



UNIVERSIDADE  
CATOLICA  
PORTUGUESA

---

BRAGA

Adaptação de uma escala de *Phubbing* para a população portuguesa

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

**Beatriz Reis Silva**

**Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais**

Outubro 2021



CATÓLICA  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

---

BRAGA

## Adaptação de uma escala de *Phubbing* para a população portuguesa

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

**Beatriz Reis Silva**

Sob a Orientação da Prof.<sup>a</sup> Doutora **Ângela Maria  
Teixeira Leite**

## **Agradecimentos**

A presente dissertação constitui em si mais uma conquista, um sonho, acabar a minha formação académica em Psicologia. Agora, revendo esta caminhada, só posso sentir gratidão por tudo aquilo que foi feito e por tudo aquilo que ultrapassei, até mesmo os obstáculos que enfrentei a cada momento.

No entanto, é com imenso orgulho que posso dizer que fiz esta caminhada de mão dada com pessoas que significam muito.

À minha mãe agradeço por todo o apoio incondicional, mas principalmente por todos os valores inculcados, não poderia ser mais grata por tudo aquilo que me proporcionou ao longo desta jornada, e do que já sou por iluminar a minha vida com as suas cores. A ela devo-lhe tudo o que sou hoje.

Agradeço ainda ao meu pai, por todo o incentivo e confiança que deposita sempre em mim. Obrigada, vou ser sempre a tua menina, a menina do papá.

À minha amiga Joana que para mim representa o que uma irmã de verdade deve ser, ela que muitas vezes fez com que as coisas parecessem mais fáceis e que, acima de tudo, me vê por “dentro”, acredita em mim e no meu valor.

O meu muito obrigada também ao meu namorado Rui, por todo o amor, amizade e suporte emocional, e que está comigo incondicionalmente. Obrigada. És luz na minha vida.

À minha orientadora, Dr.<sup>a</sup> Ângela Leite, expresso a minha enorme admiração pela excelente profissional que mostra ser em tudo o que faz. Sou-lhe imensamente grata pela disponibilidade, acompanhamento e aprendizagens.

Um Bem-haja por se terem cruzado comigo nesta jornada!

## **Resumo**

Ao longo da vida, o ser humano desenvolve e constrói relações interpessoais distintas em diferentes contextos, visto que se trata de um ser que se encontra sempre na procura de formas de se tornar socialmente ativo e de um sentido de pertença. Os autores têm procurado desenvolver instrumentos que sirvam para avaliar o *Phubbing*, que diz respeito ao facto de uma pessoa utilizar/olhar para o seu telemóvel durante uma interação real com o grupo de amigos/família/companheiro. Este estudo tem como principais objetivos: (1) Adaptar e validar a *Phubbing Scale* (PS) para a população portuguesa; (2) Estabelecer a validade convergente com outras escalas (*Partner Scale* e *Nomophobia Questionnaire*); (3) Estabelecer diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas e variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel e o *Phubbing*. A versão portuguesa da *Phubbing Scale* manteve o número de itens e fatores, contudo, distribuídos de forma diferente da versão original. As correlações obtidas pela escala com outros instrumentos asseguram a validade convergente. Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas da *Phubbing Scale* relacionadas com as variáveis sociodemográficas (género, estatuto profissional, ter filhos e idade) e com algumas variáveis de utilização do telemóvel (minutos de utilização do telemóvel por dia).

**Palavras-chave:** *Partner Scale*, *Phubbing*, População Portuguesa, *Nomophobia Questionnaire*, Relações interpessoais, Telemóvel

## **Abstract**

Throughout life, the human being developed and built different interpersonal relationships in different contexts, since it deals with a being who is always searching for ways to become socially active, and for a sense of belonging. There are several authors who have been developing instruments to evaluate *Phubbing*, which concerns the fact that a person uses the cell phone during a real interaction with friends/ family/ romantic partner. This study aims to: (1) Adapt the *Phubbing Scale* (PS) to the Portuguese population; (2) Establish convergent and divergent validity with other scales (*Partner Scale e Nomophobia Questionnaire*); (3) Establish differences and/or relationships between sociodemographic variables and variables related to the time of cell phone use and *Phubbing*. The Portuguese version of the *Phubbing Scale* kept the number of items and factors, however, distributed differently from the original version. About the correlations, they were defined by the scale with other instruments that ensure convergent validity. Statistically significant differences were found in the *Phubbing Scale* related to sociodemographic variables (gender, professional status, having children and age) and to some variables related to cell phone use (minutes of cell phone use per day).

