



UNIVERSIDADE  
CATÓLICA  
PORTUGUESA

---

BRAGA

Relação entre *Partner Phubbing* e Autoeficácia Geral:  
Diferenças entre jovens adultos e adultos

Dissertação de mestrado apresentada à  
Universidade Católica Portuguesa para a  
obtenção do grau de mestre em **Psicologia  
Clínica e da Saúde**

**João Pedro Couto Rodrigues**

**Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais**

OUTUBRO 2025



CATÓLICA  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

---

BRAGA

Relação entre *Partner Phubbing* e Autoeficácia Geral:  
Diferenças entre jovens adultos e adultos

Dissertação de mestrado apresentada à  
Universidade Católica Portuguesa para a  
obtenção do grau de mestre em **Psicologia em  
Clínica e da Saúde**

**João Pedro Couto Rodrigues**

Sob a Orientação da Prof.<sup>a</sup> Doutora **Berta Maria  
Marinho Rodrigues Maia**

## Resumo

O *partner phubbing*, caracterizado pela atenção ao *smartphone* em detrimento do parceiro, está associado à autoeficácia geral. Indivíduos com elevada autoeficácia tendem a gerir o fenómeno através de comunicação assertiva, promovendo maior satisfação relacional. Em contrapartida, ser alvo de *phubbing* pode reduzi-la, potenciando insatisfação e conflitos. Este estudo analisa diferenças entre jovens adultos e adultos nesta relação. A amostra incluiu 310 sujeitos: 244 jovens adultos (18-35 anos) e 66 adultos (36-65 anos), que preencheram um questionário sociodemográfico, a Escala de *Partner Phubbing (PPhubbing)* – Validação portuguesa, e a Escala de Autoeficácia Geral. Os resultados indicaram níveis mais elevados de *partner phubbing* e de autoeficácia geral entre os jovens adultos. Neste grupo, observaram-se diferenças significativas entre sexos para ambas as variáveis e uma correlação positiva, embora fraca, entre *partner phubbing* e autoeficácia geral. Verificaram-se também diferenças significativas na frequência de *phubbing* em função do rendimento familiar, com efeito moderado, não se registando influência da duração do relacionamento. No grupo adulto, surgiu apenas uma tendência marginal para maior *phubbing* entre participantes com filhos. Apesar das limitações relacionadas com o tamanho reduzido da amostra adulta e o desenho transversal, o estudo contribui para a compreensão do *partner phubbing* e realça a importância de considerar fatores desenvolvimentais e contextuais na análise do fenómeno, apontando direções para futuras investigações.

*Palavras-chave:* partner phubbing, autoeficácia geral, diferenças de coorte, jovens adultos e adultos.

## **Abstract**

Partner phubbing, defined as the act of diverting attention to one's smartphone instead of one's partner, is associated with general self-efficacy. Individuals with high self-efficacy tend to manage this phenomenon through assertive communication, thereby promoting greater relationship satisfaction. Conversely, being a victim of phubbing may decrease self-efficacy, fostering dissatisfaction and conflict. This study examines differences between young and older adults in this relationship. The sample comprised 310 participants: 244 young adults (18–35 years) and 66 older adults (36–65 years), who completed a sociodemographic questionnaire, the Partner Phubbing Scale (Portuguese Validation), and the General Self-Efficacy Scale. Results showed higher levels of partner phubbing and general self-efficacy among young adults. In this group, significant sex differences were observed for both variables, along with a weak but positive correlation between partner phubbing and self-efficacy. Significant differences were also found in phubbing frequency according to family income, with a moderate effect size. Relationship duration showed no significant impact. Among older adults, there was only a marginal tendency for higher levels of phubbing among participants with children. Despite limitations related to the small size of the older adult group and the cross-sectional design, this study contributes to understanding the partner phubbing phenomenon and highlights the importance of considering developmental and contextual factors in its analysis, providing directions for future research.

*Keywords:* partner phubbing, general self-efficacy, cohort differences, young and older adults

## Índice

Introdução.....	1
Enquadramento teórico.....	2
<i>Partner Phubbing</i> .....	2
Autoeficácia Geral.....	4
Relação entre <i>Partner Phubbing</i> e Autoeficácia Geral.....	6
Metodologia.....	9
Objetivos.....	9
Hipóteses.....	9
Questões de investigação.....	10
Desenho do Estudo.....	10
Amostra.....	10
Medidas e Instrumentos.....	11
Questionário Sociodemográfico.....	11
Escala <i>Partner Phubbing</i> ( <i>PPhubbing</i> ) – Validação portuguesa.....	11
Escala de Auto-Eficácia Geral.....	12
Procedimentos.....	13
Análise Estatística.....	13
Resultados.....	14
Discussão.....	17
Conclusões.....	19
Referências.....	21
Anexos.....	27
Anexo A – Consentimento Informado.....	28
Anexo B – Questionário Sociodemográfico.....	29
Anexo C – Escala <i>Partner Phubbing</i> .....	31
Anexo D – Escala de Auto-eficácia Geral.....	32
Anexo E - Pedido de Autorização da Escala “ <i>Partner Phubbing</i> ”.....	33
Anexo F – Pedido de Autorização da Escala de Auto-Eficácia Geral.....	34
Anexo G - Cronograma .....	35

## Índice de Tabelas

Tabela 1. Medidas descritivas relativas às características sociodemográficas da amostra por coorte (18-35; 36-65 anos).....	10
Tabela 2. Pontuações médias da Escala de Autoeficácia Geral e <i>PPhubbing</i> .....	14
Tabela 3. <i>Partner Phubbing</i> e Autoeficácia Geral em função do sexo.....	15
Tabela 4. Diferenças entre <i>PPhubbing</i> e Rendimento mensal familiar Aproximado....	16
Tabela 5. Diferenças entre <i>Partner Phubbing</i> e Duração do Relacionamento no coorte 18-35 anos.....	16
Tabela 6. Diferenças entre número de filhos/as e frequência de <i>Partner Phubbing</i> .....	17

## Introdução

O uso do *smartphone* tem proporcionado ao ser humano ilimitadas possibilidades de atividades, como conduzir negócios em diversas áreas e manter-se constantemente atualizado, auxiliando na sua gestão e consequente aproveitamento do tempo (Parmaksız, 2022). A rapidez da transmissão de informação desconcentra o ser humano da sua proximidade com o seu semelhante, provocando o ato de ignorar o outro, fenómeno denominado *phubbing*. Este comportamento transforma-se em *partner phubbing* quando vivenciado pelo parceiro (Roberts & David, 2016). O parceiro é confrontado com um ato de desprezo que coloca à prova a sua capacidade de resposta, alicerçada na perceção que possui da sua aptidão para enfrentar adversidades e desafios, surgindo, assim, o conceito de autoeficácia geral. O *partner phubbing* pode afetar a qualidade do relacionamento, diminuindo o suporte percebido e, consequentemente, a autoeficácia, como demonstrado num estudo de Wang et al. (2017) realizado com adultos casados. De forma recíproca, uma baixa autoeficácia pode levar os indivíduos a utilizarem o *smartphone* como um mecanismo de fuga para evitar confrontos ou interações sociais desconfortáveis, resultando num aumento da incidência de *partner phubbing* (Davey et al., 2018). Por sua vez, a redução da confiança e, consequentemente, da perceção de autoeficácia restringe o indivíduo nas suas capacidades, impossibilitando-o de enfrentar fenómenos adversos (Klassen et al., 2008; Wu & Fan, 2017, citado em Parmaksız, 2022). Nesta linha, o presente estudo explora a relação entre o *partner phubbing* e a autoeficácia geral entre jovens adultos e adultos em diferentes tipos de relacionamento, nomeadamente solteiros(as), em união de facto e casados(as). Além disso, considera-se a hipótese de que uma elevada autoeficácia geral está associada a baixos níveis de *partner phubbing*. As reflexões e análises do conteúdo existente na literatura, em conjunto com os resultados obtidos no presente estudo, permitirão uma discussão aprofundada e esclarecedora sobre a relação entre o *partner phubbing* e a autoeficácia geral. Este foco visa não apenas ampliar a compreensão do fenómeno, mas também oferecer uma perspetiva crítica que fomente intervenções eficazes perante o impacto deste comportamento nas dinâmicas relacionais.

## Enquadramento Teórico

### *Partner Phubbing*

O *partner phubbing* entende-se como a extensão percebida em que, no contexto de pares, um deles utiliza ou se encontra distraído com o seu *smartphone* na presença do seu par (Roberts & David, 2016). A natureza do *phubbing* entre pares origina rejeição e negligência social (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Especificamente, o *phubbing* é entendido como uma forma de comunicação de carácter contemporâneo, em que um ser humano despreza o seu semelhante num ambiente social, concentrando-se apenas no telemóvel em vez de conversar (Bala et al., 2020).

O termo surgiu quando o *Macquarie Dictionary*, no âmbito de uma campanha da agência de publicidade McCann Melbourne, convidou autores, poetas, linguistas e lexicógrafos, entre outros, a criarem um vocábulo que traduzisse o comportamento de ignorar outra pessoa enquanto se concentra no seu *smartphone* (Thabassum, 2020). Nesta perspetiva, define-se como um comportamento compulsivo ou a necessidade persistente de utilizar o telemóvel na presença de outras pessoas, sendo formado pela junção das palavras *phone* (telemóvel) e *snubbing* (desprezar; González-Rivera et al., 2018).

