



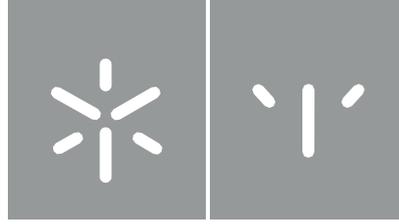
janeiro de 2023



Universidade do Minho
Escola de Psicologia

Noémia Gomes Jesus

***Cybervitimação, Stress
Percebido, Tempo na Internet
para Lazer e Adição à Internet***



Universidade do Minho
Escola de Psicologia

Noémia Gomes Jesus

***Cybervitimação, Stress Percebido, Tempo na
Internet para Lazer e Adição à Internet***

Dissertação de Mestrado em Psicologia
Aplicada

Trabalho realizado sob a orientação da
Professora Doutora Paula Cristina Martins

janeiro de 2023

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.



Atribuição- Não Comercial-Sem Derivações
CC BY-NC-ND

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

[Esta é a mais restritiva das nossas seis licenças principais, só permitindo que outros façam download dos seus trabalhos e os compartilhem desde que lhe sejam atribuídos a si os devidos créditos, mas sem que possam alterá-los de nenhuma forma ou utilizá-los para fins comerciais.]

Universidade do Minho, 16 de outubro de 2022

Noémia Gomes Jesus

(Noémia Gomes Jesus)

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

Universidade do Minho, 14/10/2022

Assinatura: Noémia Gomes Jesus

(Noémia Gomes Jesus)

Agradecimentos

Primeiramente, quero agradecer à professora doutorada Paula Cristina Martins por toda a ajuda e dedicação prestadas, sem esquecer a paciência extra atendida.

Nada disto podia acontecer sem o apoio da minha família, as palavras não vão chegar para agradecer, mas fica o gesto. Obrigada pela e motivação e pelos apoios dados quando o possível parecia impossível. Obrigada pelos momentos de descontração tidos, apesar de ser numa fase atribulada, criamos memórias bonitas. Obrigada a todos e a cada um.

À minha melhor amiga, Ana, por ter estado ao um lado quando eu mais precisava e quando eu pensava que não precisava. Por ajudar nas pequenas coisinhas que fazem a diferença, por ter a pachorra de me aturar, por arranjar soluções quando só criava problemas e por todas as outras coisas que são revelantes.

À Isadora e à Márcia pela ajuda psicológica dada, pelos pensamentos negativos que foram transformados em sorrisos e gargalhadas, pelos *overthinkings* que se tornam em pensamentos alternativos, pela motivação e pelos desalentos, e por tudo o resto que falta enumerar. Sem esquecer as conversas de descontração para programar o futuro (ir)realista.

À Maria Helena pelas conversas *online* que me ajudaram a descontrair quando mais precisa, a arranjar motivação extra para finalizar a dissertação, a incentivar nos momentos menos bons. Obrigada pelas ajudas dadas. Mesmo longe estavas perto.

Aos amigos da ilha, pelas palavras de apoio e motivação nas horas certas e pelos momentos de relaxamento passados.

Às amigas de Aveiro, que vou guardar sempre um carinho especial apesar da distância e do tempo, obrigada pelas conversas e incentivos.

Às colegas Ana Rita e Júlia pelo apoio emocional prestado quando mais precisa.

E por fim, mas não menos importantes, aos estudantes que responderam ao meu estudo, muito obrigada, a vossa ajuda foi imprescindível.

Cybervitimação, Stress Percebido, Tempo na Internet para Lazer e Adição à Internet

Resumo

A adição à *internet* é um problema aditivo e os estudantes universitários são os mais vulneráveis. Uma das causas para este comportamento é o tempo passado na *internet*, mas é importante discriminar o tempo na *internet*, como por exemplo, para lazer. A *cybervitimação* e o stress são fator a considerar, como componentes que podem desenvolver a adição à *internet*. No entanto, falta perceber se o tempo na *internet* para lazer é um moderador que influencia a adição à *internet*, através do efeito mediador do stress na relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*. Neste estudo, os estudantes universitários da Universidade do Minho com mais de 17 anos responderam a 3 questionários. Segundo os resultados, houve uma associação entre a adição à *internet* e o tempo na *internet* para lazer, mas não entre a adição à *internet*, a *cybervitimação* e o stress, nem foram verificados os efeitos de mediação e mediação moderador. Conclui-se que continua a ser pertinente estudar a adição à *internet*, nos estudantes universitários. Estudos futuros poderão abordar o tempo na *internet* por lazer conjugado com a adição à *internet*.

Palavras-chave: dependência da *internet*, vítimas de *cyberbullying*, horas online não-educacionais, stress percebido, alunos do ensino superior

Cybervictimization, Perceived Stress, Recreational Internet Time and Internet Addiction

Abstract

Internet addiction is an addictive problem and university students are the most vulnerable. One of the causes for this behavior is the time spent on the internet, but it is important to discriminate the time on the internet, for example, for recreation. Cybervictimization and stress are factors to consider, as components that can develop internet addiction. However, it remains to be seen whether time on the internet for recreation is a moderator that influences internet addiction, through the mediating effect of stress on the relationship between cybervictimization and internet addiction. In this study, university students from the University of Minho over 17 years old answered 3 questionnaires. According to the results, there was an association between internet addiction and time on the internet for recreation, but not between internet addiction, cybervictimization and stress, nor were the effects of mediation and moderator mediation verified. It is concluded that it is still relevant to study internet addiction in university students. Future studies may address time on the internet for leisure combined with internet addiction.

Keywords: internet addiction, cyberbullying victims, non-educational online hours, perceived stress, higher education students

Índice

| | |
|--|----|
| Agradecimentos | iv |
| Resumo | v |
| <i>Cybervitimação, Stress percebido, Tempo na Internet para Lazer e Adição à Internet</i> | 9 |
| <i>Adição à Internet e o Tempo na Internet para Lazer</i> | 10 |
| <i>Adição à Internet e o Stress Percebido</i> | 10 |
| <i>Adição da Internet e a Cybervitimação</i> | 11 |
| <i>Cybervitimação e o Stress Percebido</i> | 12 |
| Efeito Mediador Entre a <i>Cybervitimação, o Stress Percebido e a Adição à Internet</i> | 12 |
| Efeito Mediador e Moderador Entre a <i>Cybervitimação, o Stress Percebido, o Tempo Passado na Internet para lazer e a Adição à Internet</i> | 13 |
| Metodologia | 15 |
| Desenho do estudo | 15 |
| Participantes | 15 |
| Instrumentos | 17 |
| Procedimento | 18 |
| Análise Estratégica | 19 |
| Resultados | 20 |
| Estatística descritiva | 20 |
| Estatística Inferencial | 21 |
| Discussão | 24 |
| <i>Adição à Internet e Tempo na Internet para Lazer</i> | 25 |
| <i>Adição à Internet e o Stress Percebido</i> | 25 |
| <i>Adição à Internet e a Cybervitimação</i> | 26 |
| <i>Cybervitimação e o Stress Percebido</i> | 26 |
| Efeito Mediador Entre a <i>Cybervitimação, o Stress Percebido e a Adição à Internet</i> | 27 |
| Efeito Mediador e Moderador Entre a <i>Cybervitimação, o Stress Percebido, o Tempo Passado na Lazer Internet e a Adição à Internet</i> | 28 |

| | |
|----------------------------------|----|
| Limitações do Estudo | 29 |
| Implicações do Estudo | 30 |
| Conclusão | 31 |
| Referências Bibliográficas | 32 |
| Anexos | 44 |

Índice de figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1- O modelo de mediação moderado proposto | 14 |
|--|----|

Índice de tabelas

| | |
|---|----|
| Tabela 1- Análises descritivas das variáveis sociodemográficas | 16 |
| Tabela 2- Estatísticas Descritivas das Variáveis de Estudo | 20 |
| Tabela 3- Correlações de Spearman Para as Variáveis de Estudo | 22 |
| Tabela 4- Estudar o Efeito Mediador do Stress Percebido na Relação Entre a <i>Cybervitimação</i> e a Adição à <i>Internet</i> | 22 |
| Tabela 5- Estudar o Efeito Mediador e Moderador na Associação Entre a <i>Cybervitimação</i> e a Adição à <i>Internet</i> , Mediado Pelo Stress Percebido e Moderado Pelo Tempo na <i>Internet</i> por Lazer | 23 |

Lista de siglas e abreviaturas

| |
|---|
| QSD- Questionário Sociodemográfico |
| QCES- Questionário de <i>Cyberbullying</i> do Ensino Superior |
| IAT- <i>Internet Addiction Test</i> |
| QSP- Questionário do Stress Percebido |
| CV- <i>Cybervitimação</i> |
| Stress p.- Stress percebido |
| T. lazer- Tempo na <i>internet</i> para lazer |
| AI- Adição à <i>Internet</i> |
| IC- Intervalo de Confiança |

Cybervitimação, Stress percebido, Tempo na Internet para Lazer e Adição à Internet

A adição à *internet* pode ser definida pela utilização excessiva, incontrolável e compulsiva desta mesma (Block, 2008). Nos últimos tempos, a preocupação sobre este tema tem vindo a aumentar devido às suas consequências psicológicas, fisiológicas, académicas e sociais [e. g., Block, 2008; Derbyshire et al., 2013; Kerkhof et al., 2011; Wang et al., 2020]. Mais especificamente, ao nível psicológico, a adição à *internet* pode desenvolver depressão, stress, ansiedade e ideação suicida (Uddin et al., 2016; Ismail et al., 2020). Na vida profissional, pode provocar baixo rendimento académico (Demir & Kutlu, 2018) e no trabalho (Derbyshire et al., 2013). Em termos sociais, pode agravar os problemas nas relações interpessoais (Kerkhof et al., 2011). Posto isto, é pertinente analisar a adição à *internet* nos tempos atuais.

