resultados negativos do EUGIP2 e a percepção dos estudantes universitários de que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho acadêmico; isto significa que quando os jovens universitários apresentam resultados negativos do uso problemático de internet, percebem a utilização das TIC como prejudicial para fins acadêmicos;
- Correlação fraca positiva ($r = .268$, $p = .000$) entre o fator de deficiência na autorregulação e a percepção dos estudantes universitários de que as TIC foram prejudiciais ao seu desempenho acadêmico, no sentido em que os jovens universitários que apresentam uma

deficiência na autorregulação consideram que a utilização das TIC é prejudicial para o seu desempenho acadêmico.

Tabela 4

Correlações entre a percepção de que as TIC prejudicam o desempenho acadêmico e a percepção sobre o próprio desempenho acadêmico com o uso problemático de internet para fins não acadêmicos (EUGIP2) de jovens universitários

		N	M	DP	t	df	Sig.	Intervalo de Confiança 95%	
								Inferior	Superior
Total EUGIP2	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	3.08	1.108	4.002	194	.000*	.303	.895
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	130	2.48	.926					
Interação Social	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	2.66	1.423	.778	198	.438	-.252	.580
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	2.49	1.392					
Regulação do Humor	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	4.20	1.675	2.402	198	.017*	.103	1.052
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	3.62	1.560					
Resultados Negativos	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	3.08	1.396	4.369	194	.000*	.433	1.146
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	130	2.29	1.081					
Deficiência na Autorregulação	Utilização das TIC foram prejudiciais	66	2.39	1.302	3.528	100	.001*	-.278	.992
	Utilização das TIC não foram prejudiciais	134	1.75	.951					

** Correlação significativa ao nível de $p < .010$

* Correlação significativa ao nível de $p < .050$

Relativamente à relação entre a percepção de que as TIC prejudicaram o desempenho académico e a percepção dos jovens universitários sobre o seu desempenho académico com a comunicação parento-filial, não se registaram correlações estatisticamente significativas (cf. Tabela 5).

Tabela 5

Correlações entre a percepção de que as TIC prejudicam o desempenho académico e a percepção sobre o próprio desempenho académico com a comunicação parento-filial (COMPA-AE) de jovens universitários

COMPA-AE-Versão Pai						
		Total COMPA-AE- Pai	COMPA-AE-Pai-Confiança pais filhos	COMPA-AE-Pai-Confiança filhos pais	COMPA-AE-Pai-Expressão de afeto	COMPA-AE-Pai-Comunicação negativa
As utilizações das TIC são prejudiciais ao desempenho académico	<i>R</i>	-.070	-.001	-.058	-.100	-.127
	<i>Sig.</i>	.355	.988	.445	.183	.090
	<i>N</i>	176	179	176	179	179
Perceção do desempenho académico	<i>r</i>	.040	.022	.066	-.001	.088
	<i>Sig.</i>	.598	.775	.383	.988	.242
	<i>N</i>	176	179	176	179	179
COMPA-AE-Versão Mãe						
		Total COMPA-AE- Mãe	COMPA-AE-Mãe-Confiança pais filhos	COMPA-AE-Mãe-confiança filhos pais	COMPA-AE-Mãe-Expressão de afeto	COMPA-AE-Mãe-Comunicação negativa
As utilizações das TIC são prejudiciais ao desempenho académico	<i>r.</i>	.002	-.023	.009	-.067	.084
	<i>Sig.</i>	.973	.747	.901	.352	.239
	<i>N</i>	196	197	196	197	197

Percepção do desempenho académico	<i>r</i>	-.007	.059	-.002	-.042	-.008
	<i>Sig.</i>	.917	.411	.973	.555	.912
	<i>N</i>	196	197	196	197	197

** *Correlação significativa ao nível de $p < 0.10$;*

* *Correlação significativa ao nível de $p < 0.50$*

Discussão dos resultados

O presente estudo pretende descrever e analisar a relação entre a utilização das TIC, a comunicação parento-filial e o desempenho académico numa amostra de estudantes do ensino superior. Atendendo aos resultados obtidos, seguidamente far-se-á uma análise e discussão fundamentada dos mesmos, de acordo com os objetivos específicos estabelecidos para o presente estudo.

