



Marília Gurgel de Castro

O ESTABELECIMENTO DE RELACIONAMENTOS AMOROSOS *ONLINE* ENTRE JOVENS ADULTOS

Dissertação de mestrado em Temas de Psicologia do Desenvolvimento, orientada pela Professora Doutora Maria Paula Barbas de Albuquerque Paixão e apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Setembro de 2017



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

**O ESTABELECIMENTO DE RELACIONAMENTOS AMOROSOS
ONLINE ENTRE JOVENS ADULTOS.**

Marília Gurgel De Castro

Dissertação de mestrado em Temas de Psicologia do Desenvolvimento,
orientada pela Professora Doutora Maria Paula Barbas de Albuquerque Paixão
e apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da
Universidade de Coimbra



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Esta tese foi escrita de acordo com o Português brasileiro e não ao abrigo do Acordo Ortográfico.

Aos queridos Paul e Isabel, Diogo e Ana Paula, Jean e Priscilla, Luís Fernando e Rília e a todos os que tiveram na Internet o princípio da sua história de amor.

Agradecimentos

Generatividade é a palavra que me vem, o sentimento de estar a contribuir com a sociedade através de algo que produzi. Soma-se a este sentimento a minha sincera gratidão a todos que colaboraram de alguma forma para a geração dessa tese. Estou especialmente grata:

Ao meu Deus e Senhor, por me fortalecer, me inspirar e por conceder esta vitória à minha família.

Ao meu amado esposo Magno, companheiro de vida, por seu amor, apoio e dedicação.

Às minhas filhas queridas, Camila, Jamile e Elisa. Cada uma, de forma especial, enche minha vida de alegria e propósito.

À minha orientadora, Professora Doutora Paula Paixão, por sua atenção, disponibilidade, competência e hospitalidade, pois fez muito mais do que orientar uma dissertação, apoiando a minha família em seu país.

Aos Professores Doutores Margarida Lima, Maria Jorge Ferro, Joaquim Armando Ferreira, Piedade Rebelo, Maria da Luz Dias, Pedro Urbano, Cristina Petrucci e José Pacheco, por terem compartilhado vosso conhecimento conosco em suas aulas.

Aos clientes e amigos que inspiraram o interesse pelo tema ao compartilharem comigo as suas experiências de vida.

Era muito fácil ser cínica e fazer troça, mas, quando recuava um passo, Kat tinha consciência de um facto que lhe ia directo ao coração: cada um daqueles perfis era uma vida. Simples, não é verdade? Pois é, mas o certo era que cada um daqueles perfis repletos de *clichés* a pedir amor era um ser humano como ela, uma pessoa com sonhos, aspirações e desejos. (Coben, 2016, p. 18)

Resumo

O impacto do uso das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) nos comportamentos humanos vem sendo objeto de estudo em diferentes disciplinas das ciências sociais e da saúde, pois promoveu mudanças na forma como nos relacionamos inter e intrapessoalmente e com o mundo. Através deste estudo quantitativo-descritivo, no âmbito da Psicologia do Desenvolvimento, interessou-nos verificar a tendência, entre jovens adultos em Portugal, de utilização das TIC para procurar o amor, a intimidade e o sexo. E ainda, que impactos esse uso poderia promover no seu bem-estar e autonomia. Os objetivos deste estudo consistiram em 1) analisar dimensões do bem-estar dos jovens adultos que fazem e dos que não fazem uso da Internet para fins de relacionamento amoroso; 2) analisar o grau de internalização da regulação comportamental no domínio da intimidade, e 3) verificar se os relacionamentos amorosos online, entre jovens adultos, têm predominantemente características de paixão, de intimidade ou de compromisso. O inquérito aplicado foi composto de um questionário para recolha de dados sociodemográficos, da versão portuguesa reduzida da Escala de Afeto Positivo e Negativo – PANAS-VRP; da versão portuguesa da Escala de Satisfação com a Vida – ESV; da versão portuguesa da Escala de Motivações para as Atividades Relacionais – EMAR; e da versão portuguesa (Brasil) da Escala Triangular do Amor de Sternberg, versão reduzida – ETAS-R. Por amostragem de conveniência, o estudo contou com 176 participantes (127 mulheres e 49 homens), com uma média de idade de 25,4 anos. A maioria dos participantes são solteiros (81.8%), vivendo com os pais (35.6%) ou com colegas (22,7%). Um grande número de participantes são de nacionalidade Portuguesa (65.9%) ou Brasileira (29,5%), sendo principalmente estudantes já licenciados (45.5%) e mestres (29,5%). Em média, os jovens adultos desta amostra informaram que acedem aos *sites* de relacionamento e redes sociais por 10 horas semanais. Apenas 21,2% dos participantes declararam usar *sites* de relacionamento, sendo que 93 participantes já estabeleceram relacionamentos *online*. A maioria (68%) prefere fazer uso de redes sociais, como o *Facebook* (52,8%) e Instagram, de entre outras, como um sítio complementar para conhecer novos amigos (54,7%) e/ou novos parceiros

para relacionamentos casuais (16,1%). Os resultados revelaram que a variável paixão mostrou-se como preditora significativa de BES, tanto na satisfação com a vida, quanto no afeto positivo; os jovens adultos que iniciam o relacionamento amoroso *online* e dão continuidade a este relacionamento presencialmente apresentaram valores significativamente mais elevados de bem-estar do que os que mantêm o relacionamento exclusivamente virtual; e, enquanto os jovens adultos que têm o perfil verdadeiro nos *sites* de relacionamento/redes sociais apresentaram maiores níveis de regulação autônoma, os que têm perfis falsos ou supervalorizados sentem mais afeto positivo. Concluímos, com este estudo exploratório, que, nesta fase do desenvolvimento, os jovens adultos em Portugal preferem explorar várias possibilidades de relacionamentos a estabelecerem relações amorosas de compromisso.

Palavras-chave: Adulto emergente; Relacionamento virtual; Bem-estar; Autodeterminação.

Abstract

The impact of the use of Information and Communication Technologies (ICT) on human behaviors has been studied in different disciplines of the social and health sciences, as it has promoted changes in the way we interact inter and intrapersonal and with the world. Through this quantitative-descriptive study, within the scope of Developmental Psychology, we were interested in analyzing the tendency among young adults in Portugal to use ICT to search for love, intimacy and sex. Also, what impacts that use could promote in their well-being and autonomy. The objectives of this study were: 1) to analyze the dimensions of the well-being of the young adults who use and those who do not use the Internet for the purpose of romantic relationships; 2) to analyze the degree of internalisation of behavioral regulation in the intimacy domain, and 3) to analyse how online romantic relationships among young adults are predominantly characterized in the domains of passion, intimacy or commitment. The survey was composed of a questionnaire for the collection of sociodemographic data, of the reduced Portuguese version of the Positive and Negative Affect Scale - PANAS-VRP; of the Portuguese version of the Satisfaction With the Life Scale - SWLS; of the Portuguese version of the Motivations for Relational Activities scale - MRA; and of the Portuguese version (Brazil) of the Sternberg Triangular Love Scale, reduced version - STLS-R. By convenience sampling, the study included 176 participants (127 women and 49 men), with a mean age of 25.4 years. Most participants are unmarried (81.8%), live with their parents (35.6%) or with colleagues (22.7%). Many participants are Portuguese (65.9%) or Brazilian (29.5%), mainly students with a graduation (45.5%) or with a master degreee (29.5%). On average, young adults in this sample reported accessing dating and social networking sites for 10 hours a week. Only 21.2% of respondents reported using dating sites, with 93 participants already establishing online dating relationships. The majority (68%) prefer to use social networks, such as *Facebook* (52.8%) and Instagram, among others, as a complementary place to meet new friends (54.7%) and / or new relationships partners (16.1%). The results revealed that the passion variable proved to be a significant predictor of Subjective Well-Being, both in life satisfaction and in positive affect; the young

adults who initiate the online romantic relationship and maintain this relationship on a face-to-face basis have significantly higher values of well-being than those who maintain the relationship exclusively on a virtual basis; and while young adults who have the true profile on social networking sites have had higher levels of autonomous regulation, those with fake or overvalued profiles feel more positive affect. We conclude with this exploratory study that, at this stage of development, young adults in Portugal prefer to explore rather than commit possibilities in the área of romantic relationships.

Keywords: Emergent adult; Virtual relationship; Well-being; Self-determination.

Lista de Ilustrações

Figura 1 - As cores do Amor – Teoria de John Lee.....	39
Figura 2 - Triângulo de Sternberg – Três dimensões do amor.....	42
Figura 3 - Triângulo de Sternberg – Dimensões do amor isoladas ou combinadas.....	44
Figura 4 - Continuum da autodeterminação do comportamento.....	106

Lista de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica (N=176)	117
Tabela 2 - Auto percepção da extroversão	118
Tabela 3 - Nº de horas a que acede ao site de relacionamento.....	118
Tabela 4 - Site de relacionamento/Rede social de uso mais frequente.....	119
Tabela 5 - O que o site de relacionamento mais representa.....	120
Tabela 6 - Veracidade do perfil no site de relacionamento/rede social	120
Tabela 7 - Nº de relacionamentos amorosos recentes que iniciaram online ..	121
Tabela 8 - Continuidade do relacionamento amoroso iniciado online	121
Tabela 9 - Fidelidade após conhecer alguém interessante	122
Tabela 10 - Estatística descritiva da escala ESV	131
Tabela 11 - ESV Estatística descritiva dos itens	131
Tabela 12 - EMAR Rotação dos fatores.....	132
Tabela 13 - Estatística descritiva da subescala MA/EMAR.....	133
Tabela 14 - MA: Correlação item-item.....	133
Tabela 15 - MA: Estatística descritiva por item	134
Tabela 16 - Estatística descritiva da subescala MC/EMAR.....	134

Tabela 17 - MC: Correlação item-item	135
Tabela 18 - Consistência interna das subescalas ETAS - R	135
Tabela 19 - Estatística descritiva ETAS - R.....	136
Tabela 20 - Estatística descritiva Afeto Negativo	137
Tabela 21 - Estatística descritiva Afeto Positivo.....	137
Tabela 22 - Consistência interna das escalas e subescalas	138
Tabela 23 - Estatísticas descritivas	139
Tabela 24 - Correlação entre as variáveis psicológicas	140
Tabela 25 - Resumo do modelo SV	142
Tabela 26 - Coeficientes SV.....	142
Tabela 27 - Resumo do modelo AP	143
Tabela 28 - Coeficientes AP.....	143
Tabela 29 - Resumo do modelo AN	144
Tabela 30 - Bem-estar subjetivo e continuidade	144
Tabela 31 - Afetos e relacionamentos iniciados online	145
Tabela 32 - Veracidade do perfil e Bem-estar subjetivo.....	146
Tabela 33 - Introversos, afeto positivo e relacionamento online.....	149

Tabela 34 - Gênero e EMAR.....	147
Tabela 35 - Nacionalidade e EMAR.....	147
Tabela 36 - Idade e EMAR.....	148
Tabela 37 - Escolaridade e EMAR.....	148
Tabela 38 - Grupos etários e Motivação.....	149
Tabela 39 - Veracidade do perfil e autodeterminação.....	149
Tabela 40 - Gênero e ETAS - R.....	150
Tabela 41 - Escolaridade e ETAS - R.....	150
Tabela 42 - Nacionalidade e ETAS - R.....	151
Tabela 43 - Idade e ETAS - R.....	151
Tabela 44 - Bem-estar e compromisso nos relacionamentos.....	152
Tabela 45 - Correlação entre EMAR e ETAS - R.....	152

AN – Afeto Negativo

AP – Afeto Positivo

BES – Bem-estar Subjetivo

CMC – Comunicação Mediada por Computador

EMAR – Escala de Motivação para Atividades Relacionais

ESV – Escala de Satisfação com a Vida

ETAS-R – Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida

MA – Motivação Autônoma

MC – Motivação Controlada

PANAS-VRP – Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão Reduzida Portuguesa

SV – Satisfação com a Vida

TAD – Teoria da Autodeterminação

TIC – Tecnologias da Informação e da Comunicação

Lista de Ilustrações.....	xi
Lista de Tabelas	xii
Lista de Siglas	xv
Sumário	xvi
Introdução	22
Parte I – Fundamentação Teórica	28
Intimidade e Amor.....	29
1.1. Introdução ao amor.....	29
1.1.1. Gênero e relacionamentos de intimidade	31
1.2. Amor líquido	33
1.3. Classificações do amor	35
1.4. A teoria triangular do amor	41
1.5. Intimidade e autorrevelação das emoções	45
1.6. Intimidade e auto dissimulação	46
1.7. (Ciber)Infidelidade	48
Jovem adulez e Adulez emergente	53

2.1. A jovem adultez.....	53
2.1.1. A Teoria dos Sete Vetores de Desenvolvimento.....	56
2.2. A adultez emergente	59
2.3. As gerações Y e Z.....	61
2.4. Identidade	62
2.5. A intimidade na jovem adultez.....	64
2.6. A jovem adultez em Portugal	66
Sociabilidade na Internet	68
3.1. A ecologia mediática	68
3.2. A comunicação mediada por computador (CMC).....	69
3.3. Imediatez na comunicação	71
3.4. Vantagens e desvantagens da interação virtual	72
3.5. As interações nas redes sociais.....	74
3.5.1. Descrição das redes sociais Facebook e Twitter	76
3.6. Os sites de relacionamento	76
3.6.1. Descrição dos sites de relacionamento Meetic e Badoo.....	81
3.7. Relacionamentos online vs. offline	85

3.8. Veracidade do perfil online	90
Bem-estar.....	95
4.1. Psicologia Positiva.....	95
4.2. Bem-Estar Psicológico	96
4.3. Bem-estar Subjetivo	98
4.3.2. Afeto positivo e afeto negativo.....	101
4.3.1. Satisfação com a vida	102
4.3.3. O Bem-estar nas relações amorosas online	103
A Teoria da Autodeterminação	104
5.1. A TAD e as necessidades psicológicas básicas	104
5.2. As orientações motivacionais nos relacionamentos amorosos	105
5.3. Motivação e gênero	109
Parte II – Contributo Empírico.....	111
Enquadre Metodológico.....	112
6.1. Metodologia.....	112
6.2. Objetivos.....	112
6.3. Hipóteses de investigação.....	113

6.4. Variáveis em estudo.....	114
6.4.1. Variáveis sociodemográficas	114
6.4.2. Variáveis socio-comportamentais.....	115
6.4.3. Variáveis psicométricas:	116
6.5. População e amostra	116
6.5.1. Descrição da amostra.....	116
6.6. Descrição dos Materiais e instrumentos	123
6.6.1. Questionário sociodemográfico	123
6.6.2. Escala de Satisfação com a Vida	123
6.6.3. Escala de Motivação para Atividades Relacionais	124
6.6.4. Escala Triangular do Amor de Sternberg	125
6.6.5. Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo	125
6.7. Procedimentos de investigação adotados	126
6.7.1. Procedimentos éticos	126
6.7.2. Procedimentos formais	126
Resultados	129
7.1. Análise estatística	129

7.1.1. Descrição dos procedimentos estatísticos.....	129
7.1.2. Avaliação psicométrica dos instrumentos de avaliação psicológica ..	130
7.2. Análise dos dados	141
7.2.1. H1	141
7.2.2. H1.1	144
7.2.3. H1.2	145
7.2.4. H1.3	145
7.2.5. H1.4	146
7.2.6. H2	147
7.2.7. H2.1	148
7.2.8. H2.2	149
7.2.9. H3	150
7.2.10. H3.1	152
7.2.11. H3.2	152
Discussão dos Resultados	153
Considerações finais.....	164
Referências	168

Anexo A.....	180
Correio eletrónico repassado às instituições.....	180
Anexo B.....	181
Consentimento Informado.....	181
Anexo C.....	182
Questionário sociodemográfico.....	182
Anexo D.....	186
Escala de Satisfação com a Vida (ESV).....	186
Anexo E.....	187
Escala de Motivação para Atividades Relacionais (EMAR).....	187
Anexo F.....	193
Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida (ETAS-R).....	193
Anexo G.....	196
Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão Portuguesa Reduzida (PANAS-VRP).....	196
Anexo H.....	198
Extrato das Deliberações da Comissão de Ética e Deontologia da Investigação em Psicologia.....	198

Como um lugar privilegiado para conhecer as diversas experiências que afetam as pessoas, a clínica psicológica é um lugar de ressignificação para o paciente e para o psicoterapeuta. Foi a partir deste lugar que surgiu a necessidade de aprofundar este estudo sobre a temática da intimidade e do bem-estar associados à interação mediada pela Internet, visto que no cotidiano da psicoterapia com pessoas de qualquer idade e situação conjugal, situações que envolvam as interações sociais mediadas pela Internet têm se tornado cada vez mais frequentes.

Segundo Coleta, Coleta e Guimarães (2008) e Cardoso e Lapa (2015), a palavra “Internet”, escrita com inicial maiúscula, significa “rede das redes”, por interligar redes por todo o mundo que utilizam protocolos da TCP/IP (*Transmission Control Protocol/Internet Protocol*) e “internet”, escrita com inicial minúscula, é a interligação de redes locais e/ou de longa distância, através de pontes de ligação (*gateways*) e/ou roteadores.

Pierre Lévy (2000, citado por Nascimento, 2007) definiu a Internet como uma gama de meios físicos, que inclui os computadores, os roteadores, as linhas digitais e os programas para o transporte da informação. Diferenciou de *Web*, que seria um dos vários serviços disponíveis na Internet e o ciberespaço (o mundo virtual) no qual acontecem a comunicação através do correio eletrônico, as webconferências, a partilha de documentos *online*¹. A palavra virtual, do latim *virtus*, é definida como o que existe em potencial e não em ato, mas tende a atualizar-se; o mundo virtual possibilita contatos simultâneos, mesmo que as pessoas não estejam presentes fisicamente, no mesmo espaço geográfico (Nascimento). *Online*, significa a condição de estar conectado à Internet e *offline*, estar desconectado.

O impacto do uso da Internet nos comportamentos humanos vem sendo objeto de estudo em diferentes disciplinas das ciências sociais e da saúde,

¹ Neste estudo usamos os termos *online*, virtual e mediado pela Internet, quando associados aos relacionamentos, com o mesmo sentido de interações que acontecem no ciberespaço.

nomeadamente a Sociologia, a Comunicação e a Psicologia. No entanto, há poucos estudos empíricos sobre o desenvolvimento de relacionamentos amorosos *online*. Os estudos mais atuais buscam fazer aprimoramentos conceituais, recolher dados empíricos sobre as atividades e comportamentos *online*, investigar a relação entre a Internet e as transformações da sociedade contemporânea (Cardoso & Lapa, 2015), e as perturbações do humor, e os fatores da personalidade (Detter, 2006; Costa, 2013), não mais na perspectiva do determinismo tecnológico, mas na perspectiva de que o meio é função do seu uso social (Postmes, 2015).

Nos estudos sobre os relacionamentos que acontecem através dos *sites* de relacionamento os autores têm usado termos como “relacionamentos amorosos via Internet”, “namoros virtuais” (Corrêa, 2010), “relacionamentos *online*”, “relacionamentos amorosos mediados pela Internet” (Detter, 2006; Haak, 2012), “relacionamentos amorosos mediados pela tecnologia” (Nascimento, 2007), e “namoro *online*” (Finkel et al., 2012). Preferimos usar a expressão “relacionamentos amorosos *online*”.

Alguns estudos percebem a mediação da Internet nas atividades e comportamentos sociais como positiva, potenciadora da política, da economia, do desenvolvimento e da conectividade social *offline* (Ponte & Simões, 2015). Consideram que as tecnologias surgiram e vêm sendo aprimoradas e largamente utilizadas para responder às necessidades e anseios das pessoas e para simplificar suas vidas, pois pode-se fazer o mesmo que se fazia antes, mas de forma mais rápida e mais econômica (Ponte & Simões). Cardoso e Lapa (2015) referem estudos que veem as Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC) de forma negativa, pois tendem, segundo esta perspectiva, a promover um aumento da desigualdade social, da alienação individual e a desestimular a formação e a manutenção das comunidades *offline*.

A convivência com as TIC promoveu várias mudanças na forma como as pessoas relacionam-se inter e intrapessoalmente e com o mundo. A intimidade das pessoas, que antes era guardada com sigilo ou compartilhada a um pequeno círculo de pessoas “confiáveis”, hoje é exposta nas vitrines das redes sociais, a um grande número de “amigos” que podem, por sua vez,

compartilhar o conteúdo a outros milhares de amigos. A divulgação e o compartilhamento de informações pessoais são crescentes e disponíveis em/entre vários *sites* e aplicações como *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Snapchat*, *WhatsApp* e *LinkedIn*².

Detter (2006) afirmou que em 2002, em média, 50% dos alunos de graduação e pós-graduação conheciam alguém que formou um relacionamento amoroso *online*. Este momento de grande interação virtual, de maior fluidez no se relacionar, e de mudanças quanto aos novos arranjos familiares e aos papéis sexuais nos relacionamentos íntimos, em si já justifica a importância desse estudo, de qualquer forma, pretendemos, através dele, avaliar o impacto da tendência de utilizar as TIC para procurar o amor, a intimidade e o sexo, nas relações entre jovens adultos em Portugal.

Preferimos usar neste estudo o termo “*site* de relacionamento”, com o mesmo sentido do que outros estudos usam *sites* de encontros, *sites* de namoro, para referir, como definiram Finkel et al. (2012), os *sites* que têm o objetivo de oferecer aos seus utilizadores mais oportunidades para formar novos relacionamentos amorosos, com o potencial para se tornarem relacionamentos a longo prazo, ou mesmo casamento.

Os mesmos autores também definiram o relacionamento amoroso *offline*, ou namoro convencional (presencial), como aquele em que as pessoas se conhecem principalmente através de suas redes sociais convencionais – como o ambiente universitário, os bares, os amigos da família, o clube, a igreja, o trabalho – em encontros face a face e não pela Internet. Já o relacionamento amoroso *online* refere-se à prática de usar a Internet para se buscar, aproximar de ou relacionar-se com um ou mais parceiros românticos, principalmente através de *sites* de relacionamento (Finkel et al., 2012).

² *Facebook*, é a maior rede social do mundo, lançada em 2004, tem atualmente 2 bilhões de utilizadores ativos (Facebook, 2017); *Twitter*, é uma rede social de *microblogging* (atualização e publicação de imagens e textos de até 200 caracteres a partir de blogues), lançada em 2006, hoje com 288 milhões de utilizadores (Twitter, 2017); *Instagram*, é uma rede social de compartilhamento de fotos e vídeos, lançada em 2010, hoje com 600 milhões de utilizadores (Instagram, 2017); *LinkedIn*, é uma rede social para interesses profissionais, fundada em 2002, hoje com 500 milhões de utilizadores (LinkedIn, 2017); *Snapchat*, é uma aplicação de mensagens com base em imagens de até dez segundos, lançado em 2011, hoje com 166 milhões de utilizadores (Carvalho, 2017); e *WhatsApp*, é uma aplicação de mensagens instantâneas e chamadas de voz e vídeo, hoje com 1 bilhão de utilizadores (WhatsApp, 2017).

O primeiro objetivo específico deste estudo consistiu em investigar os componentes do Bem-Estar Subjetivo (BES) dos jovens adultos que fazem ou não uso da Internet para fins de relacionamento amoroso. Compreendemos o BES pela forma em que a pessoa mais constantemente reage emocionalmente e pela forma como avalia cognitivamente sua vida. Previmos que: H1: As variáveis psicológicas em estudo relacionadas com a regulação comportamental do relacionamento, com as dimensões do amor (paixão, intimidade e decisão/compromisso) são preditoras dos indicadores de BES; H1.1: Os jovens adultos que iniciam um relacionamento romântico virtual e dão continuidade ao mesmo com encontros presenciais sentem mais bem-estar do que aqueles que mantêm o relacionamento exclusivamente no domínio virtual; H1.2: Há diferenças nos níveis, respectivamente, de afeto positivo (AP) e de afeto negativo (AN) entre os jovens que usam e os que não usam a Internet para iniciar relacionamentos amorosos; H1.3: Os jovens adultos que assumem sua verdadeira identidade em *sites* de relacionamento e nos relacionamentos virtuais sentem mais bem-estar que os que assumem perfis falsos ou “supervalorizados”; H1.4: Os jovens adultos que se consideram introvertidos e que iniciaram relações amorosas através da Internet sentem mais afeto positivo do que os que se consideram introvertidos, mas não usaram a Internet para conhecer novos parceiros.

O segundo objetivo específico deste estudo foi analisar o grau de internalização da regulação comportamental no domínio da intimidade. Tomamos por base a Teoria da Autodeterminação (TAD), que representa uma estrutura conceitual ampla para o estudo da motivação e do desenvolvimento da personalidade humana. Hipotetizamos que H2: Há diferenças na internalização da regulação comportamental na autorrevelação da intimidade em função das variáveis sociodemográficas gênero, nacionalidade, idade e escolaridade; H2.1: Os jovens adultos mais velhos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por regulação autodeterminada (i.e., motivações intrínseca, integrada, e identificada) do que por regulação não autodeterminada (i.e., motivações introjetada, externa e amotivação); e H2.2: Há diferenças na

regulação comportamental para o relacionamento (tanto na motivação autônoma, como na controlada) em função da veracidade do perfil de relacionamento online (totalmente verdadeiro vs. parcial ou totalmente falso).

O terceiro objetivo específico foi verificar se as relações íntimas em *sites* de relacionamento, entre jovens adultos, têm predominantemente características de paixão, de intimidade ou de decisão/compromisso. Tomamos por base a Teoria Triangular do Amor, de Sternberg (1987, citado por Oliveira, 2010). Temos como hipóteses: H3: Há diferenças nas dimensões do amor em função das variáveis sociodemográficas gênero, escolaridade, nacionalidade e idade; H3.1: os jovens adultos que demonstram compromisso nas relações que iniciam virtualmente sentem mais bem-estar do que aqueles que exploram vários relacionamentos; H3.2: A relação entre o compromisso e a regulação autodeterminada do relacionamento é mais elevada do que a relação entre esta última variável e, respectivamente, a paixão e a intimidade no relacionamento amoroso.

A estrutura deste estudo está organizada em duas partes, sendo a primeira constituída pela fundamentação teórica, e a segunda, dedicada ao contributo empírico, integra a organização metodológica bem como a apresentação e discussão dos dados. A primeira parte é composta por cinco capítulos que discorrem sobre as seguintes temáticas: capítulo I – *Intimidade e amor*, no qual apresentamos definições e classificações do amor, revisão sobre a autorrevelação de sentimentos e a intimidade, sobre a satisfação no amor e sobre a infidelidade; capítulo II – *Jovem adulez e Adulez emergente*, dedicado principalmente ao estudo sobre a jovem adulez, segundo Erik Erikson, e a adulez emergente, segundo Jeffrey Arnett, revisão sobre identidade e intimidade, e contextualização sobre a jovem adulez em Portugal; capítulo III – *Sociabilidade na Internet*, no qual escrevemos sobre as interações e a comunicação mediadas pela Internet, revisamos sobre as redes sociais e os *sites* de relacionamento e suas implicações no estabelecimento das relações amorosas, em comparação com os relacionamentos convencionais, e sobre as vantagens e desvantagens do uso destes *sites*; capítulo IV – *Bem-estar*, no qual analisamos, no âmbito da Psicologia Positiva, sobre o conceito de BES e de seus

componentes, a satisfação com a vida (SV), o afeto positivo (AP) e o afeto negativo (AN); e por fim, o capítulo V – *A teoria da autodeterminação*, a qual dá fundamento para a análise deste estudo quanto à regulação da motivação, nomeadamente para a atividade de autorrevelação dos sentimentos.

A segunda parte deste estudo é composta por três capítulos: VI – *Enquadramento Metodológico*, em que situamos o leitor relativamente ao presente estudo, através da apresentação dos objetivos e das hipóteses, apresentamos as variáveis avaliadas, descrevemos a amostra, assim como os instrumentos utilizados e apresentamos os procedimentos realizados; capítulo VII – *Resultados*, onde especificamos como foi realizada a análise estatística, apresentamos a avaliação psicométrica dos quatro instrumentos utilizados; e expomos a análise dos dados, de acordo com cada hipótese; capítulo VIII – *Discussão*, na qual analisamos cada hipótese à luz do aporte teórico apresentado inicialmente, discutimos as limitações deste estudo e as contribuições que este pode dar para o campo de estudo da Psicologia do Desenvolvimento.

Parte I – Fundamentação Teórica

CAPÍTULO I

Intimidade e Amor

Neste capítulo iniciaremos com um breve histórico sobre o amor, a intimidade e a paixão até os tempos atuais, ressaltando o conceito sociológico de amor líquido. Em seguida apresentaremos algumas classificações teóricas sobre o amor, destacando a Teoria Triangular do Amor. Abordaremos a autorrevelação e a autodissimulação no contexto da intimidade e, ao final, explanaremos sobre a infidelidade, inclusive no ciberespaço.

1.1. Introdução ao amor

O amor é um tema presente nas produções artísticas e literárias desde tempos imemoriais, sendo objeto de inspiração de grandes filósofos (como Platão, Voltaire e Erich Fromm), escultores (e.g. Antonio Canova e Auguste Rodin) e pintores (e.g. Pierre Renoir, Gustav Klimt, e René Magritte) e da história da humanidade. O amor é considerado como característica ou entidade divina em várias religiões, como os deuses gregos do amor, Eros e Afrodite, os deuses romanos Cupido e Vênus (século VIII a.C.), e o Deus judaico-cristão (1Jo 4:8, Almeida Revista e Atualizada). A ciência também vem se interessando pelo estudo do amor, em suas várias áreas, nomeadamente na Sociologia, na Medicina e na Psicologia (Oliveira, 2010).

Carvalho (1999) afirma que desde a Antiguidade Clássica até o século XII a paixão era considerada um desvio moral, quase como uma alienação ou “acesso”, uma doença. O casamento, na classe aristocrática, era concedido apenas ao primogênito, do sexo masculino, único herdeiro, e era resultado de um acordo político-econômico feito entre duas famílias, sem a intervenção da igreja. A partir do século XVII, as mudanças sociais, econômicas e políticas implicaram na redefinição do casamento como um consentimento recíproco entre um homem e uma mulher, sob a validação da Igreja Católica. Entra em questão o amor *Ágape*, o amor cristão, que representa tanto o relacionamento

entre Deus com a igreja, quanto entre as pessoas. O amor passa a ser valorizado também no contexto do casamento, como cita Carvalho (1999):

Porque amar, é amar a Deus e obedecer-Lhe, e Ele ordena que nos amemos uns aos outros. Onde o amor paixão amava uma imagem, o amor cristão ama o outro tal como ele é. O Amor pode ser agora recíproco e feliz, pois é ordenado e santificado pelo casamento, como testemunham as Epístolas de S. Paulo aos Coríntios: «para evitar o desregramento, que cada homem tenha a sua mulher, e cada mulher o seu homem», e confere direitos iguais ao homem e à mulher, ainda S. Paulo: «não é a mulher que tem poder sobre o seu próprio corpo, mas sim o seu marido. Da mesma maneira, o marido não tem poder sobre o seu corpo, mas sim a sua mulher. (p. 735)

No entanto, na prática, a castidade no casamento permaneceu, em que a Igreja Católica incitava a prática do sexo apenas para fins de procriação. Criou-se, então, um grande conflito, pois os jovens casavam-se por estarem apaixonados, porém o casamento não era o espaço de experienciar e alimentar essa paixão, antagônica ao amor (Carvalho, 1999). O adultério também não era opção, pelo menos para as mulheres, sendo castigado, com pena de morte por decapitação ou afogamento (Costa, 2007).

No século XIX, com a industrialização, surge a primeira revolução sexual, com uma nova concepção de casamento por amor, baseado no ideal romântico e no ideal de igualdade entre os sexos. A segunda revolução sexual aconteceu no século XX, com a secularização do amor e da felicidade, sob grande influência do capitalismo e da psicanálise, dando ênfase à satisfação dos desejos e impulsos. Para Costa (2007) estamos vivendo, no século XXI, a terceira revolução sexual, na qual há maior sinceridade no relacionamento amoroso e maior reconhecimento de necessidades e fantasias de ambos os sexos. Heilborn (2004, citado por Nascimento, 2007) concorda que houve um processo que levou a uma maior autonomia relativamente à sexualidade, cada vez menos regrada pela moralidade repressora, principalmente nas sociedades ocidentais.

De acordo com Nascimento (2007) a nova moral, de subjetividade autônoma e de solidariedade, permite que cada um faça aquilo que lhe apetecer, contanto que não prejudique as outras pessoas. Na sexualidade, portanto, toda forma de amar vale a pena, desde que haja consentimento mútuo. Entretanto, com a maior liberalidade em relação à sexualidade também surgiu a necessidade

de regulamentação jurídica para proteger e garantir o direito à sexualidade digna, assim como para prevenir e punir os abusos e assédios. Se antes as mulheres eram regradas em seu comportamento quanto a ter uma atitude ativa na conquista³, vemos hoje que nos espaços públicos e no ambiente de trabalho, um elogio pode ser considerado legalmente⁴ como importunação sexual, em Portugal, ou importunação ofensiva ao pudor, no Brasil, principalmente quando de um homem para uma mulher.

1.1.1. Gênero e relacionamentos de intimidade

Na perspectiva da Psicologia evolutiva, Shackelford e Buss (1997, citados por Hernandez & Oliveira, 2003) referiram que a intimidade amorosa está relacionada à avaliação dos benefícios e custos totais associados ao relacionamento. Para os psicólogos evolutivos, tanto homens quanto mulheres valorizam em seus parceiros a inteligência, a honestidade e a generosidade, entretando, as mulheres também costumam valorizar homens que têm ambição, que são trabalhadores e que têm mais aquisições, enquanto os homens tendem a atraírem-se mais por parceiras jovens, consideradas belas e que demonstrem bom potencial de reprodutividade.

A perspectiva acima considera uma dinâmica percebida através de gerações e entre várias culturas. O que dizer da atual sociedade ocidental, na qual as mulheres conquistam cada vez mais espaço e apoderamento político, social e pessoal, buscando um novo ideal de relacionamento íntimo não mais baseado na dependência e na submissão ao homem? Sociedade que testemunha também uma revolução quanto a diversidade de identidades de gênero, gerando uma pluralidade de arranjos familiares, com uniões hetero ou homossexuais, com ou sem a geração de filhos? Nascimento (2007) refletiu, à luz do filósofo Foucault, de que o amor e a sexualidade envolvidos nas práticas

³ Conquista aqui é usado no sentido figurado, relativamente aos comportamentos de sedução.

⁴ Em Portugal, através de um aditamento ao artigo 170º do Código Penal em 2015, passou a considerar os “piropos” como crime de “importunação sexual”, com pena de prisão até um ano, ou três caso sejam dirigidas a menores de 14 anos (Câncio, 2015). No Brasil, a importunação ofensiva ao pudor, ou seja, o assédio verbal por “cantadas” e ameaças, é penalizado com multa, em casos de condenação, de acordo com o artigo 61 da Lei das contravenções penais (Decreto-lei nº 3.688, de 3 de outubro de 1941) (Ventura, 2016).

amorosas, são atravessados pelo discurso vigente em determinados contextos sociais e culturais.

Em todos os estudos referenciados, inclusive neste, usa-se o termo gênero, mas apenas para se avaliar as diferenças das variáveis relacionadas às categorias de sexo: feminino e masculino. Sabemos, no entanto, que há diferença, principalmente em se tratando de estudos na área da Psicologia, entre sexo e gênero, sendo a primeira relativa a diferenciação biológica e cromossômica (XX = mulher e XY = homem) e a segunda, uma identificação pessoal e psicológica com categorias construídas culturalmente e que estão tanto associadas a como se percebem quanto à masculinidade e a feminilidade, como com o seu objeto de desejo sexual.

Gaine e La Guardia (2009), em seu estudo verificaram a associação entre a personalidade, o gênero, o afeto e a autonomia. Seus resultados demonstraram que tanto as mulheres quanto os homens que eram mais fechados à experiência, mais rígidos e que experimentavam mais AN, eram os mais propensos a sentirem-se pressionados, obrigados a se envolverem em atividades relacionais. Por outro lado, os homens e as mulheres mais amigáveis, mais conscienciosos mais extrovertidos e que tinham mais AP estavam mais dispostos a se engajar voluntariamente em suas atividades relacionais.

Em seu estudo com australianos, Henry-Waring e Barraket (2008) verificaram que nos relacionamentos românticos virtuais também há desigualdades de gênero, com suas inerentes dimensões de poder. As mulheres são as mais vulneráveis e ainda enfrentam situações degradantes na sua busca pela intimidade e geralmente aguardam que os homens tomem a iniciativa no contato inicial. O relacionamento virtual, portanto, também reforça as normas sociais e valores existentes, embora haja resistência a esse padrão por parte de algumas mulheres dispostas a assumir a liderança.

Cardoso et al. (2016) afirmam que perdura a segmentação quanto aos padrões sexuais de gênero em Portugal: enquanto ter uma vida sexual ativa torna os rapazes, heróis e confirma sua masculinidade natural, as raparigas ainda são vistas como “vadias”. Ainda há resistência, tanto cultural como política, relativamente ao desenvolvimento de ações de Educação Sexual nas escolas.

Quando acontecem, geralmente estão sob a responsabilidade de professores de Biologia e restringem-se a conteúdos relacionados à saúde, aos órgãos reprodutivos, aos métodos contraceptivos, não criando espaços para o diálogo sobre, por exemplo, temas como gênero e violência, direitos sexuais, sexualidade e prazer, projeto de vida e planejamento familiar (Cardoso et al., 2016). A tendência, porém, é que as mulheres passem a se comportar mais ativamente, segundo Giddens (1993, citado por Nascimento, 2007).

Segundo Carvalho (1999) as relações de amor e de amizade atuais tornaram-se vulneráveis às fragilidades das emoções. Os jovens passaram a iniciar muitos novos relacionamentos, que podem ser muito mais íntimos e intensos em comparação aos de antes, mas que são muito mais facilmente descartados (Bauman, 2004).

1.2. Amor líquido

O sociólogo britânico Anthony Giddens (1993, citado por Corrêa, 2010), diferenciou o “amor romântico” do “amor confluyente”, sendo o primeiro, mais culturalmente associado às mulheres, uma busca por um único parceiro com quem relacionar-se para sempre. Já o amor confluyente busca a realização sexual de ambos os parceiros através de relações fortuitas e casuais (Corrêa). O amor confluyente denominava, então, o novo tipo de relacionamento, não mais baseado no casamento, na monogamia e na heterossexualidade, mas na igualdade entre os sexos e na busca pelo prazer erótico.

Anos depois o sociólogo polonês Zigmunt Bauman (2004), propôs a metáfora de fluidez e escolheu o termo “líquido”, referindo-se à incapacidade dos fluidos de manter a forma, e à sua propensão a moldar-se conforme o contexto que o cerca. Bauman contribuiu com os conceitos sociológicos de “modernidade líquida” e “amor líquido”. A modernidade líquida, para Bauman, refere-se à liquefação das estruturas sólidas da sociedade moderna, tanto as estruturas culturais, institucionais, quanto as morais e psicológicas. Fala sobre a passagem de uma vida segura para uma vida precária, incerta; sobre uma sociedade que acreditava na eternidade, para a da infinitude, que protela ao máximo o tempo

presente; sobre a crise dos valores sociais, a exaltação dos valores individuais e a fragilidade dos vínculos na sociedade atual (Cugini, 2008).

Bauman denunciou o evitamento do amor, da intimidade e do compromisso nas relações, pelo medo do sofrimento, o que gera um comportamento análogo ao do consumismo capitalista (Haack & Falcke, 2014). Assim, cunhou o termo “amor líquido” para denominar as atuais relações (ou conexões) atravessadas pela tecnologia, instáveis, instantâneas e não compromissadas. À semelhança de outras mercadorias, o amor passa a ser uma ligação momentânea, com pouco tempo de garantia, e que logo poderá ser substituída por uma nova ligação (Cugini, 2008).

O casamento oficializado foi aos poucos sendo substituído pela decisão de coabitar, e mesmo quando oficializado, hoje não significa mais um compromisso “até que a morte os separe”, mas “que seja eterno enquanto dure”. Até mesmo a cerimônia passou de um sacramento espiritual a um espetáculo de atrações que envolve uma gama de serviços de buffet, decoração, bolo, trajes, bandas musicais, animadores, cerimonialistas, foto e filmagem, mimos e presentes para os convidados, dentre outros detalhes. Cerimônias que custam uma fortuna ao casal disposto a iniciar a sua vida a dois endividado, mas feliz por ter realizado, e poder divulgar nas redes sociais o “casamento dos sonhos”, atendendo às tendências da sociedade capitalista.

O compromisso no casamento também tem sido cada vez mais posto em causa, tendo Portugal a maior taxa de divórcios dentre os países europeus, 70,4% e vem reduzindo o número de casamentos (Baptista, 2016), enquanto no Brasil a taxa de casamentos vem aumentando (de 2014 para 2015, aumentou em 2,8%), já a taxa de divórcios caiu em 2,41% divórcios a cada mil pessoas (Santos, 2016). Portanto, embora seja uma tendência global, a liquidez nos relacionamentos amorosos nem sempre assume a mesma importância nos diversos países.