Os estudantes universitários estão mais vulneráveis aos problemas mentais e sociais provocados pela adição à *internet* (Kandell, 1998). Há diversas razões para esta vulnerabilidade, tais como, estes têm mais liberdade pessoal, mais fácil acesso à *internet* e passam muito tempo na *internet* de forma descontrolada (Young, 1998; Bakken et al., 2009; Byun et al., 2009). A prevalência da adição à *internet* a nível mundial ronda os 14.22% (Meng et al., 2022) mas pode chegar aos 85% nos estudantes universitários (Zenebe et al., 2021). Em Portugal, não existem muitos estudos que se dedicam à análise da prevalência da adição à *internet*. O estudo de Pontes e colegas (2014) verificou que a percentagem deste comportamento aditivo era de 3.4%. Apesar da percentagem ser abaixo da média mundial não deixa de ser preocupante. Atualmente, esta percentagem poderá ser mais elevada devido à sua acessibilidade e à necessidade de estar *online*. Assim sendo, o presente estudo analisou este problema nos estudantes universitários.

Uma das teorias que pode explicar o comportamento da adição à *internet* é a teoria do uso compensatório da *internet* (Kardefelt-Winther, 2014). Segundo esta teoria, os factores relevantes para o uso compulsivo da *internet* são as motivações e os antecedentes dos utilizadores. O aumento do risco do uso problemático é por usarem a *internet* para lidar com seus sentimentos negativos provocados por situações

stressantes. Assim, a utilização da *internet* pode ser uma estratégia de coping para lidar com os problemas da vida real (Kardefelt-Winther, 2014).

Adição à *Internet* e o Tempo na *Internet* Para Lazer

A frequência do uso da *internet* é maior nos estudantes universitários, sabendo que os estudantes com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos passam, em média, 32.2h e os estudantes entre os 25 e os 34 anos é de 35.8h (Com Score, 2012). Há diversas razões para os estudantes passarem muitas horas na *internet*, tais como, visitar sites de interesse e o acesso à *internet* de modo acessível e disponível (Bisen & Deshpande, 2018; Kowalski & Limber, 2007; Peker et al., 2012). Contudo, a adição à *internet* pode ser uma consequência da utilização excessiva da *internet* (Young, 1998). Neste sentido, o tempo passado na *internet* está relacionado com a adição à *internet* (Hoareau et al., 2021) e os indivíduos que passam mais tempo na *internet* apresentam maiores níveis de adição à *internet* (Anand et al 2018). Desta forma, o tempo e o uso excessivos podem predizer a adição à *internet* (Anand et al 2018). Um estudo realizado a estudantes universitários e a adolescentes verificou que estes dependem muito da *internet*, verificando que passam demasiado tempo na *internet* e a grande maioria dos estudantes, com menos de 26 anos, revelavam indícios de adição à *internet* (Silva, 2014).

Na vida estudantil, os estudantes universitários utilizam a *internet* tanto para atividades educacionais como não-educacionais. No entanto, são poucos os estudos que diferenciam o tempo na *internet* para lazer ou relacionado com o trabalho/universidade. O estudo de Li e colegas (2015) dividiu o tempo na *internet* três categorias, nas redes sociais, para trabalho/escola e outras atividades online. Contudo, este estudo foi qualitativo e não analisou a relação entre as diferentes atividades *online* e a adição à *internet*. Esta diferenciação poderá clarificar as associações entre os diversos tempos na *internet* e a adição à *internet*.

Adição à *Internet* e o Stress Percebido

O stress percebido pode ser definido como a confiança com que a pessoa lida com o stress, através da perceção da pessoa perante os eventos da vida como imprevisíveis desconfortáveis e stressores (Cohen et al.,1983; Lee, 2012). O stress está associado a diversos comportamentos. Mais especificamente, o tempo passado na

internet, este pode provocar problemas psicológicos, como, ansiedade, depressão e stress (Nassehi et al., 2016). Sendo que, quanto maior a dependência da *internet*, maior é a probabilidade de a pessoa desenvolver stress e depressão (Uddin et al., 2016). Desta forma, a adição à *internet* e o stress estão relacionados (Al-Gamal et al., 2014; Younes et al., 2016). A explicação para estas relações pode ser compreendidas pelo Modelo Transacional do Stress e do *Coping* (Lazarus & Folkman, 1984), em que o stress é um processo entre a pessoa e o ambiente, este vai se alterando ao longo do tempo e de acordo com as condições apresentadas. Sendo que, os vários estados de stress são criados pelas diferentes condições, produzindo consequências distintas (Lazarus e Folkman, 1984). Perante uma situação stressante, a pessoa pode focar-se na resolução do problema ou focar-se nas emoções (Lazarus & Folkman, 1984). A primeira está direcionada para alteração dos aspetos pertinentes da relação pessoa-ambiente, através do comportamento, esta estratégia é mais eficaz para lidar com o problema. Já a estratégia de *coping* relacionada com a emoção, a pessoa atua de forma emocional para tentar regular o stress, em vez de agir (Lazarus & Folkman, 1987). A forma como as emoções negativas são geridas influenciam os comportamentos das pessoas (Bandura & Locke, 2003), podendo originar comportamentos aditivos. O presente analisou o stress percebido nos estudantes universitários, sendo que a maioria dos estudos explora o stress e não a perceção do stress pela pessoa, e a sua associação à adição à *internet*.

Adição da *Internet* e a *Cybervitimação*

O *cyberbullying* é um comportamento agressivo (Hinduja & Patchin, 2008) que tem adquirido uma maior importância, por efeito das diversas associações negativas das suas causas e consequências (Tsaousis, 2016). Uma das definições para o *cyberbullying* é “*um ato agressivo e intencional feito por um indivíduo ou um grupo, através do uso de meios eletrónicos para contactar, repetidamente e ao longo do tempo, contra a vítima que não se consegue defender facilmente*” (Smith et al., 2008, p.376). Por consequente, as vítimas que sofrem de agressões online, tais como, insultos ou divulgação de imagens sem a autorização da própria, são caracterizadas como vítimas do comportamento de *cyberbullying*. Assim sendo, a *cybervitimação* está relacionado com o tempo passado na *internet* (Ngo et al., 2020) pois estes apresentam mais tempo livre e escapam à rotina difícil, através da utilização da *internet*, aproveitando a pouca monitorização dos pais

(Young, 2004), tornando os estudantes universitários mais vulneráveis à adição à *internet* (Kandell, 1998; Soule et al., 2003). Assim sendo, os estudantes universitários entre 19 e 24 anos apresentam maior risco para atingir a adição à *internet* (Koo & Kwon, 2014), sabendo que a adição à *internet* está relacionada com os comportamentos problemáticos, como a *cybervitimação* (Watches et al., 2020).

Cybervitimação e o Stress Percebido

A investigação na área do *cyberbullying* tem se focado nos efeitos do comportamento do *cyberbullying* nas vítimas (Gahagan et al., 2016). A literatura tem demonstrado que a *cybervitimação* causa um impacto negativo a níveis psicológico, emocional, académico e social (e.g., Nixon, 2014; Peled, 2019). Sendo que, a *cybervitimação* pode ter um impacto psicológico e físico, nos estudantes universitários, em que apresentam elevados níveis de stress, depressão e ansiedade, e pensamentos suicidas, dores de estomago, perda de peso (Cassidy et al., 2017). Assim, a *cybervitimação* pode levar a elevados níveis de stress. Consequentemente, a *cybervitimação* é uma preditora do elevado stress apresentado pelos estudantes universitários (Martínez-Monteagudo et al., 2020). Assim, as vítimas que sofrem de agressões *online* podem desenvolver um desajustamento psicológico (Estévez et al., 2019). No entanto, são poucos os estudos que consideram o stress percebido, por isso, o presente estudo analisou a associação entre o stress percebido e a *cybervitimação*.

Efeito Mediador Entre a Cybervitimação, o Stress Percebido e a Adição à Internet

A utilização problemática da tecnologia pode ser explicada pelo tempo excessivo passado na *internet*, mas também pelo desânimo e o desinteresse de várias atividades, como a realização de atividades *offline* ou em comunidade, como por exemplo, a interação com os amigos ao vivo (Díaz-Vicario et al., 2019). Existem diversas razões para o desenvolvimento de um comportamento aditivo, tais como, o stress (Bahrainian et al., 2014; Feng et al., 2019). As vítimas de *cyberbullying* apresentam uma maior dificuldade para lidar, no aspeto psicológico, com as suas emoções e no aspeto social, as suas relações interpessoais (Gámez-Guadix et al., 2015). Por isso, é maior a probabilidade das vítimas de *cyberbullying* demonstrarem níveis de adição à *internet*, como forma de diminuir o stress e a tensão emocional (Athanasίου et al., 2018). Estas conclusões estão

de acordo com a teoria do uso compensatório da *internet*, em que o uso da *internet* serve como uma estratégia de *coping* para lidar com os problemas da vida real (Kardefelt-Winther, 2014) e a utilização da *internet* tem como objetivo diminuir os problemas psicológicos causados por situações de stress, desenvolvendo assim um risco acrescido para o uso problemático da *internet* (Kardefelt-Winther, 2014). Ou seja, a *cybervitimação* (situação stressante) leva a maiores níveis de stress que por sua vez provoca a adição à *internet*. No entanto, grande parte dos estudos utilizam a depressão e a ansiedade como mediadoras para explicar a relação entre a vitimação e a adição à *internet*, focando-se mais nas sintomatologias (e.g., Li et al., 2021). Sendo que, há estudos que mostram que os níveis de stress são superiores comparativamente com a depressão e a ansiedade (e.g., Tas, 2019), torna-se mais pertinente estudar o stress. Assim sendo, foi estudado o efeito mediador do stress percebido na relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*.