Ao descrevermos a utilização que os jovens universitários fazem das TIC, verificou-se que 50% a 75% das vezes os jovens utilizam-nas para fins académicos no contexto de sala de aula e 25% a 50% das vezes para fins não académicos (em contexto de sala de aula). Quando questionados sobre qual a TIC mais utilizada, tanto para fins académicos como não académicos, o telemóvel foi o mais referido para ambos os fins, mas realça-se que, para fins não académicos, a percentagem de utilização do telemóvel é superior em comparação à utilização para fins académicos. Este resultado é congruente com Patrão e Pontes (2014) que referem que o telemóvel é um meio mais populares entre os jovens, visto que é prático para navegar na internet e manter contacto com os pares.

No presente estudo, os jovens referem utilizar as TIC (para fins não académicos) em contexto de sala de aula sobretudo para navegar nas redes sociais. Segundo Arnett (2013, 2014), as interações que ocorrem através dos conteúdos partilhados nas redes sociais, possibilitam aos jovens a afirmação da identidade, passagem de informação sobre quem são e como querem ser vistos pelos outros e, ainda, partilhar as suas opiniões. A troca de mensagens é a segunda finalidade mais referida no presente estudo e, mais uma vez, Arnett (2014) refere que as mensagens de texto ocupam um lugar importante no quotidiano desta geração, porque permitem conexão constante às pessoas que consideram ser mais importantes para si. A troca de mensagens em *chats* nas redes sociais é a terceira motivação mais referida pelos participantes deste estudo no sentido de justificar a utilização das TIC para fins não académicos, corroborando os resultados de Subrahmanyam, Reich, Waechter e Espinosa (2008) que

constatarem que os adultos emergentes utilizam a internet, especialmente as redes sociais, para se conectarem com amigos e familiares.

Assim, os resultados do presente estudo sugerem que a utilização das TIC para fins não académicos em contexto de sala de aula é motivada, sobretudo, pela necessidade do jovem em estabelecer contacto/conexão com o exterior, seja por via das redes sociais ou pela troca de mensagens escritas. A existência das TIC, particularmente o telemóvel, facilita, assim, a quebra de fronteiras e limites entre o espaço de aprendizagem e o espaço de lazer. Estes dados vão de encontro ao estudo de Patrão e Pontes (2014), que sugerem uma maior tendência por parte dos jovens para recorrer a aplicações de natureza social que permitam (1) acesso às redes sociais e pesquisa de informação geral, (2) serviços de e-mail e (3) chats de conversação.

Um resultado alarmante do presente estudo diz respeito ao facto de cerca de metade da amostra apresentar indicadores de uso problemático moderado de internet. De acordo com Pontes e colaboradores (2016), o uso excessivo da internet refere-se ao grau em que a atividade *online* excede o que é considerado normal, estando muitas vezes relacionado com falta de controlo do impulso por parte dos jovens. O estudo de Tokunaga (2014) sugere que o uso problemático da internet por parte de estudantes do ensino superior tende a traduzir-se em dificuldades nas relações familiares, nas amizades e nas responsabilidades académicas e/ou profissionais. Efetivamente, no presente estudo verificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre jovens com uso problemático moderado de internet e jovens sem indicadores de uso problemático de internet considerando algumas variáveis de caracterização do desempenho académico. Verificou-se que os jovens que fazem um uso problemático de internet apresentam menor atenção/concentração nas aulas em comparação com os jovens que não fazem qualquer uso problemático da internet; constatou-se também que os jovens que têm um uso problemático de internet, têm uma maior perceção de que a utilização das TIC é prejudicial ao seu desempenho académico em comparação aos jovens que não apresentam indicadores de uso problemático de internet. Estes resultados corroboram, assim, diversos estudos (e.g., Carcelén García et al., 2019; Tokunaga, 2014; Uğur & Koç, 2015) que sugerem que o uso exagerado dos aparatos tecnológicos de acesso à internet em contexto de sala de aula interfere com o desempenho académico. Ainda assim, segundo Carcelén García e colaboradores (2019), os jovens parecem tornar-se cada vez mais conscientes sobre os efeitos negativos do uso do telemóvel em contexto de sala de aula, tendo a noção de que os telemóveis os podem distrair, conduzindo a uma menor concentração.