O conceito de *phubbing* está intrinsecamente ligado aos seus componentes: o *phubber*, o *phubbee* e o contexto social em que o *phubbing* ocorre (Nazir & Pişkin, 2016). O *phubber* é aquele que pratica o ato de *phubbing* e o *phubbee* é o recetor, enquadrando-se assim o parceiro no papel de *phubbee* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Os *phubbers* ignoram a importância de manter e desenvolver relacionamentos ao não comunicarem presencialmente com outras pessoas. Esta ausência de contacto visual é frequentemente percebida como rudeza ou desatenção, transmitindo distanciamento e desinteresse durante uma interação (Nazir & Pişkin, 2016; Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Os efeitos deste comportamento podem variar consoante a faixa etária. Os mais jovens, familiarizados precocemente com dispositivos tecnológicos, tendem a ser mais tolerantes ao *phubbing*. Já as gerações mais velhas, que valorizam o contacto presencial, podem considerá-lo especialmente perturbador e ofensivo (Roberts & David, 2016; Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Este efeito pode ter um impacto direto negativo

na satisfação com o relacionamento e um impacto indireto na satisfação com a vida, através daquela satisfação, influenciando a relação com o parceiro (Bala et al., 2020).

Quanto maior for o *phubbing* e os conflitos associados ao uso do telemóvel, menor será a satisfação entre os parceiros e o bem-estar psicológico, incluindo maior incidência de ansiedade, depressão e stress (González-Rivera et al., 2018). Além disso, foi demonstrado que utilizar o telemóvel enquanto se mantém uma conversa afeta negativamente a qualidade da comunicação. A utilização problemática do telemóvel e das redes sociais gera conflitos entre pares — como casais — podendo levar ao aparecimento de sintomas depressivos e de insatisfação não só na relação conjugal, mas também ao nível familiar (González-Rivera et al., 2018).

Noutra dimensão, a relação entre rendimento familiar e frequência de *partner phubbing* também tem sido objeto de estudo, sendo indicado que um rendimento mais elevado pode associar-se a menor incidência de *phubbing* entre parceiros. David e Roberts (2021) exploraram o impacto do *partner phubbing* em diversas dimensões da relação, identificando a estabilidade financeira como possível mediador da qualidade das interações e fator redutor de comportamentos de *phubbing*. Khodabakhsh e Le Ong (2021) verificaram que a perceção de segurança financeira influenciava positivamente a satisfação conjugal, o que também poderia diminuir a tendência para este comportamento. Por exemplo, estudos sugerem que famílias com rendimentos mais altos dispõem de mais recursos e estabilidade, o que reduz a necessidade de recorrer aos dispositivos móveis como forma de fuga ou alívio do stresse, resultando em menos práticas de *phubbing* (Roberts & David, 2016).

Investigações mais recentes indicam que a dependência de um parceiro relativamente ao smartphone pode reduzir a confiança interpessoal e colocar em causa a sua fidelidade (McCormack, 2015), sendo esta uma consequência comum do ciúme (Bevan & Samter, 2004). McCormack (2015) examinou o papel dos smartphones nas relações sexuais e românticas, abrangendo uma faixa etária extensa, incluindo jovens adultos e adultos de meia-idade. Esta degradação da confiança interpessoal pode contribuir para a diminuição da autoeficácia geral, dado que indivíduos que desconfiam dos outros tendem a questionar as próprias competências (McCormack, 2015).

A ausência de apoio social, derivada dessa desconfiança, pode diminuir a motivação e a persistência em tarefas cognitivamente exigentes. Assim, uma perceção

negativa das intenções alheias correlaciona-se com níveis mais baixos de autoeficácia geral (Bandura, 1997; Caprara et al., 2004). Roberts e David (2016) concluíram que o impacto do *phubbing* do parceiro na satisfação conjugal é mediado por conflitos em torno do uso do smartphone. Esse conflito pode ser interpretado à luz da Teoria das Violações da Expectativa, tal como demonstrado por Vanden Abeele (2015). De acordo com esta teoria, quando um parceiro viola as expectativas, o outro reage com excitação emocional, procurando compreender a razão e o significado dessa violação, o que pode desencadear sentimentos de ciúme.

Para que uma relação seja mutuamente satisfatória, é necessário que ambos os parceiros estejam presentes, em algum nível, um para o outro. Por exemplo, para estar presente para o parceiro romântico, o indivíduo deve manter-se aberto e focado nesse parceiro, sem distrações externas ou internas. O uso do smartphone neste contexto provoca uma distração externa (manuseamento do dispositivo) e interna (processamento da informação nele contida; Leggett & Rossouw, 2014).

### **Autoeficácia Geral**

A autoeficácia geral, conceito introduzido por Albert Bandura (1977), diz respeito à expectativa que um indivíduo tem na sua capacidade de executar ações necessárias para alcançar determinados objetivos. Esta expectativa desempenha um papel crucial na motivação, no comportamento e no desempenho dos indivíduos em diversas esferas da vida humana (Bandura, 1977; 1986). Primeiramente, revela-se fundamental distinguir os termos autoeficácia geral e autoeficácia específica. A autoeficácia geral concerne à percepção universal de um indivíduo sobre a sua capacidade de enfrentar desafios e realizar tarefas em diferentes áreas da sua vida (Schwarzer & Jerusalem, 1995). Em contraste, a autoeficácia específica está relacionada com a crença na capacidade de executar tarefas específicas em contextos específicos, como a autoeficácia académica ou profissional (Schunk & DiBenedetto, 2020). Respetivamente, a percepção de eficácia pode apresentar vários efeitos no comportamento, nos padrões de pensamento, assim como nos aspetos emocionais, influenciando a escolha das atividades e dos ambientes ou situações. Igualmente, indica o nível de esforço que o indivíduo vai despende, assim como a duração de tempo investida perante obstáculos e más experiências (Ribeiro, 1995).

Recentemente, a investigação sobre a autoeficácia geral progrediu, com vários estudos a explorarem a sua relação com diferentes variáveis psicológicas e comportamentais. Respetivamente, Schunk e DiBenedetto (2020) destacam a importância da autoeficácia no contexto educativo, onde se observou que estudantes com maior autoeficácia tendem a obter melhores desempenhos académicos e maior persistência perante desafios. Estes resultados apoiam o construto de que a autoeficácia não só influencia diretamente o desempenho, mas também a resiliência e a capacidade de enfrentar dificuldades. Na mesma perspetiva, a autoeficácia tem sido igualmente estudada no contexto da saúde mental, apresentando-se intimamente ligada ao bem-estar psicológico, funcionando como um fator protetor contra a ansiedade e a depressão, sendo que intervenções destinadas a aumentar a autoeficácia podem ser eficazes na promoção da saúde mental e na prevenção de distúrbios psicológicos (Maddux & Kleiman, 2016). Por sua vez, a autoeficácia geral também tem recebido atenção significativa no âmbito organizacional, correlacionada à produtividade, satisfação no trabalho e capacidade de liderança por parte dos funcionários (Stajkovic et al., 2018). Complementarmente, Schwarzer e Warner (2012) estudaram a autoeficácia em relação ao comportamento de saúde, procedendo à investigação da autoeficácia no contexto da adesão a programas de exercício físico ou de descontinuação de hábitos tabágicos, concluindo que indivíduos com alta autoeficácia estão mais propensos a adotar e manter comportamentos saudáveis. Da mesma forma, Luszczynska e Schwarzer (2015), destacam a autoeficácia como um preditor crucial para reverter comportamentos menos saudáveis, rumo aos sustentáveis. A autoeficácia é ainda estudada ao nível digital, sendo que a autoeficácia digital, ou a confiança na capacidade de utilizar ferramentas tecnológicas eficazmente, é fulcral para o sucesso em contextos educativos e profissionais (Instefjord & Munthe, 2017).

O desenvolvimento da autoeficácia motiva-se por experiências e fatores sociais. Assim, experiências onde o indivíduo obtém sucesso e consegue superar as dificuldades, reforçam a crença nas próprias capacidades. Efetivamente, o apoio social por parte de amigos, colegas, mentores e familiares constitui um fator fundamental, aumentando a confiança, e, por conseguinte, a autoeficácia pessoal (Luszczynska & Schwarzer, 2015). Segundo Bandura (1997), a experiência direta em ter sucesso é a impulsionadora mais forte de autoeficácia, seguida pela observação de outros (modelagem), persuasão verbal e estados fisiológicos. Contudo, é importante ter em

conta que a autoeficácia não se define como um construto estático, podendo ser influenciada por variados fatores, entre os quais experiências de domínio, modelagem, persuasão social e estados fisiológicos (Pajares, 1996). Usher e Pajares (2019), comprovam esta não definição como construto estático, através da exploração de como diferentes formas de *feedback* e contexto de aprendizagem podem moldar a autoeficácia dos indivíduos ao longo do tempo.

Estudos têm demonstrado resultados mistos em relação a quem apresenta níveis mais altos de autoeficácia. Por exemplo, uma meta-análise conduzida por Eagly et al. (2000) indicou que, em média, os homens tendem a reportar maior autoeficácia em domínios específicos, como habilidades técnicas, enquanto mulheres podem apresentar maior autoeficácia em áreas interpessoais e de cuidado. Por sua vez, coortes mais jovens cresceram numa era digital, com acesso fácil à informação e tecnologia avançada. Isso pode aumentar a autoconfiança e a crença na capacidade de aprender e dominar novas áreas e habilidades (Bandura, 2001).

