

UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

Comportamentos de risco online e mediação parental em adolescentes

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia da
Educação**.

Marta Isabel Sampaio Files

Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

JUNHO 2024



CATOLICA
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

BRAGA

Comportamentos de risco online e mediação parental em adolescentes

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia da
Educação**.

Marta Isabel Sampaio Files

Sob a Orientação do Prof. Doutor **Paulo César
Azevedo Dias**

Agradecimentos

A conclusão deste trabalho deve-se à contribuição de pessoas muito importantes na minha vida, às quais eu agradeço imenso e que, sem elas, nada disto seria possível.

Ao Prof. Doutor Paulo Dias, que sempre esteve presente no meu percurso académico, auxiliando-me sempre que necessário não só na orientação dos trabalhos, mas também nos anos anteriores aos mesmos.

À professora Doutora Ângela Azevedo e à professora doutora Íris Oliveira, por todos os ensinamentos ao longo destes anos de licenciatura e mestrado, mostrando-se sempre disponíveis para ajudar em qualquer circunstância.

À minha família, pais e irmão, por todos os ensinamentos ao longo da vida, por me mostrarem o que realmente importa e por me tornarem a pessoa que sou hoje, com todos os princípios e valores que me transmitiram. Por me incentivarem e motivarem todos os dias, demonstrando sempre apoio e amor em todos os momentos bons e menos bons do meu percurso pessoal e académico.

Ao meu namorado e melhor amigo, por não faltar a nenhum momento importante e por estar sempre presente, seja para o bem como para o mal. Obrigada pela paciência, amor e motivação diária.

Às minhas amigas, Diana Lopes, Linda Pereira e Sara Gomes, por partilharem estes anos comigo e por estarem sempre presentes e disponíveis para mim. Estes anos tornaram-se melhores com elas do meu lado.

Resumo

Dada a crescente importância do uso de internet junto dos adolescentes, atualmente, os pais são desafiados a mediar o uso de tecnologias dos seus filhos enquanto procuram fomentar a sua autonomia e autorregulação. A mediação parental, assente na supervisão e proteção, do uso da internet pelos filhos é necessária, dados os riscos reconhecidos. Assim, o principal objetivo deste estudo é verificar o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online* em adolescentes. A amostra é constituída por 140 estudantes, com idades compreendidas entre os 15 e os 20 anos. Para a recolha de dados utilizou-se um questionário adaptado das escalas *Mediación Parental* (Yubero et al., 2018) e *Online Risk Behaviours* (Rodríguez-de-Dios et al., 2018). Os resultados indicaram uma relação estatisticamente significativa entre a mediação permissiva e o comportamento de risco *online* “contacto com estranhos”. Para além disso, esta investigação permitiu apontar, de forma genérica, determinadas características como o género, é nos rapazes que estão mais presentes os comportamentos de risco *online* - “contacto com estranhos”, “discriminação *online*” e “exposição à violência” - comparados com as raparigas e as habilitações dos pais, em que existe uma relação positiva entre a escolaridade dos pais e mediação permissiva com o comportamento “contacto com estranhos”; com “exposição à pornografia”; com “exposição à violência” e com “discriminação *online*”. Os resultados revelam que os adolescentes utilizam a internet durante muitas horas o que incrementa a probabilidade de exposição aos riscos *online*, pelo que uma mediação parental eficaz se revela determinante para a sua prevenção.

Palavras-chave: comportamentos de risco *online*, mediação parental, uso da internet/redes sociais.

Abstract

Given the growing importance of internet use among teenagers, parents are currently challenged to mediate their children's use of technologies while seeking to foster their autonomy and self-regulation. Parental mediation, based on supervision and protection, of internet use by children is necessary, given the recognized risks. Thus, the main objective of this study is to verify the role of parental mediation in online risk behaviors in adolescents. More specifically: knowing the level of internet use by adolescents, as well as the parents' attitude towards the internet and the mediation activities they carry out with their children; to analyze the parents' perception of their children's use of the internet and the children's perception of their parents' mediation behavior; to determine the family socialization factors that best predict internet use in adolescents to provide data for family intervention. The sample consists of 140 students, aged between 15 and 20 years old. To collect data, a questionnaire adapted from the *Mediación Parental scale* (Yubero et al., 2018) and from the *Online Risk Behaviors scale* (Rodríguez-de-Dios et al., 2018). Results reveal statistically significant relationship between permissive mediation and the online risk behavior “contact with strangers”. Furthermore, this study made it possible to point out, in a generic way, certain characteristics such as gender, it is in boys that online risk behaviors are more present - “contact with strangers”, “online discrimination” and “exposure to violence” - compared with girls and their parents' education, in which there is a positive relationship between parents' education and permissive mediation with the behavior “contact with strangers”; with “exposure to pornography”; with “exposure to violence” and “online discrimination”. Results show that teenagers use the internet for many hours, which increases the likelihood of exposure to online risks, which is why parental mediation is crucial for their prevention.

Keywords: online risk behaviors, parental mediation, internet/social media use.

Índice	
Introdução	9
Comportamentos de risco <i>online</i>	10
Mediação Parental no Uso da Internet	16
Metodologia	24
Desenho de Estudo/Plano de Investigação	24
Objetivos do Estudo	24
Hipóteses do Estudo	24
Amostra	25
Instrumentos	27
Procedimentos de Recolha e Análise de Dados	28
Resultados	30
Análise Descritiva do Uso de Aplicações e dos Comportamentos de Risco <i>Online</i>	30
Relação entre mediação parental e comportamentos de risco em função das variáveis sociodemográficas	31
Discussão	34
Conclusão	37
Referências bibliográficas	39
Anexos	46
Anexo I	46
Anexo II	46
Anexo III	47

Índice de Figuras

Figura 1. Crianças e adolescentes que foram vítimas de situações de *cyberbullying*, por país (Lobe et al., 2020, p. 23). 12

Figura 2. Percentagem de crianças e adolescentes que foram expostas ao ciberódio, por país (Lobe et al., 2020, p. 26). 13

Figura 3. Riscos relacionados com o conteúdo gerado pelo utilizador (conteúdo sangrento ou de violência extrema) e mudanças que ocorreram nele durante o período de isolamento covid-19 (primavera de 2020), por país (Lobe et al., 2020, p. 27). 14

Figura 4. Pais que nunca fizeram alguma prática de mediação parental, por país (Lobe et al., 2020, p. 35). 19

Índice de Tabelas

Tabela 1. Crianças no ambiente digital: tipologia revista de riscos (Adaptado de Livingstone & Stoilova, 2021, p. 8). 15

Tabela 2. Amostra

Tabela 3. Descrição do Uso da Internet

Tabela 4. Comportamentos de Risco Online.....

Tabela 5. Correlação entre a Mediação Parental e os Comportamentos de Risco Online.....

Tabela 6. Mediação Parental, os Comportamentos de Risco Online em função do género.....

Tabela 7. Mediação Parental e os Comportamentos de Risco Online em função da escolaridade dos pais e da idade dos participantes.....

Siglas e Abreviaturas

CB – Cyberbullying

ECRO - Comportamentos de Risco *Online*

INE - Instituto Nacional de Estatística

IoT - The Internet of Things

OCDE - Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

SPSS - *Statistical Package for Social Sciences*

r - teste de correlação de *Pearson*

rs - teste de correlação de *Spearman*

t - teste t de *Student*.

TIC - Tecnologias de Informação e Comunicação

UE - União Europeia

Introdução

Atualmente, a internet apresenta-se como a tecnologia mais difundida e versátil a nível global (Chou & Lee, 2017; Nguyen et al., 2022). O uso de computadores e da internet tornou-se parte integrante do nosso quotidiano e do dos nossos adolescentes já que se trata de um dos maiores veículos de comunicação e interação do século XXI (Daoud et al., 2021; Lin, 2021; Tutkun, 2011).

A partir da década de 80 o uso de dispositivos tecnológicos e da internet aumentou exponencialmente. As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) tornaram-se amplamente disponíveis ao público em geral, tanto em termos de acessibilidade como de custo. De acordo com dados fornecidos pelo Eurostat (2022), no início de 2021, quase nove em cada dez (89%) indivíduos na União Europeia (UE), com idades compreendidas entre os 16 e os 74 anos, utilizaram a internet (pelo menos uma vez nos três meses anteriores à data do inquérito). Dessa forma, o acesso à internet aumentou de 64% em 2009 para 92% em 2021. Tendo em conta o caso particular de Portugal, 80% dos indivíduos com idades entre 16 e 74 anos utilizaram a internet em 2020, praticamente todas diariamente (INE, 2020). No contexto da pandemia, a percentagem de utilizadores de internet aumentou 3,0 p.p. em relação ao período homólogo de 2019, o que contrariou a estabilidade dos resultados nos dois anos anteriores. Este aumento do número de utilizadores destacou-se em crianças e adolescentes que utilizam as tecnologias no seu quotidiano, apresentando-se, por um lado, como uma janela de oportunidades (Eynon & Malmberg, 2011), por outro, expõem crianças e famílias a uma multiplicidade de riscos e consequências negativas, seja a nível educacional, familiar e social (Martínez de Morentin et al., 2014). O recurso à tecnologia pode contribuir para a melhoria da qualidade da educação, promovendo a motivação e envolvimento do aluno, aumentando a sua curiosidade e a aprendizagem pela descoberta e experimentação, facilitando a aquisição de competências básicas (Dias-Trindade & Carvalho, 2019) contudo, os adolescentes enfrentam elevadas probabilidades de se exporem a riscos *online*, como *cyberbullying*, pornografia, violência e *sexting* ou mensagens de cariz sexual (Astorga-Aguilar & Schmidt-Fonseca, 2019; Ramírez-García & Aguaded-Gómez, 2020). Aproximadamente 5% das crianças portuguesas já recebeu mensagens sexuais, ou *sexting*. Cerca de 11% dos pré-adolescentes e adolescentes portugueses assume ter namorado com alguém que

conheceu *online*. Em Portugal, namorar alguém que se conheceu *online* parece ser mais frequente a partir dos 12 anos. Além disso, 27% das crianças e adolescentes portugueses confirmou que já acederam a imagens relacionadas com sexo, com maior frequência entre adolescentes com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos de idade (Azevedo et al., 2022).

Assim, a popularidade da internet entre os adolescentes coloca desafios aos pais ao nível da proteção dos seus filhos do uso excessivo da internet e das influências negativas do mundo cibernético (Azevedo et al., 2022). Esta realidade é ainda mais assustadora para os pais, porque sua infância/adolescência não forma orientados em termos de gestão de comportamentos *online*, denotando-se, por vezes, que os mesmos têm dificuldade na autorregulação desse comportamento (Patrão & Marinho, 2018) e a literatura existente argumenta que os pais desempenham um papel vital na gestão do uso da internet pelos seus filhos (Shi et al., 2017).

Diversos estudos internacionais recentes procuraram examinar o papel da mediação parental na utilização da internet pelos adolescentes, mas focaram-se sobretudo no tempo despendido na internet ou na dependência à tecnologia (Ren & Zhu, 2022). Gradualmente têm surgido algumas investigações que se debruçaram sobre a temática do nosso estudo: qual a relação entre as práticas de parentalidade e os tipos de conteúdos a que as crianças/adolescentes acedem (e.x., Chou & Lee, 2017; Fikkers et al., 2017; García-Jiménez et al., 2022; Ren & Zhu, 2022; Steinfeld, 2021).

Assim, e perante a escassez de estudos no nosso contexto sobre a temática, pretende-se com este trabalho verificar o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online* dos adolescentes com recurso à aplicação de dois questionários: um adaptado da escala *Mediación Parental* (Yubero et al., 2018) e outro da escala *Online Risk Behaviours* (Rodríguez-de-Dios et al., 2018).

Comportamentos de risco *online*

Na última década, a disponibilidade imediata dos dispositivos eletrónicos (computadores, tablets e *smartphones*) criou oportunidades, sem precedentes, para os adolescentes comunicarem, partilharem e acederem a uma ampla variedade de informações e publicações na internet (George et al., 2020). Associada a esta realidade, progressivamente, os adolescentes têm sido expostos a riscos diversos frutos da exposição a conteúdos desadequados e contactos indesejáveis (García-Jiménez, 2022).