Esperava-se que variáveis como a média do primeiro semestre, o gosto pelo curso e a utilização das TIC para fins académicos e não académicos apresentasse diferenças em função do uso problemático de internet, algo que não se verificou no presente estudo. De acordo com Oliveira e Santos (2006) a média expressa apenas de forma parcial (e não real e absoluta) o desempenho académico do aluno, o que poderá explicar, em parte, porque motivo não se registou uma variação significativa da média de curso quando comparados os grupos de jovens com indicadores moderados de uso problemático de internet e jovens sem esses indicadores. Além disto, há que considerar também a forma como foi calculada a média do primeiro semestre dos participantes do estudo, tendo sido apenas as notas das unidades curriculares aprovadas. Em relação à utilização das TIC para fins académicos e não académicos, a literatura indica que as TIC podem ter um impacto positivo, mas também negativo nas aprendizagens dos alunos (Carcelén García et.al., 2019; Corbeil & Valdes-Corbeil, 2007; Yunita et.al., 2018). Importa referir que os estudantes que consideram que o uso do telemóvel tem repercussões negativas sobre o seu desempenho académico, obriga-os a dedicarem-se mais ao tempo de estudo fora do contexto escolar, desta forma poderá ser por tais razões que não foram encontradas diferenças significativas.

Ao comparar-se a comunicação parento-filial de jovens com uso problemático moderado de internet e jovens que não apresentavam esses indicadores, verificou-se que os primeiros apresentam uma menor comunicação parento-filial, tanto ao relação ao pai como em relação à mãe, comparativamente aos segundos. Ao analisar-se mais detalhadamente estas diferenças, constatou-se que os jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam menor expressão de afeto e apoio emocional em relação ao pai e à mãe e um maior padrão de comunicação negativa em relação ao pai e à mãe. A literatura (e.g., Parra et al., 2015) demonstra que a relação entre pais e filhos que se encontram na etapa da adultez emergente sofre alterações com o objetivo de permitir as devidas adaptações aos desafios individuais e familiares. A comunicação parento-filial, por exemplo, é uma dimensão que tende a tornar-se mais horizontal do que vertical (e.g., Portugal, et al., 2019), uma vez que o poder na relação pais-filhos passa a distribuir-se de forma mais paritária. Apesar de esta alteração ser considerada normativa, alguns estudos (e.g., Tokunaga, 2014; Barrie et al., 2019; Uğur & Koç, 2015) também relevam que o uso problemático de internet, não só interfere com o desempenho académico, como também com as dinâmicas familiares. O estudo Barrie e colaboradores (2019) concluiu que os pais afirmam que o uso das TIC interfere no funcionamento saudável da família,

sendo que estes acreditam que as TIC prejudicam o tempo de qualidade da família, ocorrendo assim um clima de tensão, uma vez que os adultos emergentes priorizam o contacto através da tecnologia em detrimento do contacto cara-a-cara. Estas evidências justificam, então, que no presente estudo os jovens com indicadores de uso problemático moderado de internet apresentem uma comunicação menos afetuosa e mais conflituosa com ambas as figuras parentais.

Ao analisarmos os fatores da escala EUGIP2 em função da percepção que os jovens têm sobre se a utilização das TIC terá sido prejudicial ao seu desempenho académico, apurou-se que os jovens que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho apresentavam um maior uso problemático de internet do que os jovens que não consideravam que as TIC tivessem sido prejudiciais ao seu desempenho. Mais especificamente, verificou-se que quem considerou que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho académico apresenta (a) maiores necessidades de regulação de humor (motivação para utilizar a internet como regulador de estados de humor), (b) pontuações mais elevadas no fator resultados negativos (padrões obsessivos de pensamento que envolvem a utilização da internet) e (c) uma maior deficiência na autorregulação (falha na auto-monitorização do uso de internet), comparativamente aos jovens universitários que não consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho académico. Neste sentido, o estudo de Uğur e Koç (2015) constatou que os estudantes do ensino superior mostram-se conscientes das desvantagens do *phubbing* (isto é, ato de um indivíduo num ambiente social, olhar para o seu telemóvel, em vez de prestar atenção ao que o rodeia), indicando que acabam por se distrair das aulas e que tal aspeto condiciona o seu desempenho académico, o que vai ao encontro dos resultados do presente estudo, pois os estudantes que têm maiores índices de uso problemático de internet mostram-se conscientes de que a utilização das TIC é prejudicial ao seu desempenho académico, apresentando resultados elevados na regulação de humor, nos resultados negativos e na deficiência da autorregulação.