### **Relação entre *Partner Phubbing* e Autoeficácia Geral**

A relação entre o *Partner Phubbing* e a Autoeficácia Geral oferece uma perspectiva complexa e multifacetada sobre como as crenças de autoeficácia podem influenciar e ser influenciadas por comportamentos sociais contemporâneos. A autoeficácia geral, definida por Bandura (1977, 1986) como a expectativa e confiança nas próprias capacidades para enfrentar desafios e realizar tarefas em diversas situações, pode desempenhar um papel crucial na forma como os indivíduos lidam com o *phubbing*, um comportamento caracterizado pelo uso ou distração com o *smartphone* na presença de um parceiro (Roberts & David, 2016). Wang et al., 2017 refere que em estudos longitudinais, observa-se que casais onde ambos os parceiros apresentam alta autoeficácia demonstram maior satisfação conjugal e menor incidência de comportamentos de *phubbing*. A idade dos participantes variou entre os 26 e os 56 ou mais anos de idade, sendo que a pesquisa destacou que o efeito indireto do *phubbing* na satisfação do relacionamento foi significativo principalmente entre aqueles casados há mais de sete anos. Por conseguinte, intervenções focadas em fortalecer a autoeficácia podem ser favoráveis na melhoria da qualidade nos relacionamentos, assim como na redução da prevalência do *Partner Phubbing* (Gökçearsan et al., 2016).

No estudo de Zimmerman (2000), estudantes com idades não especificadas, com elevada autoeficácia, demonstram persistência e estratégias de enfrentamento mais eficazes em contextos de conflito. Proporcionalmente, numa relação entre pares, uma pessoa com alta autoeficácia pode abordar o *phubbing* de forma mais construtiva, utilizando a comunicação assertiva para abordar o problema e estabelecer limites claros quanto ao uso do *smartphone* durante o tempo de qualidade com o parceiro. Respetivamente, a capacidade de enfrentar o *phubbing* com eficácia pode diminuir a frequência e a intensidade dos conflitos relacionados ao uso do *smartphone*. Estudos sugerem que a autoeficácia está associada a menores níveis de ansiedade e depressão (Maddux & Kleiman, 2016; Luszczynska & Schwarzer, 2015), possibilitando a diminuição da reatividade emocional negativa ao comportamento de *phubbing* que permita promover uma abordagem mais equilibrada e assertiva na resolução de conflitos.

Os estudos apontam para uma correlação positiva entre níveis mais altos de habilitações literárias e maior autoeficácia geral, o que pode afetar a incidência de *partner phubbing* e a satisfação no relacionamento. Desta forma, estudos, realizados com jovens entre os 18 e 25 anos de idade, mostram que a autoeficácia académica está associada a uma maior satisfação com a educação e estratégias de enfrentamento mais eficazes em contextos de conflito (Boahene et al., 2019; Chemers et al., 2001). Ao nível do relacionamento com o parceiro, a autoeficácia pode levar a uma abordagem mais construtiva para lidar com o *phubbing*, promovendo a comunicação assertiva e o estabelecimento de limites claros para o uso do *smartphone* durante o tempo de qualidade com o parceiro. Estudos indicam que indivíduos, entre os 18 e 35 anos de idade, com alta autoeficácia, demonstram mais persistência e resiliência, o que pode resultar numa maior satisfação no relacionamento e uma menor probabilidade de comportamentos de *phubbing* (Choi et al., 2012; Browne & Cudeck, 1992).

No entanto, a experiência de ser vítima de *partner phubbing* pode ter um impacto adverso na autoeficácia geral de um indivíduo. A sensação de ser ignorado ou desvalorizado pelo parceiro pode fragilizar a confiança nas próprias capacidades sociais e interpessoais. Desse modo, a rejeição social e a negligência, frequentemente resultantes do *phubbing*, podem reduzir a autoestima e a autoeficácia (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018; Bala et al., 2020). Além disso, a Teoria das Violações da Expectativa indica que, quando um parceiro viola as expectativas de

atenção e presença, o parceiro afetado pode experimentar um aumento na excitação emocional negativa, levando a sentimentos de ciúme e insatisfação no relacionamento (Vanden Abeele, 2015). Este processo pode criar um círculo vicioso negativo, onde a diminuição da autoeficácia geral resulta em comportamentos menos assertivos e mais reativos, acentuando os conflitos relacionados ao *partner phubbing*.

A conexão entre autoeficácia geral e *partner phubbing* apresenta-se assim bidirecional e dinâmica. De acordo com Roberts e David (2016) o impacto do *phubbing* na satisfação do relacionamento é intermediado por conflitos relacionados ao *smartphone* e, com possibilidade de amplificação ou atenuação pela autoeficácia do indivíduo. Indivíduos com alta autoeficácia geral podem reduzir os conflitos através de comunicação efetiva e resolução de problemas, enquanto aqueles com baixa autoeficácia geral podem ver esses conflitos intensificados devido à sua incapacidade de lidar eficazmente com a situação. Na mesma medida, a literatura sugere que o uso problemático de *smartphones* está relacionado a estilos de vinculação ansiosos e a menores níveis de satisfação no relacionamento (Jeong et al., 2016; Jia et al., 2021). Consequentemente, indivíduos com baixa autoeficácia geral podem ser mais vulneráveis a desenvolver dependência do *smartphone* como uma forma de evitar enfrentar problemas relacionais, perpetuando o círculo vicioso de *phubbing* e insatisfação no relacionamento com o parceiro (Liu, 2022). Efetivamente, Karadağ et al. (2022) exploraram a relação entre normas sociais percebidas e o comportamento de *phubbing*, com preponderância nos papéis da autoeficácia e da autoestima. O estudo conclui que normas sociais que aceitam o *phubbing* aumentam a probabilidade deste comportamento. Por conseguinte, a autoeficácia geral atua como um moderador significativo, onde indivíduos com alta autoeficácia são menos influenciados por normas sociais e menos propensos a envolver-se em *phubbing*, e consequentemente, em *partner phubbing*.

A análise da relação entre o *partner phubbing* e a autoeficácia geral revela-se particularmente pertinente no contexto atual, marcado pela crescente dependência dos dispositivos móveis e pelo impacto destes nas interações interpessoais. Considerando que os comportamentos de *phubbing* estão associados a menor satisfação relacional e a maiores níveis de conflito (Roberts & David, 2016; Chotpitayasunondh & Douglas, 2016), compreender o papel moderador da autoeficácia pode fornecer contributos relevantes para intervenções direcionadas ao fortalecimento de competências de

comunicação e de gestão do uso do smartphone nos relacionamentos. Adicionalmente, ao evidenciar que a autoeficácia influencia não apenas a forma como os indivíduos lidam com o *partner phubbing*, mas também a sua resiliência perante potenciais sentimentos de rejeição ou insatisfação, o presente estudo contribui para um aprofundamento da literatura sobre fatores protetores no contexto conjugal (Maddux & Kleiman, 2016; Luszczynska & Schwarzer, 2015).

## Metodologia

### Objetivos

Este trabalho de investigação apresenta como objetivo geral explorar as diferenças no *partner phubbing* e na autoeficácia geral em função dos coortes (jovens adultos e adultos)

- Descrever as pontuações médias de *partner phubbing* e de auto-eficácia geral em ambos os coortes (jovens adultos e adultos);
- Explorar se há diferenças significativas nos níveis de *partner phubbing* e de auto-eficácia geral em função do sexo (M/F);
- Explorar a relação entre o *partner phubbing* e autoeficácia geral;
- Explorar se há diferenças no *partner phubbing* em função do rendimento financeiro;
- Explorar se há diferenças no *partner phubbing* em função do número de filhos/as.

### Hipóteses

Para a realização deste trabalho de investigação foram formuladas as seguintes hipóteses:

H1: Espera-se uma associação negativa entre *partner phubbing* e autoeficácia geral (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018; Tekkam et al., 2020).

H2: Esperam-se níveis mais baixos de *partner phubbing* em sujeitos com rendimento familiar mais elevado (David & Roberts, 2021; Roberts & David, 2016; Khodabakhsh & Le Ong, 2021).

H3: Esperam-se diferenças nos níveis de *partner phubbing* em relacionamentos com duração mais longa (Wang et al., 2017).

### **Questões de investigação**

Tendo em conta a ausência de consenso na literatura foram elaboradas as seguintes questões:

- Será que há diferenças no *partner phubbing* em função do coorte, do sexo dos sujeitos (M/F) e do número de filhos?

### **Desenho do Estudo**

Utilizou-se o método da pesquisa quantitativa, mostrando este ser o mais adequado quando queremos estudar relações entre variáveis (Fortin, 2006) e enumerar, assim como medir eventos de forma objetiva e precisa (Proetti, 2018). Tendo em vista o presente trabalho de investigação, elaborou-se um estudo descritivo-correlacional e analítico, de carácter transversal (Fortin et al.,2009).