Exemplos concretos de situações negativas experienciadas por adolescentes no espaço *online* incluem: ser contactado por estranhos, ter visto ou recebido mensagens/imagens que os deixou desconfortáveis, sentirem-se pressionados a enviar fotos ou outras informações sobre si mesmos ou ter acidentalmente despendido dinheiro *online* que não pretendiam gastar (Pacheco & Melhuish, 2020). Uma pesquisa recente, com uma amostra de conveniência de 733 alunos dos oitavos e nonos anos, do Utah, demonstrou que estes adolescentes, sobretudo as meninas, estão sujeitas a risco de conteúdo e de contacto *online* (Savoia et al., 2021).

Também em contexto europeu, entre 2017 e 2019, o estudo *EU Kids Online* (EU Kids Online, 2019), inquiriu mais de 25 000 crianças e adolescentes sobre as suas experiências digitais, as quais incluíam situações de risco como *cyberbullying*, conteúdos prejudiciais, mau uso de dados pessoais, uso excessivo da internet, mensagens de *sexting* e encontros com pessoas conhecidas na internet. Os resultados obtidos demonstraram que Portugal é um dos países onde mais crianças e adolescentes revelam confiança em lidar com riscos: mais de dois terços assinalam saber reagir “sempre” ou “muitas vezes” a comportamentos de que não gostam na internet. Portugal é também um dos países onde os inquiridos menos associam situações de risco a danos delas decorrentes. Quando confrontados com situações que os incomodaram, 44% dos adolescentes portugueses inquiridos procuraram amigos, 37% falaram com os pais e 7% falaram com professores; outros profissionais não foram praticamente referidos. Outros estudos têm-se centrado sobre o assunto. Numa investigação, Mendonça (2016) destacou como comportamentos de risco com maior incidência os contactos *online/offline*, evidenciado por 27.7% das crianças e adolescentes, seguindo-se o *sexting* e a visualização de imagens sexuais, com 4.5% e 4.4%, posteriormente, o uso indevido de informações pessoais, com uma taxa de 3,6%, e por fim o *cyberbullying*. Carvalho et al. (2019), numa investigação com uma amostra de 346 adolescentes, a prevalência de *cyberbullying* registada foi bem mais elevada, rondando os 56%, com maior tendência à agressão – 48.8% dos adolescentes descreveram-se agressores - do que à vitimização – 30% declararam já terem sido agredidos *online*. Os autores verificaram que, em regra, as raparigas agressoras e/ou vítimas de *cyberbullying* sofrem níveis mais elevados de perturbação emocional (sintomas de ansiedade ou depressão) e mais facilmente adotam comportamentos de risco. Resultados semelhantes foram obtidos no estudo de Veiga et al. (2019) o qual aponta que 82.3% dos

adolescentes terão observado episódios de *cyberbullying*, 47.1% serão vítimas e 39.9% serão agressores.

A Figura 1 reporta-se a estudo europeu recente (Lobe et al., 2020) sobre o modo como as crianças e adolescentes (10-18 anos) experimentaram os riscos *online* durante o isolamento do Covid-19. Este revela a percentagem de crianças e adolescentes que experienciaram situações de *cyberbullying* como vítimas, de acordo com as seguintes situações: (1) “Recebi mensagens desagradáveis ou ofensivas”; (2) “Mensagens desagradáveis ou ofensivas sobre mim foram repassados ou postados onde outros pudessem ver”; (3) “Fui deixado de fora ou excluído de um grupo ou atividade na internet” e (4) “Fui ameaçado na internet”. Os resultados demonstram que cerca de metade das crianças e adolescentes (49%) da amostra foi vítima de *cyberbullying*. Além disso, 1/4 das crianças e adolescentes relatou ter-se deparado com as quatro situações. O país com maior percentagem de crianças e adolescentes que nunca foram vítimas de experiências de *cyberbullying* é a Eslovénia (68%), seguida da França (61%) e Portugal (59%). Os países em que foi registada uma percentagem mais baixa respeitante a relatos relacionados com as quatro situações de *cyberbullying* foram a Eslovénia (8%), seguida pela Noruega (14%) e Portugal (16%).

Figura 1

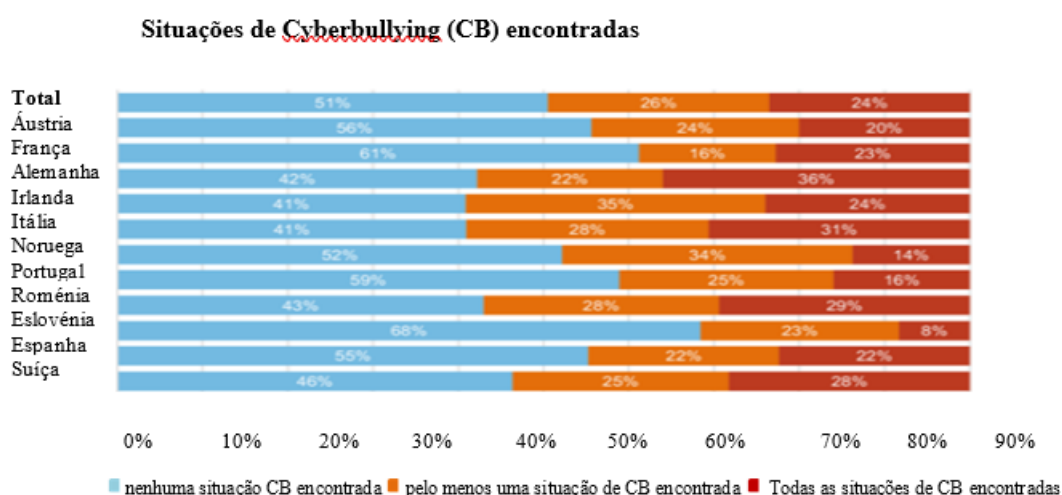


Figura 1. Crianças e adolescentes que foram vítimas de situações de *cyberbullying*, por país (Adaptado de Lobe et al., 2020, p. 23).

Outro dos riscos *online* focados na investigação supramencionada (Lobe et al., 2020) foi o discurso de ódio expresso na internet ou através das TIC (Machackova et al., 2020). Enquanto o *cyberbullying* se refere a trocas entre indivíduos, muitas vezes pares, o discurso de ódio é definido como expressões que espalham, promovem ou justificam o ódio, a discriminação, a xenofobia e outras formas de ódio assentes na intolerância (Europe, 2018). Em todos os países, a percentagem de crianças e adolescentes que já foram expostas ao ciberódio (Figura 2) varia entre a metade, com 52% na Áustria, a mais de 2/3 na Roménia (71%). A exceção são as crianças e adolescentes franceses que relataram essa experiência em 45%. Observa-se ainda que essa experiência arriscada aconteceu no mesmo nível, durante o isolamento do Covid-19, para aproximadamente 1/3 das crianças e adolescentes na Noruega (35%), Eslovénia (32%) e Roménia (32%); 1/4 em Itália (26%), Portugal e Suíça (23%) e 1/5 para os restantes países e de 19% em França.

Figura 2

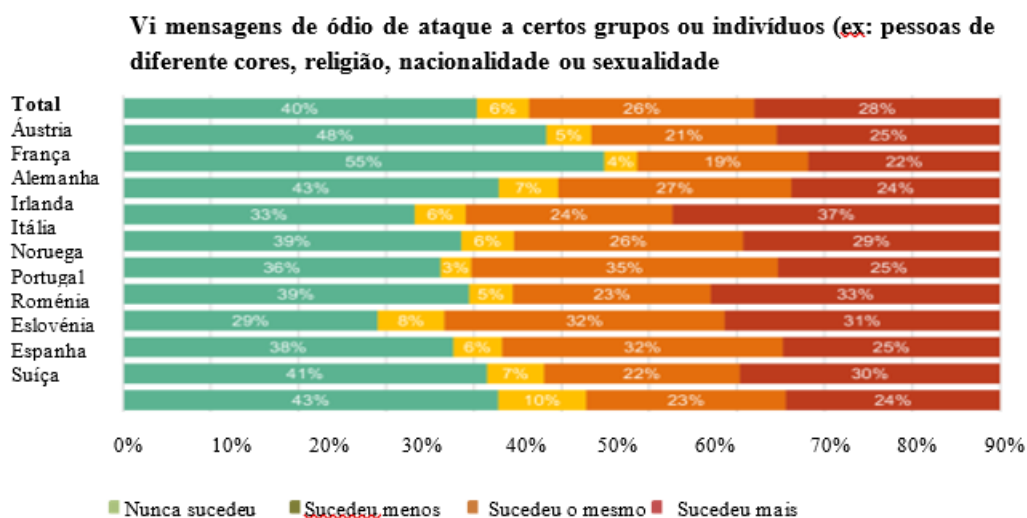


Figura 2. Percentagem de crianças e adolescentes que foram expostas ao ciberódio, por país (Adaptado de Lobe et al., 2020, p. 26).

Um outro risco apontado foi a exposição a conteúdos nocivos como imagens violentas ou sangrentas. A Figura 3 revela que pelo menos metade da amostra relatou ter visto imagens sangrentas e/ou violentas em todos os países participantes, exceto na França, onde apenas 42% dos entrevistados experimentaram esse risco. A maior

percentagem de crianças e adolescentes que relatou já ter tido esta experiência encontra-se na Roménia (67%).

Figura 3

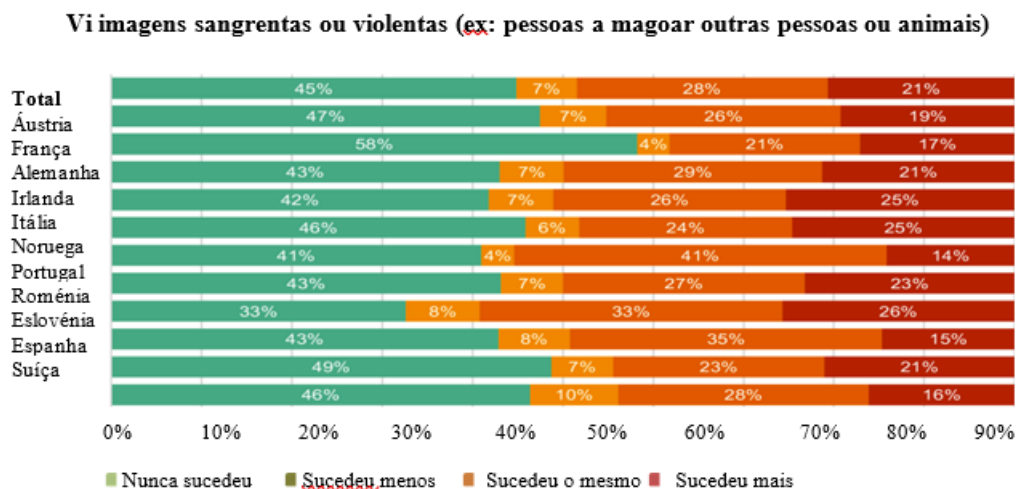


Figura 3. Riscos relacionados com o conteúdo gerado pelo utilizador (conteúdo sangrento ou de violência extrema) e mudanças que ocorreram nele durante o período de isolamento covid-19 (primavera de 2020), por país (Adaptado de Lobe et al., 2020, p. 27).

Com o intuito de fomentar políticas e práticas para proteger as crianças e adolescentes no ambiente digital, a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) procedeu à revisão da sua Recomendação sobre a Proteção de Crianças *Online* de 2012. Este trabalho, iniciado em 2017, foi conduzido por um grupo de especialistas em proteção de dados e privacidade, direitos e bem-estar digital infantil, dos países da OCDE e foi renomeado, Recomendação do Conselho sobre Crianças no Ambiente Digital. Esta revisão teve como objetivo estabelecer um equilíbrio entre a promoção da proteção das crianças dos possíveis riscos *online* em simultâneo com os potenciais benefícios associados ao ambiente digital e inclui, entre outros trabalhos, uma Tipologia de Riscos que veio alterar a tipologia de riscos da OCDE de 2011, passando a classificá-los em 4 categorias: contacto, conteúdo, conduta, consumidor – além de riscos transversais: saúde e bem-estar; privacidade; riscos de tecnologia avançada (Tabela 1). A nova Recomendação da OCDE identifica instrumentos fundamentais da comunidade internacional que devem orientar políticas e decisões relacionadas com o ambiente digital infantil.