**Keywords:** Cell phone, Interpersonal Relations, *Partner Scale*, *Phubbing*, Portuguese population, *Nomophobia Questionnaire*.

## Índice

Introdução .....	1
Enquadramento teórico .....	2
Metodologia .....	8
Desenho do estudo .....	9
Procedimentos .....	9
Análise de Dados .....	10
Amostra .....	11
Instrumentos .....	12
Questionário sociodemográfico .....	12
Questionário relativo à utilização do telemóvel .....	13
<i>Phubbing (PS)</i> .....	13
<i>Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)</i> .....	13
<i>Partner Phubbing Scale (PPHUBBING)</i> .....	14
Apresentação dos resultados .....	15
Análise descritiva dos itens da <i>Phubbing Scale</i> .....	15
Análise fatorial exploratória da <i>Phubbing Scale</i> .....	15
Análise fatorial confirmatória da <i>Phubbing Scale</i> .....	15
Análise do total e das subescalas da <i>Phubbing Scale</i> .....	16
Análise descritiva do <i>Nomophobia Questionnaire</i> .....	23
Análise fatorial confirmatória do <i>Nomophobia Questionnaire</i> .....	23
Análise descritiva da <i>Partner Phubbing Scale</i> .....	28
Análise fatorial confirmatória da <i>Partner Phubbing Scale</i> .....	28
Validade convergente entre Escalas .....	33
Validade Convergente entre a <i>Phubbing Scale</i> e a <i>Partner Phubbing Scale</i> e o <i>Nomophobia Questionnaire</i> .....	33
Estabilidade temporal do construto <i>Phubbing</i> .....	35

Associações e diferenças entre variáveis sociodemográficas e <i>Phubbing</i> .....	35
Discussão dos resultados .....	36
Referências bibliográficas.....	41
Anexo A - Consentimento informado .....	50
Anexo B – Questionário sociodemográfico .....	51
Anexo D - <i>Nomophobia Questionnaire</i> (NMP-Q) (Yildirim & Correia, 2015; versão Portuguesa <i>NMP-Q-PT</i> , Loureiro & Galhardo, 2018).....	55
Anexo E - <i>Partner Phubbing Scale</i> (PPHUBBING) (Roberts & David, 2016; versão Portuguesa <i>PPS-PT</i> , Água, Lourenço, Patrão, & Leal, 2019) .....	58
Anexo F – Cronograma.....	60

## Índice de Tabelas

Tabela 1- Estatística descritiva dos itens da <i>Phubbing Scale</i> .....	17
Tabela 2 - Análise Fatorial Exploratória da <i>Phubbing Scale</i> .....	19
Tabela 3 - Estatística descritiva da <i>Phubbing Scale</i> e confiabilidade (Karadağ et al (2015). .....	20
Tabela 4 - Estatística descritiva dos itens do <i>Nomophobia Questionnaire</i> (Loureiro & Galhardo, 2018) .....	24
Tabela 5 - Estatística descritiva do <i>Nomophobia Questionnaire</i> e confiabilidade (Loureiro & Galhardo, 2018) .....	26
Tabela 6 - Estatística descritiva dos itens da <i>Partner Phubbing Scale</i> (Água, Lourenço, Patrão & Leal, 2019).....	29
Tabela 7 - Estatística descritiva da <i>Partner Phubbing Scale</i> e confiabilidade (Água, Lourenço, Patrão & Leal, 2019).....	31
Tabela 8 - Correlações entre a <i>Phubbing Scale</i> (PS) e subescalas, o <i>Nomophobia Questionnaire</i> (NMPQ) e a <i>Partner Phubbing Scale</i> .....	34