O amante, para Bauman, é como um turista, que inicia contatos sem o objetivo de aprofundamento ou compromisso. São encontros casuais, livres, desimpedidos, com o mínimo de envolvimento pessoal necessário (apenas o bastante para uma intensa relação de prazer). Mas, é também como um

vagabundo, que é impelido para outros lugares nem sempre pelo próprio impulso de liberdade ou escolha, mas arrastado pela força misteriosa da tendência social (Cugini, 2008).

Bauman critica os contatos virtuais, como sendo tanto mais intensos e frequentes, quanto mais breves, impessoais e banais. O mundo ficou muito mais amplo, mais acessível e menos “lento” e os laços humanos se ligam numerosa e frouxamente nas muitas comunidades virtuais, que não dão substância nem estabilidade necessárias à formação da identidade pessoal (Cugini, 2008). Em contraste à teoria de Bauman, Wellman (2004, citado por Cardoso & Lapa, 2015) defende que a Internet potencializa o capital social, facilitando o contato com amigos e parentes próximos ou distantes, além de disponibilizar ferramentas que propiciam ações de solidariedade de grupo nas comunidades virtuais.

Quanto aos compromissos duradouros, na sociedade líquida, Bauman diz serem associados a sentimentos de opressão, perda de liberdade e autonomia. Ter filhos, então, representa um compromisso “de dependência de fidelidade por um tempo indefinido e isso é motivo de ansiedade, insegurança” (Cugini, 2008, p. 166). Entretanto, o casamento pode ser ou não propiciador de saúde e bem-estar. Papalia e Feldman (2013) associam o casamento com bom relacionamento amoroso e que ofereça integração e apoio social aos melhores resultados de saúde física e psicológica. Por outro lado, estas autoras defendem que os casamentos infelizes promovem saúde precária que nem mesmo a integração e apoios sociais podem atenuar.

Apesar dos aspectos da modernidade líquida, Oliveira (2010) afirma que a maioria dos estudos mostram que as pessoas casadas são mais felizes que as solteiras, sobretudo se há uma boa qualidade de amor conjugal. Segundo este autor, a satisfação matrimonial e familiar manifesta-se como um dos preditores mais significativos para o bem-estar.

1.3. Classificações do amor

Sangrador (1993, citado por Cassepp-Borges, 2010) escreveu: “Existem tantas teorias sobre o amor quanto pessoas que se dispuseram a escrever sobre ele” (p. 06). Portanto, neste tópico vamos mencionar algumas

classificações do amor, citadas pelos autores referenciados, em teorias pioneiras no campo da Psicologia clínica e da Psicologia social do século XX.

No campo da Psicologia clínica integram a abordagem psicanalítica, na qual sobressaem as teorias de Freud, da primeira década. Para Freud a pessoa é capaz de amar outra (objeto externo) apenas quando supera o narcisismo e busca no outro aquilo que lhe falta. Costa (2007) referiu a Teoria das pulsões, elaborada por Freud, que distinguiu a Pulsão de vida (Eros), cujo objetivo é gerar e manter novas ligações; e a Pulsão de morte (Tânatos), que busca dissolver e destruir. No ato sexual, como nas outras funções biológicas, as duas pulsões se antagonizam (agressividade) e se combinam (intimidade), produzindo diferentes manifestações de vida, de acordo com a harmonia ou o desequilíbrio dentre os impulsos.

A pulsão de vida envolve a “pulsão de conservação” e a “pulsão sexual” ou “amor”, e este compreende o “amor narcísico” e o “amor objetal”. O amor narcísico refere-se à forma infantil de amar, voltada aos desejos e necessidades da própria pessoa, enquanto o amor objetal é a forma madura de amar, onde se reconhece o outro, suas necessidades e características.

À energia da pulsão de vida, Freud chamou “libido” e à transferência de muita libido a outra pessoa, chamou de “paixão”, uma forma novamente narcísica de amar, pois não se consegue perceber bem o outro, mas o outro idealizado, uma extensão do próprio amante (Costa, 2007). A paixão é mais característica dos relacionamentos amorosos dos adolescentes e jovens, enquanto o amor mais maduro, no qual há paixão menos intensa e mais amizade e companheirismo, é esperado no relacionamento entre adultos. Mesmo nos relacionamentos entre jovens adultos, segundo Azevedo (2013), a necessidade sexual é a mais importante no início das relações amorosas, e depois, o suprimento da necessidade de cuidado/apoio emocional torna-se a principal coluna na construção da intimidade.

Na abordagem humanista os autores Martins-Silva, Trindade e Júnior (2013) e Hernandez e Oliveira (2003) citaram Maslow, da década de 60. Maslow definiu dois tipos de amor baseados na necessidade: o “*amor-deficiente*”, que é autocentrado e egoísta, voltado a suprir as próprias deficiências, sejam elas de

ordem biológica, de segurança, de autoestima, de afeto ou de afiliação; e o “amor-ser”, que é altruísta, promotor de bem-estar, próprio de pessoas auto realizadoras, fundamentado nas necessidades relativas ao ser, por exemplo as intelectuais e as estéticas.

Também na década de 60, o psicanalista e psicólogo social, Erich Fromm distinguiu dois tipos de amor: o “amor verdadeiro”, que é maduro e caracterizado como uma atividade de cuidar, respeitar e conhecer, no qual a individualidade e a integridade do amante são preservadas; e o “amor falso”, que é simbiótico, caracterizado pela passividade, dependência e submissão, no qual o amante funciona de forma neurótica, tornando-se parte da outra pessoa (Hernandez & Oliveira, 2003).

No campo da Psicologia social, Martins-Silva et al. (2013) e Hernandez e Oliveira (2003) referem-se à teoria de Zick Rubin, da década de 70, que distinguiu entre amar e gostar, como conceitos independentes. “Amar”, para Rubin é uma atitude de predisposição para pensar, sentir e agir em relação a uma pessoa em particular; e “gostar”, refere-se a sentir afeição (proximidade e calor emocional) e respeito pelas ações e atitudes da outra pessoa. A teoria de Rubin foi inspiradora para outras propostas de definição e sistematização do amor, pois o teórico definiu como “componentes do amor o precisar do outro, os cuidados para com ele e a presença da intimidade, envolvendo a confiança e a proximidade” (Hernandez & Oliveira, p. 59).

Os psicólogos sociais Walster e Walster, também da década de 70, propõem dois estágios para o amor: o “amor paixão”, estágio inicial, de atração física; e o “amor companheiro”, quando a relação sobrevive ao esfriamento da paixão (Martins-Silva et al., 2013). Na mesma década, Clark e Mills propuseram que há “relacionamentos de troca”, baseados em motivações financeiras; e os “relacionamentos românticos”, nos quais existe amor e estão baseados em motivações altruístas.

Hatfield, na década de 80, definiu dois tipos de amor: o “apaixonado”, um intenso desejo de unir-se à pessoa amada, que gera, se correspondido, sentimentos de alegria e realização, e se não correspondido, desespero e ansiedade; e o amor “companheiro”, é um desejo gradual de conhecer e se

deixar ser conhecido pela pessoa amada, na sua forma de ser, sentir, pensar e agir, revela também um cuidado e bem-estar na intimidade física (Hernandez & Oliveira, 2003).

Outro estudo da década de 80, citado e utilizado na investigação de Hernandez e Oliveira (2003) foi o de Critelli, Myers e Loos, que identificaram cinco componentes do amor: a “dependência romântica”, uma relação baseada na dependência, na necessidade, no romance e na exclusividade; a “intimidade comunicativa”, fundada na relação de confiança, na compreensão, no compromisso e na comunicação; a “excitação física”, relativa à paixão, à atração física e ao romance intenso; o “respeito”, baseado na afeição, na empatia, na estima e admiração; e a “compatibilidade romântica”, referente a um relacionamento onde há semelhanças nos ideais românticos dos parceiros, assim como a dependência harmoniosa e satisfação mútua por estarem juntos.

Em meados da década de 80, é proposta uma teoria que relaciona as formas de amar e os estágios de desenvolvimento do eu, por John Lee, citado por Oliveira (2010), Martins-Silva et al. (2013) e Hernandez e Oliveira (2003). Lee usa a metáfora da roda de cores, na qual as cores primárias, combinadas entre si formam as secundárias, assim como os tipos de amor podem vir em formas primárias e combinadas. Para Lee o objetivo de avaliar qual a sua combinação do amor é tanto para autoconhecimento, quanto para buscar uma pessoa que mais se adeque ao seu estilo, considerando que a forma de amar pode variar com as experiências da vida (Martins-Silva et al.). A roda do amor pode ser representada como na figura abaixo:

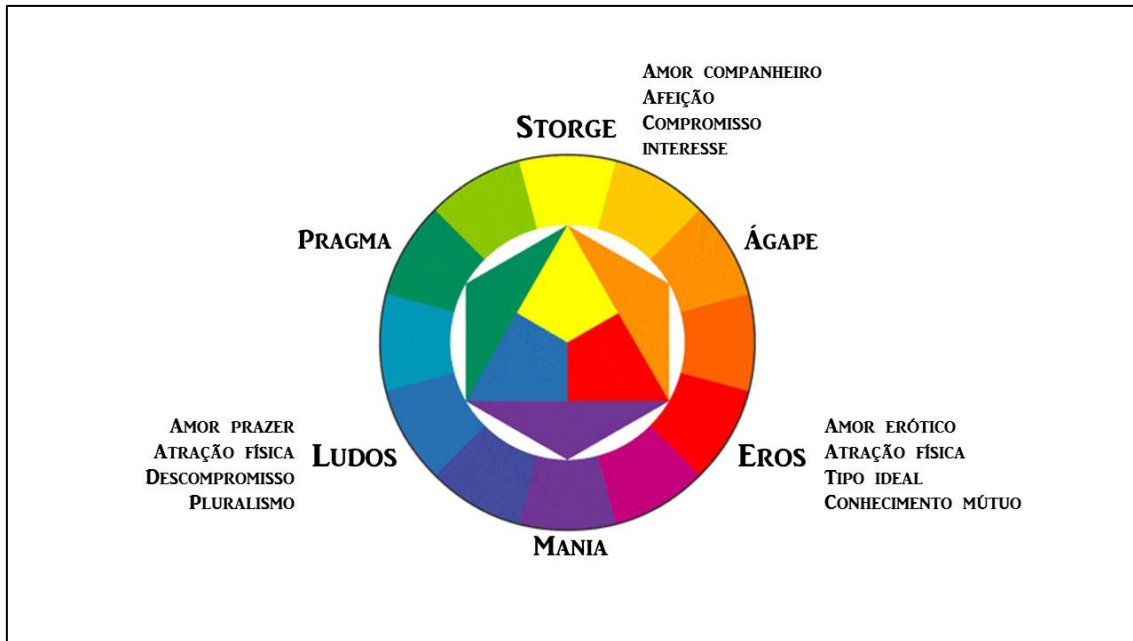


Figura 1. As cores do Amor – Teoria de John Lee. Fonte: Composição efetuada pela autora, baseada nos textos de Oliveira (2010), Martins-Silva et al. (2013) e Hernandez e Oliveira (2003)

As formas primárias são:

1. *Eros*: amor romântico ou apaixonado que idealiza o amado, mas fixa-se sobretudo nas características de beleza física, escolhendo um tipo físico ideal ao qual sente grande atração. Procura agradar e expressar seu amor à pessoa amada e busca conhecê-la de forma intensa;
2. *Ludus*: “o amante joga aos amores procurando obter o máximo lucro com o mínimo custo e abstendo-se de qualquer dependência ou compromisso” (Oliveira, 2010, p. 22). Este tipo de amor é caracterizado pela falta de compromisso e pela diversidade de amores (tipos físicos e quantidade de parceiros concomitantemente), no entanto, tendem a ser honestos com os parceiros em relação a estes não serem exclusivos (Hernandez & Oliveira, 2003);
3. *Storgé*: neste tipo, o amor é como uma amizade especial, é o amor de ternura, companheirismo, afeição, relação, interdependência e autonomia. Um relacionamento de mútua abertura e realização, comprometido a longo prazo. O principal atrativo não é o tipo físico, mas os interesses e as atividades da outra pessoa.

A partir destas três formas de amor, surgem as seguintes combinações: o “pragma” (*ludus + storgê*): amor prático, busca um parceiro com os mesmos interesses, realista, consciente, iniciando ou desfazendo a relação por razões práticas, conforme atendam ou não às suas expectativas; o “ágape” (*eros + estorgê*): amor puro, fraterno, altruísta, gratuito, gentil e desinteressado, no qual o amante quer e procura o bem para o amado sem cobrar reciprocidade ou recompensas; a “mania” (*eros + ludus*): caracterizado por um amor obsessivo, possessivo, ansioso, dependente e ciumento, no qual o amante, com baixos autoconceito e autoestima, é incapaz de tolerar a perda do amado, podendo até mesmo desenvolver doenças.

Em meados da década de 80 Cindy Hazan e Phillip Shaver (1987, citado por Azevedo, 2013) adaptaram o modelo teórico proposto por John Bowlby e Mary Airnsworth sobre a vinculação. Bowlby e Airnsworth, aprofundando o conhecimento sobre o papel dinâmico e a natureza dos laços afetivos e usando conhecimentos da Psicologia e da Etologia estudaram a relação parental e a forma como esta influencia as futuras relações de vinculação na vida adulta (Azevedo). Hazan e Shaver concentraram seus estudos de vinculação na vida adulta, fase em que a motivação das relações amorosas está principalmente apoiada nas necessidades sexual, de segurança e de cuidados/apoio emocional. Em sua Teoria da vinculação adulta usaram os padrões de vinculação infantil/materna estipulados por Airnsworth, ou seja, “vinculação segura”, “vinculação ansiosa/ambivalente”, “vinculação ansiosa/evitante” e “vinculação desorganizada/desorientada”.

Leak e Cooney (2001) confirmaram em sua investigação que certos tipos de pessoas têm mais probabilidade de serem congruentes, autênticos e autodeterminados em relacionamentos românticos. Estes autores, lançando mão da teoria dos quatro estilos de vinculação adulta, adaptado por Bartholomew e Horowitz⁵ (1991, citados por Leak e Cooney 2001), evidenciaram que as pessoas com estilo de vinculação “seguro” apresentam uma maior satisfação, assim como uma maior intimidade nos relacionamentos, abrem-se mais e

⁵ Segundo Bartholomew e Horowitz, os quatro estilos de vinculação são: *seguro* (visão positiva de si e dos outros); *preocupado* (visão negativa de si e positiva dos outros); *desapegado-evasivo* (visão positiva de si e negativa dos outros), e *temeroso-evasivo* (visão negativa de si e dos outros).

percebem mais suporte mútuo. No aspecto relacional, a autenticidade implica ser sincero(a) com o parceiro (Uysal, Lin, Knee & Bush, 2012). Os estudos de Uysal et al. (2012) demonstram que em relacionamentos amorosos, a autenticidade tem sido associada negativamente com a auto dissimulação e positivamente com melhores funcionamento, qualidade e satisfação no relacionamento.

Há muitas outras definições e classificações de amor, portanto, como afirmou Azevedo (2013), ainda não há consenso quanto às dimensões do amor na jovem adultez. Os componentes do amor são variáveis com o tempo, com o período histórico e com as particularidades culturais existentes (Haack & Falcke, 2014), tendo em consideração que a forma como as pessoas estabelecem as relações amorosas sofre transformações históricas e culturais. Louro (2000) afirma que a intimidade (no texto usa o termo sexualidade) é um fenômeno social e político, e não somente pessoal, sendo, portanto, a forma como se manifesta, aprendida.

1.4. A teoria triangular do amor

Uma das teorias mais completas sobre o amor, segundo Hernandez e Oliveira (2003) é a do psicólogo Robert Sternberg, que na década de 80 distinguiu as três principais dimensões do amor: a *intimidade*, a *paixão* e a *decisão/compromisso*. Escolhemos esta teoria como fundamento para a avaliação dos componentes do amor neste estudo, efetuada a partir da utilização da escala desenvolvida por Sternberg, a ETAS (ver a descrição deste instrumento no capítulo sete).

Assim como Lee usou a figura da roda de cores, Sternberg usou a figura de um triângulo para fazer analogia à sua teoria. Cada componente do amor forma um dos vértices de um triângulo, como na figura abaixo:

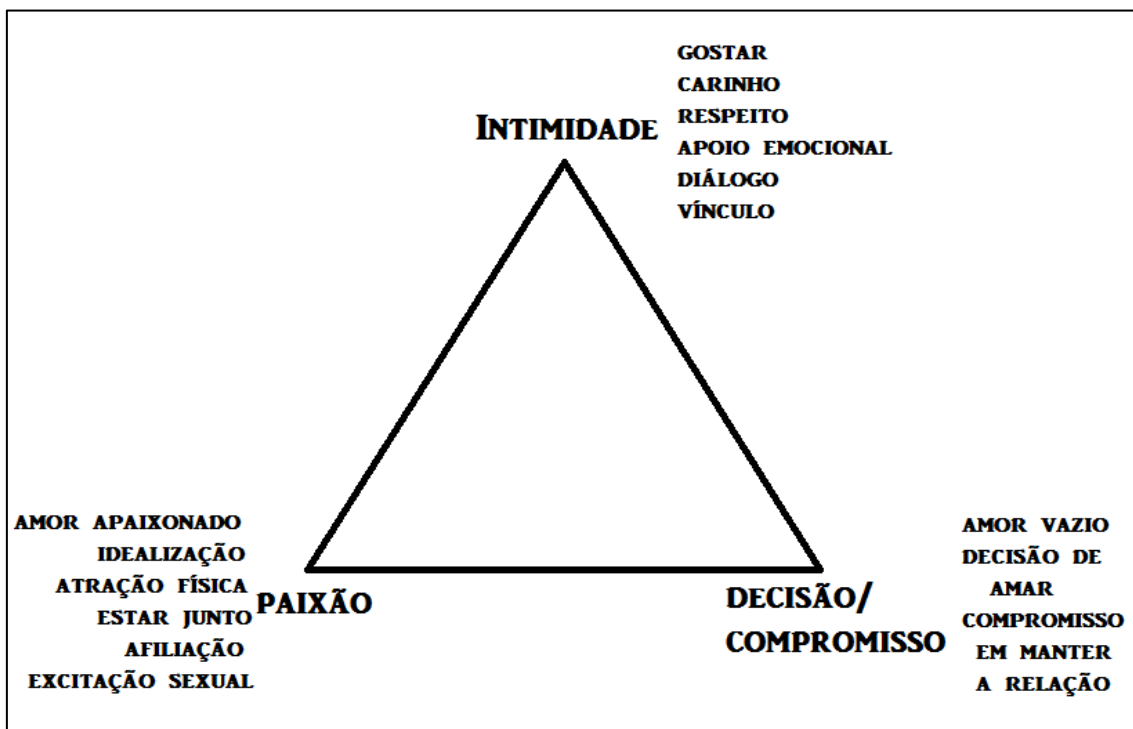


Figura 2. Triângulo de Sternberg – Três dimensões do amor. Fonte: Composição efetuada pela autora, baseada na Teoria Triangular do Amor de Sternberg, citada nos textos de Hernandez e Oliveira (2003), Oliveira (2010), Haack e Falcke (2014) e Mõnego e Teodoro (2011)

A “intimidade”, segundo Oliveira (2010), é percebida como sentimentos de proximidade, de conforto e de alegria entre os amantes e que geram união, vínculo e entusiasmo (Oliveira). É expressa através da comunicação dos sentimentos interiores e da partilha de bens. A intimidade consiste no desejo de promover o bem-estar da pessoa amada, na alegria em compartilhar as experiências de vida e os bens materiais, no respeito mútuo, na disponibilidade de estar junto em momentos importantes, dando suporte emocional e no conhecer os valores da pessoa amada. A intimidade pode estar presente de diferentes formas em relacionamentos entre amantes, familiares e amigos, enquanto a paixão costuma manifestar-se prioritariamente entre os amantes.

A “paixão” seria a componente mais efêmera, pois refere-se aos impulsos que levam à atração sexual e exprime-se principalmente pelo contato físico dos amantes (Oliveira, 2010). A paixão pode motivar a pessoa a expressar os desejos e as necessidades através das relações de domínio-submissão e da afiliação. A pessoa manifesta excitação física e emocional, altera a autoestima, e busca a satisfação da necessidade sexual (Haack & Falcke, 2014). A paixão,

juntamente com a intimidade, são as maiores preditoras de satisfação no relacionamento (Mônego & Teodoro, 2011).

A “decisão/compromisso” é relativa à decisão de amar e o compromisso de manter com a pessoa amada uma relação a longo prazo. É demonstrada pela fidelidade, mesmo em meio a dificuldades (Oliveira, 2010). Haak e Falcke (2014) esclarecem que os dois fatores, decisão de amar e compromisso, não necessariamente virão juntos, como no exemplo de casamentos arranjados, nos quais geralmente há compromisso, mas nem sempre amor (Hernandez & Oliveira, 2003). Martins-Silva et al. (2013) explicam que a “decisão” é o aspecto dessa dimensão, caracterizado por ser a curto prazo, referente à disposição para amar ou à evidenciação do amor na relação.

Para Sternberg esses fatores poderiam manifestar-se sozinhos ou combinados entre si, resultando em diferentes formas de amar. Sozinhos, ou seja, quando há uma acentuada predominância de um dos vértices, os componentes do amor formam três tipos: o “gostar” (apenas intimidade), no qual os amantes se percebem mais como amigos próximos e querem-se bem, mas não há desejo sexual nem de compromisso a longo prazo; o “amor apaixonado” (apenas paixão), no qual há uma intensa excitação física e mental, pois o amante tende a idealizar seu amado e a pensar nele constantemente; e o “amor vazio” (apenas decisão/compromisso), em que o amante decide continuar na relação, mesmo que não haja paixão, nem intimidade, provavelmente por que há alguma vantagem secundária, é evidenciado em casamentos arranjados.

Quando as três dimensões do amor estão presentes de forma equilibrada, representado pela figura do triângulo equilátero, Sternberg chamou de “amor pleno” ou “amor consumado”. Este, segundo Martins-Silva et al. (2013), é o tipo de amor que a maior parte das pessoas buscam, mas é também o mais raro de se encontrar.

O “amor romântico”, definido pela combinação entre intimidade e paixão, consiste no sentimento de vínculo emocional e de atração física, entretanto ainda sem a decisão por um comprometimento a longo prazo. O “amor companheiro”, combina as dimensões intimidade e decisão/compromisso, é característico de relacionamentos onde o desejo sexual já acabou, mas decidem

permanecer unidos numa relação de carinho e amizade. Já a união entre os componentes paixão e decisão/compromisso, constituiria o “amor fugaz”, ou seja, um relacionamento apaixonado, no qual há o desejo de continuar juntos, mas não há intimidade, portanto, se a paixão esvaecer, o comprometimento pode enfraquecer (Mônego & Teodoro, 2011).

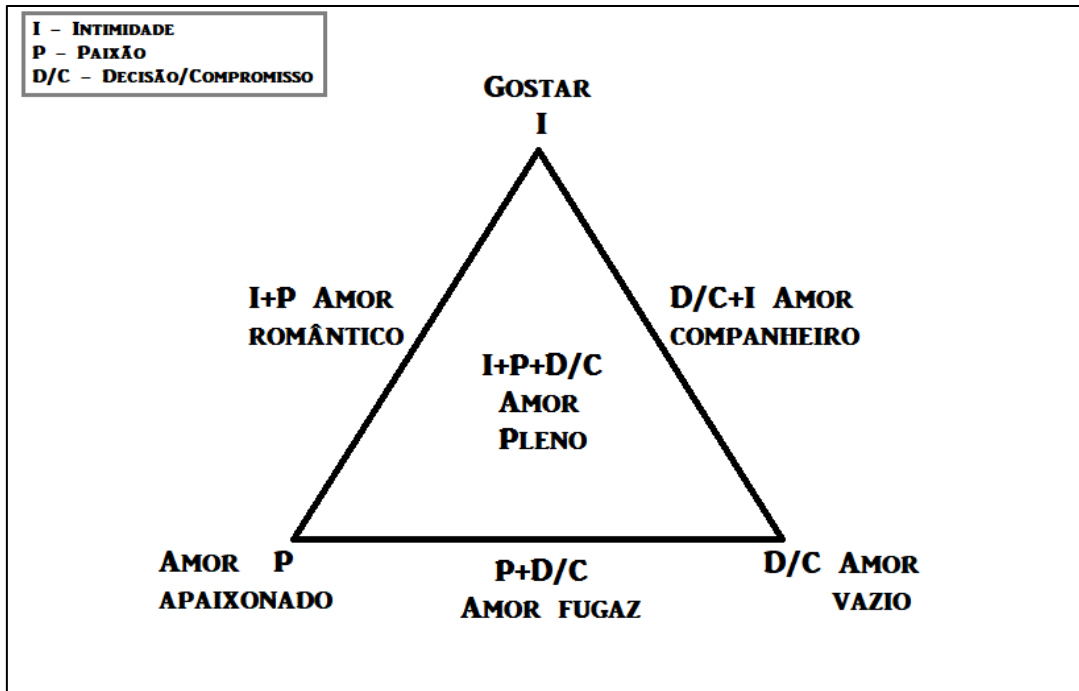


Figura 3. Triângulo de Sternberg – Dimensões do amor isoladas ou combinadas. Fonte: Composição efetuada pela autora, baseada na Teoria Triangular do Amor de Sternberg citada nos textos de Hernandez e Oliveira (2003), Oliveira (2010), Haack e Falcke (2014) e Mônego e Teodoro (2011)

O triângulo é dinâmico e individual, pois a forma como se combinam as dimensões do amor em cada pessoa modifica com o tempo e com a relação. Mesmo em um relacionamento, cada amante pode apresentar uma combinação diferente. Esta diferença nos triângulos de parceiros amorosos é comum, entretanto, segundo Martins-Silva et al. (2013) quando há uma grande divergência pode resultar em conflitos conjugais. Ademais, uma das queixas mais frequentes entre os casais que buscam psicoterapia está relacionada à falta de intimidade ou aos problemas a ela relacionados (Martins-Silva et al.).

Além dos parceiros, Sternberg considera que em um relacionamento também estão envolvidos pelo menos mais duas pessoas: os parceiros idealizados de cada um (Hernandez & Oliveira, 2003). Até mesmo as expectativas ideais do quanto e como uma pessoa gostaria de amar e de quanto

e como gostaria de ser amada pelo outro pode afetar na forma como se percebe satisfeita em uma relação. Sternberg propõe o cálculo da diferença entre o que a pessoa percebe que sente pelo amante real e o que sente pelo amante ideal.

Mônego e Teodoro (2011) correlacionaram as dimensões do amor com os traços de personalidade e verificaram que pessoas com personalidade mais “socializada” (bondosas e empáticas) estão mais associadas ao amor romântico; pessoas com mais traços de “realização” percebiam mais intimidade e pessoas mais “extrovertidas” (comunicativas e assertivas) relatavam mais paixão.

O estudo de Cassepp-Borges (2010), no Brasil, demonstrou que nas mulheres, a variável *decisão/compromisso* mostrou-se mais importante do que a *paixão*, por outro lado, a *intimidade* apareceu como a principal variável associada à satisfação no relacionamento para ambos os sexos. Já no estudo de Mônego e Teodoro (2011) não foram verificadas diferenças significativas nas dimensões do amor entre jovens adultos brasileiros em função do gênero.

1.5. Intimidade e autorrevelação das emoções

A emoção pode ser definida como “um estado mental e fisiológico associado a uma ampla variedade de sentimentos, pensamentos e comportamentos” (Runa & Miranda, 2015, p. 108). Como somos seres em relação, tomar consciência, sentir e exprimir as emoções, assim como reconhecer a emoção das outras pessoas é importante para o nosso bem-estar, tanto psicológico quanto físico.

A Teoria dos Sete Vetores, da qual falaremos no capítulo a seguir, contempla a gestão das emoções como um dos primeiros vetores no desenvolvimento do jovem adulto (Ferreira & Ferreira, 2001). Para Chickering e Reisser, expoentes desta teoria, é importante que o jovem adulto consiga ser congruente entre as emoções que expressa e a forma como percebe a sua identidade. O aprendizado da gestão das emoções acontece pela experimentação, pelo ensaio e pelo investimento, e culmina na integração entre o autoconhecimento e a expressão adequada das emoções.

De acordo com a TAD (ver capítulo 5), as orientações motivacionais para um comportamento, por exemplo o de relacionar-se amorosamente e o de

autorrevelar-se (comunicar os sentimentos e pensamentos pessoais), podem ser caracterizadas pela relação entre a autonomia e o controle (Gaine & La Guardia, 2009). Segundo Gaine e La Guardia, em relação ao bem-estar, quanto mais autônomas as pessoas se sentem, mais positivamente elas funcionam em um determinado domínio. Por outro lado, quanto mais controladas externamente as pessoas se sentem em seu comportamento, menor seu bem-estar e mais pobre seu funcionamento dentro de um domínio.

Uysal et al. (2012) complementam que, além da autonomia, as demais necessidades também estão relacionadas à autorrevelação:

A intimidade é dita como derivada do sentimento de ser compreendido, validado e cuidado no contexto da autorrevelação recíproca entre os parceiros ao longo do tempo. Sentir-se compreendido e cuidado podem ser descritos como necessidades relacionadas com a teoria da autodeterminação, e o sentimento de validação pelo parceiro pode envolver tanto as necessidades de relacionamento quanto de competência.⁶ (p.49)

Dessa forma, concluímos, citando Hernandez e Oliveira (2003) que a autorrevelação é a preditora de satisfação mais significativa em relacionamentos íntimos, seguida da paixão. Homens e mulheres necessitam principalmente de companhia, de ter alguém com quem compartilhar sentimentos, pensamentos, valores, objetivos e interesses, alguém que escute e dê apoio emocional, alguém que se importe sinceramente com o bem-estar de seu parceiro ou parceira.

1.6. Intimidade e auto dissimulação

Em contraponto à autorrevelação, Uysal et al. (2012) investigaram a “auto dissimulação”, que não é uma simples ausência de revelação dos sentimentos, mas consiste em uma tendência para ocultar ativamente de outras pessoas informações pessoais, conscientemente acessíveis, que podem ser negativas e angustiantes.

A autorrevelação de sentimentos é negativamente associada à auto dissimulação. Uysal et al. (2012) verificaram que a auto dissimulação é um

⁶ Tradução nossa a partir do original: *Intimacy is said to derive from feeling understood, validated, and cared for in the context of mutual reciprocal self-disclosure between partners over time. Feeling understood and cared for can be conceptualized as relatedness needs within selfdetermination theory, and feeling validated by one's partner might involve both relatedness and competence.*

processo interpessoal prejudicial ao bem-estar, pois frustra a satisfação das três necessidades básicas (relacionamento, autonomia e competência). Para Uysal et al. (2012), a auto dissimulação afeta mais negativamente as mulheres que os homens. As mulheres sentem maior necessidade de conversar sobre a relação e de tentar resolver conflitos, entretanto, ruminam sobre a dissimulação do parceiro por mais tempo e podem basear sua autoestima na qualidade de seus relacionamentos, mais do que os homens. Isto pode estar relacionado ao que Costa (2013) verificou em seu estudo, de que as mulheres, talvez por influências socioculturais, estejam mais associadas à dimensão do neuroticismo na caracterização da personalidade, enquanto os homens são mais extrovertidos.

Segundo Uysal et al. (2012) a auto dissimulação prejudica a satisfação da necessidade de autonomia da pessoa dissimulada, pois requer constante monitoramento e omissão dos sentimentos e pensamentos secretos, gerando o sentimento de estar agindo controladamente. No relacionamento amoroso, a auto dissimulação está associada positivamente à insatisfação conjugal e ao conflito e negativamente ao compromisso. A pessoa dissimulada pode passar a sentir que há pouca intimidade, que seu parceiro não a conhece verdadeiramente e que não aceitaria seus aspectos que foram escondidos. Desta forma, esses aspectos omitidos tornam-se cada vez mais relevantes, influenciando a percepção que a pessoa tem de si mesma e frustrando sua necessidade de competência.

Uysal et al. (2012) também verificaram que, independentemente da autorrevelação, quando os indivíduos se auto dissimulavam mais do que seu nível médio em um dia, eles relatavam menor satisfação com a relação e menor comprometimento no dia seguinte. Entretanto, os estudos têm verificado que ocultar ou evitar alguns tópicos, em determinadas circunstâncias, também pode contribuir para a satisfação e/ou com a proteção do relacionamento, de forma que os tópicos ocultados sobre eventos “mundanos” pode ter consequências menos graves, e em alguns casos até benéficas, em relação aos tópicos ocultados sobre eventos que ameaçam a relação (Uysal et al.).

Uysal et al. (2012) observaram ainda, que a auto dissimulação do parceiro tem consequências diferentes de acordo com o estágio em que o

relacionamento se encontra. Nos estágios iniciais do relacionamento, a auto dissimulação do parceiro pode ser aceitável devido à preocupação com a autoapresentação. Em estágios posteriores do relacionamento, no entanto, a honestidade e a sinceridade são mais valorizadas, portanto a auto dissimulação do parceiro é menos aceita.

Especificamente, no domínio das relações românticas, Gaine e La Guardia (2009) ressaltam que uma maior autonomia está associada a uma comunicação mais aberta, maior facilidade na resolução de conflitos, bem como maior felicidade entre o casal. Em alguns casos em que a autorrevelação dentro do relacionamento amoroso presencial ou não acontece ou se perdeu, Martins (2012) e Baptista (2015) observaram que podem se estabelecer nos relacionamentos *online* com outras pessoas graus superiores de intimidade, mesmo que não imbuídas de um conteúdo sexual. As pessoas podem expressar nessas relações suas preferências, “confissões” do dia a dia, algum mal-estar, enfim, sua intimidade.

1.7. (Ciber)Infidelidade

Uma definição sugerida por Blow e Harnett (2005, citado por Martins, 2012), para a infidelidade, é a de um ato romântico, que pode ser sexual e/ou emocional, cometido por uma pessoa que esteja em um relacionamento com compromisso de exclusividade, com uma pessoa fora desta relação. Por sua vez, a ciber-infidelidade ou infidelidade *online* ocorre quando essa quebra do acordo de exclusividade na relação amorosa é mediada pelas TIC.

Para o psiquiatra e psicanalista Gley Costa (2007), nenhum assunto sobre relacionamentos amorosos é tão contraditório quando a infidelidade, pois esta é, ao mesmo tempo, abominada e louvada. O autor cita exemplos de romances clássicos da literatura cujos casais protagonistas vivenciaram relacionamentos adúlteros, como Páris e Helena de Tróia, Lancelot e Guinevere, dentre outros, e despertaram o apreço da humanidade. Podemos mencionar também o casal que marcou a história de Coimbra, D. Pedro e Inês de Castro, que até hoje inspiram compositores, poetas e escritores. Costa (2007) defende que:

De fato, eles emblemam o chamado amor cortesão, que surgiu como uma reação à violenta repressão sexual da Idade Média, enfatizando a virtude, a coragem e a nobreza dos relacionamentos entre homem e mulher e aproximando amor e sexo, afastados pela Igreja em sua rígida regulamentação do casamento. (p.63)

Costa (2007) relatou que na Idade Média o amor era considerado um resultado da convivência entre o casal, e a paixão não devia fazer parte do casamento, pois, citando S. Jerônimo, o amor ardente era tão pecaminoso quanto o adultério, ao que o santo aconselhava que os maridos antes procurassem satisfazer suas necessidades com prostitutas a pecar com sua pura esposa.

Provavelmente, nos relacionamentos amorosos humanos sempre existiram as situações de infidelidade, fonte de satisfação e prazer para uns, e de sofrimento e rancor para outros (Baptista, 2015). O sofrimento acontece também por a infidelidade representar a quebra de uma aliança. Tanto a teoria de Desenvolvimento Moral de Kohlberg como a de Carol Gilligan atribuem a ambos os sexos a “responsabilidade pelos outros” e a importância dada aos vínculos, à compaixão e ao cuidado, no nível mais elevado do pensamento moral (Papalia & Feldman, 2013).

Mesmo reconhecendo que todos têm suas fantasias e desejos sexuais, o pacto de fidelidade envolve este “sacrifício” de guardarem-se um para o outro, e vários fatores estão envolvidos na escolha por uma relação monogâmica, como econômico-financeiros, jurídicos, morais e espirituais, de proteção da saúde física e emocional, etc. Portanto, tanto a fidelidade quanto a infidelidade estão associadas ao bem-estar e ao sofrimento.

O sofrimento também está associado aos sentimentos de ansiedade, medo de ser descoberto, receio de ser abandonado, e ciúmes. Para Costa (2007) o ciúme gerado pela quebra (real ou imaginada) do pacto de fidelidade tem raiz na infância, nomeadamente nas fantasias relacionadas ao primeiro triângulo amoroso: pai-mãe-bebê. A criança sente-se enciumada e rejeitada por ser excluída da intimidade entre os pais. Esta exclusão, entretanto, é necessária para o bom desenvolvimento psicosexual da criança, que ao superar bem esta fase (chamada por Freud de Complexo de Édipo) poderá voltar-se à interação social. Para este autor, esse sentimento é reexperimentado nos relacionamentos

amorosos, e quão menos elaborado foi o Complexo de Édipo, mais o adulto se sentirá inseguro e enciumado na relação.

Costa (2007) acredita que o fato de mais homens do que mulheres serem infiéis no relacionamento amoroso está não apenas associado à uma maior repressão social e sexual das mulheres, como também está relacionado ao complexo edipiano, como uma tentativa inconsciente de vingar-se da mãe (primeiro amor) que os traiu com o pai. Enfim, para este autor, a fidelidade sexual nos relacionamentos é utópica, a não ser quando no amor entre os parceiros maduros, recíprocos afetiva e sexualmente, que cooperam entre si, independentes e criativos.

Para Baptista (2015) o avanço da tecnologia e a disposição de aparelhos como os telemóveis, os tablets e os smartphones deram um novo aspecto à infidelidade, introduzindo novas e diferentes consequências. A possibilidade de registrar as conversas e outras interações por mensagens escritas, por áudios e por imagens gera uma grande quantidade de provas testemunhais da infidelidade e deixam um “rastro digital”. O acesso a estas informações pela pessoa traída pode, segundo Baptista (2015), provocar graves consequências emocionais, e a tendência é a de guardar por um tempo todas as provas da infidelidade, assim como aumentar a vigilância da vida digital do outro.

Na Europa, conforme relatou Baptista (2015), o direito de ter apagadas as informações sobre si publicadas na Internet ainda constitui um assunto polêmico. Em maio de 2014 foi sancionado pela corte da União Europeia o “Direito a ser esquecido” (em inglês *"right to be forgotten"*), mas é necessária uma avaliação cuidadosa relativamente à cada caso específico, entre o direito de privacidade individual e o direito do público de ter acesso a informação. As informações relativas à infidelidade que tenham sido publicadas, por exemplo, permanecem acessíveis na Internet e podem ser constantemente revisitadas pela pessoa traída, como em um processo de sofrimento obsessivo (Baptista, 2015). Abandonar estes fatos pode representar um caminho para a resolução do conflito e para sua resignificação.

Aaron Ben-Ze'ev (2004, citado por Nascimento, 2007) considerou que no ambiente *online* há um relaxamento das normas sociais e morais que facilita

a ciber-infidelidade. Mas, as TIC também permitem o rompimento dessas relações a qualquer tempo sem que se tenha que dar justificativas, já que a distância que elas permitem, torna este evento menos carregado de sentimentos que gerem culpa ou dívida (Nascimento).

Em um estudo citado por Coleta et al. (2008), enquanto 68,9% dos participantes consideraram que se seus parceiros(as) “teclassem” com alguém na Internet tal não constituiria infidelidade, 56% consideraria como traição se seus parceiros(as) realizassem sexo virtual com outras pessoas.

A investigação de Haack (2012) sugere que há maiores índices de infidelidade e de problemas conjugais nos relacionamentos mediados pela Internet em comparação aos relacionamentos presenciais. Há *sites* de encontros específicos para pessoas comprometidas que desejam ter um caso amoroso com outras pessoas, como o *AshleyMadison.com* e o *SecondLove*. Baptista (2015) considera que o fácil acesso as aplicações de *sites* de encontros e redes sociais através dos telemóveis e *smartphones* proporciona uma maior eficácia para os que inclinam-se para a infidelidade no relacionamento. Por serem portáteis, pequenos e discretos, os aparelhos possibilitam o contato e a conversação a qualquer momento do dia, inclusive quando se está próximo do parceiro ou parceira amoroso(a).

Segundo percebe em sua experiência clínica, Costa (2007) afirma que em geral os relacionamentos extraconjugais virtuais iniciam-se com a troca de mensagens que evoluem para conversas cada vez mais íntimas e autorreveladoras de desejos e fantasias sexuais, podendo passar ou não para encontros presenciais. A infidelidade pode acontecer por um encontro único, ou vários encontros com a mesma pessoa ou com pessoas diferentes, ou, até mesmo por uma relação amorosa com todas as dimensões emocionais de um relacionamento com compromisso (Baptista, 2015).