Tabela 1. *Riscos para as crianças no ambiente Digital*

Categorias de Riscos	Riscos de Conteúdo	Riscos de Conduta	Contactos de risco	Riscos de consumo
Riscos Transversais	Riscos de privacidade (interpessoal, institucional e commercial)			
	Riscos de Tecnologia Avançada (<i>The Internet of Things</i> (IoT); Análise Preditiva, Biometria)			
	Riscos de Saúde e Bem-estar			
Manifestações dos Riscos	Conteúdo de ódio	Comportamento de ódio	Encontros de ódio	Riscos de marketing
	Conteúdo Prejudicial	Comportamento Prejudicial	Encontros Prejudiciais	Riscos de carácter comercial
	Conteúdo Ilegal	Comportamento ilegal	Encontros ilegais	Riscos financeiros
	Desinformação	Comportamento problemático gerado pelo utilizador	Outros encontros problemáticos	Riscos de segurança

Tabela 1. Crianças no ambiente digital: tipologia revista de riscos (Adaptado de Livingstone & Stoilova, 2021, p. 8).

A nova recomendação estabelece os princípios universais essenciais a ambiente digital seguro e a adoção de medidas protetoras dos direitos das crianças, potenciadoras do seu empoderamento e resiliência (e dos seus pais). Prevê ainda que os países aderentes, tais como Portugal, implementem políticas claras, coerentes e eficazes para um ambiente digital integral, seguro e equitativo para todas as crianças.

Mas, ainda que o papel do Estado seja fundamental neste processo, também o é o da escola e, numa microescala, o dos pais. Esta é uma realidade preocupante à qual todos devem estar atentos e, muito em particular, os pais, já que a mediação parental se revela essencial à introdução de menores no ambiente digital e o seu desenvolvimento nele, bem como a redução da sua exposição aos riscos *online*. Por esse motivo, no ponto

seguinte pretendemos dar a conhecer os diferentes tipos de mediação parental, e de que forma esta afeta os comportamentos de risco *online*.

Mediação Parental no Uso da Internet

Embora a maioria dos adolescentes se encontrem aptos para o uso das tecnologias, os pais são, ou deviam ser, os responsáveis por mediar e controlar o uso de internet dos seus filhos (Almeida et al., 2011; Azevedo et al., 2022; Gabrielli & Tanski, 2020; Yubero et al., 2018; Zaman et al., 2016). O uso de tecnologias digitais pelas crianças e adolescentes depende, em parte, das intervenções dos seus pais no sentido de mediar a sua utilização e práticas digitais (Lobe et al., 2020; Nguyen et al., 2022). Os pais exercem o seu papel socializador, fundamentalmente através de duas formas de atuação: como modelos (ação modeladora, atitude em relação à Internet) e através das suas práticas educativas (ações de mediação). Neste sentido, introduzidas no contexto familiar, as TIC têm originado adaptações não só nos estilos de comunicação, na assunção de novas linguagens e na qualidade relacional na família e contribuído para a redefinição de normas, limites e papéis familiares (Carvalho et al., 2015; Chauhan, 2017; Weitz, 2018). O apoio afetivo e respeito pela autonomia dos adolescentes contribuem decisivamente para a prevenção do uso excessivo da internet (Terres-Trindade & Mosmann, 2016).

A mediação parental compõe o conjunto de medidas utilizadas por pais que influenciam, com as suas condutas, valorizações e verbalizações sobre a ação dos filhos na internet (Grizólio & Scorsolini-Comin, 2020). Esta, está intimamente relacionada com o modo como os pais comunicam com os seus filhos e a possibilidade de participar nos processos de tomada de decisão e desempenhar um papel ativo, um uso autónomo, autorregulado e responsável da internet e redes sociais (Fikkers et al., 2017). Assim, diz respeito às atividades realizadas pelos pais para proteger os seus filhos dos perigos que a internet pode acarretar (Mesh, 2009). Esta mediação tende a ser agrupada em três categorias:

i) mediação restritiva - envolve a limitação do tempo e restrição das páginas a que o adolescente acede, sendo que este último não participa da decisão, pois esta é exclusivamente dos pais (Ren & Zhu, 2022). Os pais estabelecem regras sobre o tempo e/ou conteúdos a que os adolescentes podem aceder (Fikkers et al., 2017). Este estilo de mediação foi identificado como o menos eficaz na prevenção de comportamentos de

risco *online* (Azevedo et al., 2022). A literatura sugere que o alto controle externo subjacente à mediação parental restritiva faz desencadear comportamentos de oposição dos adolescentes e consequentes efeitos indesejáveis (Padilla-Walker et al., 2016; White et al., 2015). De acordo com Li et al. (2014), o controle parental exacerbado pode prejudicar ou predizer uma situação de dependência em internet. Esta prática incentiva e agrava a falta de capacidade dos filhos para discernir sobre os conteúdos a que devem aceder *online*. Em contrapartida, as conclusões da investigação de Fikkers et al. (2017) sugerem que a restrição de apoio à autonomia pode ser um caminho eficaz para pais preocupados com a exposição dos seus filhos à violência nos média, desde que estas práticas sejam regulares e consistentes. O estudo de Fernandes (2019) demonstrou uma relação significativa e positiva entre a mediação restritiva e os comportamentos de risco *online*.

ii) mediação ativa – refere-se à discussão em família das questões relacionadas com o uso da internet e com a criação conjunta de normas. Esta baseia-se no diálogo com o adolescente acerca daquilo que faz *online* com o intuito de dotar os filhos de competências críticas relativas aos conteúdos a que acedem *online* (Simões, 2012). A mediação ativa refere-se às interações positivas dos pais com seus filhos para explicar e/ou discutir o conteúdo *online*, orientá-los quanto ao seu uso apropriado e incentivá-los a olhar para os conteúdos de forma mais crítica ou fornecer informações complementares (Ren & Zhu, 2022). Grizólio & Scorsolini-Comin (2020) explicam que a comunicação saudável é essencial à prevenção de sintomas depressivos advindos do uso excessivo de internet como meio de sanar a solidão. Assunção et al. (2017) destacaram que os adolescentes que têm um vínculo emocional positivo com seus pais são menos alienados nas suas relações e consequentemente fazem um uso menos problemático do Facebook, por exemplo.

iii) uso conjunto – os pais estão presentes enquanto o adolescente está conectado à internet, ou seja, os pais participam e auxiliam os seus filhos na atividade *online* (Yubero et al., 2018). Co-utilizar a internet prevê o envolvimento ativo dos filhos nos processos de tomada de decisão sobre o uso da internet e dispositivos tecnológicos. Ao co-utilizar a internet, espera-se que os adolescentes compreendam os riscos da era digital e desempenhem um papel ativo, complementar ao dos seus pais, para preveni-los (Azevedo et al., 2022).

A mediação parental consubstancia-se num fator determinante para a supervisão e proteção contra os comportamentos de risco *online* em adolescentes. Diversos estudos internacionais recentes debruçaram-se sobre o papel da mediação parental no uso da internet pelos adolescentes, mas mais direcionados para o tempo despendido na internet, para a adição à tecnologia (Ren & Zhu, 2022). Apenas alguns estudos procuraram perceber a relação entre as práticas de parentalidade e os tipos de conteúdos a que as crianças/adolescentes acedem (Chou & Lee, 2017; Elche, 2018; Fikkers et al., 2017; Lippold et al., 2022; Ren & Zhu, 2022; Steinfeld, 2021; García-Jiménez et al., 2022).

Outro estudo recente (Steinfeld, 2021) examinou as estratégias de mediação dos pais na utilização da internet por adolescentes e a sua relação com a idade do adolescente, preocupações com riscos e atividades *online* e comportamentos de risco. Os resultados ilustraram como os pais combinam estratégias de mediação em vários formatos e contextos. A mediação restritiva correlacionou-se positivamente com o aumento das preocupações dos adolescentes, sugerindo uma interiorização dos riscos e consequências menos positivas que, por vezes, advêm do uso da internet. O estudo concluiu que uma combinação equilibrada entre mediação restritiva e ativa fornece as melhores bases para os adolescentes desenvolverem um forte conjunto de normas e limites e serem capazes de autorregular as suas próprias atividades na internet (Steinfeld, 2021). Tan (2022) destacou a mediação instrutiva dos pais e as competências e conhecimentos de alfabetização na internet dos adolescentes como as estratégias mais eficazes para minimizar os riscos da internet *online*.

A Figura 4 é o resultado de um estudo europeu supracitado sobre o modo como as crianças e adolescentes (10-18 anos) experimentaram os riscos *online* durante o isolamento do Covid-19. Esta evidencia a percentagem de pais que nunca praticam mediação ativa, acompanhamento técnico ou restrições (Lobe et al., 2020). Em termos gerais, a percentagem de pais que refere praticar a mediação ativa (sendo a mesma entendida como pais que falam com seus filhos sobre a utilização das tecnologias digitais) é altíssima variando entre 99% na Espanha e 90% na Noruega. Em Portugal, é bastante significativa, 98%. Na Figura 4 pode-se perceber a reduzida percentagem de pais que nunca aplicaram essa estratégia (de 1% na Espanha, 2% em Portugal e 10% na Noruega). A percentagem de pais que nunca pratica a mediação ativa sob a forma de sugestão de modos de utilizar a internet com segurança varia de quase 3% em Portugal e em Itália e 14% na Noruega.

No que diz respeito à monitorização tecnológica observa-se que as percentagens de pais que nunca o fizeram são as mais altas na Eslovénia (33%) e mais baixas em Espanha (9%). Em Portugal, 17% dos pais assumiu não efetuar este acompanhamento. Relativamente à restrição em termos de limites ou proibição de acesso a determinados tipos de conteúdo, observa-se que os países com menor percentagem de pais que nunca implementaram essas medidas restritivas são Itália e Espanha (4%) e a maior percentagem (16%) a Eslovénia. Portugal apresenta uma taxa de de pais que nunca praticou restrições relacionadas com o conteúdo.