Quando se analisa a relação entre a percepção de que as TIC prejudicaram o desempenho académico e a percepção sobre o próprio desempenho académico de jovens universitários com a comunicação parento-filial e o uso problemático de internet para fins académicos, constata-se que quando os jovens têm uma percepção de que as TIC foram prejudiciais, menor é a percepção de que têm um bom desempenho académico. Verifica-se, ainda que quanto maior é o uso problemático de internet, mais os jovens percecionam a utilização das TIC como sendo

prejudiciais para o seu desempenho académico. Por sua vez, quanto mais elevada a pontuação nos problemas relativos à regulação do humor, nos resultados negativos e na autorregulação deficiente, mais os jovens tendem a perceber as TIC como tendo sido prejudiciais para o seu desempenho académico. Neste sentido, segundo Pontes e colaboradores (2016) vários, estudos têm identificado problemas de natureza psicossocial associados ao uso problemático da internet, nomeadamente o aumento da ansiedade social, níveis elevados de depressão, dificuldades na atenção e desordem de hiperatividade, baixos níveis de satisfação no funcionamento familiar e satisfação com a vida, aumento da solidão no contexto educacional, aumento de fragilidades emocionais e aumento de comportamentos aditivos.

Em relação à percepção de que as TIC prejudicaram o desempenho académico e a percepção dos jovens universitários sobre o seu próprio desempenho académico com a comunicação parento-filial não se verificou qualquer correlação estatisticamente significativa. Tal resultado pode estar associado ao facto da etapa de desenvolvimento em que os jovens se encontram e o seu relacionamento com os seus pais, pois ocorre algumas transformações no relacionamento pais-filhos: os pais deixam de assumir o papel de monitorização constante do comportamento dos filhos (e.g., realização de tarefas domésticas, controlo sobre o desempenho académico), o que parece conduzir a uma relação mais amigável, mais aberta, regida pelo respeito mútuo (Arnett, 2013.) Também pode estar associado ao facto de que ocorrem menos interações conflituosas entre pais e filhos, prevalecendo uma relação parento-filial mais simétrica (Parra et.al, 2015).

Conclusão

O presente estudo tinha como público-alvo os adultos emergentes, que apresentam várias características próprias do seu estágio de desenvolvimento, nomeadamente: exploração de identidade, instabilidade, autocentração, sensação de que se está em um período de transição e percepção de diversas possibilidades (Arnett, 2000). Trata-se de uma etapa do desenvolvimento em que, para além das transformações a nível individual, registam-se transformações de cariz familiar, mais particularmente na relação entre pais e filhos (Parra et al., 2015; Vangelisti, 2004).

Uma das tarefas normativas desta etapa de desenvolvimento consiste na entrada no ensino superior (Arnett, 2005, 2014). Esta transição acarreta um conjunto de tarefas normativas, implicando o ajuste a novos ritmos e estratégias face aos novo sistema de ensino e avaliação

(Almeida et al., 2000), sendo que o desempenho académico se torna uma faceta mais visível do sucesso ou insucesso do aluno (Almeida et al., 2000). Outra das características desta nova geração diz respeito ao uso massificado das TIC (Arnett, 2014), devido à sua presença constante nas suas vidas (Barrie et al., 2019), que nem sempre cumprem uma finalidade positiva na vida dos jovens adultos, podendo conduzir ao aumento de problemas de dependência tecnológica (Savci & Aysan, 2017), nomeadamente o uso excessivo da internet.

A realização do presente estudo permitiu identificar quais as TIC mais utilizadas em contexto de sala de aula pelos jovens, quer para fins académicos, como para fins não académicos, evidenciando também as motivações inerentes a esta procura. Destaca-se a importância que a conexão com o outro por via digital ocupa na vida dos jovens, satisfazendo uma necessidade individual típica desta fase de desenvolvimento, mas colocando em causa o desempenho académico. Genericamente, com os resultados do presente estudo sugerem que: a) os jovens que fazem um uso problemático de internet apresentam menor atenção/concentração nas aulas e têm uma maior perceção de que a utilização das TIC são prejudiciais ao seu desempenho académico em comparação com os jovens que não fazem qualquer uso problemático da internet; b) os jovens que fazem um uso problemático moderado de internet apresentam uma pior perceção de comunicação parento-filial do que os jovens que não fazem qualquer uso problemático de internet, seja em relação a mãe ou o pai; c) os jovens que consideram que as TIC foram prejudiciais para o seu desempenho académico apresentavam um maior uso problemático de internet do que os jovens que não consideravam que as TIC tivessem sido prejudiciais ao seu desempenho académico; d) quando existe um uso problemático de internet, verifica-se que os jovens percecionam a utilização das TIC como prejudiciais para o seu desempenho académico; e) não se verificou qualquer relação entre a perceção de que as TIC prejudicaram o desempenho académico e a perceção dos jovens universitários sobre o seu desempenho académico com a comunicação parento-filial.