### **Amostra**

Este trabalho de investigação tem como população alvo indivíduos residentes em Portugal, englobando a faixa dos jovens adultos, dos 18 aos 35 anos (Arnett, 2000) até à idade adulta, dos 36 aos 65 anos (Erikson, 1950). A amostra é composta por 310 sujeitos, sendo dividida em dois coortes, correspondentes aos jovens adultos e adultos respetivamente. O coorte dos jovens adultos é composto por 244 participantes, com uma média de idades de 23.77 anos, sendo a maioria do sexo feminino (57.8%). Ensino Secundário (43.4%) e estudante (49.6%). Adicionalmente, apenas 6.6% dos inquiridos se encontram casados, sendo que 51.2% se encontram numa relação amorosa. Na mesma medida, a maioria dos participantes não tem filhos/enteados (as) a viverem consigo (93.9%), apresentando a maior parte um rendimento bruto familiar até 2611€ (47.5%). Por sua vez, o coorte dos adultos é constituído por 66 participantes, com uma média de idades de 49.27 anos, sendo a maior parte do sexo feminino (62.1%) com licenciatura (30.3%) e trabalhador(a) a tempo inteiro (65.2%). A grande parte dos participantes é casado(a) (62.1%) e 50% tem filhos/enteados(as) a viverem consigo, sendo que a maioria apresenta um rendimento familiar bruto superior a 2610€ (43.9%).

### **Tabela 1**

*Medidas descritivas relativas às características sociodemográficas da amostra por coorte (18-35; 36-65 anos)*

	n (%)	
	Coorte 18-35	Coorte 36-65
Sexo		
Feminino	141 (57.8)	41 (62.1)
Masculino	103 (42.2)	25 (27.9)
Estado Civil		
Solteiro (a)	228 (93.4)	16 (24.2)
Casado (a)	16 (6.6)	41 (62.1)
Divorciado (a)		9 (13.6)
Habilitações Literárias		
C/Ensino Superior	110 (45.1)	30 (45.5)
S/Ensino Superior	134 (54.9)	36 (54.5)
Rendimento familiar aproximado		
Entre 870 – 2610	116 (47.5)	35 (53)
Acima de 2611	108 (44.2)	29 (43.9)
Nº de filhos/enteados		
1 ou mais filhos/enteados	15 (6.1)	33 (50.0)
0 filhos/ enteados	229 (93.9)	33 (50.0)
Duração do Relacionamento		
>2 anos	37 (15.2)	2 (3.0)
<2anos	69 (28.3)	43 (65.2)

## **Medidas e Instrumentos**

### **Questionário Sociodemográfico**

Com o intuito de caracterizar a amostra, o trabalho de investigação inclui questões ligadas a características sociodemográficas. Entre estas inclui-se o sexo, idade, habilitações literárias, estado civil, duração do relacionamento amoroso (caso exista), rendimento mensal familiar e número de filhos.

### **Partner Phubbing (PPhubbing) – Validação portuguesa**

A escala *PPhubbing* avalia a distração específica provocada pelo telefone na relação com o parceiro amoroso (Roberts & David, 2016 cit in. Água et al., 2019). Devido ao crescimento deste comportamento em Portugal, Água et al. (2019) consideraram importante validar uma escala para a população portuguesa que permitisse avaliar o *phubbing* nas relações amorosas. Esta escala apresenta 9 itens, sendo os mesmos respondidos através de uma escala tipo *likert* de 5 pontos, variando de 1 – “Nunca” a 5 – “Sempre”, sendo que os valores intermédios correspondem a 2- “Raramente”; 3- “Às vezes”; 4 – “Quase sempre”. Apenas o item 7 se encontra invertido, com a afirmação “O meu/minha parceiro/a não usa o seu telemóvel quando estamos a falar”. As pontuações variam entre 9 e 45 pontos, sendo que pontuações mais altas indicam uma maior exposição a comportamentos de *partner phubbing*. Caracteriza-se como uma escala unidimensional de autorresposta.

Em relação à fiabilidade da escala, esta foi estudada através do cálculo do *alpha de cronbach*, medida de consistência interna. Foi obtido um bom valor de consistência interna ( $\alpha=.86$ ), verificando-se que a escala de *Pphubbing* mede o *phubbing* do parceiro de forma consistente. No presente estudo, foi obtido valor que indica uma elevada consistência interna da escala ( $\alpha=.93$ ).

### **Auto-Eficácia Geral (EA-EG)**

Este instrumento foi traduzido e adaptado por Gomes (2007), com base nos trabalhos originais de Schwarzer (1993) e Schwarzer e Jerusalém (1995). A escala avalia os sentimentos gerais de autoeficácia, através da observação da competência pessoal dos indivíduos para lidarem eficazmente com uma série de situações stressantes.

O instrumento compreende uma subescala, num total de 10 itens, respondidos numa escala tipo “*Likert*” de 4 pontos (1 = Nada verdadeiro; 4 = Completamente verdadeiro). A pontuação obtém-se através da soma dos itens da subescala, dividindo-se os valores finais pelo total de itens da subescala. Desta forma, valores mais elevados traduzem uma maior autoeficácia. A pontuação final apresenta-se uma medida geral de autoeficácia, derivada da média das respostas aos 10 itens, sendo que a escala compreende uma única subescala que mede a autoeficácia geral.

A consistência interna da escala foi avaliada utilizando o coeficiente alfa de *Cronbach*, com os valores obtidos a variarem entre  $\alpha = .82$  e  $\alpha = .93$  em estudos anteriores, indicando uma alta consistência interna. O artigo de validação da tradução e

adaptação da escala por Gomes (2007) não foi publicada, tendo o autor referido ser seguro utilizar a mesma. No atual estudo, foi obtido um bom valor de consistência interna ( $\alpha=.93$ ).

## **Procedimentos**

O tipo de amostra escolhida para o presente trabalho de investigação foi a não probabilística ou não aleatória acidental, casual ou conveniente e de propagação geométrica (*snowball*). Assim, a amostra não é representativa da população, sendo que é selecionada devido à conveniência e proximidade. Posteriormente, existirá uma propagação dos primeiros indivíduos para outros, elevando desta forma a dimensão da amostra geometricamente (Marôco, 2021).

Primeiramente, foram enviados emails aos autores de cada escala utilizada por forma a obter autorização destes para o uso das mesmas (Anexo E; Anexo F). Seguidamente, foi incorporado num *Google Forms* o consentimento informado, onde foi garantido o anonimato e a confidencialidade dos dados fornecidos pelos participantes. Posteriormente, foi iniciada a recolha de dados, igualmente, através do *Google Forms*. Este documento é constituído por três secções. A primeira secção é constituída pelo questionário sociodemográfico, a segunda pela *Partner Phubbing (PPhubbing)* adaptada para a população portuguesa e a terceira pela Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG), de resposta obrigatória. Esta partilha efetuou-se desde o final de janeiro de 2025 até ao início do mês de março de 2025 perfazendo um total de 2 meses de recolha de dados. Respetivamente, após o processo de recolha dos dados, estes foram armazenados numa base de dados e transferidos para o SPSS, onde se procedeu à recodificação de todos os dados sociodemográficos e das respostas aos dois instrumentos para o seu tratamento estatístico.

## **Análise estatística**

A análise estatística foi realizada com o software *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 28.0.0. A primeira etapa envolveu a análise das propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados, através do cálculo dos alfas de *Cronbach* ( $\alpha$ ) para determinar a consistência interna de cada instrumento, comparando-os com as versões originais. Em seguida, para avaliar a normalidade das distribuições, aplicou-se o teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Posteriormente, calcularam-se as estatísticas descritivas, incluindo medidas de tendência central (média, mediana, moda),

medidas de dispersão (desvio padrão, variância, amplitude), assimetria e curtose, com o objetivo de proporcionar uma visão geral das características dos dados. A associação entre variáveis analisou-se utilizando os coeficientes de correlação de *Spearman*, dada a assimetria dos dados. A magnitude das correlações analisou-se através dos critérios definidos por Cohen (1988), que indica coeficientes entre .10 e .29 como correspondentes de magnitude baixa, valores entre .39 e .49 como sendo de magnitude média e valores entre .50 e 1 sob o título de magnitude elevada.

Para comparar as médias entre diferentes grupos, utilizou-se teste *U* de *Mann-Whitney* e o teste de *Kruskal-Wallis*, com base no cumprimento das suposições de normalidade e homogeneidade das variâncias. Além disso, para interpretar o tamanho do efeito, é referido que  $f^2 > .02$  é considerado pequeno, se  $.15 < f^2 < .35$  é considerado grande (Cohen, 1988).

## Resultados

### Análise descritiva da Escala de *Partner Phubbing* e Escala de Autoeficácia Geral

No coorte dos 18-35 anos, em média, os participantes apresentaram uma pontuação de autoeficácia geral que sugere uma tendência a perceções positivas sobre a sua capacidade de lidar com desafios, diferindo do coorte 36-65 anos que reflete perceções moderadas. Quanto à *PPhubbing*, encontramos uma média que indica uma ocorrência moderadamente frequente desse comportamento nos relacionamentos, superior à do coorte 36-65 anos, sugerindo uma ocorrência mais frequente de *partner phubbing* no coorte 18-35 anos.