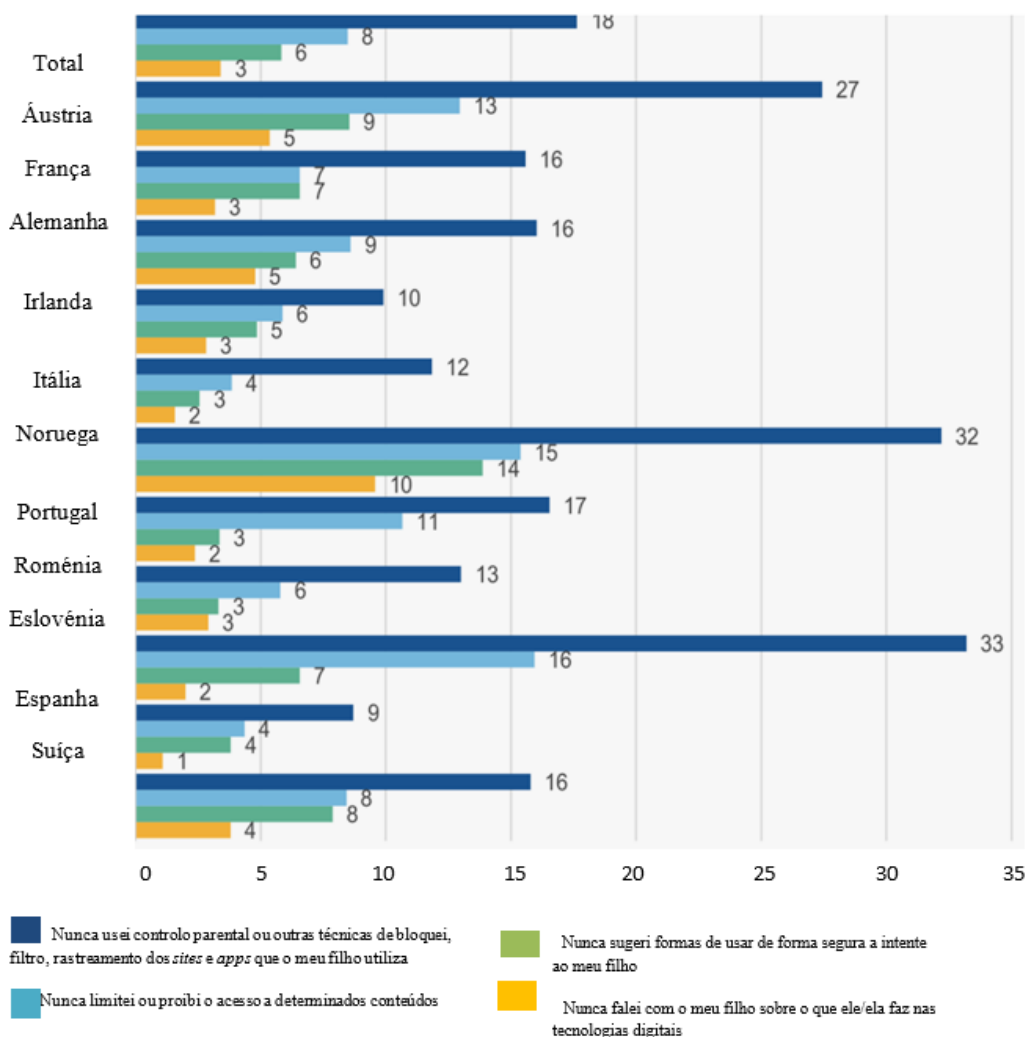


Figura 4. Pais que nunca fizeram alguma prática de mediação parental, por país (Adaptado de Lobe et al., 2020, p. 35).

A nível nacional, os estudos sobre a mediação parental sobre a utilização das tecnologias são poucos. Destacam-se as investigações supracitadas de Azevedo et al. (2022), Mendonça (2016), Monteiro e Mota (2021), Pereira (2016) e Fernandes (2019).

Apesar da intensificação do uso da internet, uma em cada oito crianças e adolescentes europeus referiu “nunca” ou “raramente” ter recebido conselhos sobre segurança *online* (EU Kids Online, 2019). Como nos outros países, também em Portugal pais e professores são a principal fonte de orientação: 71% dos inquiridos portugueses referem terem recebido “com frequência” ou “algumas vezes” conselhos de segurança por parte dos pais e 64 por cento referem esses conselhos por parte de professores. Quase metade (48%) assinala os amigos como conselheiros sobre segurança (EU Kids Online, 2019). Alguns estudos alertam para o facto dos estilos parentais mais permissivos e a falta de coesão familiar, para o facto de alguns pais terem poucos conhecimentos sobre o que seus filhos fazem na internet e, além disso, subestimam os riscos potenciais do acesso à Internet (Monteiro & Mota, 2021).

Uma investigação recente concluiu que o estilo parental assente na assertividade e responsividade assume um papel protetor perante o risco de mau uso da internet dos adolescentes (Monteiro & Mota, 2021). O estudo compreendeu uma amostra de mais de 900 adolescentes e adolescentes adultos, com idades compreendidas entre os 14 e 20 anos de idade. Os resultados demonstraram que um estilo parental democrático inibe comportamentos de risco e, em contrapartida, tanto o estilo autoritário como permissivo potenciam estes comportamentos.

Do mesmo modo, Fernandes (2019) procurou examinar o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online* em pré-adolescentes, explorando as diferenças existentes na mediação parental e nos comportamentos de riscos *online*. Os resultados revelaram encontradas diferenças significativas em função das variáveis sociodemográficas (a idade, género, escolaridade...). Também se verificou uma relação estatisticamente significativa entre a mediação parental e os comportamentos de risco *online*. No estudo de adaptação e validação da escala *Parental Mediation Scale* (PMS) com portugueses pré-adolescentes, Azevedo et al. (2022) encontraram variações na mediação parental em função do sexo dos participantes e relações estatisticamente significativas com a idade dos participantes, uso da Internet e nível de escolaridade dos pais: altos níveis educacionais de mães e pais relacionaram-se positivamente com a mediação altamente restritiva.

Pereira (2016) revela, na sua tese de doutoramento sobre ciberassédio, após examinar 385 díades pais-filhos, que os pais podem contribuir para reduzir a prática de comportamentos de risco *online* e de experiências de ciberassédio, enquanto os adolescentes subestimam o grau de mediação parental que é exercido. Já o estudo de Mendonça (2016) revelou que os estilos parentais não parecem influenciar significativamente a utilização da internet pelas crianças e adolescentes.

A evidência demonstra que o estilo de mediação dos pais varia em função do sexo, idade e nível escolaridade dos pais. No que concerne ao sexo, alguns estudos defendem que os pais tendem a empregar mais frequentemente a mediação restritiva com as filhas do que filhos (Livingstone et al., 2017; Pereira, 2016), no entanto, isso nem sempre acontece, pois, os resultados da investigação de Azevedo et al. (2022) sugeriram que os rapazes perceberam práticas de mediação mais restritivas por parte dos pais do que as raparigas. No estudo de Fernandes (2019), quanto ao género em função da mediação parental, observou-se uma relação significativa positiva em ambos os sexos, contudo os rapazes apresentam pontuações superiores no que refere às estratégias parentais de mediação restritiva enquanto as raparigas apresentam pontuações marginalmente superiores nas estratégias de mediação parental de uso conjunto.

Relativamente às faixas etárias, os resultados mostram que envolver-se em mais oportunidades *online*, ser mais velho e ter um menor nível de mediação parental estão associados a um maior número de riscos *online*. Ao mesmo tempo, ser mais velho, ter acesso à internet em casa, ter pais com maior escolaridade, possuir mais competências digitais e receber um maior nível de co-utilização e mediação parental ativa estão positivamente associados a oportunidades *online* (Cabello-Hutt et al., 2018).

Alguns estudos destacaram que os pais são mais restritivos com os filhos mais novos do que mais velhos (García-Jiménez et al. 2022; Livingstone et al., 2017; Mendonça, 2016; Özgür, 2016; Pereira, 2016; Symons et al., 2017; Yubero et al., 2018). Essa diminuição no envolvimento dos pais é atribuída a três causas principais: (i) aos pais acreditam que os seus filhos têm maior competência digital à medida que envelhecem; (ii) os pais não estão cientes da importância desse período no crescimento dos menores e (iii) quando os menores chegam à adolescência, exigem maior liberdade e confiança dos pais.

Em contrapartida, nas investigações de Álvarez-García et al. (2019), de Azevedo et al. (2022) e de Caivano et al. (2020), os mais velhos perceberam uma mediação mais restritiva do que os pares adolescentes. O mesmo sucedeu no estudo de Fernandes

(2019) no qual se verificou que uma relação estatisticamente significativa e positiva com a mediação restritiva, o que significa que quanto maior a idade, maior é o uso da mediação restritiva praticada pelos pais. Simultaneamente, relativamente aos comportamentos de risco em função da idade, verificou-se que os resultados apresentam valores significativos e positivos na maioria dos comportamentos de risco (exposição à pornografia, exposição à violência, vítima de *cyberbullying*, perpetrador de *cyberbullying*). Adolescentes mais velhos, que reportaram um maior número de comportamentos de risco e de agressão, e uma menor “tutela” parental, apresentaram uma vulnerabilidade face à vitimação significativamente superior aos restantes adolescentes (Pereira, 2016).

No que concerne às habilitações literárias dos pais, por norma, os pais com mais habilitações estão mais cientes dos riscos associados à utilização da internet pelo que recorrem a práticas mais restritivas junto dos seus filhos. Em contrapartida, têm mais capacidade económica para adquirir mais dispositivos, mas isso amplia os desafios de monitorização do seu uso (Azevedo et al., 2022). No que refere à escolaridade dos pais, os resultados apresentam pontuações significativas e positivas entre a mediação restritiva e a escolaridade da mãe e também com a escolaridade do pai. Na mediação de uso conjunto, apenas foi encontrada relação significativa e positiva com a escolaridade do pai. Quanto aos comportamentos de risco *online* em função da escolaridade dos pais, os resultados apresentam diferenças significativas e negativas no comportamento perpetrador de *cyberbullying* em ambos os géneros. Estes resultados não podem ser confirmados com a literatura, pois ainda não existem estudos que avaliem este tema (Fernandes, 2019).

Fikkers et al. (2017) desenvolveram uma investigação constituída por uma amostra de cerca de 1000 adolescentes, com idades compreendidas entre os 10 a 14 anos, e concluíram que a mediação restritiva com apoio à autonomia se correlacionou positivamente com a diminuição da agressividade resultado da diminuição exposição à violência *online*. Do mesmo modo, Chou e Lee (2017) investigaram o efeito moderador dos estilos parentais na utilização da internet por parte dos seus filhos adolescentes (cerca de 3000 alunos com idades entre 13 e 16 anos) e concluíram que mais importante que o estilo parental é o facto de os pais serem capazes de promoverem nos seus filhos a autonomia e auto-regulação necessárias para que estes tenham uma perspetiva crítica sobre os conteúdos a que acedem *online* e para isso o mais importante é a comunicação. A regulação do comportamento *online* dos adolescentes por parte dos pais apresenta-se

como um desafio a esta geração que apresenta uma enorme dependência emocional das novas tecnologias pelo que importa discutir estratégias de promoção de um comportamento *online* saudável.

Metodologia

Desenho de Estudo/Plano de Investigação

Este trabalho de investigação é de carácter transversal visto que a aplicação dos instrumentos seleccionados para a recolha de dados de cada participante ocorreu num único momento. E possui um desenho descritivo-correlacional, sendo que tem o propósito de descrever e investigar as relações entre as variáveis (Ribeiro, 2010). Podemos constatar que o método subjacente à condução e operacionalização desta investigação é de tipo quantitativo. Conforme aponta Freixo (2011), é uma abordagem que assenta na aplicação de técnicas inferenciais e que pressupõe uma recolha de dados num contexto real, mediante consulta de fontes diretas, pelo que é uma metodologia que prima pela objetividade.

Assim, na investigação quantitativa são utilizados questionários, indicando os objetivos do estudo com variáveis mensuráveis e ajudando a organizar, normalizar e a verificar os dados para que as informações possam ser recolhidas de forma rigorosa. Este tipo de estudos pretende descrever e analisar as relações entre as variáveis, os fatos e os fenómenos de uma realidade (Fortin, 2009).

Objetivos do Estudo

No geral, o presente estudo tem como objetivo verificar qual o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online* em adolescentes. Os objetivos específicos consistem em conhecer o nível de uso da Internet dos adolescentes; compreender as atividades de mediação parental que os pais praticam com os filhos; compreender os diferentes tipos de mediação e a relação com os diferentes comportamentos de risco online; analisar a relação dos comportamentos de risco online e mediação parental em função de variáveis sociodemográficas (sexo, escolaridades, etc).

Hipóteses do Estudo

Tendo em conta os objetivos apresentados, foram elaboradas as seguintes hipóteses:

H1: Espera-se que, os comportamentos de risco *online* variem em função do sexo, nomeadamente que o sexo feminino apresente resultados superiores aos do sexo masculino.

H2: Espera-se uma relação positiva entre as habilitações dos pais e as práticas de mediação parental ajustadas.

H3: Espera-se que os pais possuam uma mediação mais restritiva com os seus filhos mais novos do que com os seus filhos mais velhos.

H4: Espera-se que a mediação permissiva se relacione de forma positiva e estatisticamente significativa com os comportamentos de risco *online*.

Amostra

Tal como podemos observar na Tabela 2, a amostra é constituída por 140 sujeitos, dos quais 85 do sexo feminino (39.3%) e 55 do sexo masculino (60.7%), com idades compreendidas entre os 15 e os 20 anos ($M = 16.95$, $DP = 1.36$). A escolaridade dos alunos varia entre o 10º ano (11.4%) e o 12º ano (49.3%). Dos 140 sujeitos, 11 (7.9%) já reprovaram alguma vez e 129 (92.1%) nunca tiveram retenções.