Os comportamentos de infidelidade, de acordo com o Inventário de Comportamentos Extra-Diádicos (CED), usado no estudo de Martins (2012), podem ter contato físico sexual (como beijo, estimulação genital, sexo oral, anal, genital, ...), ou não (flertar, masturbar-se para estimular a outra pessoa, manter uma conversa provocadora, partilhar fotos/vídeos sexuais de si mesmo), e ainda

emocionais (partilhar pormenores íntimos, queixar-se sobre o parceiro, manter a outra pessoa em segredo, sentir uma ligação emocional profunda). Muitos destes comportamentos também são avaliados quanto à ciber-infidelidade, e ainda a utilização de *sites* de encontros e o ciber sexo.

Considerando que, no presente estudo, os participantes da amostra são hegemonicamente solteiros, requer que pensemos na infidelidade no contexto do namoro. Segundo os resultados do estudo de Martins (2012), os principais motivos citados pelos participantes, para a infidelidade⁷, são o surgimento de oportunidades (principal para os homens), o aborrecimento com a relação e a infelicidade com a relação (principal para as mulheres). A autora verificou que, comparativamente às prevalências de infidelidade extra-conjugal, a infidelidade no namoro é mais elevada, refletindo um menor nível de compromisso nestas relações. Outro achado interessante em seu estudo foi que, para os homens, professar a religião Católica (porém não praticar) e o histórico de infidelidade paterna; e para as mulheres, a história de infidelidade prévia, serem preditores significativos do envolvimento com comportamentos de infidelidade.

Martins (2012) avaliou uma amostra de 494 participantes (156 homens e 338 mulheres) com uma idade média de 23.38 anos. Verificou que os homens priorizam a quantidade de parceiras em detrimento da qualidade da relação. A prevalência de infidelidade *offline* no namoro em sua amostra foi de 63,5% para os homens e 56,5% para as mulheres, e de ciber-infidelidade, foi de 46,2% e 39,3%, respectivamente. No entanto, a autora afirma que nos resultados globais, não foram verificadas diferenças significativas entre os gêneros em seu estudo.

⁷ Neste estudo, Martins (2012) usa o termo Comportamentos extra-diáticos, sejam sexuais ou emocionais.

CAPÍTULO II**Jovem adultez e Adultez emergente**

Neste capítulo discorreremos sobre a fase desenvolvimental compreendida entre os 20 e os 35 anos, portanto a idade jovem. Para falar sobre a fase do Jovem Adulto, baseamo-nos inicialmente na teoria psicossocial do neopsicanalista Erik Erikson (1902-1994) sobre a jovem adultez, evidenciando a teoria dos Sete Vetores, de Chickering (1969, citado por Ferreira e Ferreira, 2001), para uma melhor compreensão do desenvolvimento do jovem, principalmente no contexto do ensino superior. Consideraremos ainda a teoria da adultez emergente, de J. Arnett, que contribui com a reflexão dessa fase na atualidade. Em seguida mencionamos as gerações Y e Z, marcadas pelo avanço e popularização das novas tecnologias de informação e comunicação. Discorreremos, ainda sobre a formação da identidade e sobre a intimidade, como principal tarefa desenvolvimental do jovem adulto. Finalizamos o capítulo com algumas considerações sobre a jovem adultez no contexto de Portugal.

2.1. A jovem adultez

O estudo do desenvolvimento em estágios etários data desde antes da Idade Moderna, segundo Ferreira e Ferreira (2001), e se dava, principalmente, devido a preocupações educacionais. Durante muito tempo os teóricos do desenvolvimento humano limitavam-se a estudar a infância e a adolescência⁸. Influenciados sobretudo pelos estudos de Erik Erikson (1950, citado por Macknnon, Nosko, Pratt, & Norris, 2011), cuja teoria de desenvolvimento estende-se à duração da vida, apenas por volta de 1970 o interesse pela idade do jovem, principalmente o jovem no contexto universitário, despertou dentre os estudiosos, gerando diversas teorias.

Erik Erikson estudou a personalidade considerando as interações entre a pessoa em desenvolvimento e o ambiente/cultura, conferindo à sua

⁸ As principais teorias nas primeiras décadas do século XX consideravam que o desenvolvimento cognitivo, como na teoria de Inhelder e Piaget, o desenvolvimento da personalidade, como na teoria de Sullivan, e o desenvolvimento psicosexual, como na teoria de Freud, chegavam ao seu ápice de mudanças significativas na adolescência.

abordagem psicanalítica uma vertente mais social. Erikson foi mais reconhecido por sua teoria da epigênese psicossocial e psicosexual. Este termo epigênese, foi emprestado do campo da embriologia, em analogia aos estágios de desenvolvimento predeterminados das partes de um organismo (Brandell & Brown, 2015). Erikson (1982) considera o ser humano como um organismo composto de corpo (*soma*), organização psíquica (*psyche*) e processos de interação cultural (*ethos*).

A teoria do desenvolvimento psicossocial, de Erikson, resultou na formulação de oito estágios, que representam crises decorrentes de conflitos com as expectativas do meio social. A resolução destas crises pode ser feita adequadamente durante o estágio específico, resultando em benefícios para o desenvolvimento da personalidade e um fortalecimento do ego, ou posteriormente, quando as circunstâncias forem propícias (Veríssimo, 2002). Ao vivenciar e superar cada crise, a personalidade é reestruturada e reformulada. O ego adapta-se aos sucessos e fracassos, que vão influenciar diretamente o estágio subsequente.

(...) as oito fases representam determinados momentos em que as mudanças físicas, cognitivas, instintuais, e sexuais, se combinam para desencadear uma crise interna, de cuja resolução pode resultar uma regressão psicossocial, é certo, mas também pelo contrário, e em condições normais, a epigênese de determinadas virtudes inerentes a uma certa forma de crescimento. (Veríssimo, 2002, p. 12)

O estágio que precede a jovem adultez é a adolescência, que compreende, aproximadamente o período que vai dos 12 aos 20 anos. Erikson considerou que a principal crise psicossocial vivenciada pelo ser humano nesta fase da vida seria a de *identidade vs. confusão*, pois além de estar a vivenciar todas as transformações físicas, o adolescente vivencia transformações psicológicas e, na interação com o entorno, sente-se impelido a definir seu papel social. O adolescente precisa de sentir-se seguro, tanto internamente quanto em relação ao meio, para resolver satisfatoriamente a crise desse período. Assim, conseguirá diferenciar-se dos outros e definir melhor quem ele é, o que quer ser (Rabello & Passos, 2015).

Este processo será facilitado à medida em que tiver respondido bem às crises anteriores, estabilizando a sua identidade, tornando-se leal aos valores

que escolheu para si, mantendo relacionamentos de amizade com outros adolescentes que coadunam com os seus princípios, identificando-se com algumas atividades vocacionais ou não. Quando não consegue resolver as tarefas dessa crise, o adolescente vivencia uma confusão de sua identidade, sentindo-se ansioso, vazio, incapaz de encontrar seu lugar no mundo adulto, isolando-se ou estabelecendo relações com pessoas ou grupos de quem introjeta as ideologias e comportamentos, apoiando neles a sua identidade (Rabello & Passos, 2015). Mesmo que ainda confuso, terá a oportunidade de desenvolver melhor seu ego a partir da interação com os novos desafios inerentes a esta fase da vida, em outros contextos, como no ensino superior e no trabalho.

No processo de formação da identidade, Erikson considerava importante que o adolescente vivenciasse o período de “moratória psicológica”, no qual podia manter um relativo distanciamento dos papéis e responsabilidades da adultez para experimentar diferentes papéis e relacionamentos. Os pares assumem crucial importância, pois representa para o adolescente uma base de apoio para as experimentações, inclusive no âmbito da sexualidade (Sprinthall & Collins, 2011). Principalmente os rapazes da classe alta poderiam prolongar sua adolescência e, morando com amigos, experimentar várias hipóteses da vida ao mesmo tempo em que sentiam as pressões sociais, entrando ao seu ritmo no mundo adulto (Arnett, 2004).

O sexto estágio, na teoria eriksoniana, *intimidade vs. isolamento*, refere-se à jovem adultez, que compreende as idades entre os 20 anos até cerca dos 30 anos (Lima, 2012) ou 40 anos (Veríssimo, 2002). Quando o estágio anterior foi satisfatoriamente resolvido, a pessoa chega à jovem adultez com o ego fortalecido e a identidade mais integrada. Isto promove boas condições para associar-se a outras pessoas, em relações de intimidade, parceria e colaboração, sem que sinta sua identidade ameaçada ou anulada (Rabello & Passos, 2015). A intimidade também é, nesta teoria, descrita como um sentimento de proximidade e uma vontade de compartilhar abertamente pensamentos íntimos com outra pessoa (Veríssimo, 2002).

O sexto estágio do desenvolvimento psicossocial é caracterizado, ainda, pela exploração de relacionamentos pessoais (Macknnon et al., 2011). Um jovem com o ego saudável é flexível o bastante para lhe possibilitar o relacionamento com pessoas de variados tipos de personalidades e características. Entretanto, um jovem com o ego ainda enfraquecido geralmente terá um tipo limitado, seleto de pessoas com quem consegue se relacionar, ao que Erikson chamou de *elitismo* (Rabello & Passos, 2015). As más experiências com os relacionamentos de intimidade e a dificuldade em estabelecer compromissos podem resultar no isolamento.

Depois de resolver com sucesso o conflito de intimidade *versus* isolamento na idade adulta jovem, Erikson argumentou que os adultos passam para o sétimo estágio, *generatividade vs. estagnação*, que ocorre na meia-idade, ou seja, por volta dos 35 aos 65 anos (Erikson, 1963, citado por Macknnon et al., 2011). Durante esta fase, a expressão da generatividade, tipicamente através da parentalidade ou do trabalho de uma pessoa, é o mais importante. Macknnon et al., em seu estudo com jovens de 26 anos em média (N=100), verificaram que mesmo os jovens adultos mostram elevados níveis de preocupação e motivação quanto aos temas generativos.

2.1.1. A Teoria dos Sete Vetores de Desenvolvimento

Infuenciado pela teoria psicossocial de Erikson, Chickering (1969, 1976, citado por Ferreira e Ferreira, 2001) estudou a jovem adultez, dando ênfase ao ensino superior e elaborou a sua Teoria dos Sete Vetores de Desenvolvimento. Os sete vetores ocorrem numa sequência gradativa e ascendente, embora os três primeiros tendam a ser percorridos simultaneamente, de forma que a resolução das tarefas de um vetor, forma bases para superar as tarefas subsequentes. Dessa forma, o desenvolvimento ocorre em ciclos de diferenciação e de integração, sendo esta preparatória para o aumento da diferenciação, tendo como referência o equilíbrio entre as situações desafiantes do meio e as respostas a elas.

O primeiro vetor é o *desenvolvimento do sentido da competência*, ou seja, a confiança na sua capacidade para lidar com os eventos e situações da

vida e para conseguir realizar com eficácia o que se propõe, nas esferas cognitiva, física/manual e interpessoal (Ferreira & Ferreira, 2001). É composto por três esferas interrelacionais de competências: a) a cognitiva, que desenvolve-se acentuadamente nos dois primeiros anos do ensino superior e manifesta-se pelo desenvolvimento do pensamento crítico, da definição de problemas, hipóteses e respostas, da integração de várias informações, da intervenção criativa no meio e da competência para expressar suas ideias; b) as aptidões físicas/manuais, que favorecem o sentido estético, a identidade, a maior atividade nas várias áreas do desenvolvimento; c) as competências interpessoais, bastante reforçadas no ambiente universitário, pela interação social e cooperação grupal, facilitando o alcance de objetivos pelo aprendizado de quando, como, o quê e a quem comunicar.

O segundo vetor é *gerir as emoções*, implica experimentar, reconhecer e integrar suas emoções, expressando-as conscientemente e demonstrando maior flexibilidade. Experimentando as suas emoções, o jovem aprende a identifica-las e reconhecê-las, não mais restringindo-as rigidamente aos padrões morais, como acontece nos estágios anteriores. Passa a perceber melhor a instrumentalidade das emoções e a gerir a intensidade da sua expressão. A expressão adequada das emoções, de forma coerente com a identidade e a personalidade que se formam, promovem ao jovem o aumento da autoconfiança.

O terceiro vetor, *desenvolver a autonomia em direção à interdependência*, consiste em um processo que vai das independências emocional e instrumental ao reconhecimento da interdependência. Segundo Chickering (1969, citado por Ferreira e Ferreira, 2001) o jovem adulto torna-se autônomo emocionalmente quando não depende de constantes aprovação, afeto e suporte de segurança externos; autônomo instrumentalmente, quando torna-se capaz de solucionar problemas e tomar decisões práticas por si só; e reconhece a interdependência, de forma equilibrada, quando assume as responsabilidades sobre a sua vida, mas estabelece uma relação mais madura de interdependência com os outros e com o mundo.

O quarto vetor é *desenvolver as relações interpessoais*, quanto à tolerância, o respeito, a aceitação das diferenças e ao estabelecimento de

relações de intimidade. Portanto, implica em desenvolver uma maior abertura ao outro e dar respostas adequadas e autênticas para diminuir o desconforto causado pelas relações interpessoais. Consiste ainda em desenvolver relacionamentos mais respeitadores e espontâneos, maduros e saudáveis. Tanto no contexto da amizade como da intimidade, estes relacionamentos, com o desenvolvimento da interdependência, são fortalecidos e baseiam-se na honestidade e na aceitação, portanto, são menos ansiosos e possessivos (Ferreira & Ferreira, 2001).

Os vetores anteriores favorecem a tarefa do quinto vetor, que é *desenvolver a identidade*. Ou seja, desenvolver a auto aceitação, a autoestima, a estabilidade pessoal, a integração e o sentido de *eu*. Em resposta ao *feed-back* externo, o sentido de *eu* inclui estar à vontade com o próprio corpo e aparência, com sua orientação sexual e estilo de vida. É, ainda, o reconhecimento de seus papéis no contexto sociocultural, e se colocar no presente, a partir da memória de fatos e valores pessoais, familiares culturais e históricos percebidos. Segundo Ferreira e Ferreira (2001), os jovens que alcançam maturidade na identidade sentem mais bem-estar e autoconfiança frente aos desafios do presente e do futuro. Estes autores atentam para o fato de que o período em que os jovens vivenciam o ensino superior não representa a conclusão do processo de formação da identidade, que continua nas seguintes etapas da vida.

O sexto vetor, o *desenvolver o sentido da vida*, envolve a capacidade para ser intencional e para decidir a respeito de: a) interesses não vocacionais e recreativos, que integram-se ao estilo de vida do jovem e, se coincidirem com os dos pares, pode facilitar as interações sociais; b) projetos vocacionais, de acordo com as necessidades e aspirações pessoais; e c) estilo de vida, conciliando a vida pessoal, profissional e o lazer. É importante que o jovem avalie seus interesses e as oportunidades, busque clarificar seus objetivos, faça planos e se esforce por executá-los (Ferreira & Ferreira, 2001).

O último vetor, *desenvolver a integridade*, envolve três aspectos: a) a humanização dos valores, que visa compreender a relatividade e a flexibilidade dos valores; b) a personalização dos valores, definir um código de valores com

o qual se identifique; e c) o desenvolvimento da congruência entre valores, crenças e o comportamento (Ferreira & Ferreira, 2001).

2.2. A adultez emergente

No âmbito da Psicologia do Desenvolvimento, o psicólogo americano J. Arnett (2004), estudou o comportamento da faixa etária de “*late teens through their mid-twenties*” (p. 19), ou seja, dos jovens de 18 a 25 anos, aproximadamente. Arnett colocou o seu olhar nas famílias americanas e nas famílias de classe média alta em países ocidentais, nomeadamente no Estados Unidos, em que apresentam uma importante mudança nas últimas décadas, visto que na década de 90 era comum que os jovens de 21 anos estivessem casados, aguardando o primeiro filho e ingressando em uma carreira profissional estável. O que se observa hoje dentre os jovens da mesma idade é o adiamento da constituição de uma nova família (casamento e paternidade) e um prolongamento do período educacional, após o qual ingressam no mundo trabalho (Arnett). Enquanto adiam as responsabilidades da vida adulta, os jovens exploram as várias possibilidades no amor e no trabalho, vivenciando uma liberdade como nunca tiveram antes. Entretanto, Arnett atenta para o fato de que a empolgação que esta liberdade promove também vem acompanhada de sentimentos de ansiedade e incerteza em relação ao futuro.

A este período Arnett (2004) chamou de “adultez emergente”, pois não pode ser considerado uma extensão da adolescência, já que estão mais livres do controle parental, mais independentes, no entanto, também não são “jovens adultos”, pois não se veem nesse estágio, já que não assumiram responsabilidades dessa fase. O autor afirma que este novo período do desenvolvimento também não é uma característica de uma ou outra geração, como as gerações X, Y e Z, mas vai perdurar por mais tempo. Também não é um período universal, pois manifesta-se em determinados contextos, como nos países ocidentais pós-industrializados, estendendo-se a alguns países asiáticos como Japão e Coreia do Sul, e em países desenvolvidos e em desenvolvimento, e principalmente nas zonas urbanas.

Considerando o período de moratória psicossocial, descrito por Erik Erikson, Arnett, no entanto, preferiu dar um novo nome ao fenômeno, pois percebeu que é um período distinto da adolescência, e que não se limita mais a uma parcela muito reduzida da sociedade (como no caso da moratória, que era restrita aos adolescentes da elite). Também não é uma fase de transição entre a adolescência e a adultez, pois considerar dessa forma retiraria o foco do fenômeno aqui e agora, para algo em que está a tornar-se (Arnett, 2004).

Arnett (2015) acredita que quatro revoluções nas décadas de 60 e 70 contribuíram decisivamente para que surgisse a adultez emergente: a revolução tecnológica, a revolução sexual, o movimento feminista e o movimento jovem. O uso de métodos contraceptivos (poder vivenciar a sexualidade e adiar a reprodução) e o acréscimo de anos para o Ensino Superior foram alguns dos principais motivos para o protelamento dos adultos emergentes. Houve também uma significativa mudança no que concerne à forma em que os jovens idealizavam a adultez (Arnett, 2004). Até aos anos 50, tornar-se adulto, casando e tendo filhos e, no caso dos homens, também se empregando, era a maneira mais usual de sair do controle paterno e alcançar independência. Em contrapartida, os jovens de hoje veem a adultez como o fim de sua liberdade e autonomia para experimentar as várias possibilidades. Fazer a escolha (no amor e no trabalho) implica comprometer-se com ela. Algo que desejam, mas preferem adiar para depois dos trinta anos.

Segundo Arnett (2004) a exploração de possibilidades tem a função de dar clareza ao adulto emergente sobre quem eles são e o que querem para sua vida. A experimentação acontece em um contexto de maior independência e menor vigilância paterna, porém ainda com instabilidade financeira. No amor, o adulto emergente, centrado em si mesmo, busca conhecer-se mais em suas múltiplas experiências, para que faça uma boa escolha mais adiante. Portanto, a formação da identidade não vai encerrar-se na adolescência, mas prolongar-se-á pela adultez, e quanto à revelação da identidade sexual, conforme Papalia e Feldman (2013), ocorre geralmente no início da vida adulta, em relação às pessoas “homossexuais, bissexuais e transgêneros” (p. 463).

Brandell e Brown (2015) referiram os estudos neurobiológicos de Blakemore e Choudhury, em 2006 e de Lebel e Beaulieu, em 2011, feitos com jovens na faixa de idade entre 18 e 25 anos nos quais se verificou que o córtex pré-frontal continua a se desenvolver ao longo da adolescência e da idade adulta emergente, até a idade de 30 anos. Neste período continuam a acontecer a mielinização e a poda sináptica, alterações estruturais no córtex pré-frontal que contribuem para o controle e planejamento de impulsos, para a tomada de decisões, a capacidade de avaliar riscos e recompensas, para o aumento da capacidade do funcionamento executivo, da cognição social e da tomada de perspectiva. Enquanto a conectividade funcional entre as regiões subcortical e cortical está incompleta a probabilidade de comportamentos de impulsividade, de desregulação emocional e comportamentos inadaptados durante o período da idade adulta emergente é maior.

Este risco pode ter encontrado nas TIC um catalisador, pois, segundo Brandell e Brown (2015) as gerações Y e Z podem ter nas tecnologias e redes sociais tanto o potencial para criar novas conexões, ao longo do tempo e do espaço, quanto o sombrio potencial para o isolamento social e para a cibercriminalidade, com a exposição e o acesso a conteúdos impróprios.

2.3. As gerações Y e Z

Os jovens adultos que hoje encontram-se na faixa etária entre os 20 e os 35 anos são identificados como nascidos nas intituladas *gerações Y e Z*. Referindo-se àqueles que nasceram entre meados dos anos 70 e início dos anos 90, a geração Y desenvolveu-se em uma época de grandes avanços tecnológicos e prosperidade econômica. Diferentemente de seus pais, nasceram rodeados de tecnologia, como TV a cabo, *videogames*, computadores, e veem a Internet como uma necessidade essencial. Eles cresceram num ritmo de vida intenso, estimulados por atividades, fazendo tarefas múltiplas que desenvolvessem suas habilidades, em analogia aos próprios *smartphones*, podendo, ao mesmo tempo, trabalhar em mais de um projeto, responder e-mails, acompanhar as notícias antigas ou “em direto” através de algum *site*, conversar

com os colegas de trabalho, com familiares e com os amigos *online*, ouvir música e dar atenção às redes sociais (Meyer, 2014).

A geração Z, por sua vez, compreende as pessoas que nasceram entre o fim de 1992 ao ano de 2010. São conhecidas como “nativas digitais”, por serem muito familiarizadas com a *World Wide Web*, com o compartilhamento de ficheiros/arquivos, com os *smartphones* e *tablets* constantemente conectados à Internet. Apesar de tanta interação, sem fronteiras geográficas, paradoxalmente, essa geração sofre com a falta de intimidade e com a dificuldade de comunicação verbal com as pessoas de gerações anteriores (Meyer, 2014).

2.4. Identidade

O termo Identidade origina-se do latim *identitate*, que significa *o mesmo sentido* (Carvalho, 1999). A identidade é resultado de longo e dinâmico processo que envolve contínuas mudanças que estão relacionadas à exploração e ao compromisso (Ávila, Cabral, & Matos, 2012, p. 134) à diferenciação interpessoal e à singularização do *eu* (Carvalho).

Carvalho (1999) faz um apanhado histórico sobre o conceito de identidade desde a Idade Média à Pós-Modernidade, no qual a sociedade passou de uma atitude de resignação diante do que a sociedade e a religião impunham quanto ao seu papel identitário e de intimidade amorosa, a uma atitude cada vez mais instável e transitória, com vivências fragmentadas em relação à carreira, ao amor, às ideologias e à compreensão de si mesmo.

Apesar do aumento da estabilidade da identidade durante a adolescência, ainda ocorrem, nesse estágio da jovem adultez, mudanças significativas na personalidade: “entre os (17 e os 25) marca o início de um gradual aumento dos traços de conscienciosidade e de amabilidade e de um declínio do neuroticismo” (Lima, 2012, p. 40).

É no período de transição da adolescência para a jovem adultez, na teoria de Erikson, que podem ocorrer mudanças significativas como mudança de moradia, ingresso ao Ensino Superior, no mercado de trabalho e início das relações de intimidade amorosa, o que leva a um esforço em adaptar-se às novas regras e papéis familiares e sociais (Hawkins, et al., 2012). É também um

período que promove um incremento na compreensão intrapessoal e nas crenças sobre si mesmo, sobre os outros e sobre a sociedade como um todo. Para Ferreira e Ferreira (2001) o ensino superior promoveria um ambiente o bastante desafiante e estruturador para o desenvolvimento da identidade, se não estivesse tão focado apenas no desenvolvimento cognitivo. Chickering e Reisser (1993, citado por Ferreira e Ferreira, 2001) defenderam que o desenvolvimento da identidade na jovem adultez seria favorecido pela resolução dos quatro primeiros vetores (sentido de competência, gerir as emoções, desenvolvimento da interdependência e das relações interpessoais).

Para Hawkins et al (2012), a Psicologia do Desenvolvimento Positivo, assim como a Psicologia Positiva, avaliam o desenvolvimento do jovem a partir de três elementos chaves: a *competência social*, referente à empatia, à amizade, à responsabilidade e ao autocontrole emocional, a *satisfação com a vida*, o quanto se considera feliz nos vários domínios da vida, e o *capital social*, referente ao ativismo e ao engajamento cívico.

Segundo Ávila et al. (2012) as representações de vinculação romântica têm um maior impacto sobre o desenvolvimento da identidade de adolescentes tardios. Estas autoras verificaram, ainda, que a confiança e a dependência são a base da influência da vinculação dos pais (figuras de vinculação primárias) no desenvolvimento de identidade. Para as autoras, durante esta fase da vida, parceiros românticos começam a assumir o papel de influência nas representações de vinculação, assim como as relações com os pais fizeram outrora. As autoras concluíram que, na exploração de relacionamentos extrafamiliares e românticos, além de incentivar um sentimento de pertença e afinidade relativamente à outros significativos, os relacionamentos podem ajudar os adolescentes a estabelecer com sucesso a autonomia e o desenvolvimento da identidade. (Ávila et al.)

A parentalidade intrusiva e/ou falta de incentivo dos pais para a autonomia dos filhos não seriam suficientes para criar uma condição de base segura para o processo de desenvolvimento de identidade. Esta inibição por parte dos pais do processo de exploração pode reduzir as oportunidades de adolescentes tardios para desenvolver habilidades de intimidade com os colegas

e aprender a confiar nos outros. Por outro lado, a experiência de relacionamento com pais calorosos, carinhosos, de suporte e baixo teor de hostilidade é preditiva de comportamentos competentes em relacionamentos românticos de jovens adultos (Ávila et al., 2012).

De acordo com Lima (2012), muitos fatores, como gênero, classe social, religião, combinam-se aos traços individuais para formatar os percursos de vida. A vida passa a ser apreciada como um desafio complexo e multifacetado de realização e persecução de metas. Os jovens adultos procuram integrar as metas, os diversos papéis e seus traços de personalidade em um padrão de identidade organizado que proporcione um sentido de unidade, propósito e significado às suas vidas. O jovem adulto busca reconhecer-se, busca corresponder às demandas dos grupos sociais aos quais quer afirmar uma pertença (Louro, 2000).

Quando seus esforços em busca dessa integração não resultam bem, o medo da rejeição e do fracasso podem, principalmente em casos em que os conflitos anteriores tenham sido mal resolvidos, levar ao comportamento de evitamento da intimidade e do compromisso. Nestes casos, segundo Veríssimo (2002), o jovem pode evitar tomar iniciativas, recorrendo ao isolamento ou manter uma atitude desconfiada quanto às relações, limitando-se à contínua exploração (mantendo relações superficiais).

2.5. A intimidade na jovem adulez

A jovem adulez caracteriza-se pela exploração e eventual compromisso com novos objetivos de vida (Lima, 2012). Quando mais seguro em relação à sua identidade, o jovem adulto pode necessitar e sentir-se mais preparado para permitir-se um maior aprofundamento em suas relações, amorosas ou não. Esta maior intimidade, segundo Veríssimo (2002), torna-se possível por não haver mais tanto receio de “perder o sentimento de si mesmo” (p. 21) ao comprometer-se em relações de amor e amizade.

A intimidade está relacionada às necessidades básicas de aceitação e cuidado, de amar e de ser amado (Fonseca & Duarte, 2014). Nos primeiros anos da jovem adulez a sociabilidade torna-se essencial para o bem-estar da pessoa

(Hawkins, et al., 2012). A intimidade facilita a filiação a grupos, de acordo com seus estilos peculiares de ritualização, de comportamento e de modo de falar. Segundo Papalia e Feldman (2013), as relações sociais, nomeadamente por dois de seus aspectos relevantes, a integração e o apoio social, são importantes para a saúde e o bem-estar dos jovens adultos. A integração social é o envolvimento ativo em uma ampla faixa de relacionamentos, atividades e papéis sociais (esposos, pais, vizinhos, amigos, colegas e afins).

As redes sociais podem influenciar o bem-estar emocional tanto quanto a participação em comportamentos saudáveis (...). Além disso, parece que as redes sociais da internet, como o *Facebook*, podem proporcionar alguns daqueles benefícios por meio da interação e do apoio virtuais (...). (Papalia & Feldman, 2013, pp. 459-460)

Como já mencionamos, a forma como as pessoas interagem entre si nas relações de intimidade vai variar de acordo com as características da sociedade (Fonseca & Duarte, 2014), da época, da cultura e de suas decisões individuais. O casamento, por exemplo, já significou um acordo econômico ou político, uma aliança de amor romântico, ou uma oportunidade para ver-se livre da autoridade paterna (Fonseca & Duarte). Além da influência socio cultural, Erikson (1985) afirma que a necessidade psicobiológica de procriação não pode ser ignorada. Oliveira (2010) escreve que nesta fase da jovem adultez, segundo a teoria de Erikson, a forma mais usual de relacionar-se em casal é o “amor romântico”, caracterizado pelo desejo de estar junto, pela idealização da pessoa amada, pela dependência, pelo erotismo e pelo medo de perder.

Em contraponto à intimidade, na crise que Erikson (1982) destacou para esta fase da vida, está o *isolamento*. Um medo de permanecer só e de não ser reconhecido, o isolamento é o potencial núcleo patológico do início da idade adulta. Este isolamento pode ser individual ou “a dois”, quando ambos os indivíduos buscam proteger-se da necessidade de enfrentar a próxima crise do ciclo de vida: *geratividade vs. estagnação*. O perigo do isolamento, destaca o autor, é o de reviver regressivamente e de forma hostil, o conflito de identidade. Da fixação nesse conflito regressivo pode emergir uma psicopatologia *boderline*, mas da resolução da crise *intimidade vs. isolamento* emerge a força do amor.

Relativamente aos demais grupos etários, Papalia e Feldman (2013) consideram que os jovens adultos tendem a ter mais parceiros para

relacionamentos casuais do que parceiros de relacionamentos amorosos de compromisso, mesmo que possam fazer sexo com menor frequência. A prática do sexo “casual” é, segundo estas autoras, comum entre jovens universitários, assim como a violência contra a mulher, principalmente quando associados a comportamentos de risco, como o uso de drogas e bebidas alcoólicas.

Em seu estudo realizado em 2006, Reitzle analisou uma amostra composta por 2.656 jovens entre 18 e 29 anos quanto a auto percepção relativamente a serem adolescentes ou adultos, em função do arranjo de vida (tradicional ou moderno). O autor verificou que 43% dos participantes, mesmo sendo legalmente adultos, ainda viviam com os seus pais. Verificou também que os que vivem com os pais e aqueles que vivem sozinhos ou compartilham um apartamento com os colegas tendem a perceber a si mesmos como adolescentes.

Ainda sobre a auto percepção de adolescência ou adultez, Reitzle (2006) refere ao estudo longitudinal (de 1993 a 1995) com uma amostra de 461 jovens com idades entre 20 e 27 anos, e não foi encontrada associação significativa em relação a ter um trabalho ou a ter autonomia financeira, entretanto, os jovens percebiam subjetivamente a si mesmos como adultos quando em relacionamentos românticos e em relação à parentalidade.

2.6. A jovem adultez em Portugal

Para compreender melhor a população deste estudo, os jovens adultos portugueses, debruçamo-nos ao relatório científico “Projecto #on_sex Direitos sexuais e jovens vulneráveis” (Cardoso, Jorge, Ponte, & Ferreira, 2016), realizado pela equipe EU Kids *Online* Portugal em 2016. O relatório relata que, com a queda da taxa de natalidade os vínculos entre pais e filhos sofreram transformações, com um controle educativo cada vez menos autoritário e com relacionamentos cada vez mais igualitários.

Relativamente às vivências sexuais e afetivas, o número de jovens que afirma ter tido relações sexuais vem-se reduzindo, segundo os resultados de relatórios desde 2002 (24%) a 2015 (16%), mesmo que mais da metade já tenha estabelecido relacionamentos amorosos no início do secundário (por volta dos

15 anos). Os rapazes geralmente são os que iniciam a atividade sexual mais cedo, comparados às raparigas. Vale ressaltar que também está diminuindo o número de rapazes que iniciam sua vida sexual com prostitutas (Cardoso et al., 2016), um ritual de passagem masculino usual em décadas anteriores.

Politicamente, Portugal vive uma tensão entre as tendências progressistas e as conservadoras. Em 2005 foi implementado o Plano Tecnológico, com fundos europeus, que impulsionou o acesso tanto à Internet, através de acordos com empresas de telecomunicações, quanto aos dispositivos portáteis de baixo custo, mediante subsídios estatais variáveis conforme o escalão socioeconômico. Foram entregues em Portugal, de 2006 a 2011, através das iniciativas *e-Escolas* e *e-Escolinhas*, 1.371.698 portáteis, ao que o país se tornou, em 2010, líder europeu em posse de computadores portáteis (Cardoso et al., 2016).

Cada vez mais jovens portugueses fazem uso da Internet, sendo registrados 91% em 2010, 95% em 2012 (Ponte & Simões, 2015) e, em 2014, quase a totalidade dos jovens (98%), sendo que quase a metade dos jovens (47%) acedem a Internet pelo telemóvel através de redes *wireless* gratuitas e não por planos de dados móveis (Cardoso et al., 2016). Para acederem à Internet, os jovens portugueses utilizam principalmente os computadores portáteis (60%), os telemóveis (45%) e *smartphones* (35%); e, enquanto os rapazes acedem mais no quarto e noutras divisões da casa, as raparigas são as que mais acedem fora de casa e em movimento (Ponte & Simões, 2015).

O uso da Internet possibilitou aos jovens uma maior autonomia, uma ampliação dos espaços para a intimidade e para a interação em redes sociais, como é o caso do *Facebook*. Segundo Ponte e Simões (2015), “a redução da possibilidade de contatos face a face, das dificuldades de mobilidade (...) ou da escassez de tempos livres” (p.61) são características desse contexto que direciona e motiva os jovens ao uso dos dispositivos tecnológicos, tanto para manter contato com os amigos que se separaram, na transição do secundário para a universidade, quanto pela possibilidade de conhecer novas pessoas.

CAPÍTULO III

Sociabilidade na Internet

Neste capítulo voltaremos a nossa atenção para as interações sociais mediadas pela Internet. Em primeiro lugar, falaremos sobre a comunicação *online*, suas inovações e estratégias para contornar os desafios da conversação não presencial. Abordaremos algumas vantagens e desvantagens da sociabilidade na Internet, de acordo com a literatura consultada. De seguida discorreremos e apresentaremos breves descrições sobre as redes sociais e os *sites* de relacionamento, destacando o *Facebook*, o *Twitter*, o *Meetic* e o *Badoo*. Faremos, então um resumo sobre as principais diferenças entre os relacionamentos *online* e os convencionais. Assim como sobre as diferenças em alguns aspectos associados aos relacionamentos *online* em função do gênero. Finalmente, abordaremos o tema da identidade virtual e a (não) veracidade dos perfis *online*.

3.1. A ecologia mediática

O advento da Internet em 1969 ou a sua disponibilização comercial, a partir de 1989, foi um fenômeno completamente revolucionário na história da humanidade. As relações interpessoais, a circulação de informações e o avanço da ciência passaram a ocorrer cada vez mais a nível tecnológico e virtual (Bolzan, 2016). A tecnologia e os dispositivos móveis permitiram a expansão e a dinamização da comunicação entre pessoas como nenhuma outra geração o tinha feito anteriormente, permitindo partilhar experiências, trocar impressões, comparar, aconselhar, criar e divulgar conteúdos.

Os diferentes meios de comunicação integram-se à Internet combinando seus usos, formando uma “ecologia mediática”, como podemos ler em Cardoso e Lapa (2015), promovendo uma crescente afirmação cultural e social. Por exemplo, os blogues, videoblogues (*vlogs*) e *sites* facilitam a publicação em massa de conteúdos produzidos por pessoas não-especialistas, reduzindo assim a centralização da cultura em uma pequena elite. Fazem parte

desta ecologia as novas e as velhas modalidades de comunicação, tais como o telefone, a televisão, o jogo de vídeo, os livros, a rádio e o cinema.

A constante apropriação dos novos dispositivos tecnológicos e das suas funcionalidades, chama-se “domesticação dos *media*” (Cardoso & Lapa, 2015). A Internet proporciona a transferência de arquivos, a troca de correios eletrônicos e de mensagens, a leitura de livros, o acesso às notícias em direto e de qualquer data passada, a compra e venda *online* e vários outros serviços, como a interação em *chats*. Os *chats* são aplicações de conversação em tempo real (síncronas). Neles a conversa pode ser coletiva e pública a todos que estejam interagindo no mesmo momento, ou privada, entre duas ou mais pessoas que decidem ter uma conversa em particular. Esta possibilidade de encontrar novas pessoas através de *chats* impacta as relações de intimidade, visto que muitos casamentos já tiveram seu início através das TIC (Lopes & Cunha, 2011).

3.2. A comunicação mediada por computador (CMC)

A sociedade está cada vez mais interligada e globalizada, portanto o aumento exponencial das tecnologias de comunicação é, ao mesmo tempo um reflexo e um produto das mudanças sociais (Henry-Waring & Barraket, 2008). A linguagem na interação *online* tem a sua singularidade: faz uso de termos próprios da cibercultura, como as abreviações e o uso de figuras (como os *emoticons*) para minimizar o risco de falhas na comunicação (Coleta et al., 2008).

Runa e Miranda (2015) confirmam que estes códigos e regras de escrita próprios da comunicação mediada pela Internet são complementares e reforçadores. Estas autoras citam ainda o uso das “onomatopeias, os acrónimos, a repetição de vocábulos, a intensificação e a repetição de maiúsculas (...) as metáforas e a linguagem figurada” (Runa & Miranda, p. 116) para atribuir propriedades afetivas ao que se quer dizer.

O uso de inovações ortográficas, de termos em inglês e de todas essas estratégias próprias da linguagem virtual, gerou, de certa forma, uma reação negativa dos que defendem os formalismos da língua portuguesa, segundo Cardoso e Lapa (2015). Mas, estes autores acreditam que os códigos e

personalismos partilhados principalmente entre os jovens, assim como as gírias, reforçam o sentimento de coesão e de pertencimento ao grupo:

(...) a importância da dimensão simbólica codificada nas mensagens virtuais, cuja oferta representa o comprometimento numa rede de relações. A troca de mensagens é imbuída numa carga afetiva e constitui um sistema ritual de significados partilhados e trocas recíprocas que fortalece os laços sociais. Nesta perspetiva não há uma diferenciação fundamental entre o jargão quotidiano, seja ele juvenil ou outro, e a transmissão de mensagens via eletrónica, assim como não há uma diferenciação fundamental entre comunicação mediada e não mediada. (Cardoso & Lapa, 2015, pp. 35-36)

Henry-Waring e Barraket (2008) verificaram que a intimidade entre parceiros românticos sofreu efeitos proporcionados pelos avanços tecnológicos, dentre eles a “hipercomunicação”, tanto em termos dos tipos de comunicação, como também na velocidade e intensidade do contato. Segundo estes autores, as interações virtuais têm natureza desinibitiva, portanto tornam mais fácil a expressão das emoções, principalmente através da escrita e de outras ferramentas visuais. À medida em que vão estabelecendo conversações, a linguagem escrita e oral entre os parceiros torna-se profundamente informal e íntima, semelhante a como acontece nos relacionamentos presenciais.

Até a década de 90, a CMC, ou seja, através da Internet era considerada “mais formal, menos íntima e impessoal do que a comunicação face a face” (Runa & Miranda, 2015, p. 114) devido a ausência de sinais não-verbais. Já não há concordância nos estudos que o relacionamento amoroso *online* atualmente seja mais impessoal e menos íntimo que o relacionamento presencial. Alguns estudos consideram que nas mensagens escritas há uma maior autorrevelação, pela inclusão de pistas sobre sentimentos e pensamentos pessoais (Runa & Miranda).

A expressão das emoções, ou autorrevelação, mediada pela Internet se dá principalmente através da escrita. Runa e Miranda (2015) consideram que a palavra escrita representa conceitual e logicamente as emoções, de forma sistemática. A tarefa de escrever e expressar ao mesmo tempo a emoção que se está a sentir é um desafio que vem gerando estratégias. A ausência da expressão física e da tonalidade da voz vem sendo contornada não apenas pela comunicação por vídeo e/ou mensagens de áudio, como por *emoticons*, *gifs*,

stickers (imagens fixas ou animadas) e pelos diferentes tamanhos de letras, mas também por uma maior explicitação do que se sente e se pensa. Para Baptista (2015), ainda assim os mal-entendidos na comunicação online são imensos, pois todas as estratégias para “introduzir a toada emocional nas palavras escritas, são insuficientes face a diversidade da experiência humana” (p.165).

Assim como para Henry-Waring e Barraket (2008), já mencionados, também para Young (2006, citado por Haack & Falcke, 2014) a CMC facilita a expressão desinibida das emoções, de forma mais aberta e honesta, o que promove maior intimidade no relacionamento amoroso. Lopes e Cunha (2011) comentam que os relacionamentos podem ser mais fortes ou não dependendo da frequência do contato, da reciprocidade, dos afetos e da confiança. Runa e Miranda (2015) consideram que a expressão de emoções mediada pela Internet é abundante e cita o estudo de Walther, efetuado em 1996, que verificou uma maior afetividade e expressividade das emoções nos grupos que se comunicavam pela Internet do que nos grupos presenciais.