### Tabela 2

*Pontuações médias da Escala de Autoeficácia Geral e PPhubbing*

	Coorte 18-35 anos				
	<i>n</i>	<i>Min-Max teórico</i>	<i>Min-Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
EAG*	244	1 - 4	1 - 4	3.07	.66
<i>PPhubbing</i> **	244	9 - 45	9 - 45	25.65	8.10
	Coorte 36-65 anos				
	<i>n</i>	<i>Min-Max teórico</i>	<i>Min-Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>

EAG	66	1- 4	1.50 - 4	2.92	.65
<i>PPhubbing</i>	66	9 - 45	9- 39	20.98	7.32

\*Escala de Autoeficácia Geral \*\*Escala de *Partner Phubbing*

### Diferenças nos níveis de *Partner Phubbing* e de Auto-eficácia Geral em função do coorte e do sexo (M/F)

No coorte 18-35 anos, observaram-se diferenças estatisticamente significativas entre sexos tanto para a Escala de Autoeficácia Geral, assim como para a *PPhubbing*. O tamanho do efeito, foi pequeno para autoeficácia geral ( $r = .17$ ) e *partner phubbing* ( $r = .18$ ), mas estatisticamente significativo. Em contraste, para o coorte de 36-65 anos não se encontraram diferenças estatisticamente significativas entre sexos em nenhuma das variáveis analisadas.

### Tabela 3

*Partner Phubbing e Autoeficácia Geral em função do sexo*

	Coorte 18-35 anos			
	Sexo Masculino		Sexo Feminino	
	(n=103)	(n=141)		
	OM	OM	<i>U</i>	<i>p</i>
EAG*	136.67	112.15	5802.5	.007
<i>Continuação</i>				
<i>PPhubbing</i> **	137.41	111.61	5725.50	.004
	Coorte 36-65 anos			
	Sexo Masculino		Sexo Feminino	
	(n=25)	(n=41)		
	OM	OM	<i>U</i>	<i>p</i>
EAG	36.86	31.45	428.5	.265
<i>PPhubbing</i>	35.40	32.34	465	.528

Nota. OM = Ordem Média; *U* = *U* de MannWhitney; *p* = significância estatística

\*Escala de Autoeficácia Geral \*\*Escala de *Partner Phubbing*

### Relação entre *Partner Phubbing* e Autoeficácia Geral

No coorte mais jovem, identificou-se uma correlação estatisticamente significativa ( $p = .012$ ), de baixa magnitude ( $r_s = .16$ ). Este resultado sugere que, neste

grupo, níveis mais elevados de *partner phubbing* estão associados a maior percepção de Autoeficácia Geral. Contudo, na coorte de 36-65 anos, a relação entre as variáveis não se mostrou significativa ( $p = .22$ ).

### **Partner Phubbing entre parceiros em função do rendimento mensal familiar**

No coorte 18-35 anos, encontraram-se diferenças estatisticamente significativas na frequência de *partner phubbing* entre os grupos de rendimento familiar, contrastando com o coorte mais velho onde não se observaram diferenças estatisticamente significativas. O tamanho do efeito no coorte mais jovem, foi moderado ( $\eta^2 = 0,12$ ), indicando relevância prática.

**Tabela 4**

*Diferenças entre PPhubbing e Rendimento mensal familiar Aproximado*

Rendimento Mensal Familiar Aproximado (em €)	870-1740	1741-2610	2611-3480	Acima de 3481	<i>H</i>	<i>p</i>
Coorte 18 – 35 anos						
	OM	OM	OM	OM		
<i>PPhubbing</i> *	76.77	110.79	133.91	127.48	23.329**	<00
Coorte 36-65 anos						
<i>PPhubbing</i>	OM	OM	OM	OM		
	26.00	30.91	40.89	34.45	3.71	.30

Nota. OM = Ordem Média; *H* = estatística de *Kruskal-Wallis*; *p* = significância estatística; \*\* A correlação é significativa ao nível 0.01

### **Partner Phubbing em função da Duração do Relacionamento**

No coorte 18-35 anos, não se encontraram diferenças estatisticamente significativas na frequência de *partner phubbing* entre relacionamentos com duração <2 anos e >2 anos. Devido ao reduzido *n*, não se efetuou análise estatística para o coorte 36-65 anos.

**Tabela 5**

*Diferenças entre Partner Phubbing e Duração do Relacionamento no coorte 18-35 anos*

	<2 anos	>2 anos		
	OM	OM	<i>U</i>	<i>p</i>
<i>PPhubbing*</i>	58.03	51.07	1109	.27

Nota. OM = Ordem Média; *U* = *U* de MannWhitney; *p* = significância estatística

\*Escala de *Partner Phubbing*

***Partner Phubbing* em jovens adultos e adultos em função do nº de filhos**

No coorte 36-65 anos, observou-se uma diferença marginalmente significativa na frequência de *partner phubbing* entre participantes com filhos/enteados (1 ou mais) e sem filhos/enteados. O tamanho do efeito foi pequeno a moderado ( $r = 0.24$ ), indicando relevância prática, ainda que a significância estatística não atinja o limiar convencional ( $p < .05$ ).

**Tabela 6**

*Diferenças entre número de filhos/as e frequência de Partner Phubbing*

Nº de	0	1 ou mais	<i>U</i>	<i>p</i>
Filhos/enteados	OM	OM		
<i>PPhubbing</i>	29	38	396	.056

Nota. OM = Ordem Média; *U* = *U* de MannWhitney; *p* = significância estatística

**Discussão**

Os resultados da presente investigação permitem aprofundar a compreensão do fenómeno do *partner phubbing*, em articulação com variáveis de autoeficácia geral, diferenças sociodemográficas e contexto desenvolvimental.

A análise das pontuações obtidas na Escala de Autoeficácia Geral revelou que os jovens adultos (18–35 anos) tendem a apresentar perceções mais positivas relativamente à sua capacidade de lidar com desafios, em comparação com os adultos (36–65 anos), cujas perceções se situaram em níveis moderados. Estes resultados sugerem que, nesta etapa inicial da vida adulta, os indivíduos experienciam maior flexibilidade e otimismo

no enfrentamento de obstáculos, provavelmente associados às exigências de construção de percursos académicos, profissionais e relacionais. Paralelamente, verificou-se que o *partner phubbing* é mais prevalente entre os jovens adultos, contrastando com a menor frequência reportada pelos adultos mais velhos. Este dado corrobora a literatura que aponta para a centralidade das tecnologias digitais no quotidiano das gerações mais jovens, tornando-as mais suscetíveis a integrar o uso intensivo do telemóvel em interações sociais e afetivas (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

No que concerne às diferenças entre sexos, os resultados demonstraram que, entre os jovens adultos, tanto a autoeficácia geral como o *partner phubbing* apresentaram diferenças estatisticamente significativas, embora com tamanho de efeito reduzido. Na prática, isto indica que homens e mulheres jovens experienciam de forma distinta a perceção de competência pessoal e a tendência para recorrer ao telemóvel no contexto relacional. Em contraste, entre os adultos mais velhos não se observaram diferenças significativas, o que sugere uma estabilização progressiva destas variáveis ao longo do ciclo vital. Estes resultados corroboram parcialmente a Hipótese 1 (H1), sustentando a existência de uma associação entre *partner phubbing* e autoeficácia geral, mas evidenciando que essa relação depende do desenvolvimento e do contexto etário.

Em relação ao rendimento familiar, observaram-se diferenças estatisticamente significativas apenas no grupo mais jovem, refutando a Hipótese 2 (H2). Especificamente, níveis mais elevados de rendimento foram associados a maiores níveis de *partner phubbing*. Este achado contraria estudos anteriores que defendem que recursos económicos mais elevados tendem a amortecer pressões relacionais, reduzindo o recurso ao telemóvel como estratégia de escape (Roberts & David, 2016; David & Roberts, 2021). Uma explicação plausível poderá residir no facto de que rendimentos mais elevados aumentam a acessibilidade a dispositivos tecnológicos, potenciando, consequentemente, as oportunidades de envolvimento em *phubbing* (The Nielsen Company, 2012). No grupo mais velho, a ausência de diferenças estatisticamente significativas pode refletir a estabilidade financeira típica desta etapa da vida, atenuando o impacto do rendimento na ocorrência do fenómeno.

No que se refere à Hipótese 3 (H3), que postulava diferenças em função da duração da relação, não se encontraram evidências significativas, pelo menos entre os jovens adultos. Este resultado contraria investigações anteriores (Wang et al., 2017), sugerindo que, em fases mais precoces do desenvolvimento relacional, a duração da relação pode não constituir um fator determinante para a ocorrência de *partner*

*phubbing*. No entanto, a escassez de dados no grupo mais velho, resultante do número reduzido de participantes, limita conclusões definitivas e recomenda cautela na interpretação dos resultados.

Adicionalmente, foi explorada a relação entre o número de filhos e o *partner phubbing*. Embora se tenham registado apenas diferenças marginalmente significativas no grupo mais velho, verificou-se uma tendência para valores mais elevados entre participantes com filhos. Apesar de não atingir significância estatística convencional, o tamanho do efeito sugere relevância prática, sendo consistente com a hipótese de que a parentalidade represente uma fonte acrescida de exigências, aumentando a probabilidade de utilização do telemóvel em contextos relacionais, como forma de regulação de carga emocional e organizacional.