Efeito Mediador e Moderador Entre a *Cybervitimação*, o Stress Percebido o Tempo Passado na *Internet* e a Adição à *Internet*

A *cybervitimação* pode afetar negativamente uma pessoa, conduzindo à diminuição do bem-estar psicológico (Musharraf & Anis-ul-Haque, 2018), mais especificamente ao aumento do stress (Caravita et al., 2016). Consequentemente, o stress pode acentuar a adição à *internet* (Yadad et al., 2013). Assim, a estratégia de *coping* do uso da *internet* para lidar com estados psicológicos negativos e estes estados podem perdurar a longo prazo (Cassidy et al., 2017), sendo idêntico ao consumo de álcool e a outras drogas psicoativas (Davis, 2001). Deste modo, o mal-estar psicológico é lidado através de uma estratégia de *coping* paliativa (Song et al, 2004). Hsieh e colegas (2016) verificaram que a associação entre a vitimização e a adição à *internet* era mediada por sintomas psicológicos. A conjugação da teoria do uso da *internet* (Kardefelt-Winther, 2014) e a hipótese da compensação social (Valkenburg & Peter, 2009, Valkenburg & Peter, 2011) pode explicar as relações entre estes aspetos nas vítimas, estas distraírem-se dos ataques sofridos ou atenuam os problemas internalizados, ao passarem o seu tempo na *internet*. Assim, a adição à *internet* pode desenvolver-se devido ao facto de usarem as tecnologias para mitigar os sentimentos negativos relacionados com a *cybervitimação* (Peláez-Fernández et al., 2021). Contudo, são poucos os estudos que analisam os efeitos

mediadores entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* (Xin et al., 2021), considerando o stress, e estes são mais focados nas populações dos adolescentes (e.g., Xin et al., 2021). Adicionalmente, uma lacuna na literatura é a inexistência de um efeito moderador para a identificação e explicação da ação que ocorre entre o stress e a adição à *internet*, ou seja, qual é o comportamento que está relacionado com o stress percebido que provoca a adição à *internet*. Sabendo que as pessoas que passam mais tempo na *internet*, têm maiores probabilidades de desenvolver um comportamento aditivo, como a adição à *internet* (Anand et al., 2018) e este comportamento é uma estratégia de *coping* para lidar com o stress percebido. Assim, o presente estudo propôs-se a analisar o stress percebido como mediador da relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*, moderado positivamente pelo tempo na internet para lazer (Figura 1). Ou seja, as pessoas que são vítimas de *cyberbullying* vão ter maiores níveis de stress percebido e por isso passaram mais tempo online para que conduzirá à adição à *internet*, e as pessoas que passam menos tempo na *internet* para lazer não desenvolveram o comportamento aditivo.

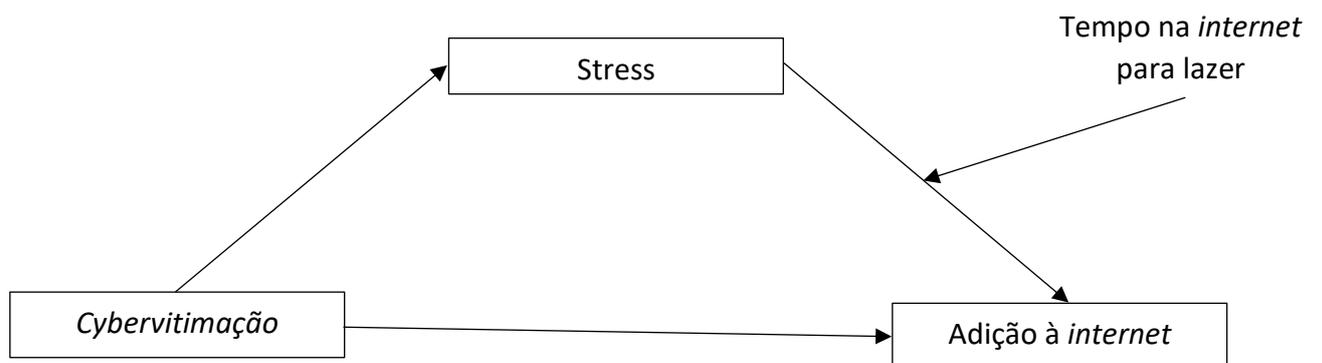


Figura 1- O modelo de mediação moderado proposto

Portanto, os objetivos do presente estudo foram:

O1- Explorar a associação entre a adição à *internet* e o tempo na *internet* para lazer;

O2- Estudar a relação entre a adição à *internet* e o stress;

O3- Investigar a associação entre a adição à *internet* e a *cybervitimação*;

O4- Analisar a relação entre a *cybervitimação* e o stress;

O5- Estudar o efeito da *cybervitimação* na adição à *internet*, mediado pelo stress;

O6- Explorar o efeito mediador do stress na relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*, moderado pelo tempo na *internet* para lazer.

Assim, as hipóteses do estudo foram:

H1- A adição à *internet* está positivamente relacionada com o tempo na *internet* para lazer;

H2- A adição à *internet* está relacionada, de forma positiva, com o stress;

H3- A adição à *internet* está positivamente associada à *cybervitimação*;

H4- A *cybervitimação* está positivamente relacionada com o stress;

H5- O stress medeia a relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*;

H6- O efeito mediador do stress na associação entre a *cybervitimação* e da adição à *internet* e será positivamente moderado pelo tempo na *internet* para lazer.

Metodologia

Desenho do estudo

O presente estudo adotou uma metodologia quantitativa. Trata-se de uma pesquisa transversal, de natureza descritiva, exploratória e correlacional.

Participantes

A amostra deste estudo foi constituída por um método de amostragem não aleatório (não probabilística), mais especificamente por conveniência. Foram escolhidos os estudantes da Universidade do Minho porque o acesso a estes era mais fácil. Foram considerados todos graus de escolaridade (e.g., Licenciatura, Mestrado e Doutoramento). A amostra foi constituída por 185 alunos, com idades superiores a 17 anos e a maioria é do género feminino. O curso que mais participou foi de Psicologia (19.20%), em que o ano escolar mais frequente foi o 2º Ano de Mestrado/5º Ano de Mestrado Integrado (30.30%), a maioria não reprovou (85.40%). O meio de resposta mais utilizado para participar neste estudo foi o computador (53.50%). A grande

maioria dos participantes tinha entre 18 e 25 anos (73.50%) e era do sexo feminino (78.9%). No que diz respeito aos dados relacionados com a utilização da *internet*, quase todos os participantes (97.30%) usam a *internet* diariamente. A Tabela 1 detalha o número de alunos e as suas percentagens correspondentes às categorias das variáveis sociodemográficas questionadas.

Tabela 1

Análises Descritivas das Variáveis Sociodemográficas

| Variável | Categorias | Número de alunos (n) | Percentagem (%) | |
|-------------|--|----------------------|-----------------|--------|
| Idade | 18-25 anos | 136 | 73.50% | |
| | +25 anos | 49 | 26.50% | |
| Género | Feminino | 146 | 78.90% | |
| | Masculino | 38 | 20.50% | |
| | Outro | 1 | .50% | |
| Ano escolar | 1º Ano de Licenciatura/ 1º Ano de Mestrado Integrado | 19 | 10.30% | |
| | 2º Ano de Licenciatura/2º Ano de Mestrado Integrado | 28 | 15.10% | |
| | 3º Ano de Licenciatura/ 3º Ano de Mestrado Integrado | 22 | 11.90% | |
| | 4º Ano de Licenciatura | 1 | .50% | |
| | 5º Ano de Licenciatura | 1 | .50% | |
| | 1º Ano de Mestrado/4º Ano de Mestrado Integrado | 37 | 20.50% | |
| | 2º Ano de Mestrado/ 5º Ano de Mestrado Integrado | 56 | 30.30% | |
| | Outro | 21 | 11.40% | |
| | Reprovação | Sim | 27 | 14.60% |
| | | Não | 158 | 85.60% |

| | | | |
|------------------|------------|----|--------|
| Meio de resposta | Telemóvel | 85 | 45.90% |
| | Computador | 99 | 53.50% |
| | Tablet | 1 | .50% |

Nota: N=185

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico (QSD)- este questionário pretendeu recolher dados sociodemográficos sobre os estudantes universitários referentes à idade, ao sexo, ao ano de escolaridade, o curso que frequentam, se reprovaram ou não, o meio de resposta utilizado e quanto tempo passavam na *internet* para lazer (sendo esta última uma variável de estudo).

Questionário de *Cyberbullying* do Ensino Superior (QCES; Francisco et al., 2015)- é um instrumento de autorrelato que pretende analisar a frequência dos comportamentos de *cyberbullying*, através de uma escala de *Likert* de 3 pontos (1- Nunca, 1-Às Vezes, 3- Muitas Vezes). Este questionário é constituído por 42 itens. É composto por 4 subescalas, a subescala da vítima, a subescala do agressor, a subescala do observador da vítima e a subescala do observador do agressor. O questionário demonstra boas características psicométricas, nomeadamente, a elevada consistência interna ($\alpha=.98$; Francisco et al., 2015). Quanto às subescalas, a consistência interna varia entre os .67 e .92. Para o propósito do presente estudo, somente foi utilizada a questão de frequência das agressões sofridas pelas vítimas.

Teste da Dependência da *Internet* (Young's Internet Addiction Test ; IAT; Young, 1998; Pontes et al., 2014)- é um instrumento de autorrelato, constituído por 20 itens que permitem analisar a adição à *internet*. Utiliza uma escala de *Likert* de cinco pontos (0- Não aplicável e 5- Sempre). A pontuação total varia entre 0 e 100, esta é obtida através da soma dos pontos de todos os itens. Quanto aos fatores do IAT, os estudos são ambíguos, podendo ser de 1 (adição à *internet*; Pontes et al., 2014), 2 (tempo/controlo e stress/compensação; Watters et al., 2013) e 3 (problemas sociais e desistência, gestão de tempo e *performance*, e substituição da realidade; Lai et al, 2013). O ponto de corte é de 50 (Hinich et al., 2010). Existem quatro tipos de utilização da *internet*: o uso normal (0-30), baixo (31-49), moderado (50-79) e severo (80-100). Há estudos que utilizaram 50 como ponto de corte que corresponde à adição da *internet* (e.g., Ramón-

Arbués et al, 2021; Younes et al., 2016). A consistência interna foi de .90, sendo considerada elevada (Pontes et al., 2014).