## Índice de Figuras

Figura 1 - Análise fatorial confirmatória da <i>Phubbing Scale</i> .....	21
Figura 2 - Análise fatorial confirmatória da <i>Phubbing Scale</i> .....	22
Figura 3 - Análise fatorial confirmatória do <i>Nomophobia Questionnaire</i> .....	27
Figura 4 - Análise fatorial confirmatória da <i>Partner Phubbing Scale</i> .....	32

## Introdução

Ao longo dos tempos e com o desenvolvimento das novas tecnologias, nomeadamente, os computadores e os telemóveis, tornou-se mais fácil aceder à *internet* e manter as relações interpessoais. Ora, este último dispositivo móvel acaba por ter mais impacto uma vez que exige menos esforço e tempo para aceder a *e-mails*, a *blogs* e às redes sociais do que a própria interação face-a-face (Lee, 2014). Os telemóveis funcionam como “computadores de bolso”, com várias funcionalidades, o que permite aceder à *internet*, à câmara fotográfica, escrever e elaborar programas para aplicações de jogos, o que conduziu a um novo e sério problema na vida real devido à estrutura dos telemóveis: o *Phubbing*. Trata-se de uma perturbação que se encontra no cruzamento de muitas adições, são elas, adição aos telemóveis, adição à *internet*, adição às redes sociais e por fim, adição aos jogos (Karadağ et al., 2015).

Inicialmente, o telemóvel era considerado uma vantagem no que toca às relações interpessoais, mas rapidamente tomou proporções impensáveis, acabando por adquirir um papel negativo, afetando o nosso quotidiano, bem como as relações amorosas, devido à utilização excessiva do mesmo (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Este fenómeno ficou conhecido por *Phubbing*, fenómeno este que é o resultado da junção de duas palavras de origem inglesa: *phone* (telemóvel) e *snubbing* (desprezo) que é descrito como o ato de ignorar ou desprezar as outras pessoas durante as interações sociais, concentrando-se no seu telemóvel ao invés de interagir com a pessoa que nos faz companhia (Karadağ et al., 2015). Ora, este comportamento acaba por levar também a que o indivíduo perceçione que está a ser alvo de *Phubbing* e que se sinta menos conectado ao outro e com um grau de satisfação menor relativamente à interação face-a-face, podendo ainda levar este a pensar que tem menos importância para o *Phubber* (Nazir, 2017). Visto que este tema é bastante atual e cada vez mais frequente nos dias de hoje, a realização desta investigação tem por finalidade: (1) Adaptar a *Phubbing Scale* (PS); (2) Estabelecer a validade convergente e divergente com outras escalas (e.g.: *Partner Scale*, *Nomophobia Questionnaire*); (3) Estabelecer/ testar diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas, as variáveis relacionadas com a utilização do telemóvel e o *Phubbing*.

## Enquadramento teórico

Com a evolução da tecnologia, a utilização da *internet* e das redes sociais tornou-se muito frequente ao nível global e na nossa rotina diária, entre outras atividades. Cada vez mais, os indivíduos escolhem comunicar através da *internet* ao invés de comunicar face a face (Chou et al., 2005), com o auxílio de uma ampla gama de dispositivos móveis (Tang et al., 2016). Também existem diversos sites, incluindo aplicações como o *Facebook* e o *Twitter*, que tornam a utilização da *internet* mais apelativa. No entanto, esta escolha provoca um impacto relativamente à qualidade e quantidade das interações sociais do indivíduo (Ryan & Xenos, 2011).

De acordo com Karadağ et al. (2015), o *Phubbing* pode ser explicado como um comportamento em que o indivíduo olha para o seu telemóvel durante uma conversa com outras pessoas, isto é, ao estar ocupado com o telemóvel, acaba por renunciar à comunicação interpessoal. A palavra “*portmanteau*” é uma palavra cuja forma e significado são o resultado da combinação de duas ou mais palavras distintas. *Phubbing* é um “*portmanteau*” das palavras “*phone*” e “*snubbing*”, que significam “telemóvel” e “desprezo”, respetivamente. Ou seja, ser alvo de *Phubbing* é ser desprezado por alguém que, mesmo estando acompanhada, utiliza o seu telemóvel (Roberts & David, 2016). Neste sentido, Abeele e colaboradores (2016) definem a pessoa que utiliza o telemóvel nesta interação social como *phubber* e a pessoa que recebe este comportamento de volta, que é ignorada, como *phubbee*, sendo que a mesma pessoa pode ser *phubber* e *phubbee* em simultâneo (Abeele et al., 2016). *Phubbing* é algo bastante comum e pode ter efeitos devastadores. Por exemplo, 36 casos de *Phubbing* foram observados num restaurante durante o almoço; ora, isto equivale a passar 570 dias sozinhos enquanto estão com outras pessoas (Karadağ et al., 2015). Deste modo, 97% dos indivíduos percebem o gosto das suas refeições como piores e 87% dos adolescentes preferem comunicar por mensagem do que face a face (Karadağ et al., 2015).