De forma global, os resultados indicam que o *partner phubbing* é mais prevalente entre jovens adultos e relaciona-se de modo diferenciado com a autoeficácia geral, o rendimento familiar e a parentalidade, dependendo da etapa do ciclo vital. Estes resultados evidenciam a relevância de considerar fatores desenvolvimentais e contextuais para uma compreensão mais abrangente do fenómeno. Além disso, a associação positiva, ainda que de baixa magnitude, entre *partner phubbing* e autoeficácia geral nos jovens adultos sugere que, neste grupo, o uso do telemóvel em contexto relacional pode não ser vivenciado como necessariamente disfuncional, podendo inclusive estar associado a uma perceção de maior competência na gestão simultânea de múltiplas tarefas.

### **Conclusões**

O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre *partner phubbing* e autoeficácia geral em jovens adultos e adultos, possibilitando uma comparação entre dois coortes distintos. O *partner phubbing* configura-se como um conceito recente, ainda não amplamente reconhecido, mas frequentemente normalizado no quotidiano, assumindo contornos semelhantes a um vício moderno pouco compreendido. Por outro lado, a autoeficácia geral apresenta-se como uma variável de elevada relevância, uma vez que influencia diferentes domínios da vida quotidiana, desempenhando um papel protetor face a comportamentos disruptivos e potencialmente prejudiciais ao bem-estar individual e social. Os resultados indicaram níveis mais elevados de *partner phubbing* entre os jovens adultos, sendo este mesmo coorte o que apresentou níveis mais elevados de autoeficácia geral. Em sentido inverso, os adultos reportaram níveis mais baixos tanto de *partner phubbing* como de autoeficácia geral.

A disparidade no número de participantes entre os dois coortes (244 jovens adultos e 66 adultos) representa uma limitação relevante, já que compromete a homogeneidade da amostra e pode ter influenciado os resultados obtidos. A dimensão mais reduzida do grupo de adultos impossibilitou a realização de determinadas análises estatísticas, restringindo a capacidade comparativa entre coortes. Por consequência, não foi possível examinar o *partner phubbing* em função da duração do relacionamento no coorte dos 36–65 anos, nem explorar adequadamente a sua relação com o número de filhos. A ausência desta última análise é especialmente relevante, dado que, em Portugal, a idade média para o nascimento do primeiro filho situa-se ligeiramente acima dos 30 anos, o que teria reforçado a pertinência de explorar essa variável.

Apesar destas limitações, o estudo apresenta contributos significativos. Constitui uma mais-valia ao abordar o fenómeno emergente do *partner phubbing* em contexto de crescente digitalização do quotidiano e ao compará-lo entre dois grupos etários distintos, permitindo o enquadramento desenvolvimental do fenómeno. Destaca-se, ainda, a inclusão de variáveis contextuais e pessoais diversificadas (sexo, rendimento familiar, duração da relação e número de filhos), o que possibilitou uma análise mais rica e multifatorial. Acresce, igualmente, a utilização de instrumentos com elevados níveis de consistência interna ( $\alpha = .93$ ), garantindo fiabilidade metodológica.

As implicações dos resultados reforçam a importância de considerar fatores desenvolvimentais e contextuais na compreensão do *partner phubbing*, sublinhando a relevância de investigar mais profundamente a associação com variáveis pessoais, como a autoeficácia, bem como relacionais, como a parentalidade. Apesar de os resultados indicarem diferenças estatisticamente significativas em certas variáveis, a amostra reduzida em alguns subgrupos evidenciou-se insuficiente para sustentar conclusões generalizáveis. A natureza transversal do estudo impõe igualmente cautela, pois não permite estabelecer relações de causalidade entre as variáveis analisadas.

O presente estudo abre caminho a futuras investigações, sobretudo no aprofundamento da relação entre *partner phubbing* e número de filhos, dimensão ainda pouco explorada, bem como no alargamento da amostra, de modo a aferir se os jovens adultos mantêm a tendência para apresentar níveis mais elevados de *partner phubbing* em associação com maior autoeficácia geral. Torna-se igualmente pertinente explorar de forma aprofundada as diferenças de sexo, uma vez que os resultados deste estudo revelaram padrões distintos entre homens e mulheres jovens. Recomenda-se, ainda, a realização de estudos qualitativos, orientados para captar perceções subjetivas dos

parceiros acerca do uso do *smartphone* nas relações e das estratégias que podem adotar para fortalecer a sua autoeficácia na gestão dos desafios relacionais.

### Referências

- Água, J., G. Lourenço, M., Patrão, I., & Leal, I. (2019). Partner Phubbing: Portuguese Validation. *Psicologia, Saúde & Doença*, 20(1), 234–241.  
<https://doi.org/10.15309/19psd200119>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140.  
<https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Anshari, M., Alas, Y., Hardaker, G., Jaidin, J. H., Smith, M., & Ahad, A. D. (2016). Smartphone habit and behavior in Brunei: Personalization, gender, and generation gap. *Computers in Human Behavior*, 64, 719–727. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.063>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Bala, S., Tekkam, S., & Pandve, H. (2020). Consequence of phubbing on psychological distress among the youth of Hyderabad. *Medical Journal of Dr. D.Y. Patil Vidyapeeth*, 13(6), 642. [https://doi.org/10.4103/mjdrdypu.mjdrdypu\\_315\\_19](https://doi.org/10.4103/mjdrdypu.mjdrdypu_315_19)
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A Social cognitive theory. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1182–1187.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.03.001>
- Bevan, J. L., & Samter, W. (2004). Toward a broader conceptualization of jealousy in close relationships: Two exploratory studies. *Communication Studies*, 55(1), 14–28.  
<https://doi.org/10.1080/10510970409388603>
- Boahene, K. O., Fang, J., & Sampong, F. (2019). Social Media Usage and Tertiary Students' Academic Performance: Examining the Influences of Academic Self-Efficacy and

Innovation Characteristics. *Sustainability*, 11(8), 2431.

<https://doi.org/10.3390/su11082431>

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative Ways of Assessing Model Fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230–258. <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>

Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., & Cervone, D. (2004). The contribution of self-efficacy beliefs to psychosocial outcomes in adolescence: predicting beyond global dispositional tendencies. *Personality and Individual Differences*, 37(4), 751–763.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.11.003>

Chemers, M. M., Hu, L., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55–64.

<https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55>

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

Choi, B. Y., Park, H., Yang, E., Lee, S. K., Lee, Y., & Lee, S. M. (2011). Understanding Career Decision Self-Efficacy. *Journal of Career Development*, 39(5), 443–460.

<https://doi.org/10.1177/0894845311398042>

Gomes, A. R. (2007). *Escala de auto-eficácia geral (EA-EG) / General perceived self-efficacy (GPS-E)* [Relatório]. Universidade do Minho, RepositóriUM.

<https://hdl.handle.net/1822/85440>

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>

Davey, S., Davey, A., Raghav, S. K., Singh, J. V., Singh, N., Blachnio, A., & Przepiórkaa, A. (2018). Predictors and consequences of “Phubbing” among adolescents and youth in India: An impact evaluation study. *Journal of Family & Community Medicine*, 25(1), 35–42. [https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM\\_71\\_17](https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_71_17)

David, M. E., & Roberts, J. A. (2021). Investigating the impact of partner phubbing on romantic jealousy and relationship satisfaction: The moderating role of attachment anxiety. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(12), 026540752199645.

<https://doi.org/10.1177/0265407521996454>

- Eagly, A. H., Wood, W., & Diekmann, A. B. (2000). Social role theory of sex differences and similarities: A current appraisal. *The developmental social psychology of gender*, 12(174), 9781410605245-12.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W.W. Norton & Company.
- Gökçearsan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlaman, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 639–649. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.091>
- Fortin, M.-F., Côté, J., & Filion, F. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação* (N. Salgueiro, Trad.). Loures: Lusodidacta.
- Fortin, M.F. (2006). *Fundamentos e Etapas do Processo de Investigação*. Lusodidacta.
- González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.24016/2018.v4n2.117>
- Instefjord, E. J., & Munthe, E. (2017). Educating digitally competent teachers: A study of integration of professional digital competence in teacher education. *Teaching and Teacher Education*, 67, 37–45. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.05.016>
- Jenaro, C., Flores, N., Gómez-Vela, M., González-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic internet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction Research & Theory*, 15(3), 309–320. <https://doi.org/10.1080/16066350701350247>
- Jeong, S.-H., Kim, H., Yum, J.-Y., & Hwang, Y. (2016). What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 54, 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.035>
- Jia, J., Tong, W., Zhang, J., Liu, F., & Fang, X. (2021). Trajectory of problematic internet use across the college years: The role of peer internet overuse behavior and peer attitude toward internet overuse. *Journal of Adolescence*, 86, 64–76. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.12.006>
- Khodabakhsh, S., & Ong, Y. L. (2021). The Impact of Partner Phubbing on Marital Quality among Married Couples in Malaysia: Moderating Effect of Gender and Age. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació I de L'Esport*, 39(1), 9–16. <https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.9-16>