Questionário do Stress Percebido (QSP; Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983; Mota-Cardoso et al., 2002)- é uma escala que analisa o grau de situações como stressantes, no último mês, pela pessoa que está a responder ao questionário. É composta por 10 itens, com um único fator, o stress percebido pela pessoa. Utiliza uma escala de *Likert* de 5 pontos, 0- Nunca e 4- Muito Frequente. A pontuação total varia de 0 a 40, obtida através da soma dos pontos de todos os itens, considerando que para as questões 4, 5, 7 e 8 a pontuação é invertida. Este instrumento apresentou boas características psicométricas, obtendo .87 para a consistência interna (Ribeiro & Marques, 2009).

Procedimento

Primeiramente, foi necessária a aprovação da Comissão de Ética da Universidade do Minho para implementar o estudo.

Para efetuar a recolha dos dados, foi preciso enviar *e-mails*, às delegadas e subdelegadas dos cursos de Criminologia, Enfermagem e Psicologia e respetivos de escolaridade, a informar sobre o estudo e a pedir que divulgassem o estudo, através dos *e-mails* da universidade, aos estudantes dos respetivos. Devido à pouca adesão dos estudantes, a recolha da amostra foi alargada a todos os alunos da Universidade do Minho, contactando-os via *e-mail*. Posteriormente, depois dos estudantes lerem o *e-mail*, eles acederam ao *link* enviado através da plataforma *online* do *GoogleForms*. Primeiramente, os alunos leram o consentimento informado, tendo de o aceitar para participar no estudo. De seguida, criaram um código para posterior identificação (opcional). Depois, preencheram os questionários (QSD, QCES, IAT e QSP), agradecendo no final a sua participação. O estudo durou entre 10 a 15 minutos.

A apresentação dos questionários foi aleatória, para evitar enviesamentos. A participação dos estudantes foi voluntária e anónima. Os participantes tiveram oportunidade, caso quisessem, de receber os seus respetivos resultados do estudo, através da identificação do código. A experiência podia provocar algum desconforto nos alunos. Por isso, caso os alunos sentissem desconforto poderiam entrar em

contacto com a linha segura da Cruz Vermelha (telefónico e/ou e-mail) e o contacto da investigadora.

Análise Estratégica

De forma a realizar as análises foi necessário recorrer ao programa *IBM SPSS Statistic 28 software*. Quanto às variáveis, foi feita uma categorização das idades e do tempo na internet para lazer. Relativamente à idade, foi dividida em duas categorias, os mais novos (18-25 anos) e os mais velhos (+ 25 anos), esta categorização foi a mesma utilizada no estudo de Isman e colegas (2020). No que diz respeito às horas passadas na *internet*, estas foram divididas em 3 categorias, 1h, 2-5h e +6h, de acordo com o estudo de Balakrishnan (2015). Para as análises descritivas, a *cybervitimação* foi categorizada pela sua frequência. Já para as análises inferenciais, a *cybervitimação* foi categorizada pela sua existência ou não.

As análises descritivas foram realizadas e analisadas através das percentagens para as correspondentes variáveis as horas passadas na *internet* para lazer e da frequência da *cybervitimação*. Para o stress percebido e a adição à *internet* foram calculadas a média, o desvio-padrão e os mínimos e os máximos, por serem variáveis contínuas.

Para analisar as hipóteses propostas, foi necessário calcular a normalidade utilizando o teste de *Shapiro-Wilk* (porque o tamanho da amostra foi superior a 100), verificando que as variáveis não seguiam uma distribuição normal. Para todas as análises, foi utilizado o intervalo de confiança de 95%, assim sendo, o grau de confiança foi de .05.

Posto isto, para as primeiras quatro hipóteses foram realizadas análises de correlação de *Spearman*. Os valores da força de uma relação, entre os extremos -1 e 1, foram definidos por Karl *Pearson* (1904) como “altos” quando se situavam entre 0,75 e 1; “consideráveis” quando se localizavam entre 0,50 e 0,75; “moderados” entre 0,25 e 0,50 e “baixos” entre 0 e 0,25.

Para a hipótese 5, foi usado o modelo 4 de Hayes (2013), com o *SPSS PROCESS*, com o intuito de analisar o efeito mediador entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*. Também foram analisados os efeitos diretos e indiretos. A variável

dependente foi a adição à *internet*, a variável independente foi a *cybervitimação* e a variável mediadora foi o stress percebido. Para este modelo foi utilizado o intervalo de confiança de 95% *bias-corrected bootstrapped* e fazendo 5000 amostra de *bootstrapped*.

No que diz respeito à hipótese 6, foi utilizado o Modelo 14 de Hayes (2013), através do SPSS PROCESS, para investigar o efeito mediação moderador entre a *cybervitimação* e adição à *internet* e as suas interações diretas e indiretas. Sendo que, a variável independente foi a *cybervitimação*, a variável dependente foi a adição à *internet*, a variável mediadora foi o stress percebido e o tempo passado na *internet* por lazer foi a variável moderadora. Para este modelo foi utilizado o intervalo de confiança de 95% *bias-corrected bootstrapped* e fazendo 5000 amostra de *bootstrapped*.

Resultados

Estatística Descritiva

Na tabela 2, estão apresentadas as percentagens das respetivas variáveis analisadas. Relativamente ao tempo passado na *internet* por lazer, a maioria passou entre duas a cinco horas na *internet*. A percentagem de vítimas de *cyberbullying* foi de (25.9%), sendo que a maioria não sofreu *cyberbullying*. Já para a adição à *internet*, não houve estudantes no nível severo da adição à *internet* pois não pontuaram mais de 69. Por outro lado, considerando o ponto de corte 50, houve 66 estudantes universitários com níveis de adição à *internet* (e.g., Khazaal et al., 2008; Tsimtsiou et al., 2017).

Tabela 2

Estatísticas Descritivas das Variáveis de Estudo

| Variáveis | Categorias | n | % | Média | Desvio- Padrão | Intervalo |
|---|-----------------|-----|--------|-------|-------------------|-----------|
| Tempo na <i>internet</i> para dia para lazer | 1h | 19 | 10.30% | | | |
| | 2-5 horas | 137 | 74.10% | | | |
| | 6 ou mais horas | 29 | 15.70% | | | |
| <i>Cybervitimação</i> | Nunca | 137 | 74.10% | | | |
| | Às vezes | 43 | 23.20% | | | |

| | | | | | | |
|--------------------------|--------------|-----|--------|-------|-------|-------------|
| | Muitas Vezes | 5 | 2.70% | | | |
| Stress p. | | | | 19.71 | 2.21 | 14.00-25.00 |
| Adição à <i>internet</i> | | | | 37.07 | 10.10 | 9.00-67.00 |
| | Normal | 3 | 1,60% | | | |
| | Baixo | 116 | 62,70% | | | |
| | Moderado | 66 | 35.70% | | | |
| | Severo | 0 | .00% | | | |

Nota. $N=185$; n = número de estudantes; %- percentagem; Stress p.=Stress percebido

Estatística Inferencial

Adição à *Internet* e o Tempo na *Internet* para Lazer

No que diz respeito à hipótese 1, houve uma correlação positiva significativa entre a adição à *internet* e o tempo passado na *internet* para lazer ($r_s=.15$, $p=.038$)

Adição à *Internet* e o Stress Percebido

Por outro lado, não houve correlação entre a adição à *internet* e o stress percebido, contrariando a hipótese 2. No entanto, é de realçar esta correlação foi quase significativa ($r_s=.14$, $p=.051$).

Adição à *Internet* e a *Cybervitimação*

A adição à *internet* e a *cybervitimação* não estavam associadas ($r_s=-.08$; $p=.281$), não estando de acordo com a hipótese 3.

***Cybervitimação* e o Stress Percebido**

No que diz respeito à hipótese 4, esta não foi verificada pois a *cybervitimação* não se correlacionou significativamente com o stress percebido ($r_s=.04$; $p=.618$).

As correlações entre as variáveis de estudo são consideradas baixas por não ultrapassarem os .25 (Pearson, 1904). Na Tabela 3, estão presentes todas as correlações exploradas entre as variáveis de estudo.

Tabela 3*Correlações de Spearman Para as Variáveis de Estudo*

| Variáveis | 1 | 2 | 3 | 4 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|
| 1- CV | ----- | | | |
| 2- Stress p. | .04 | ----- | | |
| 3- T. lazer | .11 | -.08 | ----- | |
| 4- AI | -.08 | .14 | .15* | ----- |

Nota: N=185; CV=Cybervitimação; Stress p.= Stress percebido; T. lazer= Tempo na internet para lazer; AI= Adição à internet.

*p<.05

Efeito de Mediação

Para analisar a hipótese 5, o efeito mediador do stress percebido entre a *cybervitimação* e a adição à internet, foi utilizado o modelo 4 de Hayes (Hayes, 2013). Foi verificado que a *cybervitimação* não tem impacto no stress percebido (ver em detalhe o modelo 1, na Tabela 4). No modelo 2, a *cybervitimação* não influencia a adição à internet. Por outro lado, o stress percebido tem impacto na adição à internet. No entanto, o efeito total foi de 19.00% (p=.040). No que diz respeito à mediação, não há um efeito direto entre a *cybervitimação* e a adição à internet (efeito direto=-2.07; SE= 1.67; IC=[-5.37 , 1.24]; p=.22). Não se verificou um efeito indireto da *cybervitimação* na adição à internet via stress percebido (efeito indireto=.15; SE= .33; IC= [-.48 , .89]). Assim, o stress percebido não medeia a relação entre a *cybervitimação* e a adição à internet.