O conceito de *Phubbing* é descrito como o ato de ignorar ou desprezar alguém as outras pessoas durante as interações sociais, concentrando-se no seu telemóvel. Aparentemente, este ato implica diversas consequências consideradas negativas para a comunicação entre pares, podendo afetar o bem-estar e satisfação das relações interpessoais. No entanto, muito pouco se conhece acerca das causas deste comportamento,

e acerca de como ele se foi tornando aceitável e normativo, do ponto de vista da comunicação moderna (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

De acordo com Kemp (2015), as vendas dos telemóveis dominam a participação global dos dispositivos de comunicação, sendo que mais de 50% dos aparelhos de comunicação ativa utilizados em todo o mundo serão os telemóveis. Assim, as pessoas têm tendência a preferir os telemóveis aos computadores para navegar *online*, isto é, os telemóveis têm-se transformado numa parte integral da vida diária das pessoas. Estes podem oferecer oportunidades para se conectarem não só com os amigos e colegas, mas também com a família, jogar jogos, para puro entretenimento ou então para a educação e pesquisas (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

No entanto, apesar dos benefícios que os telemóveis possuem, os potenciais efeitos adversos quer a nível mental quer físico, ou na qualidade das interações sociais, têm-se tornado uma grande preocupação por parte dos investigadores. Tal como as pessoas com adições relativamente à *internet*, muitas pessoas têm-se transformado em utilizadores de telemóveis problemáticos, provocando assim uma certa preocupação no que toca às eventuais consequências de uma utilização exagerada dos telemóveis (Karadağ et al., 2015). Assim, um “*Phubber*” pode experienciar a incapacidade de monitorizar ou controlar o seu telemóvel e a utilização da *internet* de modo apropriado, mas também uma apreensão compulsiva relativamente à possibilidade de perder outros acontecimentos agradáveis (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Além disso, também pode vivenciar incapacidade de regular a utilização do telemóvel e regras de etiqueta quando se encontram em momentos de tentação (Nazir, 2017). No entanto, como a investigação existente é de natureza correlacional, torna-se difícil concluir quais destas variáveis são causais e quais são consequências do *Phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

Existe também a probabilidade do *Phubbing* ocorrer como resultado de três fatores: exclusão social (David & Roberts, 2017), necessidade de atenção e intensidade dos *media* sociais (Benvenuti et al., 2019; David & Roberts, 2017). Porém, deve-se salientar que o ato de *Phubbing* envolve experiências negativas para o *Phubber* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Isto é, o *Phubbing* pode envolver exclusão social que é melhor entendida como a forma de ser desprezado ou ignorado, rejeitado, excluído ou ostracizado por parte de outras pessoas (Wan et al., 2014). Ora, esta exclusão social tende a ser muito dolorosa e é provável que se trate de uma ocorrência diária. A nossa necessidade de pertença constitui

uma parte inata da nossa programação humana, ou seja, criar relações sociais é algo fundamental e universal para nós, enquanto seres humanos. Numa perspectiva evolucionária, a importância da inclusão social esteve sempre presente, uma vez que esta tem melhorado as nossas oportunidades de sobrevivência, bem como de reprodução. (David & Roberts, 2017). É fácil compreender como nos podemos sentir excluídos, quando as outras pessoas praticam *Phubbing*, quer seja no caso de parceiros românticos, amigos, colegas ou conhecidos. Alguns autores sugerem que as pessoas se voltam para o social *media*, ao invés de prestar atenção a interações pessoais e, desta forma, obter uma sensação de pertença (David & Roberts, 2017).