3.3. Imediatez na comunicação

Baptista (2015) também escreveu sobre a rapidez ou a imediatez em que obtemos ou pretendemos obter as respostas na comunicação mediada pela Internet. Há algumas décadas, para comunicar com alguém que não estava próximo tínhamos os recursos das cartas escritas, ou mais rapidamente, do telefone, que era fixo, o que só permitia o contato se o receptor estivesse no local. Mesmo com os e-mails, aguardava-se um tempo pela resposta, pois o computador também era fixo e não se podia aceder à Internet em qualquer lugar em que a pessoa estivesse. Buscava-se contatar e esperava-se uma resposta que poderia vir depois de horas ou dias.

Baptista (2015) ressalta que os avanços das TIC possibilitaram mudanças na compreensão temporal da comunicação mediada pela tecnologia, habituando-nos a contatar a outra pessoa onde ela esteja e instantaneamente receber respostas. Qualquer comunicação passou a ser “urgente” e “importante”, portanto, nos relacionamentos íntimos, uma falta de resposta ou a simples demora desta a uma carinhosa mensagem de saudação pode gerar diversas

interpretações e suposições errôneas que afetam a relação. O autor afirma que esta é a “sociedade da interrupção” (p.153), pois as pessoas estão constantemente a ser solicitadas em conversações, em mensagens, em chamadas, através das TIC. Isto pode afetar a ponderação frente aos problemas, a atenção, a execução de tarefas e a relação com o mundo.

3.4. Vantagens e desvantagens da interação virtual

Coleta et al. (2008) e Haack (2012) citam como uma vantagem proporcionada pela Internet, a segurança. Devido ao aumento da violência, aderir às Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) tem se mostrado uma opção segura de suprir as necessidades de contato intelectual, social e afetivo. A segurança, no entanto, pode ficar enfraquecida quando alguns cuidados não são seguidos. As mulheres solteiras ou divorciadas, mais jovens, pela imaturidade ou as mais velhas, pela carência, são consideradas como o grupo mais vulnerável a violência sexual e a golpes praticados por parceiros conhecidos através da Internet (Lopes, 2014). A mulher jovem adulta, até os 35 anos, entretanto, ainda mantém percentualmente o mesmo grau de solidão que os homens de sua faixa etária, 26% (Corrêa, 2010), e fazem parte do grupo de idade preferido dos homens adultos que buscam por uma companheira para um relacionamento de compromisso. Buchanan e Whitty (2013) discordam que as mulheres de meia-idade formem o grupo mais vulnerável aos golpes aplicados através da Internet. Para esta autora, em relação à solidão, a Internet tem ao mesmo tempo, o potencial de oferecer a oportunidade de encontrar outras pessoas com quem eles possam se conectar e o risco de ser ludibriado.

Coleta et al. (2008) também comentam que a Internet facilita a socialização de pessoas inseguras, pessoas que trabalham em casa e ainda das que são sobrecarregadas de compromissos. Vimos que o estudo de Henry-Waring e Barraket (2008) corrobora este aspecto, pois as pessoas tímidas e aquelas que se sentem mais confortáveis em se expressar pela escrita, veem nos *sites* de relacionamento uma maneira menos embaraçosa de conhecer e se comunicar com novas pessoas. A possibilidade de selecionar os potenciais parceiros através dos perfis públicos já evita o constrangimento de iniciar

conversa com pessoas que depois não demonstram ter muitos interesses em comum, como geralmente acontece na interação presencial.

Outra vantagem da Internet, citada por Bolzan (2016) é o encolhimento das distâncias entre as pessoas, tornando possível aceder pessoas, conhecidas ou não, de outros países e continentes, como se pode perceber no caso do *site* de relacionamentos. Para Lopes e Cunha (2011) as relações entre as pessoas na Internet não são aleatórias e as razões geográficas estão entre as motivações de contacto, assim como “a identidade social, de semelhança racial, étnica, política e outras (...)” (p.19). Por outro lado, Henry-Waring e Barraket (2008) verificaram que esse potencial para o namoro globalizado, sem fronteiras, não é aproveitado de forma tão abrangente quanto se imagina. As pessoas que participaram do seu estudo relataram preferir conhecer alguém por perto, de forma que o relacionamento iniciado *online* possa facilmente tornar-se também *offline*. Portanto, a principal diferença seria apenas o meio onde iniciam as relações.

Henry-Waring e Barraket (2008) também referem, como vantagem, o crescente acesso à Internet em qualquer local em que a pessoa se encontre, seja em casa, no trabalho, em um restaurante ou numa praça. Como as pessoas têm atualmente menos tempo e acesso às formas convencionais de namoro, as TIC permitem uma solução bastante rápida, econômica, eficaz e lógica para estender sua rede social e satisfazer o desejo de intimidade. Basta ter, no telemóvel conectado à Internet, a aplicação do *site* de relacionamentos ou da rede social virtual, que se pode conectar com pessoas próximas ou distantes.

Por outro lado, Coleta et al. (2008) alertam para o perigo de dependência ou adição à Internet, visto que, ao aplicar um inquérito com dez questões, de acordo com a Associação de Psicologia Americana (APA), no qual quatro ou mais respostas afirmativas indicam a adição à Internet, a amostra de seu estudo apresentou 89,3% de adictos, 7,1% no limiar da dependência e apenas 3,6% considerados não adictos. Os sinais de alerta para a adição à Internet são: usar a Internet para fugir aos problemas da vida ou a emoções desagradáveis; passar progressivamente mais tempo na Internet; negligenciar as necessidades básicas, como a alimentação, o sono e a higiene para continuar

online; pensar constantemente na Internet; negligenciar a família, amigos e o estudo/profissão; e dissimular quanto às horas passadas na internet (Cita Clínica Médica, 2012). Para ser considerado um uso patológico da Internet, a APA *online*, considera a média de 38 horas semanais, ou, em média, mais de cinco horas por dia.

Finkel et al. (2012) citam a vantagem do extenso acesso, que os *sites* de relacionamentos oferecem, a um número de potenciais parceiros maior do que o que qualquer um poderia ter acesso no mundo *offline*. São milhares e até milhões de usuários em um mesmo *site*. Entretanto, nem sempre obterão resposta de todos os que lhe interessarem e, em alguns *sites*, a quantidade de conversas iniciadas por dia é limitada. Como tal, o acesso que os usuários adquirem através de *sites* de namoro não necessariamente dá acesso a um novo relacionamento ou a ilimitados contatos, como muitos *sites* anunciam.

3.5. As interações nas redes sociais

As redes sociais são compostas por pessoas ou organizações, conectadas por um ou vários tipos de relações, que compartilham valores e objetivos comuns. As redes sociais na Internet, como o *Facebook* e o *Twitter*, são grupos ou espaços virtuais que permitem partilhar dados e informações, como imagens, textos, vídeos e arquivos. Há também a formação de grupos por afinidade, as comunidades virtuais, que podem ser abertos ou fechados, e de espaços para discussões, debates e apresentação de temas.

A relação entre o que é público e o que é privado também foi impactada pelas TIC. As redes sociais virtuais são usadas como uma vitrine social, nas quais a autorreferência quanto aos sentimentos, pensamentos e êxitos individuais são constantemente publicados e atualizados. O psicólogo Telmo Baptista acredita que hoje se pode dizer que há uma “vida digital” paralela à “vida real experienciada em direto” (Baptista, 2015, p. 155). Para Cardoso e Lapa (2015) o mundo digital integra-se à nossa vida, com as nossas motivações, crenças e atitudes, e pode ser compreendido similarmente à forma como compreendemos as interações face a face, ou seja, “os *media* somos todos nós”

(p. 27). A socióloga Paola Bonavitta (2015) reflete que não são mais os corpos disciplinados, dóceis e úteis, como diziam M. Foucault e G. Deleuze, mas

Os novos corpos são ansiosos, excitados, estimulados a consumir constantemente, corpos que sempre querem algo novo, experiências extremas, antes desaprovadas. É um corpo, ainda, que precisa ser visto para ser: só reconhece sua materialidade sob a pupila do outro, sob o seu comentário e reconhecimento.⁹ (Bonavitta, 2015, p. 207)

Para Haack (2012) as relações interpessoais e a sexualidade humana são impactadas pela Internet, que tem se revelado como um espaço de início e de desenvolvimento de relacionamentos íntimos. Para Henry-Waring e Barraket (2008) o namoro e a intimidade no século XXI estão mudando devido a mudanças socioculturais profundas que surgem principalmente dos processos de globalização e do desenvolvimento que facilitam o acesso a novas formas de TIC.

A partir do momento em que duas pessoas se conectam através de redes sociais ou de *sites* de relacionamento, o acesso que podem ter a toda a “vida digital” registrada e disponibilizada permite-lhes conhecer imensa informação sobre a outra pessoa, sua família, seu trabalho, suas ideologias e rotina, gerando uma sensação de intimidade. Por outro lado, com a mesma facilidade em que as pessoas se conectam pela Internet, elas se desconectam em um clicar de teclas. Como vimos, para Bauman (2004), as relações e o amor tornaram-se tão “líquidos”, tão descartáveis, que os jovens não sabem como sustentar relacionamentos a longo prazo.

O *Facebook* é atualmente a rede social preferida dos jovens, referida por 97% deles em 2014 e um dos objetivos principais envolvidos nesta escolha pela rede social é exatamente a popularidade. Há uma pressão para estar sempre conectado, compartilhar a localização, o que consome, com fotos, vídeos e constantes atualizações de *status* (Ponte & Simões, 2015).

⁹ Tradução nossa, a partir do original: *Los nuevos cuerpos son ansiosos, excitados, incitados a consumir constantemente, cuerpos que quieren siempre algo nuevo, experiencias extremas, antes mal vistas. Es un cuerpo, además, que necesita ser visto para ser: sólo reconoce su materialidad bajo la pupila del otro, bajo su comentario y su reconocimiento*

3.5.1. Descrição das redes sociais *Facebook* e *Twitter*

Pelo fato de serem as duas redes sociais mais utilizadas atualmente, faremos uma breve descrição do *Facebook* e do *Twitter*. Para criar um perfil no *Facebook* é necessário informar o nome e o apelido, o número do telemóvel ou o email e a palavra-passe, a data de nascimento e o sexo. É feita a confirmação por email. Dentre as alternativas de publicação na rede social, pode-se escrever um texto anexando ou não fotos e vídeos, criar um álbum de fotos, emitir um vídeo em direto. Pode-se gostar, comentar, partilhar, guardar publicações de outros utilizadores e páginas. Criar, publicar ou participar de eventos, páginas, anúncios e grupos. O *Facebook* também tem aplicações de jogos, testes, envio e recebimento de mensagens. Pode-se visualizar a própria cronologia ou visualizar as atualizações de todos os amigos, conhecidos, grupos e páginas de que participa, na página inicial. O site constantemente sugere que se envie solicitação de amizade para “pessoas que talvez você conheça”, como um estímulo a alargar a rede social.

Para fazer o perfil no *Twitter* é solicitado o nome completo, o número de telemóvel (para o qual será enviado um SMS¹⁰ com o código de verificação), email e palavra-passe (também será enviado um email para confirmação). Pode-se importar os contatos já existentes no email. O principal objetivo de participar desta rede social é aceder às notícias partilhadas por amigos e personalidades famosas, além de personalizar sobre quais outros assuntos se quer receber notícias, como da sua localidade, do seu país, do desporto, da música, dentre outros. Também se identifica o perfil com foto e descrição sobre si. É possível enviar e receber mensagens para outros membros da rede, *tweetar* (publicar) e *retweetar* (partilhar publicações de outros), seguir outros perfis e fazer busca no *site*.

3.6. Os *sites* de relacionamento

As mudanças na forma de se relacionar também abrangem a intimidade amorosa, principalmente no que tange à busca por parceiros. Cada

¹⁰ SMS (sigla para *Short Message Service*), é um serviço de mensagens curtas muito utilizado para o envio de texto através de telemóveis.

vez mais pessoas inscrevem-se em *sites* de relacionamento, seja para uma ou simultâneas conversas de sedução, ou para encontros sexuais casuais (virtuais ou presenciais), ou para conhecer uma pessoa interessante com quem possa iniciar um relacionamento de compromisso a longo prazo.

Segundo Finkel et al. (2012), há mais de 60 anos os computadores têm sido usados para fazer combinações de compatibilidade ou correspondências românticas, tanto no âmbito universitário quanto no mercado direcionado ao casamento. Esta tarefa era antigamente atribuída aos conselheiros casamenteiros, solicitados pelos pais do(a) jovem solteiro(a), que definia por intuição e por experiência, os melhores potenciais pares dentre um limitado grupo disponível na rede social tradicional. Na revisão histórica que os autores supracitados fizeram em seu artigo, teria sido em 1965 a primeira experiência feita por jovens alunos de Harvard, de fazer correspondências de compatibilidade de casais por computador, o *Operation Match*. Nos Estados Unidos, tornaram-se populares, apesar de socialmente estigmatizados, os anúncios em jornais e revistas, na década de 70, e as agências de encontros e os *vídeo-dating*, na década de 80 (Finkel et al., 2012). Foi na década de 90 que os *sites* de relacionamento surgiram:

À medida em que os computadores se tornaram mais baratos, menores e mais poderosos, e à medida em que a Internet se difundia, surgiu uma nova geração de empresas de namoro por computador. Categorizamos esses negócios de namoro *online* em três gerações: (a) *sites* de anúncios pessoais online, (b) *sites* de correspondência baseados em algoritmos e (c) aplicativos de namoro baseados em *smartphones*. A primeira geração começou com seriedade quando o *Match* foi lançado em 1995. Muitos *sites* seguiram a liderança do *Match* nos anos seguintes, oferecendo aos solteiros uma ampla gama de opções para publicar e pesquisar anúncios pessoais online. Esses *sites* de namoro funcionavam essencialmente como motores de busca, permitindo aos utilizadores postar um perfil e procurar perfis de parceiros potenciais.¹¹ (Finkel et al., 2012, p. 10)

¹¹ Tradução nossa, a partir do original: *As computers became cheaper, smaller, and more powerful, and as the Internet became widespread, a new generation of computer dating businesses emerged. We categorize these online dating businesses into three generations: (a) online personal advertisement sites, (b) algorithm-based matching sites, and (c) smartphone-based dating applications. The first generation began in earnest when Match launched in 1995. Many sites followed Match's lead in the ensuing years, providing singles with a broad range of options for posting and browsing online personal advertisements. Such dating*

O namoro *online* talvez represente, atualmente, a estratégia que menos promova ansiedade e medo de rejeição quanto a iniciativa de abordagem a alguém desconhecido(a). Em alternativa aos bares, shows, praças e outros lugares onde os jovens costumavam ir em busca de novos possíveis parceiros amorosos, o *site* de relacionamentos oferece a facilidade de reunir muito mais pessoas com este mesmo objetivo, sem a exposição dos ambientes convencionais. Uma investida ou várias, são feitas sem que outras pessoas percebam, ninguém mais saberá se foi rejeitado ou não, se está com vários parceiros simultaneamente, ou se está a ser um pouco mais romântico, grosseiro, exibicionista do que o normal. As pessoas estão a distanciar-se das formas tradicionais de romantismo e a conquista inicia-se com “likes” no(s) perfil(is) aprovados no menu. Portanto, é um fenômeno que parte de táticas adquiridas, mas que ainda guardam características dos contextos relacionais tradicionais herdados (Corrêa, 2010).

Para satisfazer a voracidade com que as pessoas consomem e relacionam-se na sociedade atual, marcada pelo hedonismo, esses *sites* e aplicações permitem encontrar e interagir com pessoas, sem barreiras espaço temporais. As aplicações ou *sites* de relacionamento são, como nas palavras de Bonavitta (2015), tal qual um *delivery* amoroso, que apresenta um cardápio com fotos, perfis que informam a distância geográfica, interesses, orientação sexual, hábitos, dentre outras informações. Conforme o apetite, aprova-se ou reprova-se as opções apresentadas, geralmente levando-se em conta as que mais se encaixam nos padrões de beleza, de juventude e de sucesso. Entretanto, como diz Costa (2007), toda esta quantidade de relacionamentos amorosos compensa a (ou, poderíamos dizer, implica na) falta de qualidade e compromisso na relação.

Segundo Henry-Waring e Barraket (2008) os *sites* de relacionamentos estão cada vez mais populares, em particular entre os menores de 35 anos. Um estudo realizado em 2015, pelo *Pew Research Center*, confirma essa afirmação, e mostra que em dois anos os 22% dos jovens mais velhos relataram fazer uso

sites essentially functioned as search engines, allowing users to post a profile and to browse the profiles of potential partners.

dos *sites* de namoro, enquanto triplicou o número de jovens entre 18 e 24 anos, chegando a 27% em 2015 (Smith, 2016). Um dos principais fatores por trás desse aumento foi a disponibilização de aplicações para namoro *online* nos dispositivos móveis (Smith). O estudo verificou ainda que 15% dos adultos americanos usam *sites* de relacionamento, pouco mais da metade dos participantes conhecem alguém que conheceu seu parceiro ou parceira através destes *sites*. 80% dos que usam e 55% dos que não usam estes *sites* consideram que eles são uma boa forma de conhecer novas pessoas.

Na Internet é possível que existam mais de 750 *sites* de relacionamento portugueses (Semper, 2016b) e nos Estados Unidos a porcentagem de casais que se conheceram através da Internet só vem aumentando, de cerca de 10% em 2003, para um pouco mais de 20% em 2009 (Rosenfeld, 2010, citado por Finkel et al., 2012). De acordo com Finkel et al., novos *sites* são constantemente criados e os antigos, ou saem do negócio ou mudam de nome quando deixam de ser populares.

Em seus estudos, Nascimento (2007) e Finkel et al. (2012) verificaram que os *sites* de relacionamento, em geral, prometem o encontro de um parceiro ideal, dentre milhares de opções, com menos gasto de tempo, dinheiro e esforço e com menor exposição, em comparação com as formas convencionais de busca. Quando há atração mútua, o aplicativo incentiva o utilizador a dar “o primeiro passo”, que pode ser, a depender do *site*, ao iniciar a conversa, ao enviar *emoticons*, ou ao avaliar o perfil. Dado o primeiro passo, e sendo correspondido, à medida em que vão sentindo maior segurança e interesse um no outro, tendem a revelar mais sobre si, compartilhando mais detalhes sobre sua vida pessoal, fotos, números de telemóvel e outros contatos, até passarem ao encontro presencial (Costa, 2007).

Há *sites* de relacionamento específicos a determinados grupos de pessoas ou de acordo com o interesse. Desta forma pode-se aderir a *sites* em que as pessoas têm características parecidas com a suas ou com as quais está procurando, seja por situação conjugal, por orientação sexual, por fase no ciclo da vida, por religião, ou ainda por interesse em compromisso ou apenas em sexo. Por exemplo, há o Divino Amor, para pessoas evangélicas; o *Ashley*

Madison, para pessoas casadas; o Coroa Metade, para adultos e idosos; e o *C-date*, para encontros casuais.

Os *sites* de relacionamento satisfazem a ideia de amor líquido, de amor-mercadoria da sociedade de consumo, instalando-se como espaços apropriados para interconectar-se com uma ou mais pessoas simultaneamente, enquanto se permanece isolado fisicamente diante da tela do computador ou do *smartphone* (Bonavitta, 2015). Apesar de atraírem muitos clientes com a promessa de que através dos *sites* os solteiros poderão encontrar seu “par perfeito”, Finkel et al. (2012) alertam para o fato de que estas empresas, embora valorizem como resultado positivo que alguns de seus utilizadores desenvolvam relacionamentos amorosos de compromisso, isto também implica na perda de dois clientes pagantes.

Finkel et al. (2012) consideram que os *sites* de relacionamento têm um incentivo perverso para manter os utilizadores como solteiros. Mesmo quando se encerra a conta, por exemplo, o *site* continua a enviar notificações por *email*, com mensagens como “Não consegue encontrar ninguém para conversar? O que acha destas pessoas? Elas registaram-se recentemente no *Badoo* e querem conversar na sua área.”, “4 rapazes perto de si querem conversar no *Badoo*. Converse com estes novos rapazes. Envie-lhes uma mensagem antes de toda a gente.” “Paulo, 34 - Quer conhecer? Ele está à procura de alguém como você. Quer conhecê-lo?¹²”. Estas mensagens corroboram o que Finkel et al. afirmaram, pois as empresas estão constantemente apresentando novas alternativas, indiretamente incentivando o rompimento da relação ou mesmo a infidelidade, que pode levar àquele.

Para reduzir a sensação de distância e solidão, apetrechos tecnológicos foram criados como o *LovePalz* e o *Mojowijo*, máquinas que simulam os órgãos sexuais feminino e masculino, conectadas por *Wi-Fi* para simular e/ou transmitir estímulos sexuais, que usados simultaneamente pelos parceiros conectados vibram em resposta aos movimentos realizados; o *Kissenger*, em formato de porco, que transmite os movimentos dos lábios do

¹² Citações retiradas de *emails* recebidos pela investigadora, mesmo após ter encerrado a conta afirmando, como motivo do encerramento, ter conhecido alguém no próprio *site*.

parceiro do outro lado da tela (Freire, 2012); e o *Frebble*, que transmite os estímulos do aperto de mão (Bonavitta, 2015).

Os *sites*, gratuitos ou não, usualmente oferecem serviços como o envio e o recebimento de mensagens e emails, de piscadelas, beijos e prendas virtuais. Alguns *sites*, como o Par Perfeito e o *Be2*, oferecem testes de personalidade a partir dos quais fazem a combinação de parceiros. Outros oferecem ainda flerte via mensagem SMS, sala de *chats* e ainda organizam eventos de encontros presenciais coletivos. Finkel et al. (2012) citam ainda os serviços de conselhos de namoro, e de resumos de estudos científicos sobre relacionamentos românticos.

Os sites de relacionamento são empresas eletrônicas cuja mercadoria à venda é o amor (Nascimento, 2007) e que geram uma receita financeira altíssima. Detter (2006) citou um estudo feito em 2004 que calculava em US\$ 449,5 milhões o total gasto por americanos em *sites* de encontros *online*. Portugal está entre os vinte países que mais utilizam a aplicação *Tinder* (Almeida, 2016) que usa os dados de perfil do *Facebook* (Bonavitta, 2015). Esta aplicação existia, em 2015, em 196 países, com 50 milhões de utilizadores. Segundo Almeida (2016), um levantamento feito pela *Globalwebindex*, em 2015, verificou que os utilizadores acedem, em média, 11 vezes por dia, gastando cerca de 7,5 minutos por sessão. Para desfrutar das vantagens do aplicativo, os utilizadores *plus* precisam pagar mensalidades que variam por idade, sendo que até os 28 anos pagam por volta de 5 euros e a partir dessa idade, aproximadamente 15 euros. Alguns outros *sites* e aplicações de encontros também cobram preços diferenciados por idade ou por gênero.

3.6.1. Descrição dos *sites* de relacionamento *Meetic* e *Badoo*

Os *sites* de relacionamento têm o objetivo de facilitar a comunicação entre pessoas que desejam encontrar parceiros para um relacionamento amoroso, seja casual ou não. Para um maior aprofundamento quanto aos *sites* de relacionamento, vamos aqui descrever características percebidas pela

investigadora nos sites *Meetic*¹³ e *Badoo*¹⁴, e complementaremos com descrições feitas por alguns autores referenciados no presente estudo.

O perfil no Meetic foi feito pela investigadora em julho de 2016. O procedimento inicia-se informando o próprio sexo e o do parceiro que se procura (homem ou mulher); a data de nascimento e a cidade. Só então é que se informa o nome, o endereço de email e a palavra-passe (enviam email para confirmação). Estas informações para inscrição no *site* devem ser reais, no entanto, não necessariamente serão as utilizadas para a identificação no perfil, ao que o utilizador tem a garantia de que não serão divulgadas.

De seguida, responde-se a uma sucessão de perguntas (uma por página) que irão compor o perfil no *Meetic*, tais como “está preparada para se comprometer com uma relação?”, estado civil, tem ou quer ter filhos, nível de escolaridade, altura, silhueta, comprimento e cor dos cabelos, etnia, nacionalidade, religião, se fuma, se tem imperfeições (impontual, indecisa, impulsiva, desorganizada,...). Adiciona-se uma fotografia (depois serão necessárias mais duas para poder aceder aos outros perfis) e passa-se a responder perguntas sobre as características do parceiro ideal (praticamente as mesmas que respondeu sobre si mesmo). Perguntam ainda sobre os *hobbies*, tipo de filme preferido, gostos musicais. Então, é solicitado que se escreva um texto descrevendo as características pessoais e as expectativas em relação ao parceiro potencial.

Nesta altura o *Meetic* propõe que o utilizador faça a assinatura¹⁵, para ter acesso ao envio e à leitura de todas as mensagens; para visualizar nitidamente todas as pessoas que se interessaram por seu perfil; para aceder ao perfil completo de todos os utilizadores; para navegar sem publicidade; para aceder à aplicação no telemóvel; para receber descontos nos eventos

¹³ www.meetic.pt Neste *site* há mais de 150.000 utilizadores de Portugal, na proporção de homens/mulheres de 63:37. O diferencial deste *site* são os eventos (*Meetic-Parties*) onde os utilizadores podem encontrar-se *offline* (Semper, 2016a).

¹⁴ Com 363 milhões de utilizadores e uma média de 300 mil novos utilizadores por dia, o Badoo apresenta-se como “a maior rede social para conhecer pessoas do mundo”, foi pioneiro nas combirações de parceiros pela tecnologia de geo-localização (Badoo, 2017).

¹⁵ Os valores da assinatura variam de acordo com o tempo de permanência: um mês = 34,99 euros; três meses = 17,99 euros/mês; seis meses = 9,99 euros/mês (valores em 09/07/16).

promovidos pelo *site*. Assinando ou não, pode-se aceder à tela do *site*, cuja estrutura dispõe de atualizações sobre *emails*, visitas, galanteios recebidos, quem lhe adicionou aos seus favoritos e o “carrossel”, um jogo que parecem cartas de baralho, onde se vê, em cada carta, a foto de um utilizador, algumas de suas características e as opções de marcar a figura coração (gostou) ou uma cruz (não gostou).

O *Meetic* disponibiliza ainda um extenso teste de afinidades, com cinco partes: “procura”, na qual se responde a mais perguntas a respeito da pessoa ideal, inclusive de suas atitudes relacionais; “visão sobre a relação”, aqui as respostas são em escalas, que podem variar de dois a quatro ou cinco níveis de concordância em relação a importância de fazer projetos juntos, de compartilhar visão de mundo, de tomar decisões juntos, dentre outras; “personalidade”, em que se marca as características que mais se lhe assemelham, como ser mais aberto(a), mais reservado(a), mais flexível, mais organizado(a), etc.; “gostos”, marcam-se as preferências, por exemplo, relativamente ao tipo de música, de desporto, de mimos, de passatempo, de pintores famosos, e outros; e “valores”.

O perfil no *Badoo* foi feito em novembro de 2016, para o qual foi solicitado nome, data de nascimento, cidade (pode ser solicitado o acesso da localização por GPS¹⁶) e gênero. Então, o *site* pede que se complemente a afirmação: “Estou aqui para...” com as alternativas: fazer amizades, conversar, namorar. Só então solicita o email e o número de telemóvel (confirma fazendo uma chamada e solicitando que informe o número que ligou), por último, pede que se anexe uma fotografia. O *site* sugere que associe o perfil às contas do *Facebook* e do *Twitter*, para se aceder a mais conhecidos e amigos.

Para preencher o perfil, o utilizador ainda informa seu sexo e o sexo das pessoas que pretende iniciar contato, e especifica suas características físicas (silhueta, altura, peso, tamanho do cabelo,...), estado civil, se tem ou pretende ter filhos, habilitação literária (a omissão de algumas informações é permitida, porém, limita o acesso a informações dos perfis de outros utilizadores), gostos em relação à música, desporto, e outras atividades de lazer,

¹⁶ A sigla GPS (*Global Positioning System*) significa Sistema de Posicionamento Global e possibilita que a localização do utilizador seja acedida tecnologicamente, via satélite.

e preferências quanto às características pretendidas no potencial parceiro ou parceira.

Quando o perfil é concluído, o *site* realiza automaticamente a correspondência de compatibilidades, ao que gera a hiperligação para a página de “pessoas perto”. O perfil é divulgado como “novo”, o que desperta a curiosidade de muitos utilizadores, que passam a visualizá-lo, pelo que serão notificados na tela do perfil como “visitantes”. Os utilizadores do Badoo são frequentemente motivados a publicar de uma a três fotografias, no mínimo, em seus perfis, inclusive como requisito para contactar outros utilizadores. O convite para se tornar assinante do *site*, ou seja, pagar para ter acesso a mais serviços, é constante. Uma das formas de incentivo à assinatura chama-se “Ativar superpoderes”, o que possibilita ao utilizador aceder à lista dos que gostaram de si e os que lhe adicionaram aos favoritos; ter o poder de alterar os votos negativos no jogo de “encontros”; visitar outros perfis anonimamente; e ter sua mensagem no topo da caixa de correios dos seus contatos no Badoo.

O *site* também dispõe de um jogo chamado “encontros”, no qual se pode visualizar várias fotos de utilizadores do Badoo, sendo que, para passar ao seguinte é necessário clicar na figura de um coração (aprovou) ou de uma cruz (não tem interesse), quando coincide de um utilizador aprovado já ter também aprovado o seu perfil, recebe-se instantaneamente uma mensagem anunciando “ligados hoje” e motivando a iniciar a conversa, através de mensagens com texto ou com figuras simpáticas. Quando se têm muito interesse em um perfil, pode-se incluí-lo dentre os seus “favoritos”.

Encontra-se ainda a opção “sósia”, na qual aparecem várias fotos identificadas de pessoas (geralmente do mesmo sexo) que o *site* identificou, provavelmente por um recurso tecnológico de busca por imagem, como tendo várias características faciais parecidas. O sósia também possibilita descobrir milhares de pessoas que se parecem com pessoas famosas (como o Justin Bieber, a Beyonce e o Donald Trump) e de outros utilizadores que estão inscritos no *Badoo*.

Através da leitura das descrições em outros estudos, percebemos que, em geral, os *sites* de relacionamento apresentam uma estrutura parecida. Corrêa

(2010) descreveu o *Match*, Bonavitta (2015) descreveu o *Tinder* e Nascimento (2007) descreveu o *site* Par Perfeito. Quanto aos textos de descrições pessoais no perfil, Nascimento (2007) acredita que “estes textos podem revelar um pouco da condição intelectual e subjetiva daquele que escreve” (p.44). Entretanto, as sugestões do próprio *site* quanto à descrição reproduzem o modelo sexista, portanto, para que os homens destaquem características em seu corpo e em sua personalidade que demonstrem virilidade, força e sucesso, enquanto as mulheres, destaquem a sensualidade, o romantismo, a beleza. Um diferencial do *site* Par Perfeito é o acesso à “psicóloga”, aos artigos sobre relacionamentos *online* que ela divulga e ao *chat* de conversação, recursos apenas para assinantes.

3.7. Relacionamentos *online* vs. *offline*

Os dois tipos de relacionamento, segundo Finkel et al. (2012), diferem em modo e grau de acesso às informações pessoais, à comunicação e à correspondência de compatibilidades. Enquanto os relacionamentos convencionais iniciam com flertes, nos quais a linguagem não verbal e as sensações causadas pelo contato físico são característicos, Baptista (2015) acredita que nos relacionamentos iniciados através da Internet conhece-se primeiramente um ao outro sob uma forma intelectual. Imagina-se o outro a partir da soma de todas as informações e contatos que se acede virtualmente. No entanto, no contato direto, com proximidade física, há uma gama de novas informações que são apreendidas pelos sentidos, inclusive a estimulação pelas feromonas sexuais, que pode provocar um sentimento de decepção entre a expectativa imaginada através do contato exclusivamente pela Internet e o resultado do contacto direto (Baptista, 2015). Henry-Waring & Barraket (2008) consideram que

a mudança de encontros on-line para off-line é tanto sobre timing (perceber o tempo certo), conexão, sorte e compatibilidade como acontece na transição de um relacionamento casual para um compromisso de longo prazo, nas relações convencionais. (p. 25)

Nascimento (2007) considera que a experiência da conquista romântica mediada pela Internet é mais que uma vivência intelectual de

estabelecer critérios de escolha, de elaborar estratégias de aproximação/afastamento, pois envolve trocas intersubjetivas de prazer e desprazer.

Em um interessante estudo na área da Economia e Marketing, Hitsch, Hortaçsu e Ariely (2010) usaram um modelo de correspondência econômica para verificar a eficiência da correspondência usada nos *sites* de relacionamentos, usando dados sobre atributos e interações dos utilizadores de um *site* de namoro *online*. Para os autores, os *sites* de relacionamento são semelhantes aos mercados correspondentes, visto que designam bens indivisíveis, sem um preço determinado ou mecanismos de transferência. Estimaram as preferências dos parceiros através do algoritmo de Gale-Shapley para prever correspondências estáveis e confirmaram que a correspondência nos *sites* de relacionamento *online* é eficiente.

Em relação ao curso de desenvolvimento, para Finkel et al. (2012), o do relacionamento amoroso *online* pode ser organizado em nove passos. O primeiro passo consiste na busca de informações sobre um ou mais *sites* de namoro; o segundo, no registro em um ou mais destes *sites*; o terceiro, na criação do perfil pessoal; o quarto, na visualização dos perfis dos outros utilizadores; o quinto, na iniciação do contato com um ou mais deles; o sexto, na recepção de uma ou mais respostas através do *site* de namoro; o sétimo, no engajamento em um ou mais relacionamentos amorosos *online*; oitavo, no encontro com o(a) parceiro(a) face a face; e nono passo, no desenvolvimento de um relacionamento *offline*. Estes passos seguem uma ordem lógica, mas um mesmo utilizador pode estar em passos diferentes, simultaneamente, caso tenha múltiplos relacionamentos *online*; pode permanecer investindo na busca de um novo parceiro *online*, e pode abandonar o processo em qualquer um desses estágios (Finkel et al., 2012).

Nascimento (2007), por sua vez, estabeleceu quatro fases da aproximação amorosa mediada pela tecnologia: a primeira é o diálogo por email ou *chat*; a segunda é a partilha de fotos pessoais; a terceira é a conversa por celular/telemóvel (incluiríamos aqui a conversa por *webcam*, ou pelas redes

sociais, como o *Facebook*, e aplicações, como o *Whatsapp*); e a última fase é o encontro presencial.

No estudo realizado em 2014, Haack e Falcke perceberam que os relacionamentos amorosos mediados pela Internet têm mais altos escores de insatisfação se comparados aos relacionamentos amorosos com presença física. Para as autoras, apenas na paixão não haveria diferença significativa entre os dois tipos de relacionamento, pois geralmente é um fator presente tanto nas relações amorosas curtas como nas de longa duração. Por outro lado, a intimidade e a decisão/compromisso, estão mais presentes em relacionamentos longos, que se encontram mais dentro o grupo que se relaciona presencialmente (Haack & Falcke). Ainda assim, a intimidade, no que se refere a comunicação de sentimentos, de pensamentos e de interesses pode estar mais fortemente presente nas relações amorosas pela Internet, pois comunicar-se é a principal atividade nesses relacionamentos. Devido à sua natureza informal e mais íntima, estas autoras concluíram que os indivíduos expõem mais abertamente suas emoções no relacionamento amoroso *online* do que no convencional.

Usando a escala de Rubin, Deter (2006) investigou uma amostra de 95 estudantes universitários americanos de Psicologia, com média de idade de 18,6 anos. Comparou dois grupos: o de jovens que mantinham relacionamentos amorosos tradicionais e os que namoravam pela Internet. Avaliou os dois grupos em função da satisfação com o relacionamento, do compromisso, do amor, do gostar, da qualidade de alternativas românticas e dos fatores de personalidade. Verificou que não havia diferenças significativas entre os dois grupos quanto ao compromisso, à atenção às alternativas românticas e à personalidade. O grupo tradicional relatou níveis significativamente superiores quanto ao gostar e quanto à satisfação com o relacionamento, enquanto o grupo da Internet relatou níveis significativamente mais altos de amor.

No estudo que realizaram no Brasil, com uma amostra de 50 jovens utilizadores de um *chat* de bate-papo *online*, Coleta et al. (2008) verificaram que ainda não se podia falar em uma revolução comportamental relacionada aos relacionamentos amorosos *online*. Coleta et al. citam um estudo feito em 2004 por Lopes, no Brasil, com pessoas que participavam de *sites* de relacionamento.

O investigador verificou que 71% de sua amostra era do sexo masculino, 72% já havia se encontrado *offline* com pessoas que conheceram no *site*, e 60% continuavam a relacionar-se com estas pessoas. Haack (2012) afirma que as pessoas acreditam nos relacionamentos amorosos mediados pela Internet, no entanto, que necessitam do contato presencial ao perceberem que há uma boa congruência entre si e que desejam dar continuidade ao relacionamento.

Em sua dissertação, Haack (2012) comparou o amor (intimidade, paixão e compromisso), a qualidade conjugal e a fidelidade entre os relacionamentos amorosos mediados pela Internet com os relacionamentos amorosos presenciais. Verificou que a Internet pode ser considerada um importante espaço para conhecer pessoas, mas se o casal deseja que sua relação se desenvolva satisfatoriamente é necessário que promovam encontros (fisicamente) presenciais.

O resultado do estudo de Haack corrobora a tese de Nascimento (2007), feita no Brasil, na qual pesquisou a sociabilidade amorosa mediada pela tecnologia eletrônica e as representações elaboradas pelos participantes de sua amostra. Nascimento entrevistou 21 utilizadores do *site* de encontros Par Perfeito e verificou que a Internet constitui um recurso adicional na busca por parceiros amorosos ou sexuais, mas não um ambiente para construir/vivenciar a relação. Concluiu ainda que o ambiente virtual reproduz os modelos tradicionais de relação de gênero e propicia tanto a aproximação quanto o rompimento dos relacionamentos amorosos.

Detter (2006) também realizou um estudo comparativo e verificou que, embora não houvesse diferenças significativas entre os dois grupos, em níveis de compromisso, os resultados indicaram que os participantes que não tiveram relacionamentos *online* foram mais felizes e melhor ajustados em seus relacionamentos e relataram alternativas românticas de maior qualidade do que os que tiveram relacionamento *online*. Estes relataram prestar mais atenção às alternativas românticas e obtiveram resultados significativamente superiores nos níveis de neuroticidade do que o grupo tradicional (Detter, 2006).

Brandell e Brown (2015) apresentaram em seu artigo dois estudos de caso e a revisão da teoria referente à adultez emergente, porém com foco na

teoria psicossocial de Erikson. No seu estudo discutem sobre a sexualidade mediada pela Internet. Concluíram que cada caso apresenta seus próprios desafios, que necessitam, para serem melhor compreendidos, de uma maior atenção tanto para o fenômeno da adultez emergente, quanto ao crescente universo de tecnologia cibernética. Para os autores, as TIC têm sobre o desenvolvimento humano, tanto o poder de moldar e aprimorar, quanto de descarrilar e subverter.

Finkel et al. (2012) investigaram as diferenças entre os relacionamentos amorosos *online* e os convencionais, a partir de três serviços oferecidos pelos *sites* de relacionamento, o acesso, a comunicação e a correspondência:

O acesso refere-se à exposição dos usuários e à oportunidade de avaliar potenciais parceiros românticos que, de outra forma, não poderiam encontrar. A comunicação refere-se à oportunidade dos utilizadores de usar várias formas de comunicação mediada por computador (CMC) para interagir com potenciais parceiros específicos através do *site* de namoro antes de se encontrarem presencialmente. Correspondência refere-se ao uso de um algoritmo matemático por um *site* para selecionar parceiros potenciais para usuários.¹⁷ (Finkel et al., 2012, p. 03)

Os autores verificaram que de fato as TIC, nomeadamente, os *sites* de relacionamentos que implementam esses três serviços, alteraram a forma como se iniciam os namoros. A busca por parceiros potenciais através da Internet alterou o processo romântico e o processo de correspondência de compatibilidade, em que antes obtinha-se uma primeira impressão na interação face a face e aos poucos se tomava conhecimento sobre vários fatos sobre o potencial parceiro. Nos *sites* de relacionamento já se tem acesso a uma ampla gama de fatos antes mesmo de iniciar a interação *online* ou de decidir se querem se encontrar pessoalmente.

A correspondência quanto à compatibilidade passou a ser creditada num algoritmo de correspondência matemática (Finkel et al. 2012). No entanto,

¹⁷ Tradução nossa, a partir do original: *Access refers to users' exposure to and opportunity to evaluate potential romantic partners they are otherwise unlikely to encounter. Communication refers to users' opportunity to use various forms of computer-mediated communication (CMC) to interact with specific potential partners through the dating site before meeting face-to-face. Matching refers to a site's use of a mathematical algorithm to select potential partners for users.*

a correspondência é feita principalmente em torno da homogamia¹⁸ e das características complementares, que não são sequer preditores importantes para o bem-estar no relacionamento amoroso, segundo Finkel et al. (2012). Já para Hitsch et al. (2010) a semelhança em idade, nos traços físicos e nos níveis de escolaridade também acontece na correspondência de compatibilidade *offline*, pois é comum que as pessoas prefiram, por exemplo, conversar com outras pessoas do seu mesmo nível escolar ou sócioeconômico ou com semelhanças em outras características.