- Krasnova, H., Abramova, O., Notter, I., & Baumann, A. (2016). Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among “Generation Y” users.
- Lee, Y.-H., Ko, C.-H., & Chou, C. (2014). Re-visiting Internet Addiction among Taiwanese Students: A Cross-Sectional Comparison of Students’ Expectations, Online Gaming, and Online Social Interaction. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 589–599. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9915-4>
- Leggett, C., & Rossouw, P. J. (2014). The impact of technology use on couple relationships: A neuropsychological perspective. *International Journal of Neuropsychotherapy*, 2(1), 44–99.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31(31), 343–350. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.049>
- Liu, F., Liu, J., & Ding, H. (2023). Employee Strengths Mindset and Voice Behavior: The Roles of General Self-Efficacy and Leader–Member Exchange. *Sustainability*, 15(15), 11706–11706. <https://doi.org/10.3390/su151511706>
- Luszczynska, A., & Schwarzer, R. (2015). Social cognitive theory. *Fac Health Sci Publ*, 2015, 225-251.
- Maddux, J. E., & Kleiman, E. M. (2016). Self-Efficacy. *The Wiley Handbook of Positive Clinical Psychology*, 89–101. <https://doi.org/10.1002/9781118468197.ch7>
- Marôco, J. (2021). Análise Estatística com o SPSS Statistics.: 8ª edição. ReportNumber, Lda.
- McCormack, M. (2015). The Role of Smartphones and Technology in Sexual and Romantic Lives. *Durham-Repository.worktribe.com*. <https://durham-repository.worktribe.com/output/1631328>
- Mendes, L., Beatriz Reis Silva, Diogo Guedes Vidal, Sousa, H. S., Alzira, M., & Leite, Â. (2022). Adaptation of the Phubbing Scale and of the Generic Scale of Being Phubbed for the Portuguese population. 40(2), 259–280. <https://doi.org/10.14417/ap.1911>
- Nazir, T. (2020). Impact of Classroom Phubbing on Teachers who face Phubbing during lectures. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(1), 41–47. <https://dergipark.org.tr/en/pub/press/issue/54258/705524>
- Nazir, T., & Pişkin, M. (2016). Phubbing: A Technological Invasion Which Connected the World But Disconnected Humans. *The International Journal of Indian Psychology*,

3(68), 2349–3429.

<https://pdfs.semanticscholar.org/02cf/4be51f199e9834c9d329a5cb60e58c71a98a.pdf>

The Nielsen Company. (2012, February). *Survey: New U.S. smartphone growth by age and income*. Nielsen Insights. Retrieved from

<https://www.nielsen.com/insights/2012/survey-new-u-s-smartphone-growth-by-age-and-income/>

Pajares, F. (1996). Self-Efficacy Beliefs in Academic Settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543–578. <https://doi.org/10.3102/00346543066004543>

Park, C., & Park, Y. R. (2014). The Conceptual Model on Smart Phone Addiction among Early Childhood. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2), 147–150.

<https://doi.org/10.7763/ijssh.2014.v4.336>

Parmaksız, İ. (2022). The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy.

*Psychology in the Schools*, 60, 105–121. <https://doi.org/10.1002/pits.22765>

Proetti, S. (2018). As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: um estudo comparativo e objetivo. *Revista Lumen - ISSN: 2447-8717*, 2(4).

<https://doi.org/10.32459/revistalumen.v2i4.60>

Ribeiro, J. P. (1995). Adaptação de uma escala de avaliação da auto-eficácia geral. *Repositorio-Aberto.up.pt*. <https://hdl.handle.net/10216/95333>

Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners.

*Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>

Roberts, J. A., & David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement.

*Computers in Human Behavior*, 75, 206–217. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.021>

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory.

*Contemporary Educational Psychology*, 60(1), 1–10. Sciencedirect.

<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>

Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2012). Perceived Self-Efficacy and its Relationship to Resilience. *Resilience in Children, Adolescents, and Adults*, 139–150.

[https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3\\_10](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3_10)

Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, 35(37), 82-003.

- Shahbaz, K., Rasul, F., Khan, A., Saba, A., Saeed, M., Nida, A., & Gulzar, A. (2020). Phubbing positively predicts psychological distress and poor quality of life in community adults. *International Journal of Management (IJM)*, *11*, 2229-2240.
- Srivastava, L. (2005). Mobile phones and the evolution of social behaviour. *Behaviour & Information Technology*, *24*(2), 111–129.  
<https://doi.org/10.1080/01449290512331321910>
- Stajkovic, A. D., Bandura, A., Locke, E. A., Lee, D., & Sergent, K. (2018). Test of three conceptual models of influence of the big five personality traits and self-efficacy on academic performance: A meta-analytic path-analysis. *Personality and Individual Differences*, *120*(1), 238–245. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.014>
- Thabassum, L. (2020). Phubbing: A literature review of the technological invasion that has changed lives for the last decade. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, *2*(1), 11–18. <https://dergipark.org.tr/en/pub/press/issue/58384/847262>
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions. *Review of Educational Research*, *78*(4), 751–796.  
<https://doi.org/10.3102/0034654308321456>
- Vanden Abeele, M. M. P. (2015). Mobile youth culture: A conceptual development. *Mobile Media & Communication*, *4*(1), 85–101. <https://doi.org/10.1177/2050157915601455>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, *110*, 12–17.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Xie, T., Cao, J.-P., Zhu, C., Zhao, X.-Y., Zhao, M., Zhao, Y.-P., & Wei, X.-Y. (2019). Selective cleavage of C O bond in benzyl phenyl ether over Pd/AC at room temperature. *Fuel Processing Technology*, *188*, 190–196.  
<https://doi.org/10.1016/j.fuproc.2019.02.022>
- YAM, F. C. (2022). The Relationship Between Partner Phubbing and Life Satisfaction: The Mediating Role of Relationship Satisfaction and Perceived Romantic Relationship Quality. *Psychological Reports*, *126*(1), 303–331.  
<https://doi.org/10.1177/00332941221144611>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, *25*(1), 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>

# **Anexos**

## Anexo A – Consentimento Informado

### Diferenças de coorte na relação entre adições comportamentais e ajustamento psicológico

No âmbito da Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Universidade Católica de Braga, está a ser realizado um estudo sob a orientação da Prof. Doutora Berta Rodrigues Maia (brmaia@ucp.pt) que apresenta como objetivo geral explorar a relação entre adições comportamentais e ajustamento psicológico em diferentes faixas etárias.

Este estudo destina-se a indivíduos com idade **superior a 18 anos, de nacionalidade portuguesa e que utilizem smartphone**. Deste modo, se corresponder a estes critérios, convidámo-lo(a) a preencher um conjunto de questionários de autorresposta, cujo preenchimento será de aproximadamente 20 minutos.

A participação é voluntária e, por isso, pode abandoná-la em qualquer momento. Se decidir participar, será garantida a total confidencialidade e anonimato dos dados recolhidos. Todos os procedimentos éticos serão assegurados, tal como os de proteção de dados. **Não existem respostas certas ou erradas**, por isso pedimos-lhe que responda a todas as questões com a maior sinceridade possível.

Caso tenha alguma questão ou informação que considere pertinente poderá contactar os estudantes através dos seguintes emails: s-sopinheiro@ucp.pt; s-jeofermandes@ucp.pt; s-jopecorodrigues@ucp.pt

Muito obrigada(o) pela colaboração.

*\* Indica uma pergunta obrigatória*

---

#### I. Consentimento Informado \*

*Marcar apenas uma oval.*

Declaro que aceito participar neste projeto de investigação. Fui informado(a) acerca da natureza do estudo, da participação voluntária e da confidencialidade e anonimato dos dados recolhidos.

## Anexo B – Questionário Sociodemográfico

---

### Questionário Sociodemográfico

[c://docs.google.com/forms/d/1v2Gw0fVvmbhYcpf72CE85VJ1bJsRIN6dQEZlVlJE/edit](https://docs.google.com/forms/d/1v2Gw0fVvmbhYcpf72CE85VJ1bJsRIN6dQEZlVlJE/edit)

5/25, 16:29

Diferenças de coorte na relação entre adições comportamentais e ajustamento psicológico

2. Sexo \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Feminino  
 Masculino

3. Idade (indique numericamente) \*

\_\_\_\_\_

4. Quais as suas habilitações académicas completas? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Sem escolaridade  
 1º Ciclo (1º-4º anos)  
 2º Ciclo (5º-6º anos)  
 3º Ciclo (7º-9º anos)  
 Ensino Secundário (10º-12º anos)  
 Ensino Profissional  
 Licenciatura  
 Mestrado
-

## 5. Situação profissional atual \*

Marcar apenas uma oval.

- Estudante
- Trabalhador- Estudante
- Trabalhador(a) a tempo inteiro
- Trabalhador(a) a tempo parcial
- Desempregado(a)
- Reformado(a)

<https://docs.google.com/forms/d/1x2Gw8FV/vrcshYcp072CE85V/1bJhRN64DEZFVLE/edit>

2/27

13/05/25, 16:29

Diferenças de coorte na relação entre adições comportamentais e ajustamento psicológico

## 6. Estado Civil formal \*

Marcar apenas uma oval.

- Solteiro(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Viúvo(a)

## 7. Atualmente encontra-se numa relação amorosa? Se sim, qual a duração (anos e meses)?

---

## 8. Tem filho/s ou enteado/s a seu cargo ou a viver consigo? \*

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

## 9. Se respondeu sim, quantos estão a seu cargo?

---

## 10. Rendimento Mensal Familiar Bruto (aproximado) \*

Marcar apenas uma oval.