A escolaridade dos pais varia entre “1º ciclo” e o “ensino superior”, sendo que a resposta mais frequente é o “3º ciclo” (29.2%) e a resposta menos frequente é o “1º ciclo” (4.4%). No que concerne à pergunta “Tens telemóvel?”, todos os sujeitos responderam afirmativamente, sendo que as aplicações que mais utilizam são as “Redes Sociais” (75.7%) e a resposta mais frequente a respeito ao número de horas diárias a utilizadas na internet é “Entre 1 e 3 horas” (47.9%).

Tabela 2. Amostra

Variável	Grupo	n	%
Idade	15 Anos	11	7.9%
	16 Anos	39	27.9%
	17 Anos	51	36.4%
	18 Anos	34	24.3%
	19 Anos	3	2.1%
	20 Anos	1	.7%
Género	Feminino	85	39.3%
	Masculino	55	60.7%
Escolaridade	10ºano	16	11.4%
	11ºano	55	39.3%
	12ºano	69	49.3%
Reprovações	Sim	11	7.9%
	Não	129	92.1%
Escolaridade Pais	1ºciclo	6	4.4%
	2ºciclo	23	16.8%
	3ºciclo	40	29.2%
	Ensino Secundário	33	24.1%
	Ensino Superior	35	25.5%
Tem telemóvel	Sim	140	100%
Aplicações	Redes Sociais	106	75.7%
	Música	22	15.7%
	Filmes	5	3.6%
	Jogos	6	4.3%
	E-mail	1	.7%
Nº de horas na internet	Menos de 1 hora	1	.7%
	Entre 1 e 3 horas	67	47.9%
	Entre 5 a 6 horas	56	40%
	Mais de 7 horas	16	11.4%

Instrumentos

Para a recolha de dados foram utilizados os seguintes instrumentos: um questionário sociodemográfico, construído para o efeito; a Escala de Mediação Parental (Yubero et., 2018) e a Escala de Comportamentos de Risco *Online* (ECRO).

O questionário sociodemográfico tem como objetivo identificar características comuns entre os participantes e permite obter uma informação mais complexa sobre a problemática. Assim o questionário integra as seguintes variáveis: idade, género, escolaridade, escolaridade dos pais, uso do telemóvel, aplicações online utilizadas, número de horas dedicadas ao uso da internet e se nos tempos livres os participantes utilizam a internet.

A Escala de *Mediación Parental* (Yubero et al., 2018), com 28 itens, faz referência às regras e práticas utilizadas pela figura parental em relação ao uso que os filhos fazem da internet. Para construir este instrumento, os autores retiraram itens de outras pesquisas (Lee & Chae, 2007; Livingstone & Helsper, 2008; Mesh, 2009). Todos os itens estão formulados de forma afirmativa, utilizando uma escala de resposta tipo Likert de 4 pontos (1 = nunca, 4 = sempre). A escala encontra-se adaptada de forma a ser preenchida pelos pais e pelos filhos e está dividida em três dimensões, sendo que cada uma corresponde ao tipo de Mediação Parental (mediação ativa, mediação restritiva e mediação de conjunta). Segundo Freixo (2011), a escala de Likert é útil e perfeitamente ajustada a este tipo de investigação, na medida em que permite ao sujeito exprimir em que medida está de acordo ou em desacordo com os enunciados do questionário. Esta escala foi adaptada para o contexto português por Fernandes (2019), cujos resultados sugerem uma solução alternativa do ponto de vista teórico e com dados psicométricos. Foram então testados modelos alternativos com a eliminação de alguns itens com baixo poder discriminativo, levando à formação de dois fatores. O primeiro fator apresenta 14 itens e avalia a dimensão mediação ativa e mediação de uso conjunto, enquanto que o segundo fator agrupa sete itens relativos à mediação restritiva.

Relativamente à Escala de Comportamentos de Risco Online, e visto que não existem muitos instrumentos que avaliem os comportamentos de risco online, foi utilizada a tradução da escala *Online Risk Behaviours* (Rodriguez-de-Dios et al., 2018). Com o objetivo de complementar a escala foram também adicionados itens com auxílio de outros estudos (Álvarez-Garcia et al., 2015; Livingstone & Helsper, 2010). Desta forma, a escala utilizada para avaliar os comportamentos de risco online foi o ECRO,

encontrando-se ainda em adaptação (adaptação ainda não publicada). Esta escala é composta por dezassete itens distribuídos em quatro subescalas (cyberviolência, contacto com estranhos, discriminação online, e exposição pornografia). Esta escala é classificada numa escala de *Likert* de seis pontos, sendo que as respostas variam entre (1) Nunca a (6) Sempre, onde os adolescentes relatam a frequência com que se envolvem em determinadas atividades *online*. Por fim, foi realizada a análise de consistência interna de cada subescala do instrumento, através do cálculo do coeficiente *alfa de Cronbach*, apresentando os seguintes valores de *alfa de Cronbach*: cyber-violência .788; contacto com estranhos .709; discriminação online .719; exposição à pornografia .813. Para proceder à possível extração de fatores, foram realizadas as análises fatoriais exploratórias. Posto isto, foram extraídos quatro fatores, que apresentavam a saturação superior a 1. O item 1 (“Partilhas informações pessoais [endereço, número de telefone, etc] com outra pessoa com quem tenhas estado cara a cara”), apresentou baixa comunalidade (<.350) (Osborne, 2014). As comunalidades também foram apropriadas (>.300). Através das análises, foi também perceptível, a eliminação de itens por baixo poder discriminativo, bem com os itens que apresentavam valores de saturação semelhantes em diferentes fatores ou que saturavam em fatores diferentes do que seria pretendido.

Procedimentos de Recolha e Análise de Dados

Num estudo, as técnicas e instrumentos de recolha de dados são elementos essenciais, pois estes influenciam a qualidade da investigação (Morgado, 2012). Para a realização deste estudo, foi construído o protocolo de recolha de dados online, no Google Forms. O formulário online foi alvo de análise pelo orientador científico e pelas colegas do grupo para garantir que o protocolo se encontrava completo, ortograficamente correto, e as instruções e os itens eram compreensíveis. De seguida, foram contactados os autores das versões originais dos instrumentos com o objetivo de obter a autorização para a aplicação dos mesmos. Posteriormente foram selecionadas duas escolas públicas, do ensino secundário. Com o propósito de ser autorizada a aplicação dos instrumentos, bem como a apresentação de uma sessão de esclarecimento no meio escolar a todas as turmas que participaram desta recolha de dados, foram requeridas autorizações aos órgãos de gestão das escolas e mais tarde aos encarregados de educação de cada adolescente. Após a devida autorização, foi acordado com os

membros da direção das escolas o momento mais apropriado para a realização da recolha de dados.

A recolha de dados foi realizada pela investigadora, de forma presencial e em horário letivo. Foi solicitado a cada participante o preenchimento de um consentimento informado, depois de uma breve explicação sobre o estudo e o procedimento da investigação e das questões de confidencialidade. Foi também salientada a importância do formulário ser preenchido de forma individual, sendo que a investigadora mostrou total disponibilidade para esclarecer qualquer questão que surgisse. Após os questionários estarem devidamente preenchidos, estes ficaram ao encargo da investigadora, respeitando todos os aspetos éticos do processo.

Resultados

Análise Descritiva do Uso de Aplicações e dos Comportamentos de Risco *Online*

Com o objetivo de compreender o uso da internet pelos participantes, procedeu-se à estatística descritiva dos itens. Relativamente ao número de horas que cada sujeito dedica diariamente à utilização da internet, estas variam entre “menos de uma hora (0.7%) e “mais de sete horas” (11.4%), sendo que se verifica que a resposta mais frequente é “entre uma e três horas diárias” (47.9%), mas 40% respondeu “entre cinco e sete horas”. A aplicação mais utilizada pelos sujeitos foi “redes sociais” (75.7%) (Tabela 3).

Tabela 3.
Descrição do Uso da Internet

		n	%
Nº de Horas Diárias	Menos de 1 hora	1	.7%
	Entre 1 e 3 horas	67	47.9%
	Entre 5 e 7 horas	56	40%
	Mais de 7 horas	16	11.4%
Aplicações Utilizadas pelos Jovens	Aplicação Jogos	6	4.3%
	Aplicação Redes Sociais	106	75.7%
	Aplicação <i>E-mail</i>	1	.7%
	Aplicação Música	22	15.7%
	Aplicação Filmes	5	3.6%

Para uma melhor compreensão da tabela 4, importa salientar que a subescala “contacto com estranhos” compreende cinco itens, a subescala “exposição à pornografia” três itens, a subescala “ciber-violência” contém cinco itens e “discriminação online” compreende quatro itens. Através da integração destes itens a cada uma das dimensões, foram encontrados os dados da Tabela 4. Considerando a média, conseguimos inferir que os comportamentos de risco *online* mais frequentes pertencem à dimensão “contacto com estranhos” (M = 10.6); seguida de “ciber-violência” (M = 7.16); “discriminação online (M = 6.67) e “exposição a pornografia” (M = 5.15).

Tabela 4.

Comportamentos de Risco Online

		Min	Max	M	DP
Comportamentos de Risco <i>Online</i>	Contacto com Estranhos	5	26	10.6	3.66
	Exposição a Pornografia	3	17	5.15	2.90
	Ciber-violência	5	26	7.16	2.30
	Discriminação Online	4	21	6.67	2.90

Relação entre mediação parental e comportamentos de risco online em função das variáveis sociodemográficas

Foi utilizado o teste de correlação de *Pearson* para explorar a relação entre as estratégias de Mediação Parental e os Comportamentos de Risco *Online*. Os resultados, expostos na Tabela 5, indicam uma associação significativa e positiva entre a mediação permissiva e o comportamento contacto com estranhos ($r = .504, p = .001$), bem como entre a mediação permissiva e o comportamento exposição à pornografia ($r = .356, p = .001$) e no comportamento exposição à violência ($r = .178, p = .035$).

Tabela 5.

Correlação entre a Mediação Parental e os Comportamentos de Risco Online

	Contacto Estranhos	Exposição Pornografia	Exposição Violência	Discriminação Online
Mediação Restritiva	-.018	.000	.154	.016
Mediação Ativa	-.082	-.092	-.049	.000
Mediação Permissiva	.504**	.356**	.178*	.116

** p< .01; * p< .05

Como se observa na Tabela 6, e com recurso ao teste t de *student*, foi avaliado de que forma a Mediação Parental e os Comportamentos de Risco *Online* variam em função do género. No que respeita às estratégias de Mediação Parental, na dimensão mediação ativa foram encontradas pontuações superiores no sexo feminino (M = 5.72, DP = 2.66) comparativamente com o sexo masculino (M = 4.42, DP = 3.11) sendo as diferenças marginalmente significativas [$t_{(138)} = -2.638, p = .005$]. Na dimensão referente à mediação restritiva, as pontuações são mais altas no sexo feminino (M = 1.80, DP = 2.16) do que no masculino (M = 1.49, DP = 2.14) e, na dimensão mediação permissiva foram encontradas pontuações superiores no sexo masculino (M = 4.34, DP = 2.44) comparativamente ao sexo feminino (M = 3.99, DP = 2.30). Relativamente aos comportamentos de risco *online*, foram encontradas pontuações superiores no sexo masculino em algumas dimensões em relação ao sexo feminino, com diferenças estatisticamente significativas nos comportamentos “contacto com estranhos”, “discriminação online” e “exposição à violência” ($p < .05$).

Tabela 6.