Alguns *sites* de relacionamento proporcionam o contato com “pessoas perto”, como vimos no caso do *Badoo*, em que o utilizador pode selecionar o raio de abrangência desejado. Dessa forma, podem rapidamente estabelecer o primeiro encontro presencial e evitar que o investimento de tempo e emocional seja desperdiçado com as pessoas erradas. É possível que os parceiros não sintam no primeiro encontro presencial a mesma “química digital” entre eles, por mais intensa, instantânea e íntima que lhes parecesse (Henry-Waring & Barraket, 2008). Segundo Smith e Anderson (2016) dois terços dos utilizadores de *sites* de relacionamento, nos Estados Unidos, chegaram a encontrar-se presencialmente com uma ou mais pessoas que conheceram *online*.

Em suma, podemos concordar com o argumento de Henry-Waring e Barraket (2008) de que, ao mesmo tempo, as TIC estão a mediar novos padrões de interatividade e a reforçar as normas e valores de intimidade existentes, e que nos relacionamentos *online*, o entorno mudou, mas o objetivo permanece o mesmo, ou seja, o de encontrar parceiros.

3.8. Veracidade do perfil *online*

No contexto atual de interação maciça com as TIC, importa falarmos sobre a “identidade virtual” ou *online*, que consiste em mostrar aos outros um perfil que esteja em conformidade com sua verdadeira identidade. Ponte e Simões (2015) consideram que os padrões de amizade e a privacidade

¹⁸ Tendência para o estabelecimento de vínculos entre pessoas com características comuns, particularmente em relação aos casamentos. Assim, a homogamia matrimonial pode derivar dos consortes terem idades semelhantes, origens sociais ou geográficas comuns, graus educacionais próximos ou até características genéticas semelhantes (Homogamia, 2017).

proporcionada pelas redes sociais têm um importante papel na construção da identidade, da intimidade, da autonomia e do aprendizado.

Na década de 90 a busca por parceiros *online* era estigmatizada como uma alternativa viável para os “nerds”, os que fracassaram na busca convencional e os que estão desesperados por encontrar um parceiro; além de ser uma alternativa arriscada por ser utilizada por predadores sexuais e psicopatas (Finkel et al., 2012). Por mais que hoje a adesão a *sites* de relacionamento seja cada vez maior e não se configure como um último recurso para se encontrar um par romântico, o receio de que os relacionamentos mediados pela Internet não sejam verdadeiros persevera (Corrêa, 2010).

Louro (2000), em seu livro “Currículo, gênero e sexualidade”, afirma que as relações amorosas estabelecidas através da Internet desprezam as dimensões de espaço, tempo, gênero e mesmo identidade, nos quais o anonimato e a troca de identidade são frequentes. Por outro lado, a confiança é um requisito para o envolvimento em relacionamentos amorosos (Martins, 2012). Nascimento (2007) identificou, ao entrevistar pessoas que utilizaram as TIC para estabelecer relacionamentos amorosos, que ao descobrirem que o perfil é fictício ou qualquer evidência de falta de sinceridade, perdem a confiança por completo.

A não veracidade dos perfis nos relacionamentos iniciados na Internet pode assumir muitas formas, incluindo mentir sobre gênero, tipo de corpo, emprego, estado civil e uso de fotos e nome de outra pessoa (Detter, 2006). Segundo o *site* Tec Mundo, no Reino Unido, subiu mais de 700% em somente dois anos o número de crimes envolvendo os aplicativos de relacionamento *Tinder* e *Grindr*. Em 2013, registraram 55 queixas, em 2014, foram 204 casos, e em 2015, até outubro já tinham sido registrados 412 crimes de crimes, incluindo estupros e tentativas de homicídio, mencionando o *Tinder* e o *Grindr*, na Inglaterra e no País de Gales (Castelli, 2016).

Buchanan e Whitty (2013), estudaram sobre os golpes aplicados em *sites* de relacionamento, divulgando os resultados de dois estudos que realizaram no Reino Unido: no primeiro, com uma amostra de 839 utilizadores de *sites* de relacionamento, avaliaram sobre os tipos de pessoas mais vulneráveis aos golpes, os resultados demonstraram que as pessoas com níveis

mais altos de “crenças românticas” seriam mais prováveis de serem vítimas, e que a única variável que predileta a vítima era o componente “idealização” das crenças românticas. 137 participantes haviam sido enganados por golpistas e perdido entre \$1.601 a \$16.000. No segundo estudo, examinou 367 utilizadores de um *site* de apoio à vítimas de golpes românticos virtuais (*scam victims*), dos quais 325 haviam efetivamente sido enganados, com perda financeira. Os resultados deste estudo corroboraram os do estudo anterior, com a crença romântica de idealização como único preditor da vitimização. Buchanan e Whitty verificaram que pessoas mais solitárias, mais neuróticas e aquelas com escores mais baixos em abertura para experiência foram significativamente mais afetadas emocionalmente.

Como vimos, a identidade é transpassada por vários fatores, como os de ordem biológica, psicológica, histórica, cultural, étnica e de gênero (Carvalho, 1999). O nome pelo qual nos identificamos social e juridicamente, carregam em si uma herança de regras e interdições familiares, implícitas ou não, que estão intimamente ligadas à identidade. Entretanto, apresentar-se anonimamente, através do uso de pseudônimos (*nicknames*), assumir um perfil falso e a facilidade de desvinculação são possibilidades nos *sites* de relacionamento e favorecem o estabelecimento de relações fluidas. Nascimento (2007) considera que escolher usar uma falsa identidade é uma estratégia conveniente para as pessoas que preferem as relações virtuais casuais. Dessa forma, podem conversar simultaneamente com várias pessoas, contactar as mesmas pessoas, fingindo ser um desconhecido, enfim, jogar com a possibilidade de assumir várias identidades, sem ter que responder por elas.

De acordo com Coleta et al. (2008), a possibilidade de anonimato nas redes sociais e nos *sites* de relacionamento deixa as pessoas mais à vontade para superar tabus, investigar assuntos “proibidos”, compartilhar experiências e vivenciar fantasias de forma segura e “sem culpa”. No estudo realizado por Morais da Rosa (2001, citado por Coleta et al.), 92% de sua amostra de utilizadores de *sites* de relacionamento e *chats* de sexo afirmaram obter prazer através do sexo virtual. Destes, 44% declararam já ter assumido o papel de sexo oposto e 56% declarou ter, no seu perfil, orientação sexual diferente da que

assume *offline*. Detter (2006) acredita que esconder detalhes verídicos do perfil também pode conferir alguma segurança para o utilizador, pois há indicações sugestivas de estatuto social reduzidas e menor resposta comportamental, assim, confere um maior controle do que e de quanto quer que a outra pessoa saiba sobre si.

No entanto, nos *sites* de relacionamento talvez sejam ainda mais comuns os perfis que são verdadeiros, porém melhorados, incrementados. Esta situação, por sinal, é incentivada pelos próprios *sites*, para que se coloque as melhores fotos, mais bonitas, mais sensuais, mais chamativas. Corrêa (2010) fez um estudo etnográfico no qual observou, principalmente no *site Match.com*, a forma com que as mulheres disponibilizavam seus perfis, com o objetivo de compreender como se identificam e que desejos expressam por meio dos seus *nicknames* (nome ou apelido de identificação usado para intitular o perfil), fotos, frases e textos. A autora percebeu que as melhorias nas fotos de perfis podem ser feitas através de embelezamento com maquiagem, adereços, enfeites, tatuagens, determinados cortes de cabelo ou penteados, além da exibição de animais, objetos ou locais que demonstrem suas posses, status ou atividades.

Nascimento (2007) corrobora a percepção de que, em seus perfis, homens procuram transmitir a imagem de força e virilidade, enquanto as mulheres, voluptuosidade e sensualidade. A autora cita o sociólogo Erving Goffman de que os diferentes papéis de masculino/feminino, amor/sexo são construções sócio histórico-culturais e são revelados no comportamento das pessoas, no seu vestir, falar, movimentar-se, nas posturas corporais, nos objetos de adorno e no processo de conquista. Ferramentas tecnológicas como *Photoshop* e outros editores de foto também são bastante utilizados para que a aparência chegue mais próxima do que desejam transparecer. Alguns *sites* oferecem tutoriais que dão orientações para a criação de perfis mais atraentes, não apenas visualmente, como também nas frases de identificação pessoal, visualizadas por todos os que acedem ao perfil.

Os desejos de satisfação e aprovação física acontecem de forma que o emissor e o receptor têm uma interpretação no olhar quanto ao consenso da aparência sendo que os dois fazem uma leitura com significado de valor erótico, psicológico e sociológico

e estarão baseados individualmente em convívios familiares, (...) mas também na beleza socialmente construída (...). (Corrêa, 2010, p. 27)

Outra forma de identificação analisada por Corrêa (2010) foi o *nick name*. Os *nicks* podem ser nomes ou alcunhas que apenas identificam o homem ou a mulher, como podem ser cognomes que expressem sua motivação e interesse, suas características físicas ou comportamentais. Recursos como símbolos, expressões carinhosas ou provocantes, palavras no diminutivo ou no aumentativo, podem servir para atrair as pessoas que correspondem a esse apelo.

Henry-Waring e Barraket (2008) relataram que os participantes de seu estudo, realizado na Austrália, perceberam que ao serem autênticos, tanto ao elaborar seus perfis, quanto nas conversações, passaram a conhecer-se mais a si mesmos. Para os australianos a elaboração do perfil pessoal nos *sítes* de relacionamentos é bastante significativa, pois é como uma “vitrine” pessoal, oferecendo aos demais, as impressões de si mesmos. Neste caso, os australianos buscam fazer seus perfis com informações pessoais verdadeiras ou um pouco melhoradas.

CAPÍTULO IV

Bem-estar

Neste capítulo apresentaremos o conceito de bem-estar nas duas concepções: o Bem-Estar Psicológico (BEP), segundo Carol Ryff e o Bem-Estar Subjetivo (BES), segundo Edward Diener. Daremos ênfase ao BES, escolhido neste trabalho para a avaliação da amostra. Iniciaremos com um breve histórico sobre a Psicologia Positiva, principal abordagem quanto a investigação do bem-estar. Abordaremos os componentes cognitivo e afetivos do BES. De seguida concluiremos o capítulo com algumas considerações sobre o bem-estar nas relações amorosas *online*.

4.1. Psicologia Positiva

Os estudos sobre bem-estar tiveram início a partir da década de 60, com o intuito de mudar (ou complementar) o enfoque das investigações na Saúde Mental, do mal-estar para a promoção de “Felicidade e Satisfação com a Vida” (Galinha, 2008, p. 13). No entanto, as investigações nesta área, segundo Galinha, tomaram impulso uma década depois, com a Segunda Revolução da Saúde, a qual tinha como princípios o retorno à uma perspectiva ecológica (uma abordagem integral e holística) na saúde, e a defesa de um novo foco, não na doença, mas na saúde. Nesta revolução não cabia mais a ênfase no modelo biomédico, mas no modelo biopsicossocial, surgindo conceitos como “promoção da saúde” e “estilo de vida”. Além de preocupar-se com a investigação e o tratamento das psicopatologias, a Psicologia direciona-se para as emoções e habilidades positivas no ser humano (Júlio, 2011).

A Psicologia Positiva vem sendo a principal abordagem no estudo do BES, desde sua fundação em 1998, tendo como articulador principal o então presidente da *American Psychological Association* (APA), Martin Seligman (Júlio, 2011). Esta abordagem busca promover, tanto através de investigações como da prática psicoterapêutica, cognições e emoções positivas (ou o seu

equilíbrio com as cognições e emoções negativas), já que as pessoas não evitam o mal-estar, apenas, mas buscam a felicidade (Júlio).

Seligman defendia que era atribuição da Psicologia Positiva ensinar resiliência, esperança e otimismo às novas gerações, tornando-as tanto mais felizes e produtivas quanto mais resistentes à depressão e a outras psicopatologias (Oliveira, 2010). Defendia ainda que a procura de um psicoterapeuta não deveria ser apenas para tratar problemas, mas, antes disso, para que o cliente possa potencializar seus aspectos positivos. Oliveira cita, como um exemplo de livro famoso baseado na psicologia positiva, o “Inteligência emocional”, de Daniel Goleman, publicado em 1995.

Os fundamentos da Psicologia Positiva, segundo o próprio fundador admitia, já se encontravam, nas abordagens da psicologia analítica junguiana (década de 30), nas teorias das emoções de W. James (década de 50), nas teorias da personalidade de Allport (década de 60) e na teoria motivacional de Maslow (década de 70) (Oliveira, 2010).

4.2. Bem-Estar Psicológico

Há duas principais concepções de bem-estar: o Bem-Estar Psicológico (BEP) e o Bem-Estar Subjetivo. Os estudos sobre o BEP muitas vezes articulam-se com os do BES, mas as duas concepções divergem entre si. A diferenciação entre estes dois conceitos foi definida na década de 80. O Bem-Estar Psicológico, concepção eudaimônica, integra “conceitos de autoaceitação, autonomia, controlo sobre o meio, relações positivas, propósito na vida e desenvolvimento pessoal” (Galinha, 2008, p. 25). Por outro lado, o BES, concepção hedônica, em termos globais ou específicos, integra as dimensões de afeto positivo ou negativo e satisfação com a vida, que é uma dimensão cognitiva, que envolve um juízo avaliativo da pessoa. Uma pessoa pode apresentar níveis elevados de BES e baixos de BEP, ou vice-versa, podendo igualmente ambos os níveis ser elevados ou baixos (Soares, 2014).

A psicóloga americana Carol Ryff (1989, citada por Ferreira & Simões, 1999; Soares, 2014) definiu seis dimensões do bem-estar psicológico em adultos, fundamentando-se em teorias psicológicas desenvolvimentistas,

clínicas e da saúde mental. Entre estes fundamentos, destacam-se o o conceito de maturidade, do psicólogo social Gordon Allport, o de autoatualização, do psicólogo transpessoal Abraham Maslow e o de pleno funcionamento individual, do psicólogo humanista Carl Rogers (1961, citado por Soares, 2014). Segundo Soares, cada dimensão inclui desafios que levam ao funcionamento positivo da pessoa.

A primeira dimensão do BES, segundo a teoria de Ryff, é a *aceitação de si*, ou seja, sentir-se bem consigo mesmo, consciente de suas limitações (Soares, 2014). A compreensão desta dimensão engloba os conceitos de autoatualização (de Maslow), de maturidade (de Allport), de valor do “eu” (de Rogers), e ainda por Jahoda, que via as atitudes positivas para com o “eu” como preditoras de saúde mental (Ferreira & Simões, 1999). A segunda dimensão do BES são as *relações positivas com os outros*, que implica em estabelecer relações interpessoais calorosas, empáticas e de confiança. No mesmo sentido, Maslow e Jahoda destacaram, para o bom funcionamento da pessoa, as capacidades de amar e de relacionar-se com outros; assim como em Rogers, na capacidade de confiar nos outros; em Allport, na capacidade de estabelecer relacionamentos; em Erikson, na intimidade e na generatividade. A terceira dimensão, *autonomia*, consiste na procura por um sentido de autodeterminação. Considerada por Jahoda como critério de saúde mental, também encontra-se no conceito de individuação, de Jung, e foi referida por Rogers como atributo de pessoas com funcionamento pleno e que têm referencial de aprovação em si mesmas e não nos outros.

A quarta dimensão do BES, é o *domínio do meio*, que refere-se à capacidade de gerir o contexto de modo a ter satisfeitas as necessidades próprias (Soares, 2014). Para Allport, implica no desenvolvimento de interesses e atividades em variados domínios, pelo adulto e, para Neugarten, na capacidade de concluir atividades complexas (Ferreira & Simões, 1999). A quinta dimensão é ter um *sentido da vida*, implica na busca por um sentido para o que desenvolveu até o presente e para os desafios que vislumbra para o futuro. O sentido da vida também foi contemplado nas teorias de Rogers, Allport e Jahoda, para os quais a vivência existencial, a filosofia de vida e a integração, que dão

orientação à vida, são importantes para o funcionamento pleno e saudável. A sexta dimensão é o *crescimento pessoal*, ou seja, potencializar os talentos e capacidades pessoais (Soares, 2014). Vai no mesmo sentido da abertura à experiência, de Rogers, da auto-atualização, de Maslow e da necessidade de realizar suas potencialidades, de Jahoda (Ferreira & Simões, 1999).

4.3. Bem-estar Subjetivo

No âmbito desta tese, usaremos como referência a concepção de BES de Diener (1984). O BES é uma avaliação pessoal sobre a própria vida, no quanto se pensa estar satisfeito e em como se sente emocionalmente. Portanto, para este autor e para a maioria dos estudos neste domínio (Simões et al., 2000), o conceito de BES pode ser analisado em duas dimensões: a *cognitiva*, pela pessoa que julgará a sua própria vida como um todo (em termos globais) e ainda sobre aspectos peculiares da sua vida (em termos específicos); e *afetiva*, expressando emoções positivas (afeto positivo) e/ou negativas (afeto negativo) sobre sua própria vida.

Duas das teorias referidas por Diener (1984, citado por Simões, 2000) no domínio do BES se chamam “base-topo” e “topo-base”. Os primeiros estudos seguiam principalmente a orientação base-topo, que compreende o BES como uma decorrência do acúmulo de experiências prazerosas nas várias áreas da vida. Assim, calculando a soma dos bons momentos e das boas circunstâncias da vida (causa), sente-se uma satisfação global (efeito). Os estudos atuais seguem sobretudo a teoria topo-base, a qual defende que há uma predisposição pessoal (características de personalidade) para experimentar de forma positiva as interações com o mundo, com as circunstâncias da vida. Assim, as pessoas que sentem mais BES (causa) têm inclinação para ver as coisas positivamente (efeito), mesmo que as circunstâncias não sejam as melhores. Simões et al. (2000) afirma que os resultados dos estudos no domínio do BES, tanto de base-topo e topo-base, corroboram entre si, e que o BES está, ao mesmo tempo, na causa e no efeito.

Relativamente à personalidade, Júlio (2011) relata que, para Seligman, o “afeto positivo na felicidade estar relacionado à fácil sociabilidade, o que

propicia uma interação natural e agradável com outras pessoas.” (Júlio, p. 18). Para Oliveira (2010) as pessoas extrovertidas são mais felizes que as introvertidas não apenas pelo contato social, mas pela melhor qualidade de contato interpessoal. Costa (2013) concorda que a extroversão está relacionada aos afetos positivos. As cinco principais dimensões da personalidade, de acordo com o *Big Five Inventory*¹⁹, são:

(...) a **abertura à experiência** encontra-se relacionada com a apreciação da experiência, com a exploração e constante procura; a **extroversão** relaciona-se com a intensidade das relações interpessoais, a necessidade de motivação, alegria e atividade; a **conscienciosidade** assume-se como a persistência, a motivação no estabelecimento de objetivos e a organização; o **neuroticismo** surge como a tendência que o indivíduo tem para a descompensação e instabilidade emocional, onde se ligam emoções negativas; e um sujeito com níveis de **amabilidade** altos tende a ser mais atenciosos. (Costa, 2013, p. 8)

De acordo com Simões et al. (2000) apenas as dimensões da personalidade não são suficientes para explicar o BES, mas a interação delas com as variáveis situacionais, a hereditabilidade, as metas de vida, a adaptabilidade, por exemplo. Há pessoas que efetivamente apresentam maior disposição à felicidade, são constantemente mais felizes nas várias áreas da vida, portanto têm mais elevado BES. Considerar que alguém tem BES elevado seria afirmar que está satisfeito com a sua vida como ela é, que refere sentir frequentemente mais emoções positivas e menos emoções negativas (Simões et al., 2003).

Dado o seu conceito, o BES e a felicidade já foram considerados, por Seligman, termos semelhantes, segundo Júlio (2011). Oliveira (2010) afirma que, mesmo sendo termos parecidos, pois abrangem sentimentos e atividades positivas, a felicidade, o bem-estar e a SV têm conceitos distintos e têm sido estudados juntos.

Conceituar a felicidade não é uma tarefa fácil, visto que sua definição é diversificada sócio e transculturalmente. A felicidade é um conceito estudado por várias vertentes científicas (Filosofia, Sociologia, Psicologia, Medicina, ...), e

¹⁹ Inventário elaborado por Goldberg em 1993. É constituído por 44 itens, avaliados em uma escala que varia de 1 (*Discordo totalmente*) a 5 (*Concordo totalmente*) (Costa A. , 2013)

mesmo entre elas há diferentes definições, portanto, a forma com que a própria pessoa avalia a sua felicidade é o que conta para a investigação da SV. O neurologista Boiron (2001, citado por Oliveira, 2010) escreveu que a felicidade resulta da ativação do córtex cerebral (neocórtex) humano, principalmente a partir da interação com o entorno eco-cultural. Dessa forma, a felicidade é distinta do “prazer”, este relacionado ao cérebro reptiliano límbico e não requer uso da cognição. Para Boiron a felicidade é duradoura e não depende das circunstâncias, já o prazer é efêmero. Enquanto a felicidade aumenta o acesso ao prazer, este não leva à felicidade (Oliveira).

Etimologicamente, um dos termos que deu origem a palavra felicidade vem do latim *felicitas* que significa fertilidade e fecundidade, e do grego *eudaimonia*, que provém de *daimôn*, ou seja, deus, poder divino, destino. (Oliveira, 2010). Este termo dá nome a uma teoria ética, o Eudaimonismo, que propõe que a pessoa viva de forma coerente com o seu eu verdadeiro. Para Aristóteles a *eudaimonia* é a felicidade que se conquista através de uma vida virtuosa, diferentemente do prazer *hedonista*. Para a psicologia humanista, a felicidade potencializa o desenvolvimento da pessoa como um todo, estimula a atividade e o contato com o mundo, promove a empatia e a autenticidade nas relações, facilita a autoconsciência e o contato consigo mesmo (Galinha, 2008). Rogers (1959, citado por Oliveira) afirmou que a felicidade de uma pessoa depende de alcançar suas expectativas e consolidar seus objetivos.

Diener (1984, citado por Oliveira, 2010) fez uma revisão de literatura e sintetizou as seis principais teorias psicológicas sobre a felicidade: 1) teleológicas: a satisfação das necessidades e dos objetivos leva à felicidade; 2) do prazer e da dor: a felicidade se dá pela obtenção do prazer e quanto mais se sofre para buscar o objetivo, mais prazer terá ao alcançá-lo; 3) teoria da atividade: a felicidade está no processo para se alcançar o objetivo; 4) teoria *base/topo* felicidade é a soma de muitos prazeres, e *topo/base* a pessoa feliz vê o lado positivo de tudo; 5) teoria associacionista: a prevalência de pensamentos positivos leva à felicidade; e 6) teoria de julgamento: a felicidade depende do padrão que se havia estipulado para si e de como julga tê-lo alcançado ou não.

Expressando a felicidade uma dinâmica interna, e não das circunstâncias, está relacionada ao sentido da vida, ao saber quais são os seus propósitos e a satisfação espiritual em alcança-los. Mas, segundo Oliveira (2010), *felicidade e sentido da vida* também são conceitos distintos. Este refere-se ao sentimento de integridade e maturidade moral, de propósito e de crescimento.

Relativamente ao BES e os fatores sociodemográficos Simões et al. (2000) afirmam que os resultados dos estudos apontam para: a) a saúde auto percebida, como importante preditor de BES; b) a idade, o BES tende a ser constante (SV e AN) ou até a aumentar (AP) com o avançar da idade, diminuindo apenas após os 80 anos, não tendo correlação com o BES; c) o rendimento financeiro, cujo resultado pode ser variável a nível de micro ou macrossistemas, por exemplo, uma pessoa pobre pode ser mais feliz que uma pessoa rica, mas geralmente as nações pobres parecem ser menos felizes que as mais ricas; d) o estado civil, variável conforme a cultura e o funcionamento familiar, mas geralmente o BES apresenta correlação positiva com o casamento, por também implicar intimidade e apoio social; e) a educação, não aparece como um forte preditor, mas tem influência indireta, pois está associada ao nível socioeconômico e às metas pessoais de vida; f) religião, tem uma correlação média com o BES, está associada ao sentido da vida, à socialização e apoio social; g) gênero, os estudos apresentam diferentes resultados, porém a maioria associa as mulheres a maiores pontuações tanto de SV, de AP, quanto de AN (pois a depressão é mais prevalente nas mulheres).

4.3.2. Afeto positivo e afeto negativo

A tendência a experimentar sentimentos e emoções prazerosos, constitui o afeto positivo (AP) (Simões et al., 2000). Como exemplo de emoções positivas, Oliveira (2010) cita o amor, a felicidade, a alegria, o otimismo, a esperança, a sabedoria, o perdão, a coragem, a beleza, a busca do sentido da vida e a espiritualidade. Já o afeto negativo (AN) consiste na tendência a experimentar emoções negativas como a depressão, o desânimo, a ansiedade, a solidão, a agressividade, a ira, a timidez e a culpa.

Na avaliação, o afeto positivo e o afeto negativo são independentes entre si, ou seja, não representam polos opostos de um mesmo *continuum*, como no caso da SV, podendo inclusive manifestarem-se elevados simultaneamente. Galinha (2008) exemplificou esta possibilidade em uma situação intensamente estressante, em que apresentar elevados níveis de afeto positivo e negativo podem propiciar uma maior adaptação à situação. Estas duas dimensões, cognitiva e afetiva, estão fortemente correlacionadas,

Assim, quanto mais frequentemente uma pessoa experiencia Satisfação com a vida e emoções positivas e menos frequentemente experiencia emoções negativas, como tristeza e agressividade, melhor será o seu nível de Bem-Estar Subjetivo. Pelo contrário, uma pessoa terá um Bem-Estar Subjetivo reduzido se manifestar insatisfação com a vida, se manifestar pouca alegria, ou Afeto Positivo e se expressar frequentemente emoções negativas, como agressividade ou ansiedade. (Galinha, 2008, p. 31)

4.3.1. Satisfação com a vida

A SV pode, igualmente, ser considerada a dimensão psicológica ou subjetiva da Qualidade de Vida, ou como diz Galinha (2008), refere-se ao seu indicador manifesto pela pessoa. O modelo que a pessoa acredita ser um padrão adequado de vida interferirá na sua avaliação da SV, pois avaliará o quanto está próximo ou não de suas aspirações (Júlio, 2011). Neste aspecto, a qualidade de vida pode ser considerada como uma experiência subjetiva e assim, aproxima-se do domínio do BES (Simões et al., 2000).

A Qualidade de Vida inclui também uma dimensão objetiva, ou seja, as condições socioeconômicas, políticas e ambientais, que também poderão influenciar em como as pessoas experienciam a sua vida subjetivamente (Galinha, 2008). Não se pode, portanto, avaliar a SV considerando apenas as circunstâncias ou condições objetivas da qualidade de vida, uma vez que as pessoas têm diferentes formas de pensar, sentir e expressar sua vida nestas condições (Júlio, 2011).

Segundo Costa (2013), a SV, para os jovens no âmbito do ensino superior, está ligada positivamente com a “decisão de carreira, personalidade, otimismo, senso de identidade e orientação para o trabalho, rendimento

acadêmico e satisfação com as atividades acadêmicas” (p. 08). Portanto, para a autora, as vivências acadêmicas são preditoras de BES e quanto mais aberto às experiências o jovem for, maior será sua adaptação às mudanças, sua autoestima e bem-estar.

4.3.3. O Bem-estar nas relações amorosas *online*

Segundo Henry-Waring e Barraket (2008), por mais que ainda exista o estigma de que os relacionamentos virtuais são menos verdadeiros que os presenciais, o tempo que as pessoas investem nos encontros *online*, a confiança que dedicam e as emoções sentidas fortemente sugerem que as consequências são reais e que os relacionamentos virtuais são profundamente pessoais. Sobre esta incerteza sobre se os relacionamentos virtuais são reais ou não, Nascimento (2007) afirma que na Internet não há diferenças espaço temporais, mas uma justaposição da ubiquidade e da instantaneidade. Para esta autora, a mudança da noção espaço-tempo, no meio virtual, afeta a subjetividade, a sociabilidade e as representações de mundo das pessoas.

Para Bauman (2004) a facilidade de desengajamento e de cessação das relações não reduzem os riscos de mal-estar. Entretanto, mesmo considerando essas consequências no BES, Amichai-Hamburger e Barak (2009, citado por Cardoso e Lapa, 2015) verificaram que não havia impacto negativo, e até encontraram mais resultados positivos, no nível do BES relativamente à vida social de seus participantes.

A partir de narrativas relacionais de jovens adultos, Macknnon et al. (2011) verificaram que a intimidade romântica (mas não a intimidade de amizade) foi positivamente correlacionada com o BES. A cultura ocidental vem priorizando a busca por prazeres, por fortes emoções, o que tem condicionado as pessoas a associar a felicidade ao novo, ao consumismo, gerando uma constante insatisfação, inclusive no contexto da intimidade. Ao BES, como campo de estudo, interessa identificar quais as condições que diferenciam o nível de bem-estar entre as pessoas, não apenas momentaneamente, mas ao longo do tempo (Galinha, 2008). Para entender mais sobre a forma como as experiências de relacionamento estão associadas ao bem-estar, vamos recorrer à TAD.

CAPÍTULO V

A Teoria da Autodeterminação

Neste capítulo apresentaremos a TAD, pois relativamente aos relacionamentos amorosos e a sua manutenção, reveste-se de grande importância analisar a autodeterminação e os tipos de processos motivacionais e cognitivos envolvidos (Knee et al., 2002). Dessa forma, iniciaremos com uma explanação sobre o estudo do bem-estar e das necessidades psicológicas inatas (a autonomia, a competência e o relacionamento) pela TAD. De seguida abordaremos as três categorias gerais de motivação (a motivação intrínseca, a extrínseca e a amotivação) e seus estilos reguladores. Finalmente exporemos sobre a motivação em função do gênero, conforme a literatura consultada.

5.1. A TAD e as necessidades psicológicas básicas

Como autodeterminação podemos entender, resumidamente, a capacidade de agir intencionalmente. A TAD é uma metateoria formulada por Deci e Ryan, em 1981. Com o foco na saúde e no bem-estar, a TAD busca estabelecer, na Psicologia, os princípios de responsabilidade social e política, com o propósito de que as contribuições científicas sejam aplicadas nas políticas públicas (Appel-Silva, Wendt, & Argimon, 2010).

A TAD tem estudado a relação entre o bem-estar e as três necessidades psicológicas inatas: a *autonomia*, a *competência* e o *relacionamento* (Leak & Cooney, 2001). A TAD defende que as pessoas experimentam bem-estar quando estas três necessidades são satisfeitas e o bem-estar leva a um maior desenvolvimento da auto motivação e da integração da personalidade. A satisfação das necessidades tem sido associada a respostas mais adaptativas aos conflitos no relacionamento, ao AP, à vitalidade e à uma melhor qualidade da relação (Costa, Ntoumanis, & Bartholomew, 2015).

A *competência* refere-se ao sentimento de autoeficácia, de se estar otimamente desafiado e de obter os resultados desejados (Costa et al., 2015). O *relacionamento* ou o parentesco refere-se ao sentimento de ser genuinamente

conectado a outras pessoas e ter um sentimento de pertencimento (Uysal et al., 2012). Quanto à *autonomia*, a TAD define a orientação motivacional de uma pessoa quanto a determinados comportamentos ao longo de um *continuum* (Gaine & La Guardia, 2009) que varia das escolhas autônomas de um indivíduo aos comportamentos coagidos ou pressionados (Knee et al., 2002). Portanto,

(...), os indivíduos são mais propensos a ser intrinsecamente motivados e a exibir sinais de ajuste psicológico saudável quando eles podem escolher livremente realizar ações, lidar eficazmente com tarefas otimamente desafiadoras, e se sentir apoiados e aceitos pelas pessoas que são importantes para eles²⁰. (Costa et al., 2015, p. 11)

5.2. As orientações motivacionais nos relacionamentos amorosos

Através da Figura 4 podemos perceber que as orientações motivacionais diferem em qualidade e têm consequências diferentes para o funcionamento psicológico das pessoas (Gravel, Pelletier, & Reissing, 2016). A TAD estipula três categorias gerais de motivação, incluindo a motivação intrínseca, a extrínseca e a “amotivação”. As motivações são medidas independentes, mensuradas intrapessoalmente, pois todas as pessoas apresentarão, em certa medida, comportamentos autônomos e controlados (Knee et al., 2002).

²⁰ Tradução nossa, a partir do original: (...), *individuals are more likely to be intrinsically motivated and display signs of healthy psychological adjustment when they can freely choose to perform actions, deal effectively with optimally challenging tasks, and feel supported and accepted by people who are important to them.*

Comportamento	Motivação	Processo reguladores	Processo regulador significativo	Locus de causalidade percebido	Estilos reguladores
Autodeterminado 	Motivação Intrínseca	Regulação Intrínseca	Interesse Prazer Satisfação inerente	Interno	Orientação autônoma
	Motivação Extrínseca	Regulação Integrada	Congruência Síntese com o <i>self</i> Consciência		
		Regulação Identificada	Importância pessoal Consciência do valor	Relativamente externo	Orientação controlada
		Regulação Introjetada	Autocontrole Recompensa/Punição externa Valor internalizado inconsciente		
	Regulação Externa	Complacência Recompensa/Punição externa	Externo	Orientação impessoal	
Não Autodeterminado	Amotivação	Não Regulação	Não intencional Não avaliativo Incompetência Falta de autocontrole	Interpessoal	

Figura 4. Continuum da autodeterminação do comportamento. Fonte: Composição efetuada pela autora, adaptada de Appel-Silva et al. (2010)

A *motivação intrínseca* está relacionada ao maior grau de autonomia, pois é atividade exercida por interesse ou prazer na própria atividade. Podemos exemplificar a motivação intrínseca no contexto de relacionamentos amorosos, com o comportamento de enviar mensagens ao parceiro ou qualquer outro comportamento sexual, por achar suas interações estimulantes, divertidas, prazerosas e emocionantes (Gaine & La Guardia, 2009; Gravel et al., 2016). As pessoas que se orientam mais intrinsecamente tendem a sentir mais AP e a ser mais abertas no relacionamento, inclusivamente para discutir diferentes pontos de vista e para reconhecer problemas relacionais, sem que se sintam ameaçadas de abandono ou pessoalmente rejeitadas (Knee et al., 2002). São também as pessoas que obtêm mais resultados positivos de saúde sexual e de bem-estar (Gravel et al.).

As pessoas mais intrinsecamente motivadas tendem a ter o autoconceito e a autoestima mais estáveis. Assim, o parceiro ideal pode ser alguém parecido ou diferente delas mesmas, pois são propensas a interessar-se pelas diferenças e a apoiar a autonomia e o crescimento do parceiro, como fazem consigo mesmas (Knee et al., 2002). Estas pessoas também tendem a

sentir mais felicidade, amor e fé na relação e a ter mais comportamentos adaptativos como casal.

No polo oposto à autonomia está a heteronomia, ou seja, quando o comportamento da pessoa é controlado ou por pressões internas ou externas, portanto de motivação extrínseca, de forma que não experimentam esse comportamento como sendo genuinamente coerente com o seu próprio eu (Gravel et al., 2016). Relativamente à sexualidade, Gravel et al. verificaram que as pessoas com problemas de função sexual apresentam mais comportamentos regulados de forma heterônoma, por sentirem-se mais pressionados (por si mesmos ou por outros) a agir de forma “normal”. A *motivação extrínseca* pode ser compreendida nas ações que visam produzir um resultado desejado, portanto, evidencia o comportamento instrumental. A combinação dos fatores de motivação controlada *versus* autônoma, possibilitou a definição de quatro diferentes formas de motivação extrínseca, pela TAD: a regulação *externa*, a regulação *introjetada*, a regulação *identificada* e a regulação *integrada*. Segundo Gaine e La Guardia (2009) estas formas de regulação de motivação extrínseca variam da menos autônoma (regulação externa) à mais autônoma (regulação integrada).

Caracterizamos brevemente as diferentes formas de motivação extrínseca: a *regulação externa*, que envolve o comportamento para obter recompensas externas (elogios, favores...) ou para evitar punições (raiva, distanciamento...), por exemplo, ter relações sexuais para evitar conflitos com o parceiro; a *regulação introjetada*, que refere-se ao comportamento que serve um valor internalizado de forma inconsciente e que é regulado internamente por pressões intrapsíquicas para manter a autoestima ou para evitar a culpa, a vergonha ou a ansiedade, portanto são percebidos como uma obrigação e não experimentados como autônomos (por exemplo, engajar-se em atividades sexuais para provar que é um bom amante); a *regulação identificada*, que refere-se ao comportamento que atende a um valor ou meta (extrínseco) pessoalmente defendido (autônomo), portanto as pessoas agem com um sentimento de vontade ou de escolha, mas isso não é integrado à sua identidade (por exemplo contar segredos ao seu parceiro porque aumenta a intimidade, importante entre

o casal, ou engajar-se em atividades sexuais por ser o normal e saudável a se fazer); e a *regulação integrada*, que refere-se ao comportamento que se integra de forma coerente com outros aspectos importantes do *eu*, sendo, portanto, a forma mais autônoma de motivação extrínseca (Gaine & La Guardia, 2009; Gravel et al., 2016).

Quanto aos relacionamentos, as pessoas mais extrinsecamente motivadas são mais propensas a manifestar uma postura mais ego-envolvida. Receiam as discussões sobre o relacionamento e negam a existência de problemas, como uma tentativa de proteger a si mesmas. Segundo Knee et al. (2002), as pessoas que funcionam mais pelo controle externo sentem-se menos positivas após cada discussão sobre o relacionamento, pois veem os problemas citados pelo parceiro ou parceira como uma projeção de si mesmo, ou seja, como suas próprias falhas sendo percebidas.

Mais propensas às flutuações da autoestima e do autoconceito, as pessoas extrinsecamente controladas buscam no parceiro ideal um referencial de si mesmas. Se veem a si mesmas positivamente, buscam um parceiro com mais altas qualidades, mas se se percebem negativamente, buscarão um parceiro em conformidade com o que acreditam que merecem (Knee et al., 2002).

A *amotivação*, terceira categoria geral de motivação, ocorre quando uma pessoa não consegue produzir o comportamento, ou ainda quando não percebe um resultado desejado como sendo parte de seu comportamento. Configura uma completa ausência de motivação, ou por não perceber que tem controle ou por não se sentir capaz. Desistir de um relacionamento quando o seu parceiro não corresponde à partilha emocional nem se engaja é um exemplo de amotivação (Gaine & La Guardia, 2009), assim como engajar-se em atividades sexuais por estar sob o efeito de álcool e/ou outras substâncias psicoativas (Gravel et al., 2016). A amotivação é distinta dos outros tipos de motivação exatamente pela sua ausência de intenção na regulação do comportamento, ao que Gravel et al. referem como uma forma impessoal de motivação.

5.3. Motivação e gênero

Gravel et al. (2016) verificaram em seu estudo que o gênero influencia as associações entre a motivação sexual e o bem-estar sexual, de forma que:

Nas mulheres, parece que os diferentes tipos de regulação sexual estão totalmente integrados ao bem-estar sexual, pois os tipos autodeterminados de regulação sexual foram positivamente associados a indicadores positivos de bem-estar sexual e negativamente associados aos indicadores negativos, e o inverso foi observado para tipos de regulação sexual não autodeterminados. Em contraste, as associações entre a motivação sexual e o bem-estar sexual aparecem mais compartimentadas nos homens, pois os tipos de regulação sexual autodeterminados foram associados principalmente aos resultados positivos do bem-estar sexual, enquanto os tipos de regulação sexual não autodeterminados foram associados principalmente aos resultados negativos de bem-estar sexual²¹. (p.171)

Verificaram ainda que, comparados às mulheres, os homens demonstraram um forte endosso de regulações sexuais identificadas, introjetadas, externas e amotivadas. O fato de os homens se comportarem de forma menos autônoma e integrada com o seu eu na sexualidade pode ser compreendido pela pressão social maior nos homens a apresentar um maior desempenho sexual (Gravel et al., 2016).

No mesmo estudo, Gravel et al. (2016) constataram diferenças na motivação em função do tipo de relacionamento, se casual ou comprometido, de forma que pessoas em relacionamento casual demonstraram resultados ligeiramente superiores em regulações sexuais intrínsecas, introjetadas, externas e amotivadas do que as que estavam em um relacionamento de compromisso. Para esses autores, os relacionamentos casuais podem ser regulados intrinsecamente, pois estão mais relacionados à satisfação do prazer do que os relacionamentos comprometidos; e regulados extrinsecamente devido aos relacionamentos casuais também estarem relacionados às exigências

²¹ Tradução nossa, a partir do original: *In women, it appears that the different types of sexual regulation are fully integrated to sexual well-being as self-determined types of sexual-regulation were positively associated to positive indicators of sexual well-being and negatively associated to negative ones, and the inverse was observed for non self-determined types of sexual regulation. In contrast, the associations between sexual motivation and sexual well-being appear more compartmentalized in men as self-determined types of sexual regulation were mainly associated to positive sexual well-being outcomes, whereas non-self-determined types of sexual regulation were mainly associated to negative ones.*

externas de ser considerado (por si mesmo ou pelos outros) um bom parceiro sexual, ou como uma forma de chegar a um relacionamento mais comprometido.