Tabela 4

Estudar o Efeito Mediador do Stress na Relação Entre a Cybervitimação e a Adição à Internet

| Modelos | B | IC 95% para B | | SE | T | R ² | F |
|--------------------|-------|---------------|-------|-----|-------|----------------|-----|
| | | LL | UP | | | | |
| Modelo 1 Stress p. | | | | | | .04 | .26 |
| Constant | 19.47 | 18.50 | 20.45 | .50 | 39.34 | | |
| CV | .19 | -.54 | .92 | .37 | .512 | | |

| | | | | | | | |
|-------------|-------|-------|-------|------|-------|-----|-------|
| Modelo 2 AI | | | | | | .19 | 3.27* |
| Constant | 24.66 | 11.13 | 38.20 | 6.86 | 3.60 | | |
| CV | -2.07 | -5.37 | 1.24 | 1.67 | -1.24 | | |
| Stress p. | .76 | .104 | 1.42 | .33 | 2.29* | | |

Nota: N=185. Os valores de Beta são os coeficientes. Em cada linha está presente um modelo de regressão que prediz o critério de estudo. IC= Intervalo de Confiança; LL= Lower limit, limite mais baixo; UL= Upper limit, limite mais alto; SE= erro standarizado; R²= R-squared; CV= *Cybervitimação*; Stress p= Stress percebido. AI=Adição à *Internet*
*p<.05

Efeito Mediador e Moderador

Para estudar a hipótese 6 foi necessário utilizar o modelo 14 de Hayes (2013). De acordo com a Tabela 5, modelo 1, a *cybervitimação* não tem impacto no stress percebido. No modelo 2, foi verificado que o stress percebido, o tempo passado na *internet* para lazer e a *cybervitimação* não influenciam na adição à *internet*. O efeito da interação entre o stress percebido e o tempo na *internet* por lazer não foi significativo (b=.98 t=-1.56 p=.120). Assim, o tempo na internet para lazer não modera a relação entre o stress percebido e a adição à *internet*. Por consequente, esta interação não causa uma mudança na adição à *internet* (F=2.44; p=.120). O efeito total do modelo foi de 26.00% (p=.013).

Tabela 5

Estudar o Efeito Mediação Moderado na Associação Entre a Cybervitimação e a Adição à Internet, Mediado Pelo Stress e Moderado Pelo Tempo na Internet para Lazer

| Modelos | B | IC 95% para B | | SE | T | R ² | F |
|--------------------|-------|---------------|--------|-------|-------|----------------|-------|
| | | LL | UP | | | | |
| Modelo 1 Stress p. | | | | | | .04 | .26 |
| Constant | 19.47 | 18.50 | 20.45 | .50 | 39.34 | | |
| CV | .19 | -.54 | .92 | .37 | .512 | | |
| Modelo 2 AI | | | | | | .26 | 3.27* |
| Constant | 58.39 | 6.09 | 110.69 | 26.50 | 2.20 | | |

| | | | | | |
|-----------|-------|--------|------|-------|-------|
| CV | -2.67 | -5.97 | .63 | 1.67 | -1.60 |
| Stress p. | -1.25 | -3.92 | 1.41 | 1.35 | -.93 |
| T. lazer | 16.00 | -39.98 | 7.97 | 12.15 | -1.32 |

Nota: N=185. Os valores de Beta são os coeficientes. Em cada linha está presente um modelo de regressão que prediz o critério de estudo. IC= Intervalo de Confiança; LL= Lower limit, limite mais baixo; UL= Upper limit, limite mais alto; SE= erro standarizado; R²= R-squared; CV= *Cybervitimação*; Stress p= Stress Percebido. T. lazer= Tempo na *Internet* para Lazer

*p<.05

No que diz respeito ao modelo de mediação/moderação, o efeito direto entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* não foi significativo (efeito direto=-2.67; se=1.67; t=-1.60; p=.112). O efeito indireto entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* na presença do stress percebido (mediador), também não foi significativo (efeito =.14; se=.32; IC=[-.46 , .83]). Ademais, a relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* mediada pelo stress percebido não foi influenciada pelo tempo na *internet* para lazer. Assim sendo, o tempo na *internet* para lazer não modera a relação de mediação apresentada (Index de moderação=.19; Se=.51; IC=[-63 , 1.44]).

Discussão

A *internet* é uma imprescindível componente da vida cotidiana (Seki et al., 2019) e é um aspeto vital na vida estudantil. No entanto, o uso excessivo pode provocar a dependência da *internet* (Silva, 2014), havendo mesmo um deterioramento da saúde mental (Schiffirin et al., 2010), no bem-estar e na qualidade de vida, relevando sentimentos de isolamento e problemas nas aptidões sociais (Monacis et al., 2018), afetando as tarefas académicas e sociais (Echeburúa & de Corral, 2010), nos estudantes universitários. Por consequente, é muito relevante estudar estes fenómenos nos estudantes universitários. Quanto aos resultados, não se observou qualquer relação entre a adição à *internet* e a *cybervitimação*, nem entre a *cybervitimação* e o stress. Por outro lado, no que diz respeito às horas passadas *online*, observou-se uma associação a adição à *internet* e o tempo passado na *internet* para lazer e a relação entre a adição à *internet* e o stress quase que foi significativa. Relativamente aos efeitos de mediação e

mediação moderado, estes não foram verificados. Contudo, no modelo de mediação, o stress teve impacto na adição à *internet*.

Adição à *Internet* e Tempo na *Internet* para Lazer

O presente estudo verificou que a adição à *internet* está relacionada com o passar mais horas passadas na *internet* para lazer, estando de acordo com a literatura sendo que esta indica que os níveis altos de adição à *internet* estão relacionados com a passagem de mais tempo na *internet* (Anand et al 2018). Por isso, quem passa mais tempo na *internet* tem maior probabilidade de desenvolver um comportamento aditivo, como é a adição à *internet* (Mamun et al., 2019; Ramón-Arbués et al., 2021). Uma das explicações para estes resultados aplicadas é direcionada para os adolescentes, mas podem ser adaptadas aos estudantes universitários. Os adolescentes deixam de fazer os trabalhos de casa para passar muitas horas na *internet*, quer durante o dia, quer durante a noite (Hoareau et al., 2021). Por consequente, estes podem envolver-se comportamentos que não são controlados e protegidos (Hoareau et al., 2021), como por exemplo, o uso excessivo pode provocar a dependência da *internet* (Silva, 2014). Portanto, os estudantes universitários, passam mais tempo sem supervisão, tendo mais liberdade para planearem os seus dias, podendo conduzir à adição à *internet*. Em conclusão, é sugerido que os estudantes que passam mais horas na *internet* por lazer, podem ter níveis de adição à *internet*. Estudos futuros deveram analisar o tempo na *internet* como preditor da adição à *internet*, com o objetivo de perceber se o uso excessivo por lazer provoca a adição à *internet*.

Adição à *Internet* e o Stress Percebido

Neste estudo, a adição à *internet* e o stress percebido não estão correlacionados. Esta afirmação não está em concordância com a literatura, uma vez que esta diz que há uma relação entre a adição à *internet* e o stress, nos estudantes universitários (e.g., Al-Gamal et al., 2016; Ismail et al., 2020; Ramón-Arbués et al., 2021), em que a adição à *internet* pode levar a níveis elevados de stress (Ismail et al., 2020) pois os indivíduos aditivos à *internet* estavam mais vulneráveis ao desajustamento psicológico (Jang et al., 2008). Outros autores defendem que a adição é uma estratégia de *coping* adotada pelos estudantes universitários que têm elevados níveis de stress, de forma a lidar com esse

stress (Ko et al., 2012). Deste modo, apesar de não ter sido encontrada relação entre estas duas variáveis é importante saber a sua pertinência e relevância para o dia a dia e a ligação com o fator psicológico. Estudos futuros poderão voltar a analisar a relação entre a adição à *internet* e o stress percebido devido há escassa literatura que a aborda nos estudantes universitários.

Adição à *Internet* e a *Cybervitimação*

Contrariamente à hipótese estabelecida, não houve qualquer associação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*. Uma das razões pode dever-se ao fato dos estudantes universitários poderem utilizar a *internet* e saberem quais são os limites (Tsimtsiou et al., 2017), percebendo que não se devem efetuar determinadas ações que os ponham mais vulneráveis. Apesar da adição à *internet* ser um comportamento aditivo, este pode não estar associado à vitimação *online*. Este resultado opõe-se a outros estudos, que concluíram que a adição à *internet* estava relacionada com o comportamento online de vitimação (e.g., Hoareau et al., 2021; Wachs et al., 2020). Esta associação pode ser explicada pela forma como as vítimas recorrem à *internet* como forma de distração face ao *cyberbullying* que sofreram, provocando assim um uso excessivo ou aditivo da *internet* (Kardefelt-Winther, 2014; Valkenbur & Peter, 2009; Valkenbur & Peter, 2011). Estudos futuros podem explorar as relações indiretas entre estas variáveis de modo a perceber o porquê de algumas vezes a *cybervitimação* está associada à adição à *internet* e noutras não existe esta relação.

***Cybervitimação* e o Stress Percebido**

O sofrimento de *cyberbullying* não está associado ao stress percebido, contrariando a literatura existente sobre esta conclusão (e.g., Martínez-Monteagudo et al., 2020). Assim, de acordo com a literatura, há uma maior probabilidade para a vítima de *cyberbullying* ter níveis elevados de stress (Martínez-Monteagudo et al., 2020). Portanto, nos estudantes universitários, a *cybervitimação* pode aumentar os níveis de stress (Kowalski et al., 2014; Van Geel et al., 2014) pois as vítimas podem sentir-se vulneráveis e com medo devido aos abusos repetitivos (Rivituso, 2014). Desta forma, há um maior risco das vítimas de *cyberbullying* de experienciar perturbações emocionais (Martínez-Monteagudo et al., 2020). O facto de as vítimas terem experienciado

cyberbullying podem afetar as suas vidas pessoais como profissionais (Cassidy et al., 2017). Mais especificamente, em termos escolares, pode haver uma deterioração dos resultados académicos. Em relação ao aspeto social, pode ocorrer uma exclusão das amizades dentro e fora da universidade, havendo mesmo um evitamento de pessoas em concreto e dos espaços que os agressores frequentam e mudanças de campus para não conviver com os agressores (Cassidy et al., 2017). Assim, o stress causado pela *cybervitimação* pode provocar consequências negativas na vida das vítimas. Apesar do presente estudo não ter chegado à conclusão pretendida, há uma urgência no estudo desta associação devido às suas causas e consequências.