Mediação Parental, os Comportamentos de Risco Online em função do género

		Feminino		Masculino		<i>T test</i>		
		<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Estratégias de Mediação Parental	Mediação Restritiva	1.80	2.16	1.49	2.14	-8.30	138	.204
	Mediação Ativa	5.72	2.66	4.42	3.11	-2.638	138	.005
	Mediação Permissiva	3.99	2.30	4.34	2.44	.875	138	.191
Comportamentos de Risco Online	Contacto Estranhos	9.72	3.66	11.9	4.98	3.027	138	.001
	Exposição Pornografia	5.09	2.90	5.23	2.89	.283	138	.389
	Exposição Violência	6.30	2.30	8.49	4.71	3.199	70.904	.001
	Discriminação Online	6.12	2.90	7.53	4.14	2.198	88.2.19	.015

Na análise entre a relação da mediação parental e os comportamentos de risco *online* em função das habilitações literárias dos pais, foi utilizado o teste de correlação de *Spearman*. Verifica-se, conforme a tabela 7, que se encontraram relações estatisticamente significativas e negativas entre a escolaridade dos pais e mediação permissiva ($r_s = -.276, p = .001$); com o comportamento contacto com estranhos ($r_s = -.266, p = .002$); com exposição à pornografia ($r_s = -.246, p = .004$); com exposição à violência ($r_s = -.348, p = .008$); e com discriminação online ($r_s = -.329, p = <.001$).

Relativamente à relação entre a Mediação Parental e os Comportamentos de Risco *Online* com a idade dos sujeitos foi utilizado o teste de correlação de *Pearson*, para avaliar neste sentido. Como se verifica na Tabela 7, não foram encontradas relações estatisticamente significativas.

Tabela 7.

Mediação Parental e os Comportamentos de Risco Online em função da escolaridade dos pais e da idade dos participantes

		Escolaridade dos Pais	Idade dos Estudantes
Estratégias de Mediação Parental	Mediação Restritiva	.154	.118
	Mediação Ativa	-.006	.016
	Mediação Permissiva	-.276**	.143
Comportamentos de Risco Online	Contacto Estranhos	-.266**	.073
	Exposição Pornografia	-.246**	.130
	Exposição Violência	-.348**	.068
	Discriminação online	-.329**	.048

** p< .01; * p< .05

Discussão

A realização deste estudo teve como objetivo examinar a relação entre a mediação parental e os comportamentos de risco *online* em adolescentes. Os resultados obtidos na presente investigação revelam que os adolescentes utilizam a internet durante muitas horas (“entre 1 a 3 horas” – 47.9% e “entre 5 a 7 horas” – 40%) e fazem-no sobretudo em redes sociais (75.7%). Estes resultados corroboram os obtidos por um estudo nacional realizado numa parceria entre a APAV e a Geração Cordão entre dezembro de 2021 e dezembro de 2022 (Patrão et al., 2023), no qual a preferência *online* dos 344 adolescentes portugueses inquiridos foi para as “redes sociais” (ex: tikTok, Instagram, Facebook, Twitter) com uma percentagem de 44%. Estes assumiram utilizar a internet diariamente entre 2h a 4h: 29,6% e entre 4h a 6h: 22,8%, valores aproximados aos obtidos no nosso estudo. Estes dados revelam desde logo a importância da nossa investigação. Se os adolescentes despendem tantas horas na internet há uma maior probabilidade de exposição aos riscos *online* tal como explicitado por diversos investigadores (Astorga-Aguilar & Schmidt-Fonseca 2019; Ramírez-García & Aguaded-Gómez, 2020). Desta feita, a mediação parental é determinante na gestão do uso de internet dos adolescentes (Chou & Lee, 2017; Fikkers et al., 2017; García-Jiménez et al., 2022; Lobe et al., 2020; Nguyen et al., 2022; Ren & Zhu, 2022; Steinfeld, 2021; Shi et al., 2017), pois tal como defendido por Pereira (2016), os pais podem contribuir para a diminuição de práticas de comportamentos de risco *online*. Contrariamente a esta perspetiva, a investigação conduzida por Mendonça (2016) demonstrou que os estilos parentais não influem significativamente na utilização da internet por parte dos adolescentes. A evidência aponta como proposta de intervenção uma gestão do uso da tecnologia, através da fixação do número de horas, supervisão e partilha de conteúdos – designado processo de co-construção com a família na procura de soluções e de confiança na mudança (Patrão & Marinho, 2018). Neste sentido, procura-se promover a psicoeducação familiar quanto à utilização saudável da tecnologia, por parte dos adolescentes, sem negligenciar a importância do ajuste das práticas e modelos parentais (Abreu & Góes, 2011). É determinante que os pais utilizem conjuntamente com os filhos a tecnologia, favorecendo o seu potencial de aprendizagem e interação, preservando um canal de comunicação com os filhos, privilegiando o conhecimento das atividades que estes encetam *online*, discutindo com os mesmos sobre os potenciais riscos potenciais da tecnologia e encorajando-os a exporem os seus

problemas/dúvidas/constrangimentos. Assim, autores Ponte et al. (2018) privilegiam a negociação de regras e limites familiares face à utilização das TIC, em alternativa a medidas puramente restritivas.

No que concerne à associação entre a mediação parental e aos comportamentos de risco *online* em função da variável sociodemográfica género, na dimensão mediação ativa e restritiva foram encontradas pontuações superiores no sexo feminino enquanto na dimensão mediação permissiva foram encontradas pontuações superiores no sexo masculino. Os resultados obtidos vão de encontro aos obtidos por Livingstone et al. (2017) e Pereira (2016) que revelam que os pais tendem a empregar mais frequentemente a mediação restritiva com as filhas do que filhos. Em contrapartida contrariam os resultados da investigação de Azevedo et al. (2022) e Fernandes (2019) nas quais os adolescentes do género masculino perceberam práticas de mediação mais restritivas, por parte dos pais, do que as raparigas. Não se confirma a hipótese 1 “Espera-se que, os comportamentos de risco *online* variem em função do sexo, nomeadamente que o sexo feminino apresente resultados superiores aos do sexo masculino”, pois foram encontradas pontuações superiores no sexo masculino, em várias dimensões, com diferenças estatisticamente significativas nos comportamentos “contacto com estranhos”, “discriminação *online*” e “exposição à violência”. O facto de os pais serem mais permissivos com os adolescentes do sexo masculino pode ter contribuído para o incremento dos comportamentos de risco *online* supracitados.

A hipótese 2 “Espera-se uma relação positiva entre as habilitações dos pais e as práticas de mediação parental ajustadas” está parcialmente confirmada, pois os resultados apresentam apenas pontuações significativas entre a escolaridade dos pais e mediação permissiva com o comportamento “contacto com estranhos”; com “exposição à pornografia”; com “exposição à violência” e com “discriminação *online*”. Os resultados obtidos corroboram os de Fernandes (2019) os quais correlacionaram positivamente a mediação restritiva e as habilitações dos pais.

Não se confirma a hipótese 3 “Espera-se que os pais possuam uma mediação mais restritiva com os seus filhos mais novos do que com os seus filhos mais velhos”, pois não se verificaram diferenças estatisticamente significativas na relação entre a mediação parental e aos comportamentos de risco *online* em função da idade. Especula-se que estes resultados se devam ao facto de os adolescentes mais velhos evidenciarem mais comportamentos de risco *online*. Este resultado vai de encontro a algumas investigações em que os mais velhos perceberam uma mediação mais restritiva do que os pares mais

novos (Álvarez-García et al., 2019; Azevedo et al., 2022; Cabello-Hutt et al., 2018; Caivano et al., 2020; Fernandes, 2019; Pereira, 2016). Em contrapartida, outros estudos destacaram que os pais são mais restritivos com os filhos mais novos do que mais velhos (García-Jiménez et al. 2022; Livingstone et al., 2017; Mendonça, 2016; Özgür, 2016; Pereira, 2016; García-Jiménez et al., 2022; Symons et al., 2017 e Yubero et al., 2018) o que não se refletiu nesta investigação.

Tendo em consideração o objetivo principal do estudo que pretende verificar o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online*, os resultados indicaram uma relação significativa e positiva entre a mediação permissiva e comportamentos de risco *online* “contacto com estranhos”, confirmando-se, em parte, a hipótese 4 “Espera-se que a mediação permissiva se relacione de forma positiva e estatisticamente significativa com os comportamentos de risco *online*.”, no caso apenas com o “contacto com estranhos”, talvez por ser o risco *online* mais comum entre os adolescentes. Estes resultados vão de encontro a pesquisas anteriores que mostram que a um estilo parental permissivo potencia comportamentos de risco *online* (Monteiro & Mota, 2021). Tendo em linha de conta que os resultados do nosso estudo apontam como comportamento de risco *online* mais frequentes, “contacto com estranhos”, os resultados corroborados por Patrão et al. (2023), investigação que revelou que 82,8% dos jovens já tinha falado na internet com alguém que nunca tinha encontrado antes cara a cara e, em 2021, 26,6% dos adolescentes se tinha encontrado pessoalmente com esses desconhecidos, urge a adoção de estratégias de mediação parental como forma de prevenção comportamentos de risco *online*. Atendendo ao facto de os adolescentes utilizarem as redes sociais durante longos períodos de tempo entende-se que mediação parental pode contribuir para a minimização dos Comportamentos de Risco *Online*.

Conclusão

A realização deste trabalho potenciou uma melhor compreensão acerca da utilização da internet, da mediação parental e dos comportamentos de risco *online* em adolescentes portugueses. Os resultados do estudo permitiram perceber que o uso de estratégias de mediação permissiva praticada pelos pais potencia comportamentos de risco *online*, nomeadamente o “contacto com estranhos”. Relativamente à associação mediação parental e os comportamentos de risco *online* em função da variável sociodemográfica género, na dimensão mediação ativa e restritiva registaram-se pontuações superiores no sexo feminino. Já nos comportamentos de risco *online*, foram encontradas pontuações superiores no sexo masculino em todas as dimensões com diferenças estatisticamente significativas nos comportamentos “contacto com estranhos”, “discriminação online” e “exposição à violência”. No que concerne à mediação parental e comportamentos de risco *online* em função da escolaridade dos pais, os resultados apresentam diferenças estatisticamente significativas entre a escolaridade dos pais e mediação permissiva com o comportamento “contacto com estranhos”; com “exposição à pornografia”; com “exposição à violência” e com “discriminação *online*”. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre a mediação parental e os comportamentos de risco *online* em função da idade dos sujeitos.

A literatura recomenda uma mediação parental que privilegie a negociação de regras e limites familiares face à utilização das TIC. Aponta como proposta de intervenção uma gestão do consumo da tecnologia, através da fixação do número de horas, supervisão e partilha de conteúdos – designado processo de co-construção com a família na procura de soluções e de confiança na mudança. Em suma, é imprescindível que os pais potenciem a comunicação com os filhos, acompanhando as suas atividades *online*, refletindo com os mesmos acerca dos potenciais riscos potenciais da tecnologia e encorajando-os a exporem os seus constrangimentos. A evidência sugere que as estratégias restritivas e a mediação ativa não são *per se* boas ou más, pois a sua eficácia está dependente do estilo de comunicação que os pais desenvolvem com os filhos e com a consistência das suas práticas e o contínuo apoio à autonomia.

Na presente investigação é importante referir algumas limitações, que podem ser consideradas em estudos futuros, nomeadamente a dimensão da amostra. O ideal seria conseguir-se uma amostra mais alargada, no sentido de possibilitar a representatividade

da população e a comparação dos resultados. Em estudos futuros, seria pertinente correlacionar a medição parental e os comportamentos de risco *online* com as competências digitais dos adolescentes, para se inferir se a aquisição destas competências influencia ou não os resultados. Relativamente a outras recomendações futuras, tendo em atenção o elevado número de horas que os adolescentes assumem despendendo *online* nas redes sociais urge a criação de programas de formação para adolescentes e pais que permitam prevenir comportamentos de risco *online*, bem como consciencializar os pais relativamente ao uso da internet (*e.g.* através da sensibilização em escolas). Além disso é imperativa uma intervenção alargada (escola-pais-comunidade) com foco na promoção da gestão de um comportamento *online* saudável desde idades precoces.