Assim, frente ao enquadre teórico acima, colocamos os problemas: É tendência, entre jovens adultos em Portugal, utilizar as TIC para procurar o amor, a intimidade e o sexo? Como se correlacionam a regulação da motivação e os componentes do amor com o bem-estar subjetivo de jovens adultos que iniciaram relacionamentos amorosos *online*? No intuito de responder a estas perguntas, iniciamos a seguir a segunda parte deste estudo, o enquadramento metodológico.

Parte II – Contributo Empírico

Enquadre Metodológico

Neste capítulo apresentaremos primeiramente a metodologia empregue neste estudo. Listaremos os objetivos, as hipóteses de investigação e as variáveis estudadas. De seguida descreveremos a amostra avaliada, assim como os materiais e instrumentos utilizados nesta avaliação. Concluiremos com a explicação dos procedimentos de investigação éticos e formais adotados.

6.1. Metodologia

Este estudo pode ser classificado como quantitativo-descritivo. Hamdan (2014) define o método quantitativo como uma explicação dos fenômenos mediante a recolha de dados numéricos (inclusive referentes a dados qualitativos descritos numericamente) que serão analisados estatisticamente. É ainda um estudo quantitativo pois envolve a procura de relações entre as variáveis e a testagem de teorias e de hipóteses, recorrendo ao tratamento estatístico de dados para se fazer descrições (Carmo & Ferreira, 1998).

É um estudo descritivo, pois o investigador busca observar as variáveis que podem estar correlacionadas com o objeto da investigação, sem interferir no entorno. Segundo Carmo e Ferreira (1998), na investigação descritiva procura-se “estudar, compreender e explicar a situação atual do objeto de investigação. Inclui a recolha de dados para testar hipóteses ou responder a questões que lhe digam respeito” (p.213), por exemplo, mediante a administração de um questionário, como no caso deste estudo. Utilizamos, ademais, escalas psicométricas. A psicometria é definida como um conjunto de técnicas que permite a quantificação dos fenômenos psicológicos (Hamdan, 2014).

6.2. Objetivos

O objetivo geral deste estudo consistiu em investigar dimensões afetivas e sociais do estabelecimento de relações interpessoais no contexto de intimidade entre jovens adultos em *sites* de relacionamento e/ou redes sociais. Tendo em conta o enquadramento teórico, objetiva ainda:

1. Investigar os componentes do bem-estar dos jovens adultos que fazem ou não uso da Internet para fins de relacionamento amoroso;
2. Analisar a dinâmica da intimidade de jovens adultos que se relacionam através de *sites* de relacionamento, nomeadamente o grau de internalização da regulação comportamental nesse domínio; e
3. Verificar se as relações íntimas em *sites* de relacionamento, entre jovens adultos, têm predominantemente características de paixão, de intimidade ou de decisão/compromisso.

6.3. Hipóteses de investigação

As hipóteses avaliadas neste estudo são as seguintes:

H1: As variáveis psicológicas em estudo relacionadas com a regulação comportamental do relacionamento, com paixão, intimidade e decisão/compromisso são preditoras dos indicadores de Bem-Estar Subjetivo;

H1.1: Os jovens adultos que iniciam um relacionamento romântico virtual e dão continuidade ao mesmo com encontros presenciais sentem mais bem-estar (avaliado através dos indicadores da SV e com o afetos positivo e negativo) do que aqueles que mantêm o relacionamento exclusivamente no domínio virtual;

H1.2: Há diferenças nos níveis, respectivamente, de afeto positivo e de afeto negativo entre os jovens que usam e os que não usam a Internet para iniciar relacionamentos amorosos;

H1.3: Os jovens adultos que assumem sua verdadeira identidade em *sites* de relacionamento e nos relacionamentos virtuais sentem mais bem-estar que os que assumem perfis falsos ou “supervalorizados”;

H1.4: Os jovens adultos que se consideram introvertidos e que iniciaram relações amorosas através da Internet sentem mais afeto positivo do que os que se consideram introvertidos, mas não usaram a Internet para conhecer novos parceiros.

H2: Há diferenças na internalização da regulação comportamental na autorrevelação da intimidade em função das variáveis sociodemográficas gênero, nacionalidade, idade e escolaridade;

H2.1: Os jovens adultos mais velhos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por uma motivação autodeterminada (i.e., regulações intrínseca, integrada, e identificada) do que por motivação não autodeterminada (i.e., regulações introjetada, externa e amotivação)

H2.2: Há diferenças na regulação comportamental para o relacionamento (tanto na motivação autônoma, como na controlada) em função da veracidade do perfil de relacionamento online (totalmente verdadeiro vs. parcial ou totalmente falso).

H3: Há diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função das variáveis sociodemográficas gênero, escolaridade, nacionalidade e idade;

H3.1: os jovens adultos que demonstram compromisso nas relações que iniciam virtualmente sentem mais bem-estar do que aqueles que exploram vários relacionamentos;

H3.2: A relação entre o compromisso e a regulação autodeterminada do relacionamento é mais elevada do que a relação entre esta última variável e, respectivamente, a paixão e a intimidade no relacionamento amoroso.

6.4. Variáveis em estudo

Hamdan (2014) descreve uma variável como o conjunto de resultados possíveis de um fenômeno, ou como algo que se mede, se manipula ou se controla. As variáveis de estudo desta investigação foram:

6.4.1. Variáveis sociodemográficas

Idade – definimos a faixa etária dos jovens adultos, de 20 a 35 anos, como critério de inclusão, de acordo com a Teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson;

Sexo – uma vez que comparamos algumas variáveis dependentes em função dos sexos, feminino ou masculino;

Nacionalidade – devido a pouca representatividade, os inquiridos de participantes de nacionalidades diferentes da Portuguesa (65,9%) e da Brasileira (29,5%) foram excluídos

Escolaridade – a pergunta referente a esta variável era de resposta aberta, ao que posteriormente definimos as categorias “até o secundário”, “licenciatura”, “mestrado” e “doutorado”.

A conjugalidade, o agregado familiar, a quantidade de horas semanais de acesso a sites de encontro, os sites e redes sociais mais usados, e a finalidade do uso dos sites e redes sociais foram considerados na descrição da amostra.

6.4.2. Variáveis socio-comportamentais

Auto conceito de extroversão – foi avaliado através da pergunta oito do Questionário sociodemográfico (ver Anexo C), que considerava a auto percepção da extroversão (tendência para ser mais sociável, assertivo, ativo, enérgico e otimista) e da introversão (propensão por estar sozinho e experimentar menos variabilidade emocional) relacionada aos ambientes virtual e presencial;

Veracidade do perfil – em que os participantes avaliaram seus perfis nos sites de relacionamento quanto às fotos e informações pessoais numa escala de cinco itens que vão do totalmente falso ao totalmente verdadeiro (pergunta 12 do Anexo C);

Quantidade de relacionamentos iniciados online – nos possibilitou trabalhar com dois grupos, os com nenhum relacionamento amoroso mediado pela Internet e os que tinham iniciado um ou mais destes relacionamentos;

Continuidade da relação – quantos aos relacionamentos iniciados online, se continuavam virtuais ou se passavam a ter encontros presenciais;

Fidelidade – relativamente à pergunta 15 do Anexo C, a qual inquiria se após iniciar o relacionamento amoroso pela Internet, continuavam a participar ativamente do site de namoros.

6.4.3. Variáveis psicométricas:

Satisfação com a vida – unidimensional; *Regulação da motivação* – intrínseca, identificada, introjetada e externa; *Dimensões do amor* – intimidade, paixão e decisão/compromisso; *Afeto positivo* – unidimensional; *Afeto negativo* – unidimensional.

6.5. População e amostra

Segundo os dados do PORDATA (2017), a população de jovens adultos residentes em Portugal, por faixa etária é de 541.844 (de 20 a 24 anos), de 554.684 (de 25 a 29 anos) e de 627.434 (de 30 a 34 anos). Os critérios de inclusão do estudo foram: ter entre 20 e 35 anos, residir em Portugal, ter perfil (conta) em algum *site* de relacionamento ou rede social. A amostra desse estudo não pretende ser representativa da população, visto que usamos o método de amostragem por conveniência e não probabilístico.

6.5.1. Descrição da amostra

Este estudo usou a amostragem de conveniência, que consiste em ter como participantes um grupo de pessoas que se disponibilizam ou se voluntariam (Carmo & Ferreira, 1998). Ao final do período de recolha de dados, de maio a junho de 2017, foram aplicados presencialmente 63 inquéritos e 217 pessoas haviam acedido à hiperligação para o inquérito deste estudo na plataforma *SurveyMonkey*. Entretanto, três pessoas, após lerem o Consentimento Informado, não aceitaram participar e 101 pessoas que aceitaram não responderam completamente ao questionário sociodemográfico, sendo descartadas da amostra. Os 176 participantes com inquéritos válidos compuseram a amostra deste estudo, caracterizada de acordo com a Tabela 1:

Tabela 1

Caracterização sociodemográfica (N=176)

	N	%
Gênero		
Feminino	127	72,2
Masculino	49	27,8
Idade		
(M, DP)	25.4 (4.8)	
Nacionalidade		
Portuguesa	116	65,9
Brasileira	52	29,5
Outra	8	4,6
Habilitações académicas		
Até o Secundário	41	23,3
Licenciatura	80	45,5
Mestrado	52	29,5
Doutoramento	3	1,7
Estado civil		
Solteiro	144	81,8
Casado	26	14,8
Outras situações	6	3,4
Com quem vive		
Com os pais	72	35,6
Com colegas	46	22,7
Em residência universitária	9	4,4
Com filhos	9	4,4
Com cônjuge	32	15,8
Sozinho	31	15,3
Outra	3	1,4

Em síntese, a Tabela 1 apresenta os dados descritivos da amostra final, que envolveu 176 participantes, sendo 127 mulheres (72.2%) e 49 homens (27,8%), com uma média de idade de 25,4 (DP 4,8). São predominantemente solteiros (81.8%), que vivem com os pais (35.6%) ou com colegas (22,7%). A maioria é de nacionalidade Portuguesa (65.9%) e Brasileira (29,5%), todos com

morada em Portugal. Relativamente às habilitações literárias, participaram predominantemente estudantes graduados (45.5%) e mestres (29,5%).

Tabela 2

Auto percepção da extroversão

	Frequência	Porcentagem
Extrovertido <i>online</i> e <i>offline</i>	111	63,1
Introvertido <i>online</i> e/ou <i>offline</i>	65	36,9
Total	176	100,0

A maioria dos jovens inquiridos considera-se extrovertido *online* e *offline* (63.1%), conforme a Tabela 2.

Tabela 3

Nº de horas a que acede ao site de relacionamento

	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
HSOnline	170	0	100	9,89	14,62

Legenda: HSOnline = Horas semanais *online*

Numa semana típica os jovens acedem a *sites* de relacionamento por, em termos médios, cerca de dez horas, conforme a Tabela 3.

Tabela 4

Site de relacionamento/Rede social de uso mais frequente

	Frequência	Porcentagem
Facebook	132	52,8
Instagram	31	12,4
Tinder	28	11,2
Badoo	10	4
WhatsApp	9	3,6
Twitter	8	3,2
Nenhum	7	2,8
Snapchat	7	2,8
Grindr	3	1,2
Clube de Amizade	2	0,8
Meetme	1	0,4
Hornet	1	0,4
Her	1	0,4
Feeld	1	0,4
ArlyWomen	1	0,4
Dates Católicos	1	0,4
Meeting	1	0,4
Messenger	1	0,4
Felizes.pt	1	0,4
Google+	1	0,4
Skype	1	0,4
Happn	1	0,4
Growlr	1	0,4
Total	250	100

Como pudemos ver na Tabela 4, as redes sociais e *sites* de relacionamento mais utilizados foram o *Facebook* (52.8%), o *Instagram* (12.4%) e o *Tinder* (11.2%).

Tabela 5

O que o site de relacionamento mais representa

	Frequência	Porcentagem
é um sítio complementar para conhecer novos amigos	88	50,0
é um sítio complementar para conhecer novos(as) parceiros(as) sexuais	26	14,8
é um sítio complementar para buscar uma pessoa para um relacionamento amoroso estável	22	12,5
é o meu preferencial sítio para conhecer novos amigos(as)	12	7,0
é o meu preferencial sítio para conhecer novos(as) parceiros(as) sexuais	7	4,0
é o meu preferencial sítio para buscar uma pessoa para um relacionamento amoroso estável	6	3,4
Outro	16	9,0
Total	176	100,0

Conforme a Tabela 5, quando inquiridos sobre o que os *sites* de relacionamento representam, 57% indicaram que representam um lugar complementar ou preferencial para conhecer novos amigos e 18,8% que representam um lugar complementar ou preferencial para conhecer novos(as) parceiros(as) sexuais e 15,9% indicaram que representam um lugar complementar ou preferencial para buscar uma pessoa para um relacionamento amoroso estável.

Tabela 6

Veracidade do perfil no site de relacionamento/rede social

	Frequência	Porcentagem
Parcialmente verdadeiro	13	7,4
Totalmente verdadeiro	163	92,6
Total	176	100,0

De acordo com a Tabela 6, a maioria dos participantes (92,6%) declarou que o seu perfil (fotos e informações pessoais/profissionais) nas redes sociais e/ou nos *sites* de relacionamento é totalmente verdadeiro. Apenas 7.4% afirmam que os perfis pessoais que têm nos *sites* de relacionamento não são completamente verdadeiros.

Tabela 7

Nº de relacionamentos amorosos recentes que iniciaram online

	Frequência	Percentagem	Percentagem acumulada
Nenhum	92	52,3	52,3
De um a três	65	36,9	89,2
De quatro a dez	8	4,5	93,7
Muitos	11	6,3	100,0
Total	176	100,0	

Conforme a Tabela 7, um pouco mais da metade dos inquiridos não chegaram a iniciar relacionamentos amorosos *online* (52,3%), enquanto 36,9% dos participantes iniciaram entre um a três relacionamentos e uma pequena percentagem de 6.3% ($n = 11$) afirmam que tiveram muitos relacionamentos que começaram *online*. Dessa forma, para a análise dos dados, organizamos os participantes em dois grupos: “nenhum” (52.3%) e “um ou mais” (47.7%).

Tabela 8

Continuidade do relacionamento amoroso iniciado online

	Frequência	Percentage
O relacionamento iniciou virtual, mas passou a ser exclusivamente presencial.	58	82.1
O relacionamento iniciou virtual, mas passou a ser mais presencial.	26	23,2
O relacionamento manteve-se completamente virtual.	14	12,5
O relacionamento manteve-se virtual, mas com alguns encontros presenciais.	14	12,5
Total	112	100,0

Quanto à continuidade dos relacionamentos, há uma tendência muito evidente na amostra deste estudo para que os relacionamentos virtuais passem a ser exclusivamente presenciais (82.1%), conforme a Tabela 8.

Tabela 9

Fidelidade após conhecer alguém interessante

	Frequênc ia	Percentage m
Continua a participar ativamente do <i>site</i> de namoros, a iniciar e/ou a manter outros relacionamentos amorosos virtuais.	6	7,3
Continua a participar do <i>site</i> de namoros, menos ativamente.	11	13,4
Desinteressa-se por continuar a participar ativamente do <i>site</i>, comunicando-se raramente com os outros participantes.	20	24,3
Encerra ou desativa sua conta no <i>site</i> de relacionamentos e relaciona-se amorosamente apenas com esta pessoa.	37	45,15
Outro (especifique)	8	9,78
Total	82	100,0

A Tabela 9 nos mostra que, relativamente à fidelidade, após conhecer alguém interessante em um *site* de relacionamento com quem iniciou uma relação amorosa, 45.1% afirmam que encerram ou desativam a conta no *site* de relacionamentos e relaciona-se amorosamente apenas com esta pessoa e 24.3% desinteressa-se por continuar a participar ativamente do *site*, comunicando-se raramente com os outros participantes.

Sintetizando, a amostra deste estudo trata-se de um grupo de jovens adultos com idade média de 25,4 anos, em número não representativo da população de Portugal, com predominância de mulheres de nacionalidade portuguesa, solteiras, graduadas, que moram com os pais. A maioria considera-se extrovertida, e acede aos *sites* de relacionamento/redes sociais por cerca de dez horas semanais, sendo o *Facebook* o mais referido, com o propósito de fazer novas amizades. Praticamente todos os participantes declararam que seus perfis *online* são totalmente verdadeiros e quase metade já iniciaram um ou mais relacionamentos amorosos mediados pela Internet. Predominantemente, estes relacionamentos passam a ser presenciais e os participantes neste estudo desativam ou desinteressam-se pelos *sites* de relacionamento enquanto estão envolvidos na relação amorosa.

6.6. Descrição dos Materiais e instrumentos

Para a recolha dos dados relativos às variáveis deste estudo, utilizou-se um inquérito, aplicado tanto presencialmente quanto *online*. O inquérito elaborado foi composto de um questionário para investigação sociodemográfica, da Escala Portuguesa de Afeto Positivo e Negativo – PANAS-VRP (Galinha, Pereira, & Esteves, 2014) e da versão portuguesa da Escala de Satisfação com a Vida – ESV (Simões, 1992), para a avaliação do BES em seus componentes afetivo e cognitivo, respectivamente; da subescala de autorrevelação de sentimentos da Escala de Motivação para Atividades Relacionais - EMAR (Gaine & La Guardia, 2009), para a avaliação da autonomia; e da Escala Triangular do Amor de Sternberg – ETAS-R (Cassepp-Borges, 2010), para avaliar a intimidade e o compromisso. Optou-se por utilizar instrumentos já validados por outros investigadores, embora não todos para a população portuguesa, nomeadamente a EMAR.

6.6.1. Questionário sociodemográfico

O questionário para investigação sociodemográfica (Anexo C) elaborado para este estudo, consiste em seis perguntas para a caracterização dos participantes (sexo, nacionalidade, habilitação literária, idade, conjugalidade e agregado familiar) e oito perguntas relativamente ao uso e a experiência pessoal com a Internet (tais como a quantidade de horas semanais que acede a Internet, quais os *sites* que usa, o que os *sites* representam para eles, o quanto o perfil pessoal é verídico, quantos relacionamentos recentes iniciaram *online*, se os relacionamentos tornaram-se presencias, etc.).

6.6.2. Escala de Satisfação com a Vida

A Escala de Satisfação com a Vida - ESV (SWLS – *Satisfaction With Life Scale*) foi elaborada por Diener *et al.* (1985) e adaptada à população portuguesa por Neto, Barros e Barros (1990, citado por Azevedo, 2013) e por Simões, em 1992 (Anexo D). O objetivo da escala é demonstrar a avaliação cognitiva que os indivíduos fazem sobre a qualidade das próprias vidas. O questionário é constituído por cinco itens que, aquando da adaptação para a

população portuguesa, foram aperfeiçoados para facilitar a compreensão do conteúdo a todas as pessoas, tal como também foi adaptada a amplitude da escala de tipo *Likert*, que passou de sete para cinco pontos (Azevedo), variando de 1 (*Discordo muito*) a 5 (*Concordo muito*). A ESV é um instrumento de comprovada validade e fidelidade (Simões et al., 2003).

6.6.3. Escala de Motivação para Atividades Relacionais

Para a avaliação da autonomia na motivação quanto à intimidade no relacionamento amoroso, utilizou-se a Escala de Motivação para Atividades Relacionais (EMAR), originalmente *Motivations for Relational Activities* (MRA) – escala criada por Gaine e La Guardia (2007). Esta escala, fundamentada na TAD, avalia a medida em que as pessoas se sentem autônomas e controladas em uma variedade de atividades relacionais específicas, dentro de relacionamentos amorosos. A EMAR é constituída por nove subescalas: a intimidade sexual, a intimidade física, a autorrevelação de sentimentos, a autorrevelação de pensamentos, o apoio social, o apoio instrumental aos problemas do parceiro, o apoio instrumental para fazer a vida do parceiro menos estressante, as delicadezas e apoio às aspirações de vida do parceiro. No total, a EMAR apresenta 118 itens. Segundo as autoras, os intervalos de confiabilidade para cada estilo regulatório em todas as atividades variaram de 0,58 a 0,77 (regulação externa), 0,58 a .76 (regulação introjetada), 0,66 a 0,85 (regulação identificada) e 0,71 a 0,84 (regulação intrínseca).

Para este estudo foi utilizado apenas a subescala relacionada à autorrevelação (no original: *Self-disclosure of feelings*) (Anexo E), com uma pergunta e 13 itens de resposta, que avaliam os tipos de motivação (intrínseca, identificada, introjetada e externa). No seu estudo, Gaine e La Guardia (2007) verificaram a pontuação de 0,89 em ambas regulações (interna e externa) no fator de MC, e 0,93 para ambas regulações na motivação autônoma. A autorrevelação de sentimentos, como vimos, constitui um aspecto da intimidade e tem se mostrado preditora de satisfação nos relacionamentos amorosos. A EMAR usa uma escala do tipo *Likert* que varia de um (*Totalmente falso*) a sete (*Totalmente verdadeiro*). A tradução foi feita pela investigadora e revisada pela

orientadora, para que resultasse numa aplicação mais válida à população de jovens adultos em Portugal. Buscou-se, o mais possível, manter o sentido original tanto na instrução quanto nos itens.

6.6.4. Escala Triangular do Amor de Sternberg

Para a avaliação da percepção do indivíduo sobre o seu relacionamento amoroso de acordo com a Teoria Triangular do Amor (Sternberg, 1986), foi usada a Escala Triangular do Amor de Sternberg (ETAS) - versão adaptada para o português do Brasil (Anexo F), do original em inglês (Sternberg's Triangular Love Scale, Sternberg, 1997) por Cassepp-Borges e Teodoro (2007), traduzida através do procedimento de dupla tradução reversa. Apresenta 45 itens, distribuídos em três subescalas por constructos: 15 para *intimidade*, 15 para *paixão* e 15 para *decisão/compromisso*. A ETAS usa uma escala do tipo Likert que varia de 1 (*De jeito nenhum*) a 9 (*Extremamente*). As propriedades psicométricas da ETAS e de sua versão abreviada indicaram estrutura fatorial adequada e índices satisfatórios de consistência interna (Cassepp-Borges & Teodoro). Em Portugal, a mesma versão da ETAS apresentada no presente estudo, de Cassepp-Borges e Teodoro, foi utilizada para demonstrar a validade convergente da Escala de Amor Apaixonado (Feybesse, Neto, & Hatfield, 2011).

6.6.5. Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo

A PANAS foi originalmente desenvolvida em 1982 por Zevon e Tellegen, contendo 60 itens e em 1988, Watson, Clark e Tellegen selecionaram 20 itens e criaram a escala PANAS na versão reduzida inglesa (Galinha et al. 2014). A versão reduzida portuguesa, PANAS-VRP (Anexo G), seguiu o mesmo processo, selecionando 10 itens que melhor se adaptassem ao contexto português (Galinha et al.) e mede os afetos positivo e negativo. O Afeto Positivo (AP) elevado inclui os itens *inspirado, determinado, interessado, ativo e entusiasmado*, enquanto o Afeto Negativo (AN) elevado inclui os itens *assustado, amedrontado, atormentado, nervoso e culpado*. Escolhemos utilizar a PANAS – VRP, que entretanto foi a única escala aplicada neste estudo também

aos participantes que relataram, no questionário sociodemográfico, ter tido “nenhum” relacionamento iniciado através da Internet, porquanto eram direcionados desta pergunta justamente para a PANAS – VRP, última escala do inquérito. A PANAS - VRP usa uma escala do tipo Likert que varia de um (*Nada ou muito ligeiramente*) a sete (*Extremamente*).

6.7. Procedimentos de investigação adotados

6.7.1. Procedimentos éticos

Este estudo foi aprovado pela Comissão de Ética e Deontologia da Investigação em Psicologia da FPCEUC, conforme Anexo H. Considerando o Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses, aprovado ao 25 de Março de 2011, os participantes foram esclarecidos sobre o estudo através do Termo de Consentimento Informado - TCI. Desta forma, foram informados que a sua participação era voluntária e que poderiam recusar-se a participar ou interromper a participação a qualquer momento.

Foram ainda esclarecidos de que a sua identidade seria tratada com padrões profissionais de sigilo, portanto os seus nomes não foram solicitados e o material que indicasse a sua participação não serão liberados sem a sua permissão. Foram ainda informados de que a investigação não causaria danos físicos ou psicológicos aos(às) participantes, mas caso fossem identificados e comprovados danos provenientes desta investigação, o(a) participante teria assegurado o direito a indicação para apoio psicossocial.

6.7.2. Procedimentos formais

Iniciamente, a investigadora entrou em contato com os núcleos de estudantes e as secretarias de algumas instituições de ensino superior na cidade de Coimbra, solicitando autorização para a recolha de dados junto aos alunos através do envio de um *correio eletrónico* com a hiperligação do inquérito *online*. No entanto, as instituições não cederam as listas de correio eletrónico e poucas aceitaram²² enviar a carta-convite (ver Anexo A) aos seus alunos. A principal

²² Agradecemos às instituições que colaboraram com a divulgação deste estudo, em especial ao Centro de Estudos Sociais - CES, à Faculdade de Física da UC, ao Núcleo de Estudantes de Engenharia de Materiais da UMinho – NEEMUM, ao Núcleo de Estudantes de Engenharia e Gestão Industrial – ISEP, dentre outras.

justificativa para não divulgar a hiperligação era a divergência do tema deste estudo com a área de interesse da faculdade.

A investigadora, então recorreu à divulgação da hiperligação para o inquérito *online* através da rede social *Facebook*, aderindo aos grupos de estudantes de várias instituições de ensino superior aos quais a investigadora teve autorização para participar e publicar.

Para aproximação com o objeto de estudo e posterior divulgação da hiperligação ao inquérito, a investigadora criou perfis em alguns *sites* de relacionamento (*Dating.com*, *be2*, *ParPerfeito* e *Badoo*), no entanto, à altura de divulgar, a continuação do acesso aos demais perfis e ao envio de mensagens, na maioria dos *sites*, com exceção do *Badoo*, só era permitida a partir do pagamento de mensalidades, por volta de 20 Euros. Portanto, além do *Facebook*, também foi feita a divulgação do inquérito online através do site de relacionamentos *Badoo*, por meio de convites individuais aos jovens adultos, de ambos os sexos, que tinham idade e morada dentro do requisito para esta investigação.

Os dados foram recolhidos através de um *site* próprio para investigação, o *SurveyMonkey*²³. Este *site* oferece planos gratuitos e pagos que proporcionam a elaboração de investigações personalizáveis. Seus serviços incluem a recolha e a análise de dados, a seleção de amostras, a eliminação de vieses, e ferramentas de representação de dados. A *SurveyMonkey Inc.* participa e teve certificada sua conformidade com a Estrutura do *Privacy Shield* entre os Estados Unidos e a União Europeia. O *site* se compromete a submeter todos os dados pessoais recebidos dos países membros da União Europeia (UE) de acordo com a Estrutura do *Privacy Shield* e com os Princípios cabíveis da Estrutura.

Inicialmente tencionava-se investigar uma amostra de jovens adultos que abrangesse os requisitos da idade (20 a 35) e da residência (em Portugal), mas ainda que fossem universitários e que já tivessem iniciado um ou mais relacionamentos amorosos *online*. Entretanto, muitos jovens que respondiam ao

²³ A companhia *SurveyMonkey Inc.* é baseada em nuvem ("software como serviço") de desenvolvimento de investigações online e foi fundada em 1999 por Ryan Finley.

inquérito não cumpriam este último critério, ao que decidimos incluí-los na amostra.

A divulgação da investigação nas redes sociais e em um *site* de relacionamento não obteve a adesão esperada no tempo necessário, ao que a investigadora solicitou aos professores²⁴ de alguns cursos da Universidade de Coimbra a autorização para a aplicação do inquérito impresso em sala de aula, completando e até superando, assim o número de inquéritos válidos almejado inicialmente.

Os resultados da investigação estarão à disposição dos participantes quando finalizada e estes serão informados quando da comunicação dos resultados da investigação à comunidade científica e ao público geral. Para facilitar a divulgação da investigação e, posteriormente, dos resultados, foi criada uma página no *Facebook*, denominada “Relacionamentos românticos mediados pela Internet”, que pode ser acedida pela hiperligação <https://www.Facebook.com/Relacionamentos-rom%C3%A2nticos-mediados-pela-internet-264635734006657/>. A página também foi utilizada para divulgar outros conteúdos relacionados ao tema do estudo.

²⁴ Agradecemos aos professores que cederam um tempo de suas aulas para que os inquéritos fossem aplicados junto aos seus alunos.

CAPÍTULO VII

Resultados

Ao longo deste capítulo apresentaremos os resultados obtidos neste estudo. Iniciaremos pela descrição dos procedimentos estatísticos. De seguida passaremos a apresentar os resultados da análise das características psicométricas dos instrumentos de avaliação psicológica, seguindo a ordem em que aparecem no inquérito utilizado. Finalmente, iremos apresentar a análise dos dados relativamente a cada uma das hipóteses levantadas pela investigadora. A discussão dos resultados das hipóteses será apresentada no capítulo subsequente.

7.1. Análise estatística

7.1.1. Descrição dos procedimentos estatísticos

A análise estatística foi efetuada com o SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versões 22,0 e 24,0 para *Windows*. Envolveu medidas de estatística descritiva (frequências absolutas e relativas, médias e respectivos desvios-padrão) e estatística inferencial. O nível de significância para rejeitar a hipótese nula foi fixado em $(\alpha) \leq ,05$.

Utilizou-se o coeficiente de consistência interna *Alfa de Cronbach*, para analisar a confiabilidade das escalas/questionários. Os coeficientes de correlação de *Pearson* (paramétrico) e de *Spearman* (não-paramétrico) foram usados para analisar o sentido e a magnitude das relações entre as variáveis envolvendo amostras com dimensão inferior a 30. O coeficiente de associação *Phi*, foi utilizado para analisar a associação entre as variáveis quantitativas e qualitativas, ou seja, para variáveis dicotômicas. Utilizamos o teste *t de Student* para as amostras independentes, para comparar dois grupos ou dois níveis da mesma variável, testando a significância dessa diferença. A *Anova univariada* foi usada para comparar entre três grupos ou mais, ou entre três ou mais níveis da mesma variável dependente. Foram ainda utilizados o teste *U de Mann-Whitney*, que é um correspondente não-paramétrico do teste *t de Student* para amostras

independentes; o teste de *Kruskal-Wallis*, correspondente não-paramétrico da Anova univariada; e o teste de *Wilcoxon*, correspondente não-paramétrico do teste *t* de Student para amostras emparelhadas e o modelo de regressão linear múltipla.

Foram analisados os pressupostos da regressão linear múltipla, designadamente a linearidade da relação entre as variáveis independentes e a variável dependente (análise gráfica), independência de resíduos (teste de *Durbin-Watson*), normalidade dos resíduos (teste de *Kolmogorov-Smirnov*), multicolinearidade (*VIF* e *Tolerance*) e homogeneidade de variâncias (análise gráfica) e verificamos que encontravam-se genericamente satisfeitos.

Os pressupostos do teste *t* de Student e da Anova univariada, nomeadamente o pressuposto de normalidade de distribuição e o pressuposto de homogeneidade de variâncias foram analisados com o teste de *Kolmogorov-Smirnov* e o teste de *Levene*. Aceitou-se a normalidade de distribuição nas amostras com dimensão superior a 30, de acordo com o teorema do limite central. Nos testes *Mann-Whintey*, *Kruskal-Wallis* e *Wilcoxon*, para facilidade de interpretação, apresentam-se nas estatísticas descritivas os valores das médias e não os valores das médias das ordens.

7.1.2. Avaliação psicométrica dos instrumentos de avaliação psicológica

7.1.2.1. ESV

Os participantes que responderam à *ESV* foram os 83 que têm ou tiveram relacionamento *online*. Através do *Alpha* de *Cronbach*, verificou-se que a consistência interna da escala (,89) é elevada.

Tabela 10

Estatística descritiva da escala ESV

	Média	Mínima	Máxima	Range	Máxima / Mínima	Variância	N de itens
Média do item	3,400	3,108	3,723	,614	1,198	,056	5
Correlação Item-Item	,623	,376	,843	,466	2,239	,013	5

O resultado médio de SV para a amostra foi de 3,4, portanto, não muito elevado (cf. Tabela 10). Vimos acima que há uma boa correlação média entre os cinco itens da escala (,62).

Tabela 11

ESV Estatística descritiva dos itens

	Significância da escala se o item foi excluído	Variância da escala se o item for excluído	Correspondência corrigida do item-total	Correlação múltipla quadrada	Alpha de Cronbach se o item for excluído
ESV_01	13,76	17,185	,726	,528	,868
ESV_02	13,28	18,813	,627	,472	,889
ESV_03	13,57	16,932	,862	,780	,837
ESV_04	13,51	17,253	,820	,732	,847
ESV_05	13,89	17,952	,645	,486	,887

Legenda: ESV = Escala de Satisfação com a Vida

Na tabela 11 podemos confirmar que os cinco itens têm boa consistência interna.

7.1.2.2. EMAR

Os participantes que têm ou tiveram relacionamento *online* responderam à subescala “Autorrevelação de sentimentos” (*Disclosure of feelings*), da EMAR. Através do Alpha de Cronbach, foram avaliadas as consistências internas de cada fator de regulação da motivação: intrínseca (,59), identificada (,79), introjetada (,59), externa (,79). Para simplificar a interpretação

dos fatores, usamos os métodos de extração *Principal Axis Factoring* e de rotação Varimax, para minimizar o número de variáveis de cada agrupamento. Conforme a tabela 12, foram extraídos dois fatores principais, “motivação autônoma” (MA) e “motivação controlada” (MC), tal como ocorreu com a escala completa no estudo realizado pelas autoras (Gaine & La Guardia, 2009). No teste Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) a escala EMAR obteve ,80, o que confirma uma boa adequação de possibilidades de tratamento dos dados.

Tabela 12

EMAR Rotação dos fatores

	Fator de Rotação Matrix ^a		
	Fator		
	1	2	3
EMAR_01	,249	,147	,733
EMAR_02	,101	,766	,125
EMAR_03	,151	,594	,146
EMAR_04	,103	,861	-,061
EMAR_05	,018	,745	,043
EMAR_06	-,049	,665	,010
EMAR_07	,684	-,008	,217
EMAR_08	,689	,067	,218
EMAR_09	,357	,328	,010
EMAR_10	,703	-,028	,336
EMAR_11	,612	,192	-,014
EMAR_12	,769	-,027	-,182
EMAR_13	,704	,146	,206

Legenda: EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais

A consistência interna das subescalas foi analisada com o coeficiente Alfa de Cronbach, tendo atingido resultados satisfatórios tanto na subescala de MA, com ,78, (intrínseca – itens 1 a 3, introjetada – itens 4 a 6), quanto de MC, com ,84 (introjetada – itens 7 a 9, externa – itens 10 a 13). Os resultados no estudo original da escala EMAR para esta subescala foram de ,93 e ,89, respectivamente (Gaine & La Guardia, 2009).

Tabela 13

Estatística descritiva da subescala MA/EMAR

	Média	Mínima	Máxima	Range	Máxima / Mínima	Variância	N de itens
Media do Item	5,794	4,963	6,123	1,160	1,234	,196	6
Correlação item-Item	,405	,085	,666	,581	7,825	,039	6

O resultado médio de regulação interna da MA para a amostra foi de 5,79, numa escala de 1 a 7. A Tabela 13 mostra os resultados globais das médias dos itens e da correlação média item-item.

Tabela 14

MA: Correlação item-item

	EMAR_ 01	EMAR_0 2	EMAR_0 3	EMAR_0 4	EMAR_0 5	EMAR_0 6
EMAR_01	1,000	,214	,291	,087	,116	,085
EMAR_02	,214	1,000	,505	,666	,613	,497
EMAR_03	,291	,505	1,000	,525	,411	,402
EMAR_04	,087	,666	,525	1,000	,658	,539
EMAR_05	,116	,613	,411	,658	1,000	,468
EMAR_06	,085	,497	,402	,539	,468	1,000

Legenda: EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais

Segundo a Tabela 14, a avaliação da Correlação Matrix entre os seis itens, em média ,405, demonstrou que o item 1 (“Porque eu acho excitante explorar meus sentimentos mais íntimos com meu/minha parceiro/parceira.”) tem baixa correlação com as variáveis 4, 5 e 6 (referentes à motivação identificada). As intercorrelações dentre os demais itens de MA foram moderadas e positivas, sugerindo que quanto mais pessoas se sentem de forma autônoma em uma atividade de autorrevelação na intimidade, mais elas também relatam sentir-se autônomas em outras atividades.

A retirada do item 1 melhoraria ligeiramente a consistência interna da subescala, de ,78 para ,84, em conformidade com a Tabela 15. Os demais itens apresentaram boa consistência interna e correlação.

Tabela 15

MA: Estatística descritiva por item

	Significância da escala se o item foi excluído	Variância da escala se o item for excluído	Correspondência corrigida do item-total	Correlação múltipla quadrada	Alpha de Cronbach se o item for excluído
EMAR_01	29,80	27,860	,210	,112	,840
EMAR_02	28,90	24,115	,701	,543	,715
EMAR_03	29,10	22,465	,596	,371	,735
EMAR_04	28,64	24,308	,685	,601	,718
EMAR_05	28,64	24,983	,615	,495	,734
EMAR_06	28,74	25,394	,532	,344	,752

Legenda: EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais

A avaliação da MC (introjetada – itens 7 a 9, externa – itens 10 a 13), foi avaliada usando-se o Alpha de Cronbach, e verificou-se uma elevada consistência interna (,84).

Tabela 16

Estatística descritiva da subescala MC/EMAR

	Média	Minima	Máxima	Range	Máxima / Mínima	Variância	N de itens
Media do Item	3,656	2,753	5,198	2,444	1,888	,829	7
Correlação item-Item	,429	,110	,642	,531	5,824	,015	7

O resultado médio de regulação interna da MC para a amostra foi de 3,65, de acordo com a Tabela 16, portanto inferior à MA.

Tabela 17

MC: Correlação item-item

	EMAR _07	EMAR _08	EMAR _09	EMAR _10	EMAR _11	EMAR _12	EMAR _13
EMAR_07	1,000	,482	,110	,529	,408	,513	,557
EMAR_08	,482	1,000	,358	,554	,460	,493	,497
EMAR_09	,110	,358	1,000	,196	,316	,282	,354
EMAR_10	,529	,554	,196	1,000	,451	,453	,642
EMAR_11	,408	,460	,316	,451	1,000	,463	,397
EMAR_12	,513	,493	,282	,453	,463	1,000	,491
EMAR_13	,557	,497	,354	,642	,397	,491	1,000

Legenda: EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais

Como podemos ver na Tabela 17, o item 9 é o que tem correlação mais baixa na avaliação item-item da subescala de MC.

7.1.2.3. ETAS - R

Tabela 18

Consistência interna das subescalas ETAS - R

	Alfa de Cronabch	Nr de itens
Decisão/Compromisso	.903	7
Intimidade	.945	7
Paixão	.899	6

Apenas os participantes que têm ou tiveram relacionamentos online preencheram a ETAS - R. Como podemos identificar na Tabela 18, os três fatores apresentaram elevada consistência interna.

Como a correlação entre as três subescalas foi acima de ,8, nos questionamos se a ETAS - R poderia ser uma escala com pontuação global, portanto, que avaliasse um único fator. A tabela 19 nos apresenta a estatística descritiva da ETAS-R.

Tabela 19

Estatística descritiva ETAS - R

		ETAS - R_compromisso	ETAS - R_intimidade	ETAS - R_paixão
N	Válidos	82	82	82
	Excluídos	94	94	94
	Média	4,9582	5,9547	6,2907
	Desvio padrão	2,42888	2,28967	2,17981
	Skewness	-,037	-,600	-,820
	Desvio padrão do Skewness	,266	,266	,266
	Kurtose	-,988	-,505	-,127
	Desvio padrão da Kurtose	,526	,526	,526
	Mínimo	1,00	1,00	1,00

Legenda: ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg - Reduzida

Segundo Martins-Silva et al. (2013), enquanto o autor da escala original, Sternberg, verificou resultados de validade interna com coeficientes alfa de Cronbach superiores a ,9, três estudos realizados no Brasil para avaliar as propriedades psicométricas da escala traduzida do inglês, também encontraram problemas na análise fatorial. Segundo estes autores, outros estudos com a ETAS mostraram que alguns itens saturavam em fatores não esperados ou que seria mais apropriado definir apenas um fator (Amor romântico) e não três. No entanto, o presente estudo não obteve um número de participantes suficiente para fazer a análise fatorial desta escala. Considerar a importância de novos estudos com uma amostra de maior abrangência seria importante, pois, a constatação da presença de um único fator implicaria em mudanças na escala e na teoria que a fundamenta, a começar pela retirada do termo “triangular”.