Quando falamos de *Phubbing*, é importante abordarmos as adições, que cada vez têm mais impacto negativo para os seres humanos. Uma adição às tecnologias foi definida pelos critérios de dependência da DSM-5 (APA, 2016), tendo sido descrita dentro da definição do comportamento aditivo como um problema psicológico relacionado com a utilização problemática das tecnologias. No que diz respeito à adição à *internet*, também foi descrita, mas, a investigação relativamente a este tipo de perturbações é menos clara. Vários estudos sugeriram que o computador por si só não é um problema, mas torna-se um problema devido às várias aplicações que se encontram no seu interior (Karadağ et al., 2015).

Os estudos realizados têm sido agrupados na perspectiva de duas visões diferentes: a primeira considera que a adição à *internet* é uma perturbação “nova”, enquanto que a segunda defende que é o conteúdo pesquisado que está relacionado com a utilização problemática da *internet* (Yellowlees & Marks, 2007). Como resultado de várias investigações, podemos afirmar que as razões pelas quais os indivíduos passam mais tempo na *internet* é o desejo de ter acesso a conteúdo sexual, jogos e entretenimento, e por fim, ao desejo de comunicar e socializar (Karadağ et al., 2015).

Sabemos que o *Phubbing*, em algumas situações, pode ser considerado problemático, o que nos leva a crer que existem alguns efeitos subjacentes a este mesmo comportamento. Isto é, segundo Chotpitayasunondh & Douglas (2016) o modo como o *Phubbing* afeta a vida diária das pessoas pode predizer se realmente este comportamento é aceitável ou não. Portanto, existem variadas pesquisas que abrangem diferentes interações sociais em diferentes contextos e tipos de relações sociais, o que nos permite compreender se são normas admissíveis ou não. Ou seja, pode-se prever em que medida as pessoas

podem ser alvo de *Phubbing*, sendo que este pode resultar num ciclo vicioso e auto reforçador, o que faz com que o comportamento se regularize (Chotpitayasunondh, 2016).

Relativamente às patologias associadas à utilização problemática dos telemóveis, destaca-se a síndrome FOMO (*fear of missing out*) que é definida como o medo de estar a perder alguma informação quando se está incontactável através da *internet*, ou seja o sujeito não é capaz de se privar da *internet* (Oberst et al., 2017; Przybylski et al., 2013). Assim, quando estamos perante uma adição ao telemóvel, é importante abordar o conceito de *Nomophobia* (*no mobile phone phobia*). Este conceito encontra-se associado à angústia ou ao desconforto desencadeados pelo pânico de ficar incontactável através do telemóvel (Farooqui et al., 2018).

O comportamento em questão afeta quase todos, enquanto jantamos em contexto familiar, quando estamos na companhia do parceiro num restaurante, ou quando estamos à espera de algo ou alguém e mesmo durante reuniões oficiais. Isto é, a interferência do telemóvel ocorre em todos os cenários da nossa vida, uma vez que é muitas vezes considerado como se fosse um acessório. De facto, este tem vindo a influenciar negativamente as nossas relações diárias, a nossa comunicação face a face e a nossa estrutura de interação social (Nazir & Bulut, 2019). Ora, de acordo com um estudo recente elaborado em Ankara, na Turquia, cerca de 86.2% dos estudantes responderam que a razão pela qual as pessoas que eles consideram importantes para eles não os ouvem era o *Phubbing* e 83.3% das pessoas sentiam-se aborrecidas perante esse ato (Nazir, 2017).