Referências bibliográficas

- Abreu, C., & Góes, D. (2011). Psychoterapy for Internet Addiction. In Young, K., & Abreu, C.N., *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment* (pp.155-171). New Jersey: Wiley
- Almeida, A. N., Alves, N. D., & Delicado, A. (2011). As crianças e a internet em Portugal: perfis de uso. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 65, 9-30.
- Álvarez-García, D., García, T., Cueli, M., & Núñez, J. C. (2019). Parental control of internet use by adolescents: Evolution and gender differences. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación–e Avaliação Psicológica*, 2, 19-31.
- Appel, M., Holtz, P., Stiglbauer, B. & Batinic, B. (2012). Parents as a resource: Communication quality affects the relationship between adolescents' internet use and loneliness. *Journal of Adolescence*, 35(6), 1641-1648.
- Astorga-Aguilar, C., & Schmidt-Fonseca, I. (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *Revista Electrónica Educare*, 23(3), 201.
- Assunção, R. S., Costa, P., Tagliabue, S. & Matos, P. M. (2017). Problematic Facebook use in adolescents: associations with parental attachment and alienation to peers. *Journal of Child and Family Studies*, 26(11), 2990-2998.
- Azevedo, A., Oliveira, I. M. & Dias, P. C. (2022). Parental mediation of the Use of the Internet: A Psychometric Study with Portuguese Pre-adolescents. In: Mesquita, A., Abreu, A., Carvalho, J.V. (eds), *Perspectives and Trends in Education and Technology. Smart Innovation, Systems and Technologies* (pp. pp 895–906). Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-16-5063-5_74.
- Lobe, B., Velicu, A., Staksrud, E., Chaudron, S. and Di Gioia, R. (2020). *How children (10-18) experienced online risks during the Covid-19 lockdown - Spring 2020*, EUR 30584 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021.
- Cabello-Hutt, T., Cabello, P., & Claro, M. (2018). Online opportunities and risks for children and adolescents: The role of digital skills, age, gender and parental mediation in Brazil. *New Media and Society*, 20(7), 2411–2431.
- Caivano, O., L. K. & Talwar, V. (2020). When you think you know: The effectiveness of restrictive mediation on parental awareness of cyberbullying experiences among children and adolescents. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14, 1–15.

- Carvalho, A., Bento, C., Pereira, A. T., & Macedo, A. (2019). Cyberbullying e Comportamentos de Risco numa Amostra de Adolescentes portugueses. VIII Congresso In4Med, Coimbra, 21 a 24 de fevereiro de 2019. Consultado em 26 de outubro de 2022. Disponível em <https://eg.uc.pt/bitstream/10316/89723/1/Tese%20Mestrado%20Andr%c3%a9%20Carvalho.pdf>
- Carvalho, J., Francisco, R., & Relvas, A. P. (2015). Family functioning and information and communication technologies: How do they relate? A literature review. *Computers in Human Behavior*, 45, 99-108.
- Chauhan, S. (2017). A meta-analysis of the impact of technology on learning effectiveness on elementary students. *Computers & Education*, 105, 14-30.
- Chou, C., & Lee, Y-H. (2017). The Moderating Effects of Internet Parenting Styles on the Relationship Between Internet Parenting Behavior, Internet Expectancy, and Internet Addiction Tendency. *Asia-Pacific Edu Res*, 26(3-4), 137-146.
- Daoud, R., Starkey, L., Eppel, E., Vo, T. D., & Sylvester, A. (2021). The educational value of internet use in the home for school children: A systematic review of literature. *Journal of Research on Technology in Education*, 53, 353-374.
- Dias-Trindade, S., & Carvalho, J. R. (2019). *História, Tecnologias Digitais e Mobile Learning*. Coimbra: Imprensa UC. No prelo.
- EU KIDS online (2019). Consultado em 10 de março de 2022. Disponível em <http://fabricadesites.fcsh.unl.pt/eukidsonline/>
- Europe, C.O. (2018). *Hate speech*. Consultado em 02 de novembro de 2022. Disponível em <https://www.coe.int/en/web/freedom-expression/hate-speech>
- EUROSTAT (2022). Consultado em 03 de março de 2022. Disponível em https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Digital_economy_and_society_statistics_households_and_individuals
- Eynon, R., & Malmberg, L. E. (2011). A typology of young people's Internet use: Implications for education. *Computers & Education*, 56(3), 585-595.
- Fikkers, K. M., Piotrowski, J. T., & Valkenburg, P., M. (2017). A matter of style? Exploring the effects of parental mediation styles on early adolescent's media violence exposure and aggression. *Journal Computers in Human Behavior*, 70, 407-415 (2017).

- Fernandes, P. R. G. (2019). *Mediação parental e comportamentos de risco online: um estudo com estudantes dos 10 aos 13 anos*. [Tese de Mestrado]. Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica.
- Fortin, M. F. (2006). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Lisboa, Lusodidacta.
- Freixo, M. (2011). *Metodologia científica – Fundamentos, métodos e técnicas*. (3ª ed.), Lisboa, Portugal: Instituto Piaget.
- Gabrielli, J., & Tanski, S. E. (2020). The A, B, Cs of youth technology access: Promoting effective media parenting. *Clinical Pediatrics*, 59(4-5), 496-499.
- García-Jiménez, A., Suárez-Álvarez, R. & Montes-Vozmediano, M.. (2022). Vulnerable situations in adolescent youtubers’ videos. Gender and age differences. *Mediterranean Journal of Communication*, 13, 93-106.
- George, M. J., Jensen, M. R., Russell, M. A., Gassman-Pines, A., Copeland, W. E., Hoyle, R. H., & Odgers, C. L. (2020). Young Adolescents’ Digital Technology Use, Perceived Impairments, and Well-Being in a Representative Sample. *J. Pediatr*, 219, 180–187.
- Grizólio, T. C., & Scorsolini-Comin, F. (2020). Como a mediação parental tem orientado o uso de internet do público infanto-juvenil?. *Psicologia Escolar e Educacional*, 24, 1-10.
- Instituto Nacional de Estatística (2020). *Inquérito à Utilização de Tecnologias da Informação e da Comunicação pelas Famílias 2020*. Sociedade da informação e do conhecimento.
- Lee, S., & Chae, M. A. (2007). Children’s Internet use in a family context: influence on family relationships and parental mediation. *Cyberpsychology & Behavior*, 10(5), 640-644.
- Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in Human Behavior*, 41(1), 1-7.
- Lin, N. (2021). Research on the Influence of the Internet on Teenagers’ Psychology and Behavior. *Paper presented at the 7th International Conference on Humanities and Social Science Research (ICHSSR 2021)*, Qingdao, China, April 23–25; Paris: Atlantis Press, pp. 996–1000.

- Lippold, M. A., Brandon T. M., & Todd M. J. (2022). Mindful Parenting and Parent Technology Use: Examining the Examining the Intersections and Outlining Future Research Directions. *Soc. Sci.* 2022, 11(2), 43.
- Livingstone, S., & Stoilova, M. (2021). *The 4Cs: Classifying Online Risk to Children. (CO:RE Short Report Series on Key Topics)*. Hamburg: Leibniz-Institut für Medienforschung | Hans-Bredow-Institut (HBI); CO:RE - Children Online: Research and Evidence. Consultado em 26 de outubro de 2022. Disponível em <https://doi.org/10.21241/ssoar.71817>
- Livingstone, S. & Helsper, E. (2008). Parental mediation and children's Internet use. *Journal of broadcasting & electronic media*, 52(4), 581-599.
- Livingstone, S., Ólafsson, K., Helsper, E. J., Lupiáñez-Villanueva, F., Veltri, G., Folkvord, F. (2017). Maximizing opportunities and minimizing risks for children online: The role of digital 11 skills in emerging strategies of parental mediation, *Journal of Communication*, 67(1), 82- 105.
- Lobe, B., Velicu, A., Staksrud, E., Chaudron, S. and Di Gioia, R. (2020), *How children (10-18) experienced online risks during the Covid-19 lockdown - Spring 2020*, EUR 30584 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021, ISBN 978-92-76-29763-5, doi:10.2760/562534, JRC124034.
- Machackova, H., Blaya, C., Bedrosova, M., Smahel, D., & Staksrud, E. (2020). *Children's experiences with cyberhate*. Consultado em 02 de novembro de 2022. Disponível em <https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/reports/euko-cyberhate-22-4-final.pdf>
- Martínez de Morentin, J. I., Cortés, A., Medrano, C., & Apodaca, P. (2014). Internet use and parental mediation: A cross-cultural study. *Computers & Education*, 70, 212-221.
- Mendonça, S. H. (2016). *A Influência dos Estilos Parentais na utilização da Internet por Crianças e Adolescentes*. [Tese de mestrado]. Departamento de Psicologia Social e das Organizações do Instituto Universitário de Lisboa.
- Mesh, G. S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 387-393.
- Monteiro, B., & Mota, C. P. (2021). Estilos parentais e o risco no uso das redes sociais em adolescentes e jovens adultos: Papel mediador da personalidade. *Psicologia*, 35(1),71-84.

- Morgado, J. C. (2012). *O Estudo de Caso na Investigação em Educação*. Santo Tirso: De Facto Editores.
- Nguyen, T. T. P., et al. (2022). Parent-child relationship quality and internet use in a developing country: adolescents' perspectives. *Front. Psychol*, *13*, 847278.
- OCDE (2021). Children in the digital environment: Revised typology of risks. *OECD Digital Economy Papers, N.º 302*. Consultado em 24 de outubro de 2023. Disponível em <https://doi.org/10.1787/9b8f222een>
- Özgür, H. (2016). The relationship between internet parenting styles and internet usage of children and adolescents. *Computer in Human Behavior*, *60*, 411-424.
- Pacheco, E., & Melhuish, N. (2020). New Zealand Children's Experiences of Online Risks and Their Perceptions of Harm. Evidence From Ngā Taiohi Matihiko O Aotearoa – New Zealand Kids Online. *SSRN Electron. J.* <https://ssrn.com/abstract=3535184> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3535184>
- Padilla-Walker, L. M., Coyne, S. M., & Collier, K. M. (2016). Longitudinal relations between parental media monitoring and adolescent aggression, prosocial behavior, and externalizing problems. *Journal of Adolescence*, *46*, 86-97.
- Patrão, I., Borges, I., Estrela, R., & Moreira, A. (2023). Comportamentos Online de Risco, Cibersegurança e Saúde Mental numa Amostra de Jovens Portugueses. Relatório parceria Geração Cordão/APAV. Consultado em 30 de outubro de 2023. Disponível em www.geracaocordao.com; www.apav.pt.
- Patrão, I., & Marinho, A. (2018). Adição à internet e intervenção familiar: experiência do núcleo utilização problemática internet. *Atas do 12º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* (pp. 411-417).
- Pereira, F. S (2016). *Ciberassédio na adolescência: Prevalência(s), reações à vitimação e mediação parental*. [Tese de Doutoramento]. Escola de Psicologia da Universidade do Minho.
- Ponte, C. et al. (2018). *Crianças (3-8 anos) e ecrãs*. ERC – Entidade Reguladora para a Comunicação Social.
- Ramírez-García, A., & Aguaded-Gómez, I. (2020). E-parenting +” a través de una Escuela de Familias: Formación parental como transferencia desde la investigación. *ICONO 14*, *18*(2), 353-377.
- Ren, W., & Zhu, X. (2022). Parental Mediation and Adolescents' Internet Use: The Moderating Role of Parenting Style. *Journal of youth and adolescence*, 1–14.