7.1.2.4. PANAS - VRP

A versão reduzida portuguesa da Escala de Afetos Positivos²⁵ e Afetos Negativos²⁶ foi, assim como o questionário sociodemográfico, aplicada a todos os participantes da amostra. A PANAS - VRP apresentou boa consistência interna, com o coeficiente Alfa de Cronbach de ,85, para o AP e ,83, para o AN. As médias dos itens da subescala de AN variaram de 1,65 a 2,86, conforme a tabela abaixo:

Tabela 20

Estatística descritiva AN

	Média	Minima	Máxima	Range	Máxima / Mínima	Variância	N de itens
Media do Item	2,064	1,653	2,869	1,216	1,735	,220	5
Correlação item-Item	,497	,316	,704	,388	2,226	,014	5

As médias dos itens da subescala de Afeto Negativo variaram de 1,65 a 2,86, conforme a Tabela 20, enquanto as de AP variaram de 2,89 a 3,40, conforme a Tabela 21:

Tabela 21

Estatística descritiva Afeto Positivo

	Média	Minima	Máxima	Range	Máxima / Mínima	Variância	N de itens
Media do Item	3,239	2,892	3,403	,511	1,177	,042	5
Correlação item-Item	,534	,456	,663	,207	1,453	,005	5

²⁵ Como afeto positivo, consideramos na avaliação, os estados emocionais interessado, entusiasmado, inspirado, ativo e determinado.

²⁶ Como afeto negativo, avaliamos os estados emocionais nervoso, amedrontado, assustado, culpado e atormentado.

7.1.2.5. Correlação entre as variáveis

Relativamente às escalas de avaliação psicológica usadas neste estudo, foram analisadas as consistências internas, com o coeficiente de consistência interna Alfa de Cronbach, tal como referimos no ponto referente à descrição dos procedimentos estatísticos.

Tabela 22

Consistência interna das escalas e subescalas

	Alfa de Cronabch	N de itens
ESV		
	.890	5
EMAR		
Motivação autônoma	.784	6
Motivação controlada	.840	7
ETAS-R		
Decisão/Compromisso	.937	7
Intimidade	.945	7
Paixão	.917	6
PANAS-VRP		
Afeto Positivo	.851	5
Afeto Negativo	.831	5

Legenda: ESV = Escala de Satisfação com a Vida; EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais; ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida; PANAS – VRP = Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão reduzida Portuguesa

Conforme a Tabela 22, podemos ver que os valores variaram entre um mínimo de ,784 (razoável) na dimensão da MA a um máximo de ,945 (excelente) na dimensão “intimidade”. A categorização dos valores de Alfa segue o indicado em Hill e Hill (2005).

Tabela 23

Estatísticas descritivas

	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
ESV					
	83	1,00	5,00	3,40 (máximo 5)	1,03
EMAR					
Motivação autônoma	81	1,60	7,00	5,96 (máximo 7)	1,05
Motivação controlada	81	1,00	7,00	3,39 (máximo 7)	1,48
ETAS – R					
Decisão/Compromisso	82	1,00	9,00	5,49 (máximo 9)	2,35
Intimidade	82	1,00	9,00	5,83 (máximo 9)	2,25
Paixão	82	1,00	9,00	6,00 (máximo 9)	2,11
PANAS – VRP					
Afeto Positivo	176	1,00	5,00	3,23 (máximo 5)	,89
Afeto Negativo	176	1,00	4,80	2,06 (máximo 5)	,85

Legenda: ESV = Escala de Satisfação com a Vida; EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais; ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida; PANAS – VRP = Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão reduzida Portuguesa

Na Tabela 23 podemos verificar as estatísticas descritivas dos valores obtidos pelos participantes nas escalas ESV, EMAR, ETAS - R e PANAS - VRP. Nela indicamos os valores mínimos e máximos, médias e respectivos desvios-padrão.

Tabela 24

Correlação entre as variáveis psicológicas

		MA	MC	ESV	ETA S - R_c omp romi sso	ETA S - R_in timid ade	ETA S - R_p aixã o	PAN AS - VRP _AP	PAN AS - VRP _AN
Motiv_a ut	Correlaçã o Pearson	1	,155	,183	,088	,148	,025	,091	,002
	Sig. (2- tailed)		,169	,103	,435	,189	,825	,419	,987
	N	81	80	81	81	81	81	81	81
Motiv_c ontrol	Correlaçã o Pearson	,15 5	1	,059	,038	,125	,062	,027	- ,048
	Sig. (2- tailed)	,16 9		,602	,739	,267	,581	,814	,673
	N	80	81	81	81	81	81	81	81
ESV	Correlaçã o Pearson	,18 3	,059	1	,152	,330* *	,264* *	,528* *	- ,294* *
	Sig. (2- tailed)	,10 3	,602		,174	,002	,017	,000	,007
	N	81	81	83	82	82	82	83	83
ETAS - R_comp romisso	Correlaçã o Pearson	,08 8	,038	,152	1	,827* *	,836* *	,236* *	,037
	Sig. (2- tailed)	,43 5	,739	,174		,000	,000	,033	,741
	N	81	81	82	82	82	82	82	82
ETAS - R_intimi dade	Correlaçã o Pearson	,14 8	,125	,330* *	,827* *	1	,820* *	,403* *	,014
	Sig. (2- tailed)	,18 9	,267	,002	,000		,000	,000	,902
	N	81	81	82	82	82	82	82	82
ETAS - R_paixã o	Correlaçã o Pearson	,02 5	,062	,264* *	,836* *	,820* *	1	,404* *	- ,015
	Sig. (2- tailed)	,82 5	,581	,017	,000	,000		,000	,894

	N	81	81	82	82	82	82	82	82
PANAS	Correlaçã	,09	,027	,528*	,236*	,403*	,404*	1	-
-	o Pearson	1		*		*	*		,089
VRP_A	Sig. (2-	,41	,814	,000	,033	,000	,000		,239
P	tailed)	9							
	N	81	81	83	82	82	82	176	176
PANAS	Correlaçã	,00	-	-	,037	,014	-	-	1
-	o Pearson	2	,048	,294*			,015	,089	
VRP_A				*					
N	Sig. (2-	,98	,673	,007	,741	,902	,894	,239	
	tailed)	7							
	N	81	81	83	82	82	82	176	176

** . A correlação é significativa no nível de 0,01 (2-tailed). * . A correlação é significativa no nível de 0,05 (2-tailed).

Legenda: ESV = Escala de Satisfação com a Vida; EMAR = Escala de Motivação para Atividades Relacionais; ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida; PANAS – VRP = Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão reduzida Portuguesa; MA = Motivação autônoma; MC = Motivação controlada; AP = Afeto positivo; AN = Afeto negativo.

Na Tabela 24 apresentamos os valores obtidos na correlação entre as variáveis psicológicas das escalas ESV, EMAR, ETAS - R e PANAS - VRP.

7.2. Análise dos dados

Parafraseando Neves, Faria e Ribeiro (2017), podemos dizer que a inferência estatística não é verdadeira nem falsa, mas, antes, é algo de provável e acompanhado de alguma incerteza (p. 136). Neste item, passaremos a apresentar as análises das hipóteses.

7.2.1. H1

As variáveis psicológicas em estudo relacionadas com a regulação comportamental do relacionamento, com paixão, intimidade e decisão/compromisso são preditoras dos indicadores de Bem-Estar Subjetivo.

7.2.1.1. Satisfação com a vida

O modelo de regressão linear múltipla com as variáveis regulação comportamental do relacionamento, bem como as variáveis relativas às dimensões do amor (paixão, intimidade e decisão/compromisso) como variáveis independentes e a variável SV como variável dependente explica 12.1% da variância da SV e é estatisticamente significativo, $F(4,75) = 2.575$, $p = .044$.

Tabela 25

Resumo do modelo SV

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimação
1	,347	,121	,074	1,00922

No âmbito deste modelo, a variável paixão ($\beta = 0.227$, $p = .022$) revelou-se um preditor significativo da SV. Assim, quanto mais elevados são os valores da paixão mais elevados são os valores da SV. Na Tabela 26 não consta a variável intimidade, pois apresentou multicolinearidade, ou seja, uma correlação elevada com as variáveis compromisso e paixão.

Tabela 26

Coeficientes SV

Modelo	Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados	T	Sig.
	B	Erro padrão	Beta		
(Constante)	1,358	,745		1,821	,073
Motiv_autônoma	,193	,109	,196	1,771	,081
Motiv_controlada	,005	,078	,007	,067	,947
ETAS - R_compromisso	-,112	,088	-,261	-1,274	,207
ETAS - R_paixão	,227	,097	,477	2,338	,022*

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Legenda: ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida

7.2.1.2. Afeto positivo

O modelo de regressão linear múltipla com as variáveis regulação comportamental do relacionamento, bem como as variáveis relativas às dimensões do amor (paixão, intimidade e decisão/compromisso) como variáveis independentes e a variável AP como variável dependente explica 21.5% da variância do AP e é estatisticamente significativo, $F(4, 75) = 5.137, p = .001$.

Tabela 27

Resumo do modelo AP

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimação
1	,464	,215	,173	,77359

Conforme a Tabela 28, as variáveis compromisso ($\beta = -0.136, p = .047$) e paixão ($\beta = 0.283, p = .001$) revelaram-se preditores significativos do AP, embora não na mesma direção. O compromisso aparece como um preditor negativo do AP, enquanto que a paixão aparece como um preditor positivo e com uma maior magnitude.

Tabela 28

Coeficientes AP

Modelo	Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados	t	Sig.
	B	Erro padrão	Beta		
(Constante)	1,756	,571		3,074	,003
Motiv_autônoma	,093	,084	,116	1,107	,272
Motiv_controlada	-,018	,059	-,032	-,306	,760
ETAS - R_compromisso	-,136	,067	-,390	-2,016	,047*
ETAS - R_paixão	,283	,074	,734	3,806	,000***

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Legenda: ETAS - R = Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida

7.2.1.3. Afeto negativo

O modelo de regressão linear múltipla com as variáveis regulação comportamental do relacionamento, bem como as variáveis relativas às dimensões do amor (paixão, intimidade e decisão/compromisso) como variáveis independentes e a variável AN como variável dependente explica 0.9% da variância do AN e não é estatisticamente significativo, $F(4, 75) = 0.174$, $p = .951$.

Tabela 29

Resumo do modelo AN

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado ajustado	Erro padrão da estimação
1	,096	,009	-,044	,83365

7.2.2. H1.1

Os jovens adultos que iniciam um relacionamento romântico virtual e dão continuidade ao mesmo com encontros presenciais (grupo 1) sentem mais bem-estar (avaliado através dos indicadores da satisfação com a vida e com os afetos positivo e negativo) do que aqueles que mantêm o relacionamento exclusivamente no domínio virtual (grupo 2) (cf. Tabela 30).

Tabela 30

Bem-estar subjetivo e continuidade

	G1 Presencial		G2 Virtual		Sig.
	M	DP	M	DP	
Satisfação com a vida	3,51	1,02	2,84	,94	.028*
Afeto positivo	3,29	,90	3,08	,85	.292
Afeto negativo	2,12	,85	1,81	,73	.084

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Encontramos diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos apenas na variável SV, $Z = -2.202$, $p = .028$, na qual os jovens que iniciam um relacionamento romântico virtual e dão continuidade ao mesmo com

encontros presenciais obtêm valores significativamente mais elevados do que os jovens que mantêm o relacionamento exclusivamente no domínio virtual. Os participantes do grupo 1 também apresentam valores mais elevados no AP e negativo, no entanto, as diferenças nos valores médios destas variáveis nos dois grupos em comparação, não alcançaram o limiar de significância estatística.

7.2.3. H1.2

Há diferenças nos níveis, respectivamente, de afeto positivo e de afeto negativo entre os jovens que usam (grupo 1) e os que não usam (grupo 2) a Internet para iniciar relacionamentos amorosos (cf. Tabela 31).

Tabela 31

Afetos e relacionamentos iniciados online

	G1 um ou mais		G2 nenhum		Sig.
	M	DP	M	DP	
Afeto positivo	3.32	0.87	3.16	0.92	.240
Afeto negativo	2.13	0.82	2.00	0.87	.302

De facto, os jovens que usam a Internet para iniciar relacionamentos amorosos obtêm valores mais elevados tanto no AP como no AN, embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas ($p > .05$).

7.2.4. H1.3

Os jovens adultos que assumem sua verdadeira identidade (grupo 1) em sites de relacionamento e nos relacionamentos virtuais sentem mais bem-estar que os que assumem perfis falsos ou “supervalorizados” (grupo 2) (cf. Tabela 32).

Tabela 32

Veracidade do perfil e Bem-estar subjetivo

	G1 perfil verdadeiro		G2 perfil falso/supervalorizado		Sig.
	M	DP	M	DP	
Satisfação com a vida	3,36	1,06	3,62	,74	,477
Afeto positivo	3,20	,90	3,69	,45	,003**
Afeto negativo	2,04	,85	2,29	,80	.317

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Encontramos diferenças estatisticamente significativas apenas na variável AP, $t(174) = 3.400$, $p = .003$. Os participantes que têm um perfil falso ou supervalorizado obtiveram valores significativamente mais elevados de AP do que os participantes com um perfil verdadeiro.

7.2.5. H1.4

Os jovens adultos que se consideram introvertidos e que iniciaram relações amorosas através da Internet (grupo 1) sentem mais afeto positivo do que os que se consideram introvertidos, mas não usaram a Internet para conhecer novos parceiros (grupo 2) (cf. Tabela 33).

Tabela 33

Introvertidos, afeto positivo e relacionamento online

	G1 Um ou mais		G2 Nenhum		Sig.
	M	DP	M	DP	
Afeto positivo	3.07	0.95	2.99	0.92	.724

De facto, os participantes que se auto percebem como introvertidos e que usam a Internet para iniciar relacionamentos amorosos obtêm valores mais elevados de AP, embora a diferença não seja estatisticamente significativa ($p > .05$).

7.2.6. H2

Há diferenças na internalização da regulação comportamental na autorrevelação da intimidade em função das variáveis sociodemográficas gênero, nacionalidade, idade e escolaridade:

7.2.6.1. Gênero

Tabela 34

Gênero e EMAR

	Feminino		Masculino		Sig.
	M	DP	M	DP	
Motivação Autônoma	5,78	1,15	6,26	,80	.043*
Motivação Controlada	3,12	1,42	3,89	1,48	.013*

Encontramos diferenças estatisticamente significativas, conforme a Tabela 34, visto que tanto na MA ($Z = -2.022$, $p = .043$), quanto na MC ($Z = -2.475$, $p = .013$), os homens apresentam valores significativamente mais elevados.

7.2.6.2. Nacionalidade

Tabela 35

Nacionalidade e EMAR

	Portuguesa		Brasileira		Sig.
	M	DP	M	DP	
Motivação Autônoma	5,91	1,10	5,98	1,03	.788
Motivação Controlada	3,44	1,37	3,20	1,51	.459

As diferenças em função da nacionalidade não são estatisticamente significativas (cf. Tabela 35)

7.2.6.3. Idade

Tabela 36
Idade e EMAR

	20 a 23 anos (N=33)		24 a 27 anos (N=19)		28 a 31 anos (N=10)		32 a 35 anos (N=19)		Sig.
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	
Motivação Autônoma	5,97	1,2	5,76	,92	6,26	,97	5,99	,95	.357
Motivação Controlada	3,33	1,1	3,06	1,7	4,55	2,0	3,24	1,2	.140

As diferenças em função da idade não são estatisticamente significativas (cf. Tabela 36).

7.2.6.4. Escolaridade

Tabela 37
Escolaridade e EMAR

	Até secundário		Licenciatura		Mestrado		Doutoramento		Sig.
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	
Motivação Autônoma	6,02	,93	6,09	,84	5,71	1,3	6,23	1,0	.562
Motivação Controlada	4,02	1,93	3,23	1,2	3,38	1,5	3,44	1,7	.539

Não encontramos diferenças estatisticamente significativas em função do nível de escolaridade (cf. Tabela 37).

7.2.7. H2.1

Os jovens adultos mais velhos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por uma motivação autodeterminada (i.e., regulações intrínseca, integrada, e identificada) do que por motivação não

autodeterminada (i.e., regulações introjetada, externa e amotivação) (cf. Tabela 38).

Tabela 38

Grupos etários e Motivação

	G1 - 20 a 23		G2 - 24 a 27		G3 - 28 a 31		G4 - 32 a 35		Sig.
	anos (N=33)		anos (N=19)		anos (N=10)		anos (N=19)		
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	
Motivação Autônoma	5,97	1,22	5,76	,92	6,26	,97	5,99	,95	.357
Motivação Controlada	3,33	1,18	3,06	1,70	4,55	2,09	3,24	1,20	.147

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Percebemos que nos grupos de jovens adultos a partir dos 28 anos (G3 e G4), o nível de motivação autodeterminada aumenta, entretanto, as diferenças em função da idade não são estatisticamente significativas. De acordo com a Tabela 38, em todas as faixas etárias (20 a 23 anos, 24 a 27 anos, 28 a 31 anos e 32 a 35 anos), os jovens adultos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por uma motivação autodeterminada.

7.2.8. H2.2

Há diferenças na regulação comportamental para o relacionamento (tanto na motivação autônoma, como na controlada) em função da veracidade do perfil de relacionamento online (totalmente verdadeiro vs. falso/supervalorizado) (cf Tabela 39).

Tabela 39

Veracidade do perfil e autodeterminação

	Falso/supervalorizado		Verdadeiro		Sig.
	M	DP	M	DP	
Mot. Autônoma	5.08	1.52	6.06	0.94	.001***
Mot. Controlada	3.13	0.84	3.43	1.54	.567

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Encontramos diferenças estatisticamente significativas apenas no que diz respeito à MA, $t(79= 2.731)$, $p = .001$, sendo que os jovens com perfil verdadeiro obtêm valores de MA significativamente mais elevados (cf. Tabela 39).

7.2.9. H3

Há diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função das variáveis sociodemográficas gênero, escolaridade, nacionalidade e idade.

7.2.9.1. Gênero

Tabela 40
Gênero e ETAS - R

	Feminino		Masculino		Sig.
	M	DP	M	DP	
Compromisso	4,97	2,34	5,00	2,68	.972
Intimidade	5,96	2,07	5,88	2,69	.888
Paixão	6,25	2,14	6,38	2,34	.791

Conforme a Tabela 40, verificou-se que as diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função do gênero não são estatisticamente significativas.

7.2.9.2. Escolaridade

Tabela 41
Escolaridade e ETAS - R

	Até secundário		Licenciatura		Mestrado		Doutoramento		Sig.
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	
Compromisso	5,89	2,79	5,02	2,48	4,53	2,27	5,07	2,42	.498
Intimidade	6,10	2,38	5,84	2,43	5,92	2,04	6,41	2,80	.932
Paixão	6,27	2,15	6,29	2,44	6,10	1,92	7,02	2,14	.780

Não encontramos diferenças estatisticamente significativas em função do nível de escolaridade (cf. Tabela 41).

7.2.9.3. Nacionalidade

Tabela 42

Nacionalidade e ETAS - R

	Portuguesa		Brasileira		Sig.
	M	DP	M	DP	
Compromisso	4,99	2,57	4,98	2,32	.944
Intimidade	5,90	2,28	5,96	2,38	.901
Paixão	6,29	2,26	6,31	2,15	.929

Conforme a Tabela 42, as diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função da nacionalidade não são estatisticamente significativas. Como pode ser observado nas Tabelas 40, 41 e 42, em geral os jovens, independentemente de gênero, escolaridade ou de nacionalidade estão a estabelecer mais relacionamentos baseados na paixão e na intimidade e menos no compromisso.

7.2.9.4. Idade

Tabela 43

Idade e ETAS - R

	20 a 23		24 a 27		28 a 31		32 a 35		Sig.
	anos		anos		anos		anos		
	(N=33)		(N=19)		(N=10)		(N=19)		
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	
Compromisso	5,21	2,18	3,76	2,52	6,77	2,45	4,81	2,39	.015*
Intimidade	6,21	1,98	5,06	2,37	7,19	1,94	5,60	2,75	.095
Paixão	6,47	2,11	5,56	2,38	7,40	1,73	6,14	2,31	.106

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$ *** $p \leq .001$

Segundo a Tabela 43, encontramos diferenças estatisticamente significativas apenas na dimensão “compromisso”, $F(3, 75) = 3.716$, $p = .015$. Curiosamente, os jovens com 28-31 anos apresentam valores médios mais elevados do que os jovens do escalão 32-35 anos.

7.2.10. H3.1

Os jovens adultos que demonstram compromisso nas relações que iniciam virtualmente sentem mais bem-estar do que aqueles que exploram vários relacionamentos (cf. Tabela 44);

Tabela 44

Bem-estar e compromisso nos relacionamentos

	G1 Comprometidos		G2 Exploradores		Sig.
	M	DP	M	DP	
Satisfação com a vida	3,65	,99	3,22	1,46	.452
Afeto positivo	3,46	,91	3,65	,70	.601
Afeto negativo	2,06	,73	2,00	,74	.820

Para analisar esta hipótese comparamos o Grupo 1 (ETAS - R compromisso e fidelidade níveis 3 e 4) e o Grupo 2 (ETAS - R paixão e fidelidade 1 e 2) relativamente ao bem-estar (avaliado através dos indicadores da SV e com o afeto positivo e negativo). As diferenças no BES entre jovens que demonstram compromisso e jovens que exploram vários relacionamentos não são estatisticamente significativas ($p > .05$), conforme a Tabela 44.

7.2.11. H3.2

A relação entre o compromisso e a regulação autodeterminada do relacionamento é mais elevada do que a relação entre esta última variável e, respectivamente, a paixão e a intimidade no relacionamento amoroso (cf. Tabela 45)

Tabela 45

Correlação entre EMAR e ETAS - R

	Motiv. Autônoma	Motiv. Controlada
Compromisso	,088	,038
Intimidade	,148	,125
Paixão	,025	,062

Como mostra a Tabela 45, os coeficientes de correlação entre as variáveis psicológicas da EMAR e da ETAS - R não são estatisticamente significativos.

CAPÍTULO VIII

Discussão dos Resultados

Neste capítulo apresentaremos a discussão dos resultados obtidos nesta investigação tendo em consideração as problemáticas e o enquadre teórico desenvolvido na primeira parte. Destacamos inicialmente os principais resultados, após os quais discutimos cada hipótese. Levantamos algumas considerações sobre as limitações deste estudo e recomendações aos estudos posteriores.

As diversas investigações efetuadas no âmbito dos relacionamentos amorosos mediados pelas TIC têm evidenciado o impacto destes relacionamentos quanto à representação social²⁷ elaborada pelos utilizadores de *sites* de relacionamento (Nascimento, 2007), quanto à autorrepresentação nos perfis (Corrêa, 2010), quanto à identidade na adultez emergente (Brandell & Brown, 2015), quanto às mudanças significativas em comparação aos relacionamentos convencionais (Detter, 2006; Finkel et al., 2012), quanto à infidelidade (Martins, 2012; Haack, 2012), entre outros temas. A presente investigação trouxe um novo enfoque para o estudo dos relacionamentos amorosos mediados pela Internet, à luz das teorias do Bem-estar Subjetivo, da Autodeterminação e da teoria Triangular do Amor.

Para responder à primeira problemática central deste estudo, que investigou, no âmbito da Psicologia do Desenvolvimento, a tendência, entre jovens adultos em Portugal, utilizar as TIC para procurar o amor, a intimidade e o sexo, avaliamos uma amostra de 176 jovens adultos (127 mulheres e 49 homens) através da aplicação de um inquérito *online*. A maioria dos participantes é de estudantes graduados, com uma média de idade de 25,4 anos, Portugueses (65.9%) e Brasileiros (29,5%), predominantemente solteiros (81.8%), que vivem com os pais (35.6%) ou com colegas (22,7%) em Portugal.

²⁷ De acordo Nascimento (2007), o conceito de representação social consiste nas atribuições de significados sobre as suas experiências e as leituras de mundo, em uma dada cultura.

Mesmo não sendo uma amostra representativa, vimos que 40% dos jovens adultos participantes deste estudo já iniciaram um ou mais relacionamentos amorosos através da Internet. Se compararmos com a taxa de jovens adultos que fazem uso de *sites* de relacionamento nos EUA, de 22%, segundo um estudo realizado em 2015, pelo *Pew Research Center* (Smith, 2016) percebe-se que uma significativa porcentagem dos jovens em Portugal aderiu aos *sites* de relacionamento. Serão necessários novos estudos com amostras mais abrangentes e longitudinais para verificar se há efetivamente uma tendência entre os jovens em Portugal de utilizar as TIC para iniciar relacionamentos amorosos.

A quantidade média de horas semanais de acesso às redes sociais, de dez horas surpreendeu-nos, pois esperávamos uma média superior. Supomos inicialmente que isso se deu pelo fato de a pergunta referir apenas “*sites* de relacionamento”, sem uma referência explícita às redes sociais. Conjecturamos ainda que alguns jovens poderiam ter comunicado a média diária e não calculado a média semanal. Estranhamos que 27 jovens adultos, participantes deste estudo, tenham respondido zero (0) a esta pergunta que solicita a quantidade em horas semanais. No entanto, verificamos que, de acordo com o estudo periódico “Os portugueses e as redes sociais” (Lusa, 2016), feito desde 2011 pela *Marktest Consulting*, com participantes entre 15 e 64 anos residentes em Portugal, a média de acesso diário às redes sociais é de uma hora e meia. A média sobe entre jovens e mulheres, e 67% dos participantes do estudo da *Marktest* acedem as redes sociais várias vezes ao dia, pelos telemóveis e *smartphones*. A média semanal entre os Americanos, por exemplo, é de 12 horas (Finkel et al., 2012) enquanto os Brasileiros gastam, em média, 23 horas semanais nas redes sociais (Dino, 2016).

Quanto à representação social, verificamos que os participantes deste estudo consideraram os *sites* de relacionamento e as redes sociais principalmente como um lugar complementar para conhecer novos amigos e novos parceiros sexuais. Outras representações especificadas pelos participantes mostravam que os *sites* de relacionamento e as redes sociais são ainda um lugar para comunicar com amigos, colegas e familiares, distantes ou

não; para atualizarem-se das notícias; para entreterem-se nas horas vagas; para partilharem ideias, fotos e gostos; para uso profissional quanto a contatos e divulgação; para participarem de grupos/comunidades virtuais, e para conhecerem pessoas de outros países.

A segunda problemática central deste estudo centrou-se nos impactos que o uso das TIC para estabelecer relacionamentos amorosos poderia promover no bem-estar, na autonomia e na intimidade dos jovens adultos de hoje. Os principais resultados obtidos neste trabalho revelaram que a variável paixão mostrou-se como preditora significativa de BES, tanto na SV, quanto no AP; que os jovens adultos que iniciam o relacionamento amoroso *online* e dão continuidade presencialmente apresentaram valores significativamente mais elevados de bem-estar do que os que mantêm o relacionamento exclusivamente no âmbito virtual; e que, enquanto os jovens adultos que têm o perfil verdadeiro nos *sites* de relacionamento/redes sociais apresentaram maiores níveis de regulação autônoma (ou seja, são mais autodeterminados), os que têm perfis falsos ou supervalorizados sentem mais AP.

Para uma melhor clareza, passemos agora para a discussão das hipóteses analisadas nesta investigação. A primeira hipótese, assim como as hipóteses agrupadas como H1 estão relacionadas ao primeiro objetivo deste estudo que consistiu em investigar os componentes do bem-estar dos jovens adultos que fazem ou não uso da Internet para fins de relacionamento amoroso. A hipótese H1 previa que as variáveis psicológicas em estudo relacionadas com a regulação comportamental do relacionamento, com a paixão, a intimidade e a decisão/compromisso são preditoras dos indicadores de BES. A variável paixão mostrou-se um fator significativo de promoção do BES, tanto com relação à SV como ao AP como variáveis dependentes.

O AP elevado na pessoa apaixonada pode estar relacionado com a satisfação do prazer, à manifesta excitação física e emocional, à autoestima alterada, e à busca a satisfação da necessidade sexual (Haack & Falcke, 2014). A paixão também foi considerada como preditora principal da satisfação no relacionamento no estudo de Mônico e Teodoro (2011). Quanto à variável decisão/compromisso, esta apareceu no presente estudo como um preditor

negativo do AP, portanto, quanto mais elevados são os valores de decisão/compromisso mais baixos são os valores do AP. Este resultado está de acordo com a teoria de Bauman de que os jovens buscam colecionar sensações, experiências sexuais e amorosas, sabendo previamente que cada relação será mais uma. O compromisso na relação amorosa é visto como uma prisão, uma vez que restringe a exploração de outras experiências, pois estaria associado à fidelidade e ao arrefecimento da paixão.

Entretanto, Oliveira (2010) afirmou que a maioria dos estudos mostram que as pessoas casadas são mais felizes que as solteiras, sobretudo se há uma boa qualidade de amor conjugal. Segundo este autor, a satisfação matrimonial e familiar manifesta-se como um dos preditores mais significativos para o bem-estar. Papalia e Feldman (2013) também associaram o casamento, desde que haja bom relacionamento amoroso e que ofereça integração e apoio social, aos melhores resultados de saúde física e psicológica. Se estas constatações são aplicáveis aos jovens adultos de hoje, seria necessário um estudo com uma amostra que contivesse mais jovens não solteiros.

As demais variáveis não foram estatisticamente significativas, portanto, a H1 foi parcialmente confirmada. Este resultado vai de encontro aos estudos de Gaine e La Guardia (2009) e Knee et al. (2002), nos quais, em relação ao bem-estar, quanto mais se orientam intrinsecamente mais as pessoas tendem a sentir AP, por outro lado, quanto mais controladas externamente elas se sentem em seu comportamento, menor seu bem-estar e mais pobre seu funcionamento dentro de um domínio.

Previmos, na H1.1, que os jovens adultos que iniciam um relacionamento romântico *online* e dão continuidade ao mesmo com encontros presenciais sentiriam mais bem-estar do que aqueles que mantêm o relacionamento exclusivamente no domínio virtual. De acordo com os resultados, apesar dos valores do primeiro grupo terem sido mais elevados em todos os componentes do BES, as diferenças nos valores médios das variáveis AP e AN, nos dois grupos em comparação, não alcançaram o limiar de significância estatística. Contudo, foram encontradas diferenças entre os dois grupos, uma vez que os jovens do primeiro grupo obtiveram valores significativamente mais

elevados na variável SV ($Z = -2.202$, $p = .028$), confirmando-se parcialmente a H1.1. Este resultado está em conformidade com o que Haack (2012) concluiu em seu estudo, pois a Internet pode ser considerada um importante espaço para conhecer pessoas, mas os encontros (fisicamente) presenciais são fundamentais para que a relação amorosa se desenvolva satisfatoriamente.

Esperávamos, com a H1.2, encontrar diferenças nos níveis, respectivamente, de AP e de AN entre os jovens que usam e os que não usam a Internet para iniciar relacionamentos amorosos. No entanto, apesar de os jovens do primeiro grupo terem obtido valores ligeiramente mais elevados tanto no AP como no AN do que os que não iniciaram relacionamentos *online*, as diferenças não foram estatisticamente significativas. No estudo realizado em 2014 por Haack e Falcke os relacionamentos amorosos mediados pela Internet obtiveram escores mais elevados de insatisfação com a relação quando comparados aos relacionamentos amorosos presenciais convencionais, pelo que esperávamos que também houvesse diferença quanto aos afetos positivo e negativo. No entanto, a H1.2 foi infirmada.

Com a hipótese H1.3 procuramos testar se o BES era mais elevado entre os jovens adultos que assumem sua verdadeira identidade em *sites* de relacionamento/redes sociais do que os que assumem perfis falsos ou supervalorizados. Encontramos diferenças estatisticamente significativas apenas na variável AP, $t(174) = 3.400$, $p = .003$, embora na direção oposta do que havíamos previsto. Os participantes que têm perfil *online* falso ou supervalorizado obtiveram valores significativamente mais elevados de AP do que os participantes com um perfil verdadeiro, ao que a hipótese foi infirmada.

Mesmo considerando que a nossa amostra obteve apenas 7,4% de participantes que afirmaram ter o perfil *online* falso ou supervalorizado, este resultado está de acordo com o que Coleta et al. (2008) os quais evidenciaram que a possibilidade de anonimato nas redes sociais e nos *sites* de relacionamento possibilita uma maior liberdade para superar tabus, compartilhar experiências pessoais e vivenciar fantasias. Conquanto Uysal et al. (2012) tenham constatado que a auto dissimulação é um processo interpessoal

prejudicial ao bem-estar, talvez o uso do falso perfil possa, para algumas pessoas, representar um recurso mais seguro para ser autêntico.

Dos participantes deste estudo, 37% consideraram-se como introvertidos *online* e/ou *offline*. Nos estudos de Henry-Waring e Barraket (2008), Coleta et al. (2008), Young (2006, citado por Haack & Falcke, 2014) e Baptista (2015) os autores verificaram que as interações virtuais têm natureza desinibitiva, portanto tornam mais fácil a expressão das emoções, de forma mais aberta, íntima e honesta, principalmente através da escrita e de outras ferramentas visuais. Para estes autores, as pessoas inseguras socialmente veem nos *sites* de relacionamento uma maneira menos embaraçosa de conhecer e se comunicar com novas pessoas.

Portanto, ainda sobre o bem-estar, esperávamos que de entre os jovens adultos que consideram-se a si mesmos como introvertidos, aqueles que haviam iniciado relações amorosas *online* sentissem mais AP do que os que não usaram a Internet para conhecer novos parceiros. Apesar do primeiro grupo ter apresentado valores mais elevados de AP, a diferença não foi estatisticamente significativa ($p > .05$), pelo que refutamos a H1.4.

A segunda hipótese e as hipóteses agrupadas como H2 estão relacionadas ao segundo objetivo deste estudo, que foi analisar o grau de internalização da regulação comportamental no domínio da intimidade. Tomamos por base a TAD, por apresentar uma estrutura conceitual ampla para o estudo da motivação e do desenvolvimento da personalidade humana. A H2 avaliou se há diferenças na internalização da regulação comportamental na autorrevelação da intimidade em função das variáveis sociodemográficas gênero, nacionalidade, idade e escolaridade. Apesar de não termos encontrado diferenças estatisticamente significativas em função da nacionalidade, da idade e da escolaridade, vimos que, relativamente ao gênero, tanto na MA ($Z = -2.022$, $p = .043$), quanto na MC ($Z = -2.475$, $p = .013$), os homens apresentaram valores significativamente mais elevados de que as mulheres. Este resultado é contrário ao que foi encontrado no estudo de Gravel et al. (2016), no qual, comparados às mulheres, os homens demonstraram níveis mais elevados de regulações das atividades relacionadas com a sexualidade, do tipo identificadas, introjetadas,

externas e amotivadas. Para Gravel et al., o fato de os homens se comportarem de forma menos autônoma e integrada com o seu eu na sexualidade poderia ser compreendido pela pressão social sentida pelos homens para apresentar um maior desempenho sexual. Como no presente estudo avaliamos a regulação interna dos comportamentos sexuais apenas relativamente à autorrevelação dos sentimentos, isto demonstra que os homens se sentem bem em expressar e explorar os seus sentimentos com a parceira ou o parceiro.

Colocamos a hipótese (H5.1) de que os jovens adultos mais velhos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por regulação autodeterminada (i.e., motivações intrínseca, integrada, e identificada) do que por regulação não autodeterminada (i.e., motivações introjetada, externa e amotivação).

Para comparar os jovens adultos mais novos com os mais velhos, organizamos quatro grupos etários: 20 a 23 anos, 24 a 27 anos, 28 a 31 anos e 32 a 35 anos. Verificamos que, em geral, os jovens adultos comunicam os seus sentimentos e assuntos pessoais no relacionamento amoroso mediado pela Internet, predominantemente por uma motivação autodeterminada, mais do que por motivação não autodeterminada. Encontramos diferenças na regulação comportamental dos relacionamentos em função da idade, de forma que nos grupos de jovens adultos a partir dos 28 anos (G3 e G4) o nível de motivação autodeterminada aumenta, embora as diferenças em função da idade não sejam estatisticamente significativas. Assim, consideramos a H2.1 como parcialmente confirmada.

Com a H2.2 previmos que haveria diferenças na regulação comportamental para o relacionamento (tanto na motivação autônoma, como na controlada) em função da veracidade do perfil *online* (totalmente verdadeiro vs. falso/supervalorizado). A hipótese foi confirmada, pois encontramos diferenças estatisticamente significativas no que diz respeito à MA, $t(79) = 2.731$, $p = .001$, sendo que os jovens com perfil verdadeiro obtiveram valores de MA significativamente mais elevados.

Como mencionamos anteriormente, a porcentagem de jovens adultos que usaram do recurso do perfil falso foi muito pequena. Pensamos que, talvez os adultos recorram mais ao anonimato que o perfil falso oferece do que os jovens adultos, possivelmente por não quererem ser identificados, por se sentirem inseguros quanto ao *site*, ou por serem casados, ou figuras públicas ou por intensões não aceitas socialmente, como as que se podem configurar como crimes. Mas, isto são suposições, portanto, seria necessário um outro estudo que investigasse mais profundamente este aspecto.

A terceira hipótese H3 e as agrupadas como H3 estão relacionadas com o terceiro objetivo que foi verificar se as relações íntimas em *sites* de relacionamento, entre jovens adultos, têm predominantemente características de paixão, de intimidade ou de decisão/compromisso. Esperávamos, com a H3 verificar diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função das variáveis sociodemográficas gênero, escolaridade, nacionalidade e idade. De acordo com os resultados, vimos que as diferenças nas dimensões do relacionamento amoroso em função do gênero, da escolaridade e da nacionalidade não foram estatisticamente significativas. Já em função da idade, encontramos diferenças estatisticamente significativas apenas na dimensão “decisão/compromisso” ($F(3, 75) = 3.716, p = .015$), que aumenta com a idade. Portanto, a H3 foi parcialmente confirmada.

Este último resultado vai de encontro ao constatado no estudo de Cassepp-Borges (2010), que demonstrou que nas mulheres brasileiras, a variável decisão/compromisso mostrou-se mais importante do que a *paixão*, ao mesmo tempo que a intimidade é a principal variável associada à satisfação no relacionamento para ambos os sexos. Por outro lado, vai também no mesmo sentido dos resultados do estudo de Mônico e Teodoro (2011) no qual não foram verificadas diferenças significativas em função do gênero e as dimensões do amor entre jovens adultos brasileiros. É possível que, em um estudo que comparasse pessoas na jovem adultez e pessoas na idade adulta, fossem encontradas diferenças mais significativas em diversas dimensões do amor em função das variáveis sociodemográficas.

Pudemos confirmar, na análise dos dados, que, em geral, os jovens adultos estão a estabelecer mais relacionamentos de paixão e intimidade que de decisão/compromisso. Isto vai de acordo com o que postula Arnett (2004), o qual refere que entre os adultos emergentes há o adiamento da constituição de uma nova família (casamento e paternidade) e um prolongamento do período educacional. Também confirma a teoria de Erikson, de que nesta fase de resolução da tarefa desenvolvimental *intimidade vs. isolamento*, a forma mais usual de relacionar-se em casal é o “amor romântico”, caracterizado pelo desejo de estar junto, pela idealização da pessoa amada, pela dependência, pelo erotismo e pelo medo de perder (Oliveira, 2010). O “amor romântico”, na Teoria Triangular do Amor, de Sternberg, é definido pela combinação entre intimidade e paixão, e consiste no sentimento de vínculo emocional e de atração física, entretanto ainda sem a decisão por um comprometimento a longo prazo.

Testamos a hipótese H3.1, a qual previa que os jovens adultos que demonstram compromisso nas relações que iniciam virtualmente sentem mais bem-estar do que aqueles que exploram vários relacionamentos amorosos *online*. Ao colocarmos nosso olhar apenas nos jovens que iniciaram uma ou mais relações amorosas *online*, as diferenças no BES entre aqueles que demonstram compromisso e os que exploram vários relacionamentos, verificamos que não foram estatisticamente significativas ($p > .05$), rejeitando-se assim a H3.1. Considerando a teoria sobre a adultez emergente, de Arnett (2004), a exploração de possibilidades tem a função de dar clareza ao adulto emergente sobre quem eles são e o que querem ser.

A última hipótese do nosso estudo, H3.2, previa que a relação entre o compromisso e a regulação autodeterminada do relacionamento seria mais elevada do que a relação entre esta última variável e, respectivamente, a paixão e a intimidade no relacionamento amoroso. No entanto, os coeficientes de correlação entre as variáveis psicológicas da regulação comportamental e as dimensões do amor não alcançaram o limiar de significância estatística. Este resultado é contrário ao do estudo de Gravel et al. (2016) os quais constataram diferenças na motivação em função do tipo de relacionamento, se casual (mais próximo da paixão) ou comprometido, de forma que pessoas em relacionamento

casual demonstraram resultados ligeiramente maiores em regulações sexuais intrínsecas, introjetadas, externas e amotivadas do que as que estavam em um relacionamento de compromisso.

Para Gravel et al. (2016), os relacionamentos casuais podem ser regulados intrinsecamente, pois estão mais relacionados à satisfação do prazer do que os relacionamentos comprometidos; e regulados extrinsecamente devido ao fato de os relacionamentos casuais também estarem relacionados com as exigências externas quanto à performance (por si mesmo ou pelos outros) sexual, ou como uma forma de chegar a um relacionamento mais comprometido.