Efeito Mediador Entre a *Cybervitimação*, o *Stress Percebido* e a *Adição à Internet*

No que diz respeito à associação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* mediado pelo stress percebido, este efeito não foi apurado. Apesar do presente estudo não ter verificado um efeito mediador entre a adição à *internet*, o stress e a *cybervitimação*, um outro estudo verificou um efeito semelhante nos adolescentes, referindo que a *cybervitimação* causa o stress interpessoal que por sua vez para evitar o stress desenvolve uma adição à *internet*, sendo este comportamento aditivo uma estratégia de *coping* (Simsek et al., 2019). Contudo, o stress percebido pode influenciar a adição *internet*. Assim sendo, quando consideramos outros factores que podem estar relacionados com a adição à *internet*, ou até mesmo serem factores de risco, o stress percebido pode estar relacionado com a adição à *internet*. Outros estudos chegaram à mesma conclusão, verificando que o stress está ligado ao comportamento aditivo (e.g., Simsek et al., 2019). Assim, o stress pode dar origem a respostas comportamentais, como os comportamentos aditivos. Por outro lado, o agravamento da adição à *internet*, também, pode ser causado pelo stress (Young, 1998). Apesar do tempo na *internet* por lazer não parece estar relacionado com a adição à *internet*, esteve perto. Posto isto, a hipótese 5 não veio a confirmar a teoria do uso compensatório da *internet*, em que sentimentos negativos, neste caso o stress, pode provocar um aumento do tempo na *internet* para lazer, de forma a lidar com este sentimento, produzindo níveis de adição à *internet*. Uma das razões pelo qual tal pode ter acontecido foi o fato de poder haver outros comportamentos que não foram considerados promoverem a adição à *internet*,

tais como, adição ao telemóvel. Ou então o fato de não especificar os comportamentos online, como, passar muito tempo nas redes sociais.

Estudos futuros devem replicar o modelo apresentado e estudar alternativas ao comportamento que pode originar a adição à *internet*. Embora o modelo não tenha sido significativo, é importante replicá-lo no futuro, aos estudantes universitários, visto que, os aspetos abordados são relevantes para entender melhor o desenvolvimento da adição à *internet*, nos estudantes universitários. Já que houve estudos que verificaram que tanto a depressão como a ansiedade podem mediar a relação entre a vitimação e a adição à *internet* (e.g., Li et al., 2021). Contudo, a maioria analisa estes efeitos indiretos nos adolescentes (e.g., Li et al., 2021). Ademais, há uma escassez na literatura em investigar o efeito mediador do stress percebido na relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet*.

Efeito Mediador e Moderador Entre a *Cybervitimação*, o Stress Percebido, o Tempo Passado na *Internet* e a Adição à *Internet*

Quanto à mediação moderador, não foi verificado que a relação entre a *cybervitimação* e a adição à *internet* seja mediada pelo stress e moderada pelo tempo na *internet* para lazer. No mesmo sentido, não houve efeitos diretos nem indiretos. Assim sendo, estas conclusões não vão de encontro à teoria do uso compensatório da *internet*. Segundo esta teoria, o risco para a utilização problemática da *internet* aumenta devido ao uso da *internet* para lidar com os sentimentos negativos provocados por situações stressantes (Kardefelt-Winther, 2014). As vítimas de *cyberbullying* estão mais propensas à adição à *internet*, com o propósito de diminuir o stress provocado pela agressão (Athanasiou et al., 2018) pois estas têm dificuldades em lidar com as suas emoções e relações (Gámez-Guaix et al., 2015). Há autores que consideram que a adição à *internet* é uma estratégia de *coping* para lidar com stress provocado pela agressão de *cyberbullying* (e.g., Simsek et al., 2019). Contudo, este comportamento aditivo precisa de ser desenvolvido por algum comportamento que a pessoa tenha pois não pode ser desenvolvido somente porque a pessoa apresentar elevados níveis de stress. Neste caso, seria o tempo passado na *internet* para lazer e esta sim seria a estratégia de *coping* utilizada para reduzir o stress causado pela vitimização *online*, tal como indica Kardefelt-Winther (2014) que diz que a utilização da *internet* é uma estratégia de *coping*. Por isso

há a necessidade de investigar o comportamento que produz a adição à *internet* e perceber se é somente para as vítimas que passam muito tempo na *internet* para lazer, ou engloba todas as vítimas, quer as que passam pouco tempo ou quer as que passam muito tempo *online*.

Estudos futuros poderão substituir o tempo na *internet* para lazer por outras causas comportamentais que podem originar a adição à *internet*, como por exemplo, a utilização de redes sociais ou a visualização de vídeos *online*, pois os estudantes preferem ver vídeos ou navegar nos sites quando se sentem tristes ou deprimidos (Li et al., 2015). Estudos futuros poderão analisar este efeito e adicionando o tempo passado na *internet* para lazer, para verificar que se as interações existem, podendo assim o tempo passado na *internet* para lazer e stress serem consequências da *cybervitimação* e factores de risco para a adição à *internet*. Pois se caso este modelo se verificar, pode ajudar a entender como a adição à *internet* surge, permitindo mitigar ou até mesmo extinguir o impacto negativo da *cybervitimação*, através da diminuição do stress ou, a longo prazo, impedir o desenvolvimento de outras consequências negativas (Machmutow et al., 2012; Šléglová & Cerna, 2011). Também ajudaria a explicar o facto das vítimas de *cyberbullying* adotarem estratégias de *coping* menos ativas, mais focadas na emoção e não tanto na resolução do problema (McLoughlin et al., 2019), como é o caso de passarem mais tempo da *internet* para relaxar ou evitar o evento stressante.

Limitações do Estudo

A primeira limitação do estudo é o facto de só ter possível sido recolher a uma única universidade, não podendo ter obtido uma diversidade na recolha de várias universidades. Outra limitação é a de utilizar questionários, sendo que os estudantes universitários podem ter agido segundo a desejabilidade social por isso não reportaram toda a sua verdade, ou por ter ocorrido vieses de memória (falhas de memória), ao não se recordarem devidamente dos acontecimentos ou até mesmo de não saber se ocorreram ou não. A terceira limitação é não ter havido estudantes a cotarem no nível severo no questionário da dependência da *internet*, isto pode estar relacionado com a desejabilidade social. A quarta limitação é o facto de haver a possibilidade de os alunos não terem relatado com precisão o tempo que passam na *internet*, ou por desejabilidade social, ou por não terem consciência de quanto tempo estão na *internet*,

devido à utilização de dados moveis ilimitados, tendo a internet disponível a qual momento (Li et al., 2015). Os estudantes também podem ter tido dificuldades em diferenciar no tempo, quantas horas passam na internet por lazer e relacionadas com a universidade/trabalho (Li et al., 2015). Portanto, estudos futuros devem voltar a estudar as associações entre variáveis analisadas de forma a perceber melhor porquê que ocorrem e quais são os factores subjacentes, incluindo as variáveis que não foram obtidas diferenças e associações significativas.

Implicações do Estudo

Apesar das limitações e dos resultados apresentados, este estudo tem implicações práticas para o conhecimento e entendimento da adição à *internet* e do tempo na *internet* por lazer, nos estudantes universitários. Deste modo, é permitido perceber que um comportamento aditivo, como a adição à *internet*, está diretamente associado ao tempo passado na *internet* por lazer. Assim, é importante distinguir o tempo passado na *internet* e não o analisar de uma forma em geral pois pode ter impacto na evolução para a adição à *internet*. Perante estes dados, as áreas a serem avaliadas e integradas tanto na prevenção como na intervenção. Por exemplo, diminuir o tempo passado na *internet* por razões não educacionais (e.g., Li et al., 2015) através da realização de atividades *offline* que as pessoas gostem de fazer, tais como, praticar desporto, ver televisão, conviver com os amigos ou familiares, etc. Sendo que, a utilização excessiva da *internet* implica não realizar atividades *offline* como a prática de exercício físico e as atividades sociais presenciais, escolhendo passar mais tempo na internet (Li et al., 2015). Ademais, poderá ajudar no planeamento e na prática da intervenção nos estudantes universitários pois estes reportam que não recebem o apoio necessário por parte da instituição, sentindo-se frustrados pelas respostas inadequadas prestadas (Cassidy et al., 2017).

O stress percebido também poderá ser uma peça fundamental para o desenvolvimento do comportamento aditivo, nos estudantes do ensino superior. Segundo o presente estudo, é necessário considerar outros factores. Portanto, no que diz respeito às implicações, durante as avaliações psicológicas deve ocorrer uma avaliação direcionada tanto para o stress percebido e a adição à *internet* em conjunto. Quanto às intervenções, estas podem se focar na extinção do stress para, no futuro, não

dar origem à adição à *internet*. Caso, o indivíduo já apresentar indícios de adição à *internet*, a psicóloga deverá trabalhar a diminuição do stress, através de atividades que não impliquem a atenção virada para a *internet*, tais como, mindfulness ou ler um livro de interesse do próprio, para diminuir o tempo na *internet* e conseqüente reduzir os níveis de adição à *internet*.

Conclusão

Devido à acessibilidade da *internet*, nos dias de hoje, esta permite criar conexões em todo o mundo, tornando-o mais pequeno (Howe, 2016). No entanto, a *internet* começa a ser o centro da atenção das pessoas quando estas passam muito tempo no mundo virtual conduzindo a conseqüências aos níveis psicológico, neurológico, social (Griffiths, 2005; Shaffer et al., 2004) e comportamental. Posto isto, o tempo passado na *internet* para lazer é um fator a considerar quando a adição à *internet* está a ser analisada, devido à sua relação. Ademais, o stress percebido pode contribuir para a adição à *internet*. Por conseqüente, é pertinente considerar o tempo na *internet* por lazer e o stress percebido na prevenção e intervenção da adição à *internet*, nos estudantes universitários. Apesar dos efeitos de mediação e mediação moderador não se ter verificado, estudos futuros podem replicar pois podem ajudar a explicar o desenvolvimento da adição à *internet*, a passagem de mais tempo na *internet* para atividades não educacionais e ao aumento do stress percebido devido ao sofrimento de uma agressão online, nos alunos do ensino superior.