- Rodríguez-de-Dios, I. van Oosten, J. M. F. & Igartua, J. (2018). A study of the relationship between parental mediation and adolescents' digital skills, online risks and online opportunities. *Computers in Human Behavior*, 82, 186-198,
- Savoia E., Harriman, N. W., Su, M., Cote, T., & Shortland, N. (2021). Adolescents' Exposure to Online Risks: Gender Disparities and Vulnerabilities Related to Online Behaviors. *Int J Environ Res Public Health* 27, 18(11), 5786.
- Shi, X., Wang, J., & Zou, H. (2017). Family functioning and internet addiction among Chinese adolescents: the mediating roles of self-esteem and loneliness. *Comput. Hum. Behav.* 76, 201–210.
- Simões, J. A. (2012). Mediações dos usos da internet, resultados nacionais do inquérito EU KIDS ONLINE. In Ponte, C., Jorge, A., Simões, J.A., Cardoso, D.S., (orgs.), *Crianças 38 e a Internet em Portugal- Acessos, Usos, Riscos, Mediações: Resultados do Inquérito Europeu EU KIDS ONLINE* (p.121-144). Coimbra: Minerva Coimbra.
- Steinfeld, N. (2021). Parental mediation of adolescent Internet use: Combining strategies to promote awareness, autonomy and selfregulation in preparing youth for life on the web. *Education and Journal of Youth and Adolescence Information Technologies*, 26(2), 1897–1920.
- Symons, K., Ponnet, K., Emery, K., Walrave, M., & Heirman, W. (2017). A factorial validation of parental mediation strategies with regard to internet use. *Psychologica Belgica*, 57, 93-111.
- Tan, Y. (2022). Public Understanding of Adolescents' Risks on Facebook in Taiwan. *Adolescents*, 2, 296-310
- Terres-Trindade, M. & Mosmann, C.P. (2016). Conflitos familiares e práticas educativas parentais como preditores de dependência de internet. *Psico-USF*, 21(3), 623-633.
- Tutkun, O. (2011). Internet access, use and sharing levels among students during the teachinglearning process. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(3), 152-160.
- Valcke, M., Bonte, S., De Wever, B., & Rots, I. (2010). Internet parenting styles and the impact on internet use of primary school children. *Computers & Education*, 55, 454-464.
- Veiga, S., A. M., Ferreira, P., C., Pereira, N., & Oliveira, S. (2019). ComViver: Promover comportamentos pró-sociais: Investigação e intervenção no âmbito do cyberbullying. In M. Bastos (Ed.), *A universidade do encontro e da inclusão* (pp. 36-47). Universidade Federal de Pelotas.

- Weitz, P. (2018). *Psychotherapy 2.0: Where psychotherapy and technology meet*. 2nd ed. Routledge, New York.
- White, S. R., Rasmussen, E. E., & King, A. J. (2015). Restrictive mediation and unintended effects: Serial multiple mediation analysis explaining the role of reactance in US adolescents. *Journal of Children and Media*, 9, 510e527.
- Yubero, S., Larrañaga, E., Navarro, R. y Elche, M. (2018). Padres, hijos e internet. Socialización familiar de la red. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1-13.
- Zaman, B., Nouwen, M., Vannattenhoven, J., Ferrerre, E., Van Looy, J. (2016). A qualitative inquiry into the contextualized parental mediation practices of young children's digital media use at home. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 60(1), 1-22.

Anexos

Anexo I- Pedido de Consentimento Informado para Escola



Exmo. Senhor(a),

Diretora da Escola Secundária Martins Sarmento

Eu, Marta Isabel Sampaio Files, no âmbito da minha dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação estou a desenvolver um seminário no âmbito dos comportamentos de risco online em adolescentes. Este seminário aborda os seguintes tópicos: a pegada digital e *oversharing*; as conversas online; discursos de ódio e *sexting*. Neste sentido, serão aplicados os seguintes instrumentos: um questionário sociodemográfico, construído para o efeito; a Escala de Mediação Parental (Yubero et., 2018); e a Escala de Comportamentos de Risco Online (Teimouri et al., 2016). Estes instrumentos em estudo permitem identificar características comuns entre participantes e obter uma informação mais complexa sobre a problemática, avaliar as regras e práticas utilizadas pelas figuras parentais em relação ao uso que os filhos fazem da internet, bem como as atitudes dos participantes face a situações provocadas pelo tema.

A participação nos instrumentos é voluntária, sendo que a informação obtida será confidencial e totalmente anónima, com o objetivo de não comprometer a privacidade e identidade do participante.

Os melhores cumprimentos.

Pede deferimento,

Anexo II- Pedido de Consentimento Informado para Encarregados de Educação

Declaração de Consentimento Informado- Encarregado de Educação

Caro Encarregado de Educação

No âmbito do Mestrado em Psicologia da Educação, da Universidade Católica Portuguesa-Centro Regional de Braga, encontro-me a realizar uma investigação com o objetivo de analisar o papel da mediação parental nos comportamentos de risco *online* em adolescentes, sob a orientação do Professor Doutor Paulo Dias.

Para a recolha de dados será necessário o preenchimento de um conjunto de questionários, assegurando o carácter anónimo e confidencial dos dados do seu educando. Em nenhum momento, serão pedidos dados de identificação ou que permitam identificar o participante. Contudo, dada a novidade deste tema e a importância de conhecermos a realidade para poder prevenir comportamentos de risco, é muito importante a sua colaboração, autorizando a participação do seu educando.

Eu _____ encarregado de educação do aluno _____, n.º _____, da turma _____ do _____º ano, depois de devidamente informado(a) **autorizo/não autorizo (*)** o meu educando a participar neste estudo.

*riscar o que não interessa

Data: ____/____/2023

Assinatura do encarregado de educação: _____

Anexo III: Questionário Sociodemográfico

1. **Idade:** _____ Anos
2. **Sexo:** F M
3. **Ano de escolaridade:** (Assinala com um X a opção que mais se adequa à tua situação)

10ºAno do Ensino Básico	
11º Ano do Ensino Básico	
12ºAno do Ensino Básico	

4. Já alguma vez reprovaste?

Sim Não

4.1 Se sim em que ano (s)? _____

5. Os teus pais vivem juntos?

Sim Não

5.1 Se não, vives só com a tua mãe?

5.2 Se não, vives só com a teu pai?

5.3 Se não, vives com outros? **Com quem?** _____

6. Qual a escolaridade dos teus pais? (Assinala com um X a opção que mais se adequa à tua situação)

	Mãe	Pai
Sem escolaridade		
1ºCiclo (1ºano até ao 4º ano)		
2ºCiclo (5ºano e 6ºano)		
3º Ciclo (7ºano até ao 9ºano)		
Ensino Secundário (10ºano até ao 12º ano)		
Ensino Superior (Licenciatura, Mestrado ou Doutoramento)		
Não sei responder a esta questão		

7. Tens telemóvel?

Sim Não

8. Que aplicações utilizas com mais frequência?

Notícias	
Jogos	
Redes sociais	
Blogues	
E-mail	
Música	
Filmes	

9. Em média quantas horas passas, por dia, na internet? (seleciona apenas uma opção)

Menos de uma hora	
Entre 1 e 3 horas	
Entre 5 e 7 horas	
Mais de 7 horas	

10. Quando não tens nada para fazer, ficas agarrado ao telemóvel/computador ligado à internet?

Sim Não Talvez

Anexo IV: Instrumentos

Estratégias de Mediação Parental

(versão original de Yubero, Larrañaga, Navarro & Elche, 2018)

Nos itens seguintes, rodeia a opção que mais se adequa à tua situação.

Os teus pais ou a figura parental...

	Nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre
1. Controlam as páginas <i>web</i> que visitas?				
2. Estabelecem-te regras sobre os sites que podes visitar ou não?				
3. Controlam ou não a informação que podes partilhar?				
4. Limitam o tempo que podes utilizar a internet?				
5. Controlam o tempo que estás na internet?				
6. Recomendam-te sítios <i>online</i> para utilizares?				
7. Quando estás na internet estão perto de ti?				
8. Quando estás a utilizar a internet, vêm o ecrã do teu computador, telemóvel ou outro dispositivo móvel?				
9. Ajudam-te e aconselham-te quando utilizas a internet?				
10. Conversam contigo sobre os perigos da internet?				
11. Falam contigo sobre os benefícios da internet?				
12. Permitem que partilhes informação pessoal?				
13. Permitem que faças compras <i>online</i> ?				
14. Permitem que te registes em sites <i>online</i> ?				
15. Permitem que uses o email?				

16. Permitem que tenhas conversas <i>online</i> ?				
17. Permitem que jogues <i>online</i> ?				
18. Permitem que descarregues/faças download de arquivos?				
19. Permitem que uses programas que te permitem conversar <i>online</i> ?				
20. Vigiam e têm supervisão sobre os programas que instalas no computador/telemóvel?				
21. Visualizam o teu email?				
22. Participam em atividades <i>online</i> contigo?				
23. Instalaram algum programa de segurança que te impede de aceder a determinadas páginas <i>web</i> ou fazer <i>download</i> de programas e arquivos “perigosos”?				

Escala de Comportamentos de Risco

Instruções: Por favor indique com que frequência as seguintes afirmações se aplicam a si, assinalando a opção apropriada.

Com que frequência ...?

	Nunca	Raramente	Poucas vezes	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre
1. Partilhas informações pessoal (endereço, número de telefone, etc.) com outra pessoa com quem nunca tenhas estado cara a cara.						
2. Recebes fotos de pessoas que conheces (online ou pessoalmente) nuas ou de suas partes íntimas.						
3. Visitas sites pornográficos acidentalmente.						
4. Terminas acidentalmente em sites com fotos violentas ou horríveis.						
5. Partilharam online coisas rudes e/ou más acerca da forma como falas.						
6. Alguém partilha fotos ou vídeos de ti para te magoar ou gozar de ti.						
7. Publicas fotos ou vídeos de outras pessoas para as						

prejudicar ou fazer troça.						
8. Recebes coisas rudes ou más por causa da tua raça / etnia / orientação.						
9. Recebes piadas online sobre pessoas da tua raça / etnia / orientação.						
10. Conversas com pessoas que conheces online.						
11. Visualizas sites pornográficos de propósito.						
12. Viste vídeos de pessoas a serem espancadas.						
13. Leste ou viste online coisas negativas acerca da tua aparência, da forma como ages ou te vestes.						
14. Alguém te critica através de comentários ofensivos ou insultuosos nas redes sociais.						
15. Postaram coisas rudes e/ou más sobre ti na internet.						
16. Escreves comentários ofensivos ou insultuosos nas redes sociais para atingir alguém ou gozar.						

17. Excluíram-te de um site ou grupo por causa da tua raça / etnia / orientação.						
18. Lês coisas online coisas que não são verdade sobre pessoas da tua raça / etnia / orientação.						
19. Envias fotos de ti para pessoas que conhecestes online.						
20. Recebes mensagens sobre temas sexuais.						
21. Visitas sites com fotos violentas ou horríveis de propósito.						
22. Tens sido assediado(a) ou incomodado(a) online sem nenhuma razão aparente.						
23. Recebes insultos ou ameaças no telefone ou nas redes sociais.						
24. Mantiveste lutas e discussões “online”, através de mensagens eletrónicas.						
25. Recebes ameaças online com violência por causa da minha raça / etnia / orientação.						

26. Testemunhas pessoas a dizer online coisas más ou rudes sobre a raça / etnia / orientação de outras pessoas.						
27. Encontros-te face-a-face com pessoas que conhecestes pela primeira vez online.						
28. Pedem-te fotos de cariz sexual.						
29. Recebes imagens ou vídeos de cariz violento.						
30. Tens tido sido assediado(a) ou incomodado(a) no online por algo que aconteceu na escola/universidade.						
31. Adicionas pessoas que não conheces pessoalmente nas redes sociais (por exemplo, Facebook).						
32. Recebes imagens ou vídeos de cariz sexual.						
33. Publicaram ou partilharam mensagens ofensivas sobre ti, onde outras pessoas possam ver.						
34. Gravas vídeos com o telemóvel						

enquanto um grupo se ri e obriga outra pessoa a fazer algo humilhante ou ridículo.						
35. Foste ameaçado(a) online por causa da tua aparência, pela forma como ages ou vestes.						
36. Gravaram-te em vídeo ou tiraram-te fotografias com telemóvel enquanto um grupo se ri e obrigava a fazer algo humilhante ou ridículo. Tiras fotografias de outras pessoas em situações constrangedoras ou humilhantes.						
37. Tiras fotografias de outras pessoas em situações constrangedoras ou humilhantes.						
38. Utilizaram a tua password para aceder à tua informação ou fingiram seres tu.						
39. Conseguiste a senha (nicks, passwords, etc.) de outra pessoa e enviaste mensagens, em seu nome, que a podem deixar mal ou criar-lhe						

problemas com os outros.						
-----------------------------	--	--	--	--	--	--