Apesar dos contributos referidos, o presente estudo apresenta algumas limitações, nomeadamente: (a) a forma como foi calculada a média dos participantes, ou seja, apenas foram consideradas as unidades curriculares às quais os estudantes obtiveram aprovação, de modo que esta forma de cálculo poderá ter influenciado os resultados; (b) a recolha dos dados ter sido realizada de duas formas: formato de papel e lápis e formato *online*, o que pode ter dado origem a variações de resposta em função do formato; (c) algumas variáveis sociodemográficas não têm uma distribuição homogénea, como por exemplo o género (participaram no estudo mais

indivíduos do género feminino e do que do género masculino), o que fez com que não pudessem ser realizadas comparações atendendo ao género.

Considerando, quer as limitações identificadas, como os resultados obtidos o estudo, sugere-se que o futuro: (a) sejam aprofundados os resultados apresentados neste trabalho (e.g., analisar efeitos de moderação entre as variáveis); (b) procurar recolher também a perspetiva de pais e docentes sobre a utilização das TIC e a sua relação com o desempenho académico; (c) utilizar uma escala que avalie a adição e cruzar os dados, porque neste estudo apenas se analisou o uso problemático de internet, desta forma seria interessante estudar, também, se os jovens que fazem um uso problemático de internet têm algum problema de adição e relacionar esse aspeto com o desempenho académico e a comunicação parento-filial; e (d) realizar novas análises repensando a variável “média” obtida no curso.

Concluindo, pretendeu-se com este estudo fornecer um contributo empírico sobre a compreensão da utilização das TIC e a sua relação com o uso problemático de internet, a comunicação parento-filial e o desempenho académico. Pretendeu-se contribuir para as investigações sobre estas temáticas na área da educação, visto que cada vez mais o uso das TIC é massificado e afeta várias áreas como por exemplo: o desempenho académico, as relações familiar e conseqüentemente a vida dos jovens. Desta forma estes resultados podem ser úteis aos jovens adultos emergentes, aos dirigentes académicos, aos professores universitários e até aos pais, pois permite consciencializar sobre a atual realidade do uso massificado das TIC e como este uso acaba por influenciar outras áreas da vida dos adultos emergentes. Também estes resultados podem ajudar a repensar políticas educacionais sobre a utilização das TIC em contexto de sala de aula, tendo em consideração que quando as TIC são utilizadas para fins não académicos são prejudiciais.

Referências Bibliográficas

- Almeida, L. S., Soares, A. P. C., & Ferreira, J. A. G. (2000). Transição e adaptação à universidade: Apresentação de um questionário de vivências acadêmicas (QVA). *Psicologia*, 14(2), 189-208.
- Arnett, J. J. (2005). Emerging adult age: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.). *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington DC: American Psychological Association.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. doi:10.1037/0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2013). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach* (5th ed.). London: Pearson.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Baggio, S., Iglesias, K., Studer, J., & Gmel, G. (2015). An 8-item short form of the inventory of dimensions of emerging adulthood (IDEA) among young swiss men. *Evaluation & the Health Professions*, 38(2), 246-254. doi:10.1177/0163278714540681
- Barrie, C. K., Bartkowski, J. P., & Haverda, T. (2019). The digital divide among parents and their emerging adult children: Intergenerational accounts of technologically assisted family communication. *Social Sciences*, 8(83), 1-30. doi:10.3390/socsci8030083
- Carcelén García, S., Mera, M., & Irisarri, J. A. (2019). Mobile phone use by university students in Madrid: A management-based typology during times of learning. *Communication & Society*, 32(1), 199-211. doi:10.15581/003.32.1.199-211
- Corbeil, J. R., & Valdes-Corbeil, M. E. (2007). Are you ready for mobile learning?. *Educause Quarterly*, 30(2), 51.
- Coutinho, C. M. P. (2013). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática*. Coimbra: Almedina.
- Fincham, F. D. (2004). Communication in marriage. In A. L. Vangelisti (Ed.). *Handbook of family communication* (pp. 83-104). Mahwah: Erlbaum.