Tal como supramencionado, os efeitos deste comportamento são evidentes e, por isso, têm um impacto muito profundo, todos os dias da nossa vida. Alguns investigadores estudaram este fenómeno entre parceiros românticos e reportaram profundos efeitos nas relações amorosas (Nazir & Bulut, 2019). No que se refere ao *Partner Phubbing*, termo utilizado para descrever a ocorrência de *Phubbing* quando estão com o parceiro, a natureza dos telemóveis faz deste fenómeno um acontecimento quase inevitável (Nazir & Bulut, 2019). De facto, é importante salientar a existência de um estudo realizado entre relacionamentos românticos que englobaram 143 sujeitos de sexo feminino e que constataram que os telemóveis interferiam, às vezes, frequentemente, com muita frequência ou o tempo todo, nas interações com os seus parceiros (McDaniel, 2014). Noutro estudo, concluíram que existem níveis mais baixos de satisfação com o parceiro romântico devido às distrações provocadas pelo telemóvel, verificando-se assim que a percepção da

proximidade, a conexão e a qualidade da conversa podem interferir nas relações humanas, apenas pela mera presença de um telemóvel (Przybylski, 2013).

Em todas as relações, é crucial dedicar a atenção ao parceiro, o que nos leva a crer que as constantes distrações existentes na relação podem enfraquecer os relacionamentos. Segundo McDaniel (2014), se durante o tempo que o casal despende em conjunto, um parceiro está a praticar o ato de *Phubbing*, acaba por enviar uma mensagem subtil acerca das suas prioridades. Também durante uma conversa com o parceiro romântico, responder a uma mensagem de momento, ou verificar as notificações do telemóvel ao invés de interagir, pode fazer com que o parceiro se sinta menos importante (Nazir & Bulut, 2019).

Enquanto seres humanos temos recursos limitados de atenção e muitos parceiros encaram os telemóveis como uma forma de *multitasking* enquanto estão com o parceiro, o que interfere diretamente com a atenção que se concede ao parceiro romântico (Przybylski & Weinstein, 2013). No que concerne ao *Partner Phubbing*, este fenómeno intensifica a insegurança interpessoal e incita ao surgimento de conflitos que parecem causar efeitos que afetam negativamente a satisfação no relacionamento romântico (McDaniel & Drouin, 2019). Os resultados de um estudo realizado por Abeele et al., (2016) demonstraram que uma pessoa fica menos envolvida numa conversa quando os telemóveis estão a ser utilizados, durante as interações face a face, isto é, a qualidade da conversa diminuiu, uma vez que a utilização do telemóvel foi percebida como um ato pouco educado e desatento (Abeele et al., 2016).

Existe um conjunto de fatores que predizem a utilização dos telemóveis, enquanto estão numa conversa com as outras pessoas. Acredita-se que a dependência do telemóvel, a dependência das mensagens, a dependência dos media sociais, e a dependência da *internet* e jogos são os principais preditores do comportamento denominado de *Phubbing* (Karadag et al., 2015). Além disso, é importante salientar, que o estudo realizado por Chotpitayasunondh and Douglas (2016) constatou que a dependência da *internet*, o medo de perder algo e a falta de autocontrolo prediziam a dependência da utilização de telemóvel, que por sua vez previu o ato de *Phubbing*.

Segundo Al-Saggaf, MacCulloch, and Wiener (2018), o tédio era capaz de prever o comportamento, mas apresentava um efeito relativamente reduzido. Foi realizado um estudo qualitativo que também sugeriu que havia uma relação entre *Phubbing* e o tédio (Oduor et al., 2016). No entanto, também certos traços da personalidade parecem predispor

os indivíduos a praticar o comportamento em causa. Os indivíduos com mais facilidade para a abertura, foram considerados determinantes negativos relativamente ao *Phubbing*, ou seja, os sujeitos com alta abertura têm menos probabilidade de praticar esse mesmo comportamento, comparativamente a indivíduos mais introvertidos (T'ng et al., 2018). Tal acontece porque as interações face a face podem satisfazer mais apropriadamente as suas necessidades de estímulo em comparação com as interações virtuais (T'ng et al., 2018).

Quanto aos determinantes do comportamento, foi apontada a emotividade negativa. Isto é, os indivíduos com emocionalidade mais negativa são mais prováveis de exercer *Phubbing* (T'ng et al., 2018). Estes autores sugeriram que tal acontece devido ao facto de os indivíduos tenderem a praticar *Phubbing* como um ato que serve para aliviar ou atenuar as emoções negativas. Além disso, as pessoas com alta instabilidade emocional podem ficar mais vulneráveis em relação ao feedback negativo que possam eventualmente receber através do contacto face a face. Ou seja, isto acaba por atraí-los para interações mais isoladas e controladas provenientes da utilização do telemóvel (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019).