Apontamos a seguir algumas limitações percebidas durante o processo da presente investigação e, baseadas nestas limitações, proporemos recomendações para estudos futuros. Esta investigação foi originalmente concebida para incluir apenas jovens que haviam iniciado um ou mais relacionamentos *online*. Devido ao número maior de jovens que acediam ao *link* e respondiam ao inquérito mesmo não tendo iniciado estes relacionamentos, decidimos incluí-los no estudo. No entanto, àquela altura já não era possível fazer grandes alterações no inquérito *online*, sem prejudicar as respostas já existentes. Portanto, este novo grupo de participantes passou a ser avaliado, mas apenas em função das variáveis sociodemográficas e de duas variáveis psicológicas: o AP e o AN. Propomos a realização de estudos comparativos entre jovens que usem e os que não usem as TIC para fins de estabelecer relacionamentos amorosos, avaliando todas as variáveis psicológicas, principalmente quanto aos componentes do BES (satisfação com a vida, afeto positivo e afeto negativo), para se ter uma visão mais global.

O pequeno número de participantes que haviam iniciado relacionamentos amorosos online e respondido completamente o inquérito nos impossibilitou de realizar uma análise psicométrica mais profunda das escalas. Vimos que há semelhança entre as características das escalas nesse estudo e dos estudos anteriores relativamente à consistência interna, pelo que esta limitação não inviabilizou a contribuição científica deste estudo. Nascimento (2007) considerou que a dificuldade de obter a colaboração dos participantes sobre um tema que circunscreve a intimidade nos relacionamentos amorosos,

envolve sentimentos como vergonha, pudor e comedimento. Mesmo no presente estudo, com o preenchimento de um inquérito *online* e anônimo, pode ser que os jovens tenham sentido constrangimentos em responder a todas as perguntas. Isto nos faz perceber que ainda há uma repressão moral sobre os assuntos do amor, apesar da exposição da vida pessoal nas redes sociais. Portanto, para futuros estudos, recomendamos que concomitantemente a recolha de dados *online* (indicada pela maior abrangência geográfica) se faça também *offline*, sendo esta, possivelmente, a forma mais indicada para estudos como este, de temáticas relacionadas à sexualidade, visto que nos estudos em que a amostra é *online* a desejabilidade social pode ser reduzida (Martins, 2012).

A quantidade de desistências quanto a completar os inquéritos nos provocou curiosidade relativamente ao que os terá levado a não responder às perguntas. Um estudo qualitativo poderia nos responder melhor se a temática em si causa, ao mesmo tempo, curiosidade e retraimento. Recomendamos a integração de métodos quantitativos, com uma amostra mais representativa, e qualitativos, para uma compreensão mais profunda do fenómeno, devido a complexidade e a novidade do tema. Sugerimos, ainda, estudos longitudinais, por possibilitarem o acompanhamento e desenvolvimento do fenómeno do estabelecimento, por jovens adultos, de relacionamentos amorosos mediados pela Internet.

A elaboração das hipóteses quando o enquadramento teórico ainda estava incompleto resultou que nem sempre elas representassem as conclusões consensuais à literatura. Ao mesmo tempo que muitas hipóteses tenham sido infirmadas, esta constatação propiciou na investigadora um confronto com as próprias convicções e a intensificação no interesse pela temática. É inevitável que várias interrogações surjam nesse processo, em pontos que não foram contemplados ou que precisariam ser aprofundados, ao que propomos, aos estudos futuros investigar também em função dos aspectos da personalidade, dos valores e crenças, da autoestima e da solidão.

Considerações finais

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou investigar sobre a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação, entre jovens adultos em Portugal, para o estabelecimento de relações de amorosas, casuais ou não, assim como estudar os impactos que este uso pode promover no bem-estar, na motivação e na intimidade dos jovens adultos de hoje.

De modo geral, os jovens adultos da nossa amostra utilizam as redes sociais por dez horas semanais, em média, para comunicar com amigos e familiares e 40% deles já iniciaram um ou mais relacionamentos amorosos através da Internet. Destes, os que dão continuidade presencialmente ao relacionamento amoroso iniciado *online*, apresentaram valores significativamente mais elevados de bem-estar do que os que mantêm o relacionamento exclusivamente no âmbito virtual. A paixão revelou-se como a variável mais significativa na promoção de BES, tanto na SV, quanto no AP. Foi verificado ainda que, enquanto os jovens adultos que têm o perfil verdadeiro nos *sites* de relacionamento/redes sociais apresentaram maiores níveis de regulação autônoma, os que têm perfis falsos ou supervalorizados sentem mais AP.

Os resultados nos permitem afirmar que cumprimos o objetivo geral deste estudo, a partir dos aspectos investigados sobre o estabelecimento de relações interpessoais no contexto de intimidade entre jovens adultos em *sites* de relacionamento e/ou redes sociais. No primeiro objetivo específico estudamos os componentes do BES e constatamos que a SV obteve valores significativos entre os jovens adultos que deram continuidade presencial ao relacionamento *online*. Quanto ao AP, não houve diferenças entre os grupos dos jovens adultos que estabeleceram e os que não tiveram relacionamentos amorosos *online*, mesmo de entre os jovens que se consideram introvertidos; e dentre os que estabeleceram, não houve diferenças entre os que deram continuidade presencial ou virtual. O AP foi significativamente mais elevado entre os jovens que estabeleceram relacionamentos de amor apaixonado e entre os jovens que usam perfis *online* supervalorizados ou falsos. O AN não se mostrou estatisticamente significativo nas análises realizadas.

O segundo objetivo específico analisou o grau de internalização da regulação comportamental no domínio da intimidade. Constatamos que, mesmo que os jovens adultos funcionem mais por MA, não há diferenças significativas dentre os jovens adultos quanto ao nível de escolaridade, quanto à nacionalidade e sequer quanto à idade, quando comparamos os mais velhos e os mais novos. Tanto a MA quanto a MC foram mais elevadas significativamente apenas relativamente ao gênero, pois os participantes do sexo masculino obtiveram maiores valores. A MA também foi significativamente mais elevada dentre os jovens com perfil *online* verdadeiro.

O terceiro objetivo específico foi verificar se as relações íntimas em *sites* de relacionamento, entre jovens adultos, têm predominantemente características de paixão, de intimidade ou de decisão/compromisso. Constatamos que os valores referentes a dimensão decisão/compromisso aumentam significativamente com a idade. Entretanto, as demais variáveis não apresentaram resultados significativos.

Quanto aos instrumentos utilizados nesta investigação, a ESVapresentou consistência interna elevada ($,89$), com boa correlação média entre os cinco itens da escala ($,62$). O resultado médio de SV para a amostra deste estudo foi de $3,4$, numa escala de 1 a 5.

A subescala “Autorrevelação de sentimentos”, da EMAR, obteve as seguintes consistências internas de cada fator de regulação da motivação: intrínseca ($,59$), identificada ($,79$), introjetada ($,59$) e externa ($,79$). Usamos os métodos de extração Principal Axis Factoring e de rotação Varimax, para minimizar o número de variáveis de cada agrupamento e foram extraídos dois fatores principais: “motivação autônoma” e “motivação controlada”. As consistências internas destas duas subescalas atingiram resultados satisfatórios, sendo $,78$ (MA) e $,84$ (MC). A avaliação da Correlação Matrix demonstrou que o item 1 (“Porque eu acho excitante explorar meus sentimentos mais íntimos com meu/minha parceiro/parceira.”) tem baixa correlação com as variáveis do fator “motivação identificada”, ao que optamos pela sua retirada. O resultado médio de regulação interna da subescala de MC foi de $3,65$ e de MA foi de $5,79$, para a amostra deste estudo, numa escala de 1 a 7.

Quanto a Escala Triangular do Amor de Sternberg, os três fatores apresentaram elevada consistência interna de ,90, para decisão/compromisso; ,94, para intimidade e ,90, para paixão. Como a correlação entre as três subescalas foi acima de ,8, nos questionamos se a ETAS - R poderia ser uma escala com pontuação global, portanto, que avaliasse um único fator (“amor romântico”). O resultado médio da subescala de compromisso, para a amostra deste estudo foi de 4,9, para a subescala de intimidade foi de 5,9, e para a subescala de paixão foi de 6,2 numa escala de 1 a 9.

A versão reduzida portuguesa da Escala de Afetos Positivos e Afetos Negativos apresentou boa consistência interna, com o coeficiente Alfa de Cronbach de ,85, para o AP e ,83, para o AN. O resultado médio da subescala de AN para a amostra deste estudo foi de 2, e para a subescala de AP de 3,2, numa escala de 1 a 5.

Ressaltamos a necessidade de realizar novos estudos no âmbito da Psicologia do Desenvolvimento quanto as relações de intimidade estabelecidas com a mediação das novas tecnologias. Recomendamos o uso de metodologias quantitativas/comparativas e qualitativas, de forma a compensar as limitações de cada método e a fortalecer o estudo, tanto em profundidade, quanto em representatividade. Pois, por ser ainda um fenômeno recente, o estabelecimento de relações amorosas através das TIC, ainda não está bem conhecido o quanto há implicações no desenvolvimento do jovem adulto.

Acreditamos que os resultados deste estudo possam trazer contribuições no campo da Psicologia do Desenvolvimento, para uma melhor compreensão desta temática, nomeadamente na jovem adultez. É importante acompanhar, com um olhar investigador, as mudanças nos comportamentos em interação com as transformações sociais e com os avanços científicos e tecnológicos, para melhor apreender e compreender os processos de desenvolvimento humano.

A forma como esses processos socioculturais influenciam no desenvolvimento individual, nas relações que o jovem mantém e a promoção de um funcionamento saudável e adaptativo, é também interesse dos psicoterapeutas. Esperamos que, com as contribuições deste estudo, os

psicoterapeutas possam sentir-se mais confiantes para lidar com o assunto dos relacionamentos amorosos online, cada vez mais mencionados pelos clientes e ajudá-los a estabelecer relações intra e interpessoais mais autônomas, conscientes e saudáveis.

Referências

- Almeida, N. (2016). Tinder bate recorde em Portugal. *Jornal Sol*. Obtido de <https://sol.sapo.pt/artigo/538674/tinder-bate-recorde-em-portugal>
- Appel-Silva, M., Wendt, W. G., & Argimon, I. I. L. (2010). A teoria da autodeterminação e as influências socioculturais sobre a identidade. *Psicologia em Revista*, 16(2), 351-369.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Londres: Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2015). *Why does it take so long to grow up today?* [Vídeo] Obtido de TEDx Talks: <https://www.youtube.com/watch?v=fv8KpQY0m6o>
- Ávila, M., Cabral, J., & Matos, P. M. (2012). Identity in university students: The role of parental and romantic attachment. *Journal of Adolescence*, 35, 133-142. doi:10.1016/j.adolescence.2011.05.002.
- Azevedo, M. I. G. (2013). *Vinculação em casais adultos e sua relação com os respectivos estilos de vinculação parental* (Dissertação de mestrado). Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Badoo. (2017). Conheça o novo Badoo. Obtido de <https://team.badoo.com/>

-
- Baptista, A. (2016). Portugal, o país com mais divórcios na Europa. *Expresso*. Obtido de: <http://expresso.sapo.pt/sociedade/2016-10-21-Portugal-o-pais-com-mais-divorcios-na-Europa>
- Baptista, T. (2015). Infidelidade digital: Uma velha história com novos meios. Em G. Miranda (Org.), *Psicologia dos comportamentos online* (pp. 149-167). Lisboa: Relógio D'Água.
- Bauman, Z. (2004). *Amor líquido: Sobre a fragilidade dos laços humanos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Bolzan, L. M., Löbler, M. L. (2016). Socialização e afetividade no processo de inclusão digital: um estudo etnográfico. *Organizações & Sociedade*, 23(76), 130-149. doi: 10.1590/1984-9230767
- Bonavitta, P. (Setembro de 2015). El amor en los tiempos de Tinder. *Cultura y Representaciones Sociales*, 10(19), 197-210.
- Brandell, J., & Brown, S. (2015). The new "bridge to adulthood": Searching for meaning and cohesion in the nexus of "hook-ups", Internet porn, and instant messages. *Smith College Studies in Social Work*, 85, 387-408. doi:10.1080/00377317.2015.1089676
- Buchanan, T. & Whitty, M. T. (2013) The online dating romance scam: causes and consequences of victimhood. *Psychology, Crime & Law*, 20 (3). 261-283. Obtido de: <http://wrap.warwick.ac.uk/83736>

- Câncio, F. (2015). Piropos já são crime e dão pena de prisão até três anos. *DN Portugal*.
Obtido de: <http://www.dn.pt/portugal/interior/piropos-ja-sao-crime-e-dao-pena-de-prisao-ate-tres-anos-4954471.html>
- Cardoso, D., Jorge, A., Ponte, C., & Ferreira, E. (2016). *Projecto #on_sex: direitos sexuais e jovens vulneráveis*. Lisboa: Universidade Nova de Lisboa.
- Cardoso, G., & Lapa, T. (2015). O estudo da Internet e dos Ecrãs na sociedade em Rede. Em G. Miranda (Org.), *Psicologia dos comportamentos online* (pp. 25-50). Lisboa: Relógio D'Água.
- Carmo, H., & Ferreira, M. (1998). *Metodologia da investigação: guia para auto-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Carvalho, C. (1999). Identidade e intimidade: um percurso histórico dos conceitos psicológicos. *Análise Psicológica*, 4(17), 727-741.
- Carvalho, L. (2017). Snapchat atualiza número de usuários e ações da empresa despencam. *Olhar digital*. Obtido de <https://olhardigital.com.br/pro/noticia/snapchat-atualiza-numero-de-usuarios-e-acoes-da-empresa-despencam/68193>
- Cassepp-Borges, V. (2010). *Amor e construtos relacionados: Evidências de validade de instrumentos de medida no Brasil* (Tese de doutoramento). Universidade de Brasília, Brasília.

- Castelli, I. (2016). Crimes envolvendo o Tinder e o Grindr crescem 700% em 2 anos no Reino Unido. *Tec Mundo* Obtido de <https://www.tecmundo.com.br/crime-virtual/92785-crimes-envolvendo-tinder-o-grindr-crescem-700-2-anos-reino-unido.htm>
- Cita clínica médica. (2012). *Novos comportamentos adictivos: adição à internet*. Obtido de <http://www.cita.pt/adicao-internet.html>
- Coben, H. (2016). *Sinto a tua falta*. Lisboa: Presença.
- Corrêa, L. (2010). *É namoro ou amizade? Estudo etnográfico sobre sites de namoro na internet* (Dissertação de mestrado). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Costa, A. S. (2013). *Adaptação e bem-estar subjetivo no contexto universitário* (Dissertação de mestrado). Universidade de Coimbra, Coimbra.
- Costa, G. (2007). *O amor e seus labirintos*. Porto Alegre: Artmed.
- Costa, S., Ntoumanis, N., & Bartholomew, K. (2015). Predicting the brighter and darker sides of interpersonal relationships: Does psychological need thwarting matter?. *Motivation and Emotion*, 39, 11–24. doi: 10.1007/s11031-014-9427-0
- Coleta, A. S., Coleta, M. F., & Guimarães, J. L. (2008). O amor pode ser virtual? O relacionamento amoroso pela Internet. *Psicologia em Estudo*, 13(2), 277-285.
- Cugini, P. (2008). Identidade, afetividade e as mudanças relacionais na modernidade líquida na teoria de Zigmunt Bauman. *Diálogos possíveis*, (Jan/Jun), 159-178.

- Detter, J. (2006). *Attention to alternatives: Internet daters and traditional daters compared* (Tese de doutoramento). Indiana University of Pennsylvania, Pensilvânia.
- Dino. (2016). Pesquisa coloca Brasil no topo de ranking de acessos online, mostra José Borghi. *Exame*. Obtido de: <http://exame.abril.com.br/negocios/dino/pesquisa-coloca-brasil-no-topo-de-ranking-de-acessos-online-mostra-jose-borghi-dino89089766131/>
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed: a review*. New York: W. W. Norton.
- Facebook. (22 de Julho de 2017). *Wikipédia, a enciclopédia livre*. Obtido em 06 de Agosto de 2017, de <https://pt.wikipedia.org/wiki/Facebook>
- Ferreira, J. A., & Ferreira, A. G. (2001). Desenvolvimento psicológico e social do jovem adulto e implicações pedagógicas no âmbito do ensino superior. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 35(3), 119-159.
- Ferreira, J. A., & Simões, A. (1999). Escalas de bem-estar psicológico (EBEP). Em M. R. Simões, M. M. Gonçalves & L. S. Almeida (Eds.), *Testes e Provas Psicológicas em Portugal* (111-121), 2, Braga/Portugal: APPORT/SHO.
- Feybesse, C., Neto, F., & Hatfield, E. (2011). Adaptação da Escala do Amor Apaixonado na população portuguesa. *Psicologia, Educação e Cultura*, 15(1), 161-180.
- Finkel, E., Eastwick, P., Karney, B., Reis, H., & Sprecher, S. (2012). Online dating: A critical analysis from the perspective of psychological science. *Psychological Science in Public Interest*, 13(1), 3-66. doi: 10.1177/1529100612436522

- Fonseca, S. R., & Duarte, C. M. (2014). Do Namoro ao Casamento: Significados, Expectativas, Conflito e Amor. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 30(2), 135-143.
- Freire, R. (2012). Veja oito tecnologias para aproximar namoros à distância. *TechTudo*.
Obtido de <http://www.techtudo.com.br/noticias/noticia/2012/10/veja-oito-tecnologias-para-aproximar-namoros-distancia.html>
- Gaine, G. S., & La Guardia, J. G. (2009). The unique contributions of motivations to maintain a relationship and motivations toward relational activities to relationship well-being. *Motivation and Emotion*, 33, pp. 184–202. doi: 10.1007/s11031-009-9120-x
- Galinha, I. C. (2008). *Bem-estar subjetivo: Factores cognitivos, afetivos e contextuais*. Coimbra: Quarteto.
- Galinha, I. C., Pereira, C. R., & Esteves, F. (2014). Versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo - PANAS-VRP: Análise fatorial confirmatória e inva. *Psicologia*, 28(1), 53-65. ISSN 2183-2471
- Gravel, E., Pelletier, L., & Reissing, E. (2016). “Doing it” for the right reasons: Validation of a measurement of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation for sexual relationships. *Personality and Individual Differences*, 92, 164-173.
Obtido de <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.015>
- Haack, K. R. (2012). *Amor, qualidade conjugal e infidelidade em relacionamentos amorosos mediados e não mediados pela Internet* (Dissertação de mestrado). Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Porto Alegre.

-
- Haack, K. R., & Falcke, D. (2014). Love and marital quality in romantic relationships mediated and not-mediated by Internet. *Paidéia*, 24(57). 105-113. doi: 10.1590/1982-43272457201413
- Hamdan, A. (2014). Análise Quantitativa de dados: conceitos básicos. *SlideShare* Obtido de <https://pt.slideshare.net/achamdan/analise-quantitativa-dadosconceitosbasicos-37216921>
- Hawkins, M., Villagonzalo, K., Sanson, A., Toumbourou, J., Letcher, P., & Olsson, C. (2012). Associations between positive development in late adolescence and social, health, and behavioral outcomes in young adulthood. *Journal of Adult Development*, 19, 88-99. doi: 10.1007/s10804-011-9137-8
- Henry-Waring, M., & Barraket, J. (2008). Dating & intimacy in the 21st century: the use of online dating sites in Australia. *International Journal of Emerging Technologies and Society*, 6(1), 14 - 33.
- Hernandez, J., & Oliveira, I. (2003). Os componentes do amor e a satisfação. *Psicologia Ciência e Profissão*, 21, pp. 58-69.
- Hill, M., & Hill, A. (2005). *Investigação por questionário* (2 ed.). Lisboa: Sílabo.
- Hitsch, G., Hortaçsu, A., & Ariely, D. (2010). Matching and sorting in online dating. *American Economic Review*, 100, pp. 130–163. <http://www.aeaweb.org/articles.php?doi=10.1257/aer.100.1.130>
- Homogamia. (2017). Em Porto (Ed.), *Artigos de apoio Infopédia*. Obtido de [https://www.infopedia.pt/\\$homogamia](https://www.infopedia.pt/$homogamia)

- Instagram. (2017). *About us*. Recuperado de <https://www.instagram.com/about/us/>
- Júlio, C. M. (2011). *Amor, vinculação e bem-estar-subjectivo: um estudo com adultos de etnia cigana* (Dissertação de mestrado). Universidade de Coimbra: Coimbra.
- Knee, C., Patrick, H., Vietor, N., Nanayakkara, A., & Neighbors, C. (2002). Self-Determination as Growth Motivation in Romantic Relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(5), 609-619.
- Leak, G. K., & Cooney, R. R. (2001). Self determination, attachment styles, and Well-Being in adult romantic relationships. *Representative Research in Social Psychology*, 25, 55-62.
- Lima, M. (2012). A arquitetura incompleta da personalidade na velhice. Em O. Ribeiro, & C. Paúl (Org.), *Manual de Gerontologia* (129-147). Porto: Lidel.
- Linkedin. (2017). *Sobre nós*. Obtido de <https://press.linkedin.com/pt-br/about-linkedin>
- Lopes, M. P., & Cunha, M. P. (2011). *O mundo é pequeno: O que podemos aprender sobre o networking e as redes sociais*. Lisboa: Actual.
- Lopes, V. (2014). Crescem casos de mulheres vítimas de estupro e golpes ao buscar relacionamento pela internet. *Em.com*. Obtido de http://www.em.com.br/app/noticia/gerais/2014/08/03/interna_gerais,554619/crescem-casos-de-mulheres-vitimas-de-estupro-e-golpes-ao-buscar-relacionamento-pela-internet.shtml
- Louro, G. L. (2000). *Currículo, gênero e sexualidade*. Porto: Porto.

-
- Lusa. (21 de Setembro de 2016). Quantas horas passamos por dia nas redes sociais. *Diário de Notícias* Obtido de <http://www.dn.pt/sociedade/interior/quantas-horas-passamos-por-dia-nas-redes-sociais-5400617.html>
- Macknnon, S., Nosko, A., Pratt, M., & Norris, J. (2011). Intimacy in young adults' narratives of romance and friendship predicts Eriksonian generativity: A mixed method analysis. *Journal of Personality*, 79(3), 587-617. doi: 10.1111/j.1467-6494.2011.00692.x
- Martins, A. (2012). *Comportamentos extra-diádicos offline e online nas relações de namoro: Diferenças de género nos motivos, prevalências e correlatos* (Dissertação de mestrado). Universidade de Coimbra, Coimbra.
- Martins-Silva, P., Trindade, Z., & Junior, A. (2013). Teorias sobre o amor no campo da Psicologia Social. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 33, 16-31.
- Meyer, M. (2014). Quais as diferenças entre as gerações X Y e Z e como administrar os conflitos. *Oficina da Net*. Obtido de <https://www.oficinadanet.com.br/post/13498-quais-as-diferencas-entre-as-geracoes-x-y-e-z-e-como-administrar-os-conflitos>
- Mônego, B., & Teodoro, M. (2011). A teoria triangular do amor de Sternberg e o modelo dos cinco grandes fatores. *Psico-USF*, 16, pp. 97-105. doi: 10.1590/S1413-82712011000100011
- Nascimento, C. R. (2007). *Do amor em tempos de Internet: Análise sociológica das relações amorosas mediadas pela tecnologia* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal do Paraná, Curitiba.

- Neves, M., Faria, L., & Ribeiro, B. (2017). *Máximo 10: Matemática aplicada às Ciências Sociais*. Porto: Porto.
- Oliveira, J. B. (2010). *Psicologia Positiva: Uma nova psicologia*. Porto: Livpsic.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento Humano*. Porto Alegre: AMGH.
- Ponte, C., & Simões, J. (2015). Comportamento online de crianças e jovens portugueses. Em G. Miranda (Org.), *Psicologia dos comportamentos online* (pp. 51-80). Lisboa: Relógio D'Água.
- Pordata - Base de dados Portugal contemporâneo. (16 de Junho de 2017). *População residente: total e por grupo etário*. Obtido de <http://www.pordata.pt/Portugal/Popula%C3%A7%C3%A3o+residente+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio-10>
- Postmes, T. (2015). As dimensões psicológicas da ação coletiva online. Em G. Miranda (Org.), *Psicologia dos comportamentos online* (pp. 227-265). Lisboa: Relógio D'Água.
- Rabello, E., & Passos, J. (2015). Erikson e a teoria psicossocial do desenvolvimento. *Portal Brasileiro de Análise Transaccional*. Obtido de <http://www.josesilveira.com/artigos/erikson.pdf>
- Reitzle, M. (2007). The effects of work - and family - related transitions on young people's perception of being adult. *Journal of Vocational Behavior*, 70, 25-41. doi:10.1016/j.jvb.2006.04.002

- Runa, A., & Miranda, G. (2015). Emoções e expressão das emoções online. Em G. Miranda (Org.), *Psicologia dos comportamentos online* (pp. 107-147). Lisboa: Relógio D'Água.
- Santos, B. (2016). De nascimentos a divórcios: como o Brasil mudou de vida em 2015. *Exame* Obtido de <http://exame.abril.com.br/brasil/4-indices-registros-civis-mostram-evolucao-populacao/>
- Semper, B. (2016a). Analisamos para vocês: Sites de anúncios de contacto. *Sites-Encontros* Obtido de <http://www.sites-encontros.com.pt/test-sites-anuncios-contacto-teste.htm>
- Semper, B. (2016b). Teste de sites de encontros: a grande comparação de sites de encontros em Portugal. Obtido de Web site Sites-encontros.com.pt: <http://www.sites-encontros.com.pt/>
- Simões, A., Ferreira, J. A., Lima, M. P., Pinheiro, M. R., Vieira, C. M., Matos, A. P., & Oliveira, A. L. (2000). O bem-estar subjetivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia Educação e Cultura*, 4(2), 243-279.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A., & Oliveira, A. (2003). O bem-estar subjetivo dos adultos: um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 37, pp. 5-30.
- Smith, A. (2016). 15% of american adults have used online dating sites or mobile dating apps. *Pew Research Center: Internet & Technology*. Obtido de <http://www.pewinternet.org/2016/02/11/15-percent-of-american-adults-have-used-online-dating-sites-or-mobile-dating-apps/>

- Smith, A., & Anderson, M. (2016). 5 facts about online dating. *Pew Research Center*
Obtido de <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2016/02/29/5-facts-about-online-dating/>
- Soares, M. L. (2014). Bem-estar Psicológico em Estudantes do Ensino Superior: Caracterização, Correlatos e Proposta de Intervenção (Dissertação de mestrado). Universidade Fernando Pessoa, Porto.
- Sprinthall, N., & Collins, W. A. (2011). *Psicologia do adolescente: uma abordagem desenvolvimentista*. (5ª ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Twitter. (03 de Agosto de 2017). Em *Wikipédia, a enciclopédia livre*. Obtido em 06 de 08 de 2017, de: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Twitter>
- Uysal, A., Lin, H., Knee, C., & Bush, A. (2012). The Association Between Self-Concealment From One's Partner and Relationship Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38, 39–51. doi: 10.1177/0146167211429331
- Ventura, D. (2016). Importunação ofensiva ao pudor: Uma contravenção penal sexual. *Jus Navigandi*. Obtido de: <https://jus.com.br/artigos/45772/importunacao-ofensiva-ao-pudor-uma-contravencao-penal-sexual>
- Veríssimo, R. (2002). *Desenvolvimento psicossocial: Erik Erikson*. Faculdade de Medicina do Porto, Porto.
- WhatsApp. (2017). *Sobre o WhatsApp*. Obtido de <https://www.whatsapp.com/about/>

Anexo A

Correio eletrónico repassado às instituições

Assunto: “Convite: Estudo sobre relações interpessoais mediadas pela Internet”

Excelentíssimo(a) Senhor(a),

Chamo-me Marília de Castro e venho por este meio solicitar a sua colaboração através da resposta a um questionário que constitui um importante recurso para a recolha de informação tendo em vista a elaboração de uma Tese a apresentar no Mestrado em Temas de Psicologia do Desenvolvimento, da Universidade de Coimbra.

Com a sua aplicação pretende-se analisar aspectos relativamente ao estabelecimento de relações interpessoais amorosas entre jovens adultos através da Internet, nomeadamente, o bem-estar, a autonomia e a intimidade.

Os critérios necessários para participar do estudo são:

- Idade entre 20 e 35 anos;
- Frequência no 1º, 2º ou 3º ciclo de estudos do ensino superior em Coimbra;
- Ter perfil em algum *site* de relacionamento.

A resposta ao questionário não lhe tomará mais do que 10 minutos e as suas respostas são registradas de forma anónima.

O questionário está disponível no seguinte

endereço: <https://pt.surveymonkey.com/r/intimidadeebemestar>

Saliento que a sua participação e/ou divulgação é fundamental para o prosseguimento deste estudo. Desde já, muito obrigada pela sua colaboração!

Em caso de dúvidas, com respeito aos aspectos éticos desta investigação, poderá consultar:

Investigadora Marília Gurgel de Castro. Endereço institucional: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Rua Colégio Novo, 10A, 3001-802 Coimbra, Portugal. Telefone: (351) 913233341. E-mail: gurgel.marilia@gmail.com

Anexo B

Consentimento Informado

O(A) Sr.(a) está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da investigação O estabelecimento de relações românticas virtuais entre jovens adultos, realizada no âmbito do Mestrado em Temas de Psicologia do Desenvolvimento da Universidade de Coimbra. Nesta investigação pretendemos analisar aspetos como o bem-estar, a autonomia, o compromisso e a intimidade no estabelecimento de relações interpessoais amorosas entre jovens adultos mediadas pela Internet.

Podem participar:

- Jovens adultos com idade entre 20 e 35 anos, independente de sexo e nacionalidade, e
- Com morada em Portugal, e
- Que têm conta/perfil em redes sociais e/ou em *sites* relacionamento (ex.: *Tinder*, *Badoo*, *Meetic*, *Facebook*, ...).

A participação é anónima e não causará qualquer custo, dano ou risco, pois atende ao Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses, aprovado aos 25 de março de 2011, utilizando as informações somente para os fins académicos e científicos.

Em caso de dúvidas, com respeito aos aspetos éticos desta investigação, poderá consultar:

Orientadora: Professora Doutora Maria Paula Barbas Albuquerque Paixão.
Endereço institucional: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Rua Colégio Novo, 10A, 3001-802 Coimbra, Portugal. Telefone: (351) 239851450 ext.357. E-mail: mppaixao@fpce.uc.pt

Investigadora: Psicóloga Marília Gurgel de Castro. Endereço institucional: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Rua Colégio Novo, 10A, 3001-802 Coimbra, Portugal. Telefone: (351) 913233341. E-mail: gurgel.marilia@gmail.com.

1. Declaro que concordo em participar e que li e compreendi o termo de consentimento acima

(). Sim, concordo em participar.

() Não, obrigado.

Anexo C

Questionário sociodemográfico

2. Sexo

Masculino

Feminino

3. Nacionalidade

4. Habilitação(pões) literária(s) (curso e semestre)

5. Idade

6. Conjugalidade

Solteiro(a)

Casado(a)/união de fato

Divorciado(a)

Viúvo(a)

Outro (especifique) _____

7. Com quem vive? (pode responder a mais de uma opção)

Com os pais

Com colegas

Em residência universitária

Com filhos

Com cônjuge/ parceiro(a)

-). Sozinho(a)
-) Outra situação
8. Você se considera:
-). Extrovertido *online* e *offline*
-). Extrovertido *online* e Introverso (tímido) *offline*
-) Introverso *online* e *offline*
-) Introverso *online* e Extrovertido *offline*
9. Numa semana típica, qual o número de horas a que acede ao *site* de relacionamento? (apenas números)
- _____
10. Qual(is) o(s) *site(s)* de relacionamento que usa com mais frequência?
(Ex: *Tinder*, *Badoo*, *Facebook*, ...)
- _____
11. O que o(s) *site(s)* de relacionamento mais representam para si? (pode responder a mais de uma opção)
-). É um sítio complementar para conhecer novos amigos(as)
-). É um sítio complementar para conhecer novos(as) parceiros(as) sexuais
-). É um sítio complementar para buscar uma pessoa para um relacionamento amoroso estável
-). É o meu preferencial sítio para conhecer novos amigos(as)
-). É o meu preferencial sítio para conhecer novos(as) parceiros(as) sexuais

(). É o meu preferencial sítio para buscar uma pessoa para um relacionamento amoroso estável

() Outro (especifique)

12. Em relação ao seu perfil no *site* de relacionamento (fotos e informações sobre você):

(). É totalmente falso

(). É muito falso

(). É metade falso, metade verdadeiro

(). É quase todo verdadeiro

(). É totalmente verdadeiro

13. Se pensar em seus relacionamentos amorosos nos últimos anos, quantos deles começaram *online*?

() Muitos

(). De quatro a dez

(). De um a três

(). Nenhum

14. Relativamente ao relacionamento amoroso mais importante, iniciado pelo *site* de relacionamento, marque uma opção:

() O relacionamento manteve-se completamente virtual.

() O relacionamento manteve-se virtual, mas com alguns encontros presenciais.

() O relacionamento iniciou virtual, mas passou a ser mais presencial.

() O relacionamento iniciou virtual, mas passou a ser exclusivamente presencial.

15. Após conhecer alguém interessante em um *site* de relacionamento com quem iniciou uma relação amorosa, você:

(). Continua a participar ativamente do *site* de namoros, a iniciar e/ou a manter outros relacionamentos amorosos virtuais.

(). Continua a participar do *site* de namoros, menos ativamente.

(). Desinteressa-se por continuar a participar ativamente do *site*, comunicando-se raramente com os outros participantes.

(). Encerra ou desativa sua conta no *site* de relacionamentos e relaciona-se amorosamente apenas com esta pessoa.

() Outro (especifique)

Anexo D

Escala de Satisfação com a Vida (ESV)

Este questionário é sobre sua percepção relativamente à sua satisfação com a vida.

Mais abaixo encontrará 5 frases com que poderá concordar ou discordar. Empregue a escala de 1 a 5 à direita de cada frase. Marque a que melhor indica a sua resposta, tendo em conta as seguintes opções:

1: Discordo Muito; 2: Discordo Um Pouco; 3: Não Concordo Nem Discordo; 4: Concordo Um Pouco; 5: Concordo Muito

Nos últimos seis meses...

	1	2	3	4	5
1. A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que ela fosse.	1	2	3	4	5
2. As minhas condições de vida são muito boas.	1	2	3	4	5
3. Estou satisfeito com a minha vida.	1	2	3	4	5
4. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida que eu desejaria.	1	2	3	4	5
5. Se eu pudesse recomeçar a minha vida, não mudaria quase nada.	1	2	3	4	5

Anexo E

Escala de Motivação para Atividades Relacionais (EMAR)

Este questionário é sobre as suas motivações quanto a partilha de sentimentos. Por favor, marque as alternativas que realmente condizem com a verdade, sem pensar muito antes de responder. Utilize a seguinte escala: 1) Totalmente falso, 2) Maioritariamente falso, 3) Mais falso do que verdadeiro, 4) Nem verdadeiro nem falso, 5) Mais verdadeiro do que falso, 6) Maioritariamente verdadeiro, 7) Totalmente verdadeiro.

Por que você compartilha seus sentimentos com seu(sua) parceiro/ parceira?

	1-	2	3	4	5	6	7-
	Totalme						Totalme
	nte falso						nte
							verdadei
							ro
1. Porque eu acho excitante explorar meus sentimentos mais íntimos com meu(minha)	1	2	3	4	5	6	7

parceiro/ parceira.								
2. Porque faz me sentir bem falar sobre meus sentimentos com meu(minha) parceiro/ parceira.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Porque eu acho interessante falar sobre meus sentimentos com meu(minha) parceiro/ parceira.	1	2	3	4	5	6	7	

<p>4. Porque é importante para mim que eu possa compartilhar meus sentimentos com meu(minha) parceiro/parceira.</p>	1	2	3	4	5	6	7
<p>5. Porque eu valorizo ser aberto sobre meus sentimentos no meu relacionamento.</p>	1	2	3	4	5	6	7
<p>6. Porque estar em sintonia com os sentimentos uns dos outros</p>	1	2	3	4	5	6	7

ajuda a nossa relação a permanecer no caminho certo.								
7. Porque	1	2	3	4	5	6	7	
quando meu(minha) parceiro/ parceira compartilha seus sentimentos, eu me sinto obrigado(a) a compartilhar alguns dos meus.								
8. Porque é isso	1	2	3	4	5	6	7	
que meu(minha) parceiro/ parceira espera que eu faça.								

9. Porque é suposto que as pessoas compartilhem seus sentimentos nos relacionamentos.	1	2	3	4	5	6	7
10. Porque o meu(minha) parceiro/parceira me importuna até que eu diga a ele / ela o que estou sentindo.	1	2	3	4	5	6	7
11. Porque meu(minha) parceiro/parceira mostra que ele / ela me aprova quando	1	2	3	4	5	6	7

eu compartilho meus sentimentos.								
12. Porque meu(minha) parceiro/ parceira me trata melhor quando eu expresso meus sentimentos.	1	2	3	4	5	6	7	
13. Porque meu(minha) parceiro/ parceira se afasta e fica frio comigo se eu não compartilhar meus sentimentos com ele / ela.	1	2	3	4	5	6	7	

Anexo F

Escala Triangular do Amor de Sternberg – Reduzida (ETAS-R)

(Cassep-Borges, V., 2010)

Os espaços em branco: (), representam a pessoa com quem você tem um relacionamento amoroso *online*.

18. Preencha a escala de 1 a 9 a seguir, na qual **1 representa “Totalmente falso”, 5 representa “Nem verdadeiro nem falso” e 9 representa “Totalmente verdadeiro”**. Utilize os pontos intermediários da escala para indicar níveis intermediários de sentimentos. Marque a opção que melhor corresponde ao que pensa/sente.

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
		Total mente falso				Nem falso nem verda deiro				Total mente verda deiro
1	Não posso imaginar a minha vida sem ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Eu sinto que () realmente me entende.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	Só de olhar para () já fico entusiasmado(a)	1	2	3	4	5	6	7	8	9

4	Eu acho que () é pessoalmente muito atraente.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Eu recebo muito apoio emocional de ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Eu tenho fantasias com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Não existe nada mais importante para mim do que o relacionamento com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	Eu me comunico bem com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	Espero que meu amor por () dure pelo resto da vida.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 0	Não consigo imaginar o fim do meu relacionamento com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 1	Quando eu assisto filmes românticos ou leio livros românticos, eu penso em ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 2	Eu gosto muito do contacto físico com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 3	Dou por mim pensando em () várias vezes durante o dia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

14	Estou determinado(a) a manter minha relação com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15	Não deixaria nada atrapalhar meu compromisso com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16	Tenho uma relação agradável com ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17	Eu sinto que eu realmente entendo ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18	Eu dou muito apoio emocional a ().	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19	Eu posso contar com () quando tiver necessidade.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20	Eu vejo meu relacionamento com () como permanente.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Anexo G

**Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – Versão Portuguesa Reduzida
(PANAS-VRP)**

Este questionário consiste num conjunto de sentimentos e emoções. Leia cada item e marque a resposta correta no espaço a frente de cada palavra, de acordo com as seguintes opções de resposta: 1 “Nada ou muito ligeiramente”; 2 “Um pouco”; 3 “Moderadamente”; 4 “Bastante”; 5 “Extremamente”. Indique em que medida [*inserir a instrução temporal de resposta apropriada*].

Indique em que medida sentiu cada uma destas emoções, durante as últimas semanas:



	1 Nada ou muito ligeirame nte	2 Um pouco	3 Moderada mente	4 Bastante	5 Extrema mente
Interessado/a	1	2	3	4	5
Nervoso/a	1	2	3	4	5
Entusiasmado/a	1	2	3	4	5
Amedrontado/a	1	2	3	4	5

O Estabelecimento De Relacionamentos Amorosos *Online*

Inspirado/a	1	2	3	4	5
Ativo/a	1	2	3	4	5
Assustado/a	1	2	3	4	5
Culpado/a	1	2	3	4	5
Determinado/a	1	2	3	4	5
Atormentado/a	1	2	3	4	5

Anexo H

Extrato das Deliberações da Comissão de Ética e Deontologia da Investigação em Psicologia

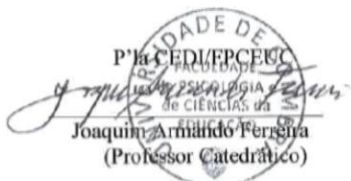


Extrato das Deliberações da Comissão de Ética e Deontologia da Investigação em Psicologia

Reunião de 18 de maio de 2017

Aos dezoito dias do mês de maio de 2017, pelas 14 horas e 30 minutos, reuniu a Comissão de Ética e Deontologia da Investigação em Psicologia da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Entre outros assuntos, a CEDI apreciou o projeto “O estabelecimento de relações românticas virtuais entre jovens adultos”, apresentado por Marília Gurgel de Castro e atribuiu **Parecer favorável**.

Coimbra, 18 de maio de 2017



Joaquim Armindo Ferreira
(Professor Catedrático)

Rua do Colégio Novo • Apartado 6153 • 3001-802 Coimbra • Tel: +351 239 851 450 • Fax: +351 239 851 462 • dir@fpce.uc.pt • www.uc.pt/fpce