- Fingerman, K. L., Huo, M., Kim, K., & Birditt, K. S. (2017). Coresident and noncoresident emerging adult's daily experiences with parents. *Emerging Adulthood, 5*(5), 337-350. doi:10.1177/2167696816676583
- Frisén, A., Carlsson, J., & Wängqvist, M. (2014). "Doesn't everyone want that? It's just a given" Swedish emerging adult's expectations on future parenthood and work/family priorities. *Journal of Adolescent Research, 29*(1), 67-88. doi:10.1177/0743558413502537
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use, 10*(4), 191-197. doi:10.1080/146590500114359
- Gutiérrez-Puertas, L., Márquez-Hernández, V. V., São-Romão-Preto, L., Granados-Gómez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Aguilera-Manrique, G. (2019). Comparative study of nomophobia among spanish and portuguese nursing students. *Nurse Education in Practice, 34*, 79-84. doi:10.1016/j.nepr.2018.11.010
- Kukulska-Hulme, A. (2007). Mobile usability in educational contexts: what have we learnt?. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning, 8*(2), 1-16. doi: 10.19173/irrodl.v8i2.356
- Manago, A. M. (2015). Desenvolvimento de identidade na era digital: O caso de sites de redes sociais. *O manual de Oxford de desenvolvimento de identidade*. 508-524.
- Manning, W. D., Smock, P. J., Dorius, C., & Cooksey, E. (2014). Cohabitation expectations among young adults in the United States: Do they match behavior?. *Population Research and Policy Review, 33*(2), 287-305. doi:10.1007/s11113-013-9316-3
- Mendonça, M., Andrade, C., & Fontaine, A. M. (2009). Transição para a idade adulta e adultez emergente: Adaptação do questionário de marcadores da adultez junto de jovens portuguesas. *Psychologica, 51*(1), 147-168. doi:10.14195/1647-8606_51_10
- Naik, T. D., Kadam, Y. R., Patil, S. A., & Gore, A. D. (2017). Mobile phone use and excess use among junior college students: A cross-sectional study. *International Journal of Health & Allied Sciences, 6*(2), 113-117. doi:10.4103/ijhas.IJHAS_192_15
- Nilsen, A. (1998). Representações dos jovens acerca da vida adulta. Em M. D. Guerreiro (Eds.). *Trabalho, família e gerações: Conciliação e solidariedade* (pp. 139-143). Lisboa: CIES/ISCTE.

- Nunally, J. (1978). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill.
- Oliveira, K. L. D., & Santos, A. A. A. D. (2006). Compreensão de textos e desempenho acadêmico. *Psic: Revista da Vetor Editora*, 7(1), 19-27.
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2011). *Código deontológico da ordem dos psicólogos portugueses*. Obtido de https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/web_cod_deontologico_pt_revisao_2016.pdf
- Parra, A., Oliva, A., & Reina, M. C. (2015). Family relationships from adolescence to emerging adulthood: A longitudinal study. *Journal of Family Issues*, 36(14), 2002–2020. doi:10.1177/0192513X13507570
- Patrão, I., & Sampaio, D. (2016). *Dependências online: O poder das tecnologias*. Lisboa: FACTOR – Edições de Ciências Sociais, Forenses e da Educação.
- 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. doi:10.1016/j.chb.2016.06.015
- Pontes, H., & Patrão, I. (2014). An exploratory study on the perceived motivations underpinning excessive internet use among adolescents and young adults. *Psychology, Community & Health*, 3(2), 90–102. doi:10.5964/pch.v3i2.93
- Pordata (2019a). *Idade média ao primeiro casamento, por sexo*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%c3%a9dia+ao+primeiro+casamento++por+sexo-421>
- Pordata (2019b). *Idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%c3%a9dia+da+m%c3%a3e+ao+nascimento+do+primeiro+filho-805>
- Pordata (2019c). *Indivíduos com 16 e mais anos que utilizam computador e internet em % do total de indivíduos: Por nível de escolaridade mais elevado completo*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Indiv%c3%adduos+com+16+e+mais+anos+que+utilizam+computador+e+Internet+em+percentagem+do+total+de+indiv%c3%adduos+por+n%c3%advel+de+escolaridade+mais+elevado+completo-1141>
- Pordata (2019d). *Alunos matriculados no ensino superior: Total por subsistema e por tipo de ensino*. Retirado de <https://www.pordata.pt/Portugal/Alunos+matriculados+no+ensino+superior+total+>