- Menos de 870
- Entre 871 - 1740
- Entre 1741 - 2610
- Entre 2611 - 3480
- Acima de 3481

## **Anexo C – Escala *Partner Phubbing* (Água et al., 2019)**

### **Anexo I – Escala *Partner Phubbing***

Nas seguintes afirmações assinale o que mais se adequa ao seu parceiro

1: Nunca; 2: Raramente; 3: Às vezes; 4: Quase sempre; 5: Sempre.

1. Durante uma refeição do dia-a-dia que tenho com o meu/minha parceiro/a. Ele/Ela tira o telemóvel e verifica-o muitas vezes.
2. O meu/minha parceiro/a coloca/põe o seu telemóvel onde o possa ver quando estamos juntos.
3. O meu/minha parceiro/a mantém o seu telemóvel na mão quando está comigo.
4. Quando o meu/minha parceiro/a recebe uma chamada ou mensagem vê logo o telemóvel mesmo se estivermos a meio de uma conversa.
5. O meu parceiro/a olha para o seu telemóvel mesmo quando está a falar comigo.
6. Durante o tempo de lazer que eu tenho com o meu/minha parceiro/a, ele/ela usa o telemóvel.
7. O meu/minha parceiro/a não usa o seu telemóvel quando estamos a falar.
8. O meu/minha parceiro/a usa o seu telemóvel quando saímos juntos.
9. Se houver uma pausa na nossa conversa o meu/minha parceiro/a, verifica o seu telemóvel.

## Anexo D - Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG)

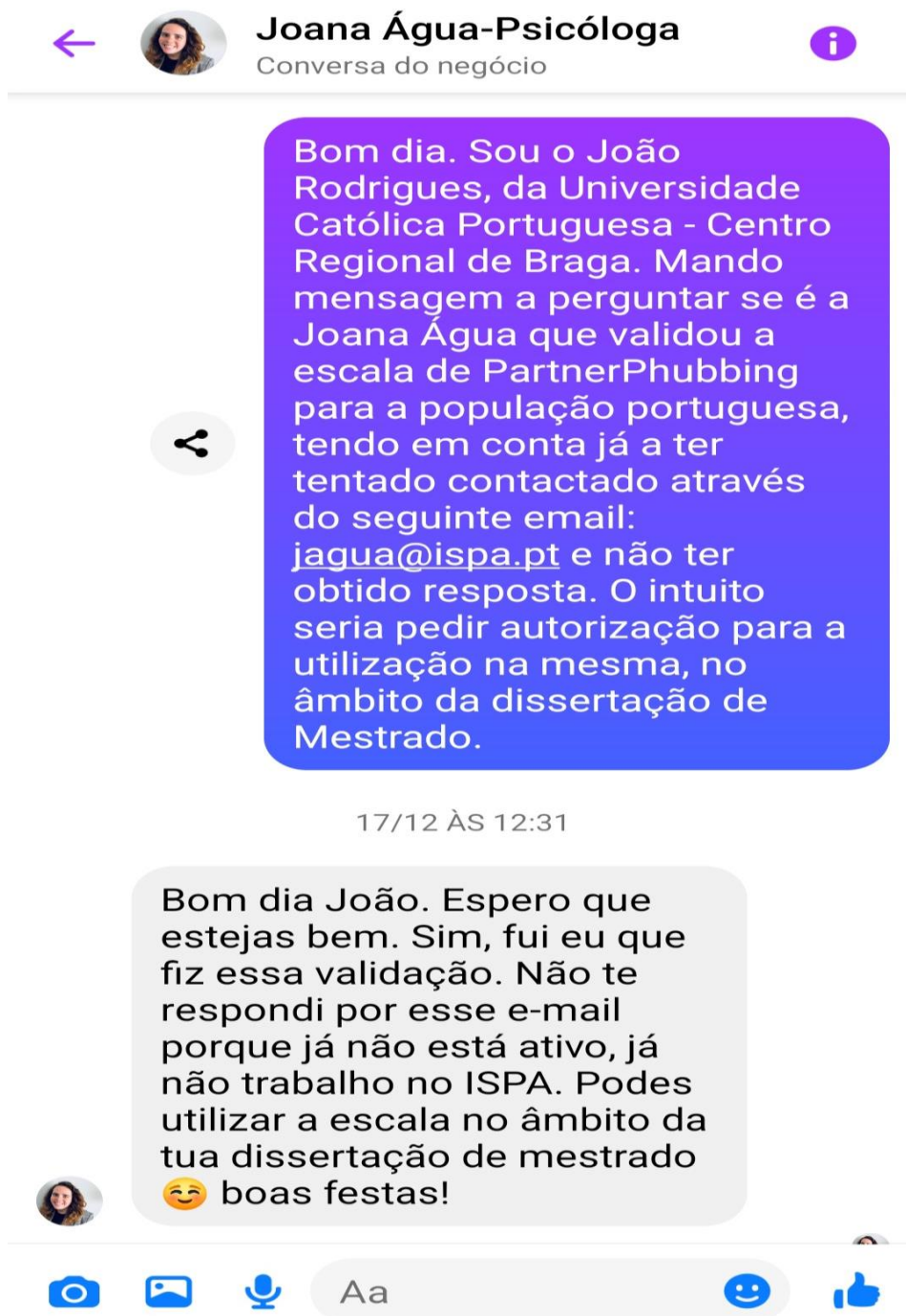


### | EA-EG (versão geral) |

As afirmações que se seguem relacionam-se com a forma como lida com os problemas no seu dia-a-dia. Por favor, indique em que medida cada uma das afirmações é verdadeira e se aplica à sua situação em concreto. Assinale o espaço que achar mais adequado ao seu caso pessoal, utilizando a seguinte pontuação:

Nada verdadeiro	Quase verdadeiro	Em certa medida verdadeiro	Completamente verdadeiro
○	○	○	○

	Nada verdadeiro		Completamente verdadeiro
1. Se me esforçar suficientemente, consigo resolver sempre os problemas difíceis	○	○	○ ○
2. Mesmo quando encontro alguma oposição, sou capaz de encontrar os meios e as formas de conseguir o que pretendo	○	○	○ ○
3. Tenho a certeza que sou capaz de atingir os meus objectivos	○	○	○ ○
4. Consigo lidar eficazmente com os acontecimentos inesperados	○	○	○ ○
5. Graças ao meu desembaraço, sou capaz de resolver as situações imprevistas	○	○	○ ○
6. Sou capaz de resolver a maior parte dos problemas se me esforçar suficientemente	○	○	○ ○
7. Consigo manter-me calmo(a) perante situações difíceis pois confio na minha capacidade para resolver os problemas	○	○	○ ○
8. Quando me confronto com um problema, consigo encontrar várias soluções	○	○	○ ○
9. Se tiver um problema, consigo pensar numa boa solução	○	○	○ ○
10. Consigo solucionar qualquer problema que me aconteça	○	○	○ ○

Anexo E – Pedido de Autorização da Escala “*Partner Phubbing*”

## Anexo F – Pedido de Autorização Instrumento Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG)

Pedido de instrumento: adaptação e tradução da Escala de Auto-Eficácia Geral (E...



João Pedro Couto Rodrigues  
Para rgomes@psi.uminho.pt



27/05/2024

Caro Professor Doutor Rui Gomes.

Espero que se encontre bem.

Sou estudante do 1.º ano do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga. No âmbito da UC de Metodologias Avançadas de Investigação II, pretendo explorar a Auto-eficácia Geral em adultos e jovens adultos. Nesse sentido, gostaria de lhe pedir autorização para utilizar a versão portuguesa da General Perceived Self-Efficacy (GPS-E) (Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG)), que adaptou e traduziu. Da mesma forma, peço acesso ao artigo de validação e anexo com o instrumento.

Caso autorize o uso da escala, agradeço a facultação da grelha de cotação/interpretação.

Atenciosamente,

João Rodrigues / UCP-Braga

RE: Pedido de instrumento: adaptação e tradução da Escala de Auto-Eficácia Geral...

RE: Pedido de instrumento: adaptação e tradução da Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG) (General Perceived Self-Efficacy (GPS-E))



Para António Rui Silva Gomes



27/05/2024

João Rodrigues

**De:** António Rui Silva Gomes <rgomes@psi.uminho.pt>

**Enviada:** 27 de maio de 2024 14:16

**Para:** João Pedro Couto Rodrigues <s-jopecorodrigues@ucp.pt>

**Assunto:** RE: Pedido de instrumento: adaptação e tradução da Escala de Auto-Eficácia Geral (EA-EG) (General Perceived Self-Efficacy (GPS-E))

Ola,  
Encontra o instrumento no nosso site ardh abaixo.  
Boa sorte para o seu trabalho!

### Rui Gomes

Professor Auxiliar  
Universidade do Minho. Escola de Psicologia  
Campus de Gualtar. 4710-057 Braga. Portugal  
Tel: +351 253 604 232  
EPsi, Gabinete 1.75, Piso 1

Assistant Professor  
University of Minho. School of Psychology  
Campus de Gualtar. 4710-057 Braga. Portugal  
Tel: +351 253 604 232  
EPsi, Office 1.75, Floor 1

Ciência vitae: <https://www.cienciavitae.pt/B312-8D41-3375>



[www.psi.uminho.pt](http://www.psi.uminho.pt)



Investigação | Research  
[www.ardh.pt/](http://www.ardh.pt/)



Intervenção | Intervention  
[www.e-cv.pt](http://www.e-cv.pt)