Referências Bibliográficas

- Al-Gamal, E., Alzayyat, A., & Ahmad, M. M. (2016). Prevalence of Internet Addiction and Its Association With Psychological Distress and Coping Strategies Among University Students in Jordan. *Perspectives in psychiatric care*, *52*(1), 49-61. <https://doi.org/10.1111/ppc.12102>
- Anand, N., Thomas, C., Jain, P. A., Bhat, A., Thomas, C., Prathyusha, P. V., ... & Cherian, A. V. (2018). Internet use behaviors, internet addiction and psychological distress among medical college students: A multi centre study from South India. *Asian journal of psychiatry*, *37*, 71-77. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2018.07.020>
- Athanasiou, K., Melegkovits, E., Andrie, E. K., Magoulas, C., Tzavara, C. K., Richardson, C., ... & Tsitsika, A. K. (2018). Cross-national aspects of cyberbullying victimization among 14–17-year-old adolescents across seven European countries. *BMC public health*, *18*, 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5682-4>
- Bahrainian, S. A., Alizadeh, K. H., Raeisoon, M. R., Gorji, O. H., & Khazaee, A. (2014). Relationship of Internet addiction with self-esteem and depression in university students. *Journal of preventive medicine and hygiene*, *55*(3), 86-89.
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Götestam, K. G., Johansson, A., & Øren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: a stratified probability sample study. *Scandinavian journal of psychology*, *50*(2), 121-127. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2008.00685.x>
- Balakrishnan, V. (2015). Cyberbullying among young adults in Malaysia: The roles of gender, age and Internet frequency. *Computers in Human Behavior*, *46*, 149-157. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.021>.
- Bandura, A., & Locke, E. A. (2003). Negative self-efficacy and goal effects revisited. *Journal of applied psychology*, *88*(1), 87-99. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.1.87>.

- Bisen, S. S., & Deshpande, Y. M. (2018). Understanding Internet addiction: A comprehensive review. *Mental Health Review Journal, 23*, 165–184. <https://doi.org/10.1108/MHRJ-07-2017-0023>.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *American journal of Psychiatry, 165*(3), 306-307.
- Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A. C., Niang, M., Stepchenkova, S., ... & Blanton, M. (2009). Internet addiction: Metasynthesis of 1996–2006 quantitative research. *Cyberpsychology & behavior, 12*(2), 203-207. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0102>.
- Caravita, S. C., Colombo, B., Stefanelli, S., & Zigliani, R. (2016). Emotional, psychophysiological and behavioral responses elicited by the exposition to cyberbullying situations: Two experimental studies. *Psicologia educativa, 22*(1), 49-59. <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.02.003>.
- Cassidy, W., Faucher, C., & Jackson, M. (2017). Adversity in university: Cyberbullying and its impacts on students, faculty and administrators. *International journal of environmental research and public health, 14*(8), 888. <https://doi.org/10.3390/ijerph140808888>.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385–396. <https://doi.org/10.2307/2136404>.
- Com Score, Inc. *Average time spent online per U.S.* <http://www.comscoredata.com/2011/01/averagetime-spent-online-per-u-s-visitor-in-2010/>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior, 17*(2), 187-195.
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2018). Relationships among Internet addiction, academic motivation, academic procrastination and school attachment in adolescents. *Internacional Online Journal of Educational Sciences, 10*(5).

- Derbyshire, K. L., Lust, K. A., Schreiber, L. R., Odlaug, B. L., Christenson, G. A., Golden, D. J., & Grant, J. E. (2013). Problematic Internet use and associated risks in a college sample. *Comprehensive psychiatry*, *54*(5), 415-422.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2012.11.003>.
- Díaz-Vicario, A., Mercader Juan, C., & Gairín Sallán, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista electrónica de investigación educativa*, *21*. e07.
<https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>.
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, *22*(2), 91-95.
- Estévez, E., Estévez, J. F., Segura, L., & Suárez, C. (2019). The influence of bullying and cyberbullying in the psychological adjustment of victims and aggressors in adolescence. *International journal of environmental research and public health*, *16*(12), 2080.
- Feng, Y., Ma, Y., & Zhong, Q. (2019). The relationship between adolescents' stress and internet addiction: A mediated-moderation model. *Frontiers in psychology*, *10*, 2248. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02248>.
- Francisco, S. M., Simao, A. M. V., Ferreira, P. C., & Martins, M. J. (2015). Cyberbullying: the hidden side of college students. *Computers in Human Behavior*, *43*, 167e182. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.045>.
- Gahagan, K., Vaterlaus, J. M., & Frost, L. R. (2016). College student cyberbullying on social networking sites: Conceptualization, prevalence, and perceived bystander responsibility. *Computers in human behavior*, *55*, 1097-1105.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.019>.
- Gámez-Guadix, M., Gini, G., & Calvete, E. (2015). Stability of cyberbullying victimization among adolescents: Prevalence and association with bully-victim status and psychosocial adjustment. *Computers in human behavior*, *53*, 140-148.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.007>.

- Griffiths, M. D. (2005). A "Components" Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use, 10*, 191-197.
<https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Hayes, A. F. (2013). Mediation, moderation, and conditional process analysis. *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach, 1*, 20.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant behavior, 29*(2), 129-156.
<https://doi.org/10.1080/01639620701457816>.
- Hoareau, N., Bagès, C., & Guerrien, A. (2021). Cyberbullying, Self-control, Information, and Electronic Communication Technologies: Do Adolescents Know How to Exercise Self-control on the Internet?. *International Journal of Bullying Prevention, 1*-11. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00099-2>.
- Howe, W. (2010). *A Brief History of the Internet*. <http://walthowe.com/navnet/history>
- Hsieh, Y. P., Shen, A. C. T., Wei, H. S., Feng, J. Y., Huang, S. C., & Hwa, H. L. (2016). Multidimensional victimization and internet addiction among Taiwanese children. *Chinese Journal of Psychology, 58*(4), 217-231.
- Ismail, W. S., Sim, S. T., Tan, K. A. Bahar, N., Ibrahum, N., Mahadevan, R., ... & Abdul Aziz, M.. (2020). The relations of Internet and smartphone addictions to depression, naxiety, stress and suicidality among public university students in Klang Valley, Malaysia. *Perspectives in psychiatric care, 56*(4), 949-955.
<https://doi.org/10.1111/ppv.12517>.
- Jang, K. S., Hwang, S. Y., & Choi, J. Y. (2008). Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. *Journal of School Health, 78*(3), 165-171. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2007.00279.x>.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. *CyberPsychology & Behavior, 1*, 11-17. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.11>.

- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in human behavior*, *31*, 351-354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>.
- Kerkhof, P., Finkenauer, C., & Muusses, L. D. (2011). Relational consequences of compulsive Internet use: A longitudinal study among newlyweds. *Human Communication Research*, *37*(2), 147-173. <https://doi.org/10.1111/j.14682958.2010.01397.x>.
- Khazaal, Y., Billieux, J., Thorens, G., Khan, R., Louati, Y., Scarlatti, E., ... & Zullino, D. (2008). French validation of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior*, *11*(6), 703-706. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0249>.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., & Chen, C. C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *European Psychiatry*, *27*(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2010.04.011>.
- Koo, H. J., & Kwon, J. H. (2014). Risk and protective factors of internet addiction: A meta-analysis of empirical studies in Korea. *Yonsei medical journal*, *55*(6), 1691-1711. <https://doi.org/10.3349/ymj.2014.55.6.1691>.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health*, *41*, 22–30.
- Lai, C. M., Mak, K. K., Watanabe, H., Ang, R. P., Pang, J. S., & Ho, R. C. (2013). Psychometric properties of the internet addiction test in Chinese adolescents. *Journal of pediatric psychology*, *38*(7), 794-807. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jst022>.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, *1*, 141–170. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>.
- Lee, E.-H. (2012). Review of the psychometric evidence of the perceived stress scale. *Asian Nursing Research*, *6*(4), 121–127.

- Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). Characteristics of internet addiction/pathological internet use in US university students: a qualitative-method investigation. *PloS one*, *10*(2), e0117372. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0117372>.
- Li, X., Shek, D. T., & Shek, E. Y. (2021). Offline victimization, psychological morbidity, and problematic online behavior among Chinese secondary school students. *International journal of environmental research and public health*, *18*(18), 9462. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189462>.
- Machmutow, K., Perren, S., Sticca, F., & Alsaker, F. D. (2012). Peer victimisation and depressive symptoms: Can specific coping strategies buffer the negative impact of cybervictimisation?. *Emotional and Behavioural Difficulties*, *17*(3-4), 403-420. <https://doi.org/10.1080/13632752.2012.704310>.
- McLoughlin, L. T., Spears, B. A., Taddeo, C. M., & Hermens, D. F. (2019). Remaining connected in the face of cyberbullying: Why social connectedness is important for mental health. *Psychology in the Schools*, *56*(6), 945-958.
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Siddique, A. B., Sikder, M. T., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2019). Problematic internet use in Bangladeshi students: the role of socio-demographic factors, depression, anxiety, and stress. *Asian Journal of Psychiatry*, *44*, 48-54. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.07.005>.
- Martínez-Monteaudo, M. C., Delgado, B., Díaz-Herrero, Á., & García-Fernández, J. M. (2020). Relationship between suicidal thinking, anxiety, depression and stress in university students who are victims of cyberbullying. *Psychiatry Research*, *286*, 112856. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112856>.
- Meng, S. Q., Cheng, J. L., Li, Y. Y., Yang, X. Q., Zheng, J. W., Chang, X. W., ... & Shi, J. (2022). Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, *92*, 102128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102128>.