- +por+subsistema+e+por+tipo+de+ensino-
1019https://www.pordata.pt/Portugal/Indiv%c3%aduos+com+16+e+mais+anos+q
ue+utilizam+computador+e+Internet+em+percentagem+do+total+de+indiv%c3%a
dduos+por+n%c3%advel+de+escolaridade+mais+elevado+completo-1141
- Portugal, A. P., Beja, M. J., Cunha, D., Camacho, F., Spínola, J., & Santos, A. (2019). Emerging adulthood and parent-child communication: A validation study with perception scale of parenting communication. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, *19*(2), 203-215.
- Reitzle, M. (2006). The connections between adulthood transitions and the self-perception of being adult in the changing contexts of east and west Germany. *European Psychologist*, *11*(1), 25-38. doi:10.1027/1016-9040.11.1.25
- Roblyer, M. D., & Doering, A. H. (2012). *Integrating educational technology into teaching* (6th ed.). Boston: Ally & Bacon.
- Rocha, A., Leles, C., & Queiroz, M. (2018). Fatores associados ao desempenho acadêmico de estudantes de nutrição no Enade. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, *99*(251), 74-94. doi:10.24109/2176-6681.rbep.99i251.3162
- Rosales-Huamani, J. A., Guzman-Lopez, R. R., Aroni-Vilca, E. E., Matos-Avalos, C. R., & Castillo-Sequera, J. L. (2019). Determining symptomatic factors of nomophobia in peruvian students from the national university of engineering. *Applied Sciences*, *9*(9), 2-17. doi:10.3390/app9091814
- Sneed, J. R., Johnson, J. G., Cohen, P., Gilligan, C., Chen, H., Crawford, T. N., & Kasen, S. (2006). Gender differences in the age-changing relationship between instrumentality and family contact in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, *42*(5), 787-797. doi:10.1037/0012-1649.42.5.787
- Sotero, L., Ferreira da Veiga, G. Carreira, D., Portugal, A. & Relvas, A. P. (2019). Facebook Addiction and Emerging Adults: The influence of sociodemographic variables, family communication, and differentiation of self. *Escritos de Psicología*, *12*, 81-92.
- Sotero, L., Pontes, H. M., Cunha, D., Portugal, A., & Relvas, A. P. (2019). Emerging adults and facebook use: The validation of the bergen facebook addiction scale (BFAS). *International Journal of Mental Health and Addiction*, *17*(2), 279-294. doi:10.1007/s11469-018-0018-2

- Subrahmanyam, K., Reich, S. M., Waechter, N., & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(6), 420-433. doi:10.1016/j.appdev.2008.07.003
- Tokunaga, R. S. (2014). A unique problem or the manifestation of a preexisting disorder? The mediating role of problematic internet use in the relationships between psychosocial problems and functional impairment. *Communication Research*, 41(4), 531-560. doi:10.1177/0093650212450910
- Traxler, J. (2009). Current state of mobile learning. In M. Ally (Eds.). *Mobile learning: Transforming the delivery of education and training* (pp. 9-24). Canadá: Athabasca University Press.
- Uğur, N. G., & Koç, T. (2015). Mobile phones as distracting tools in the classroom: College students perspective. *Alphanumeric Journal*, 3(2), 57-64. doi:10.17093/aj.2015.3.2.5000145549
- Yunita, A., Nursechafia, N., Setiawan, E., Nugroho, H., & Ramadhan, H. (2018). The relationship between mobile phone usage in classroom and academic achievement in college life. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (iJIM)*, 12(8), 96-103. doi:10.3991/ijim.v12i8.9530
- Zambianchi, M., & Ricci Bitti, P. E. (2014). The role of proactive coping strategies, time perspective, perceived efficacy on affect regulation, divergent thinking and family communication in promoting social well-being in emerging adulthood. *Social Indicators Research*, 116(2), 493–507. doi:10.1007/s11205-013-0307