Foram ainda realizados estudos que demonstraram que o neuroticismo se encontrava relacionado com *Phubbing* através da utilização problemática do *Instagram* (Balta et al., 2018). Ou seja, os participantes com alto nível de neuroticismo envolviam-se na utilização do *Instagram* de forma problemática o que, por sua vez, levou a níveis mais elevados de *Phubbing* (Balta et al., 2018). Foi possível também verificar que a conscienciosidade se encontra relacionada negativamente com a dependência do *Instagram*, o que faz com que os indivíduos que são altamente conscientes sejam menos propensos a essa mesma dependência. Por essa mesma razão, os sujeitos mais conscientes detêm mais capacidade de autodisciplina, diminuindo, deste modo, a utilização do telemóvel (Kircaburun & Griffiths, 2018).

Parece também existir uma relação negativa entre agradabilidade ou sensação de prazer e a dependência do *Instagram*, visto que os indivíduos com altos níveis de prazer provavelmente serão mais conscientes sobre como a utilização do telemóvel pode afetar a pessoas ao seu redor, o que lhes permite diminuir a utilização do mesmo. Portanto, agradabilidade e conscienciosidade encontram-se correlacionados negativamente com a dependência da internet em geral (Zhou et al., 2017).

O *Phubbing* pode ainda estar relacionado com constelações de personalidade cujos domínios são mais amplos e de grande expansão, como é o caso do narcisismo. Isto é, os traços narcisistas encontram-se correlacionados com baixos níveis de aceitação, sendo que, também estes estão interligados com a dependência do telemóvel (Kircaburun & Griffiths, 2018). Os indivíduos que apresentam traços narcisistas demonstram níveis mais elevados de utilização problemático do telemóvel. No entanto, apesar do aparente papel que o narcisismo tem na utilização da tecnologia, ainda não existem estudos e pesquisas suficientes relativamente ao papel que o narcisismo desempenha no *Phubbing* (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019).

Segundo Villafuerte-Garzón & Vera-Perea (2019), os indivíduos do género masculino tendem a realizar mais o comportamento de *phubbing*, prestando mais atenção aos seus telemóveis em comparação com as mulheres. Contudo, os mesmos autores defendem que ser mulher constitui um fator de risco no que concerne ao facto de utilizar inadequadamente a *Internet*. As jovens têm mais consequências emocionais negativas como resultado da utilização problemática do telemóvel (Sánchez-Carbonell et al., 2008; Sánchez-Martínez & Otero, 2010), sendo que estas entendem a sua utilização como mais problemática em comparação com os homens (Sánchez-Martínez & Otero, 2010).

Na sequência do acima referido, e tendo em conta a inexistência de instrumentos que avaliem o *Phubbing* em Portugal, o presente estudo tem como objetivos: (1) Adaptar a *Phubbing Scale* (PS) para a população portuguesa; (2) Estabelecer a validade convergente e divergente com outras escalas (*Partner Phubbing Scale* e *Nomophobia Questionnaire*); e (3) Estabelecer/ testar diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas e as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel e o *Phubbing*.

## Metodologia

Após o enquadramento teórico, bem como o desenvolvimento dos conceitos que se encontram subjacentes ao tema desta investigação, segue-se a apresentação dos objectivos e hipóteses. Os objetivos deste estudo são: (1) Adaptar e validar a *Phubbing Scale* (PS) para a população portuguesa; (2) Estabelecer a validade convergente com outras escalas (*Partner Phubbing Scale* e *Nomophobia Questionnaire*); (3) Estabelecer/ testar diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas e o *Phubbing* e as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel e o *Phubbing*. Este estudo tem como hipóteses: (H1)

Prevê-se encontrar um modelo que apresente um bom ajustamento da *Phubbing Scale* à população portuguesa; (H2) Prevê-se que exista validade convergente entre a *Phubbing Scale*, por um lado, e a *Partner Phubbing Scale* e o *Nomophobia Questionnaire*, por outro; (H3) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis sociodemográficas; (H4) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel (e.g.: anos, utilização por dia). Para se testar a H1 utilizar-