- Monacis, L., Sinatra, M., Griffiths, M. D., & de Palo, V. (2018). Assessment of the Italian version of the Internet Disorder Scale (IDS-15). *International journal of mental health and addiction*, *16*, 680-691. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9823-2>.
- Mota-Cardoso, R., Araújo, A., Ramos, R. C., Gonçalves, G., & Ramos, M. (2002). *O Stress nos Professores Portugueses: Estudo IPSSO 2000*. Porto Editora.
- Musharraf, S., & Anis-ul-Haque, M. (2018). Cyberbullying in different participant roles: exploring differences in psychopathology and well-being in university students. *Pakistan Journal of Medical Research*, *57*(1), 33-39.
- Naiglio, M. A., Nani, V., Giammanco, G., & Pignato, S. (2007). Excessive Internet use and Internet addiction: emerge public health issues, *Igiene e sanita pubblica*, *63*(2), 127-136.
- Nassehi, A., Arbabisarjou, A., Jafari, M., Ghasemi, M., & Najafi, K. (2016). Surveying the relationship of Internet addiction with dependence on cell phone, depression, anxiety, and stress in collegians (Case study: Bam University of Medical Sciences). *International Journal of Advanced Biotechnology and Research*, *7*, 2267-2274. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122080>.
- Ngo, F. T., Piquero, A. R., LaPrade, J., & Duong, B. (2020). Victimization in cyberspace: Is it how long we spend online, what we do online, or what we post online?. *Criminal Justice Review*, *45*(4), 430-451. <https://doi.org/10.1177/0734016820934175>.
- Nixon, C. L. (2014). Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent health, medicine and therapeutics*, 143-158.
- Pearson K (1904). Report on certain enteric fever inoculation statistics. *British Medical Journal*, *3*, 1243-1246.
- Peláez-Fernández, M. A., Chamizo-Nieto, M. T., Rey, L., & Extremera, N. (2021). How do cyber victimization and low core self-evaluations interrelate in predicting adolescent problematic technology use?. *International journal of environmental research and public health*, *18*(6), 3114. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063114>.

- Peker, A., Eroğlu, Y., & Ada, Ş. (2012). The investigation of predictors of cyberbullying and cyber-victimization in adolescents. *Journal of Education*, 12, 185–206. <https://doi.org/10.9761/JASSS3597>.
- Peled, Y. (2019). Cyberbullying and its influence on academic, social, and emotional development of undergraduate students. *Heliyon*, 5(3), e01393. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01393>.
- Pontes, H. M., Patrão, I. M., & Griffiths, M. D. (2014). Portuguese validation of the Internet Addiction Test: An empirical study. *Journal of behavioral addictions*, 3(2), 107-114. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.2.4>.
- Ramón-Arбуés, E., Granada-López, J. M., Martínez-Abadía, B., Echániz-Serrano, E., Antón-Solanas, I., & Nash, M. (2021). Prevalence and factors associated with problematic internet use in a population of Spanish university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7620. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147620>.
- Ribeiro, J. L. P., & Marques, T. M. P. F. S. (2009). A avaliação do stresse: a propósito de um estudo de adaptação da escala de percepção de stresse.
- Rivituso, J. (2014). Cyberbullying victimization among college students: An interpretive phenomenological analysis. *Journal of Information Systems Education*, 25(1), 71-76.
- Schiffrrin, H., Edelman, A., Falkenstern, M., & Stewart, C. (2010). The associations among computer-mediated communication, relationships, and well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 299-306. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0173>.
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T., & Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of affective disorders*, 256, 668-672. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.055>.
- Shaffer, H. J., LaPlante, D. A., LaBrie, R. A., Kidman, R. C., Donato, A. N., & Stanton, M. V. (2004). Toward a Syndrome Model of Addiction: Multiple Expressions,

Common Etiology. *Harvard Review of Psychiatry*, 12, 367-374.

<https://doi.org/10.1080/10673220490905705>.

Silva, S. (2014, Novembro, 3). *Quase três quartos dos jovens têm sinais de dependência da internet*. *Jornal Público*. http://www.ispa.pt/ficheiros/noticias/03-11-2014_quase_tres_quartos_dos_jovens_tem_sinais_de_dependencia_da_internet_publico-web.pdf. Acedido em janeiro de 2023.

Simsek, N., Sahin, D., & Evli, M. (2019). Internet addiction, cyberbullying, and victimization relationship in adolescents: a sample from Turkey. *Journal of Addictions Nursing*, 30(3), 201-210. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000296>.

Šléglová, V., & Cerna, A. (2011). Cyberbullying in adolescent victims: Perception and coping. *Cyberpsychology: journal of psychosocial research on cyberspace*, 5(2). Article 4. <https://cyberpsychology.eu/article/view/4248>.

Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376–385. <https://doi.org/10.1111/j.14697610.2007.01846.x>.

Song, I., Larose, R., Eastin, M. S., & Lin, C. A. (2004). Internet gratifications and Internet addiction: On the uses and abuses of new media. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(4), 384-394. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.384>.

Soule, L. C., Shell, L. W., & Kleen, B. A. (2003). Exploring Internet addiction: Demographic characteristics and stereotypes of heavy Internet users. *Journal of Computer Information Systems*, 44(1), 64-73. <https://doi.org/10.1080/08874417.2003.11647553>.

Wachs, S., Vazsonyi, A. T., Wright, M. F., & Ksinan Jiskrova, G. (2020). Cross-national associations among cyberbullying victimization, self-esteem, and Internet addiction: Direct and indirect effects of alexithymia. *Frontiers in Psychology*, 11, 1368. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01368>.

- Watters, C. A., Keefer, K. V., Kloosterman, P. H., Summerfeldt, L. J., & Parker, J. D. (2013). Examining the structure of the Internet Addiction Test in adolescents: A bifactor approach. *Computers in Human Behavior, 29*(6), 2294-2302. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.05.020>.
- Wang, P., lei, L., Lu, G. & Li, B. (2020). Social networking sites addiction nad materialism among Chinese adolescents: A moderated mediation model involving depression nad need to belong. *Frontiers in Psychology, 11*, 581274. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.581274>.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: Na integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of adolescents health, 48*(2), 121-127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Social consequences of the Internet for adolescents: A decade of research. *Current directions in psychological science, 18*(1), 1-5.
- Van Geel, M., Vedder, P., & Taniol, J. (2014). Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: a meta-analysis. *JAMA pediatrics, 168*(5), 435-442. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.4143>.
- Uddin, M. S., Mamun, A., Iqbal, M. A., Nasraullah, M., Asaduzzaman, M., Sarwar, M. S., & Amran, M. S. (2016). Internet addiction disorder nad its pathogenicity to psychological distress nad depression among university students: A cross-sectional pilot study in Bangladesh. *Psychology, 7*(08), 1126-1137. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.78113>.
- Xin, M., Chen, O., Liang, Q., Yu, C., Zhen, S., & Zhang, W. (2021). Cybervictimization nad adolescent internet addiction: a moderated mediation model. *International Journal of environmental research and public health, 18*(5), 2427. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052427>.
- Yadav, P., Banwari, G., Parmar, C., & Maniar, R. (2013). Internet addiction and its correlates among high school students: A preliminary study from

- Ahmedabad, India. *Asian journal of psychiatry*, 6(6), 500-505.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.06.004>.
- Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., El Osta, N., Karam, L., Hajj, A., & Rabba Khabbaz, L. (2016). Internet addiction nad relationship with insomnia, naxiety, depression, stress nad self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PloS one*, 11(9), e0161126. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161126>.
- Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.
<https://doi.org/10.1089/cps.1998.1.237>.
- Young, K. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Comsequence. *American Behavioral Scientist*, 48, 402-415.
<https://doi.org/10.1177/0002764204270278>.
- Tas, I. (2019). Association between depression, anxiety, stress, social suport, resilience and internet addiction: A structural equation modelling. *Malaysian Online Journal of Educational Technology (MOJET)*, 7(3).
<https://doi.org/10.17220/mojet.2019.03.001>.
- Tsaousis, I. (2016). The relationship of self-esteem to bullying perpetration nad peer victimization among schoolchildren nad adolescents: A meta-analytic review. *Aggression and violent behavior*, 31, 186-199.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005>.
- Tsimtsiou, Z., Haidich, A. B., Drontsos, A., Dantsi, F., Sekeri, Z., Drosos, E., ... & Arvanitidou, M. (2017). Pathological Internet use, cyberbullying and mobile phone use in adolescence: A school-based study in Greece. *International journal of adolescent medicine and health*, 30(6), 20160115.
<https://doi.org/10.1515/ijamh-2016-0115>.
- Zenebe, Y., Kunno, K., Mekonnen, M., Bewuket, A., Birkie, M., Necho, M., ... & Akele, B. (2021). Prevalence nad associated factors of internet addiction among undergraduate university students in Ethiopia: a community university-based

cross-sectional study. *BMC Psychology*, 9, 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-02000508z>.

Anexos

Anexo A- Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas



Universidade do Minho

Conselho de Ética

Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas

Identificação do documento: CEICSH 115/2021

Relatores: Emanuel Pedro Viana Barbas Albuquerque e Marlene Alexandra Veloso Matos

Título do projeto: *Associações entre o stress, adição à internet e cyberbullying, nos adolescentes*

Equipa de Investigação: Noémia Gomes Jesus (IR), Mestrado em Psicologia Aplicada, Escola de Psicologia, Universidade do Minho; Professora Doutora Paula Cristina Marques Martins (Orientadora), Escola de Psicologia, Universidade do Minho.

PARECER

A Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas (CEICSH) analisou o processo relativo ao projeto de investigação acima identificado, intitulado *Associações entre o stress, adição à internet e cyberbullying, nos adolescentes*.

Os documentos apresentados revelam que o projeto obedece aos requisitos exigidos para as boas práticas na investigação com humanos, em conformidade com as normas nacionais e internacionais que regulam a investigação em Ciências Sociais e Humanas.

Face ao exposto, a Comissão de Ética para a Investigação em Ciências Sociais e Humanas (CEICSH) nada tem a opor à realização do projeto nos termos apresentados no Formulário de Identificação e Caracterização do Projeto, que se anexa, emitindo o seu parecer favorável, que foi aprovado por unanimidade pelos seus membros.

Braga, 13 de dezembro de 2021.

O Presidente da CEICSH

(Acílio Estanqueiro Rocha)

Anexo: Formulário de identificação e caracterização do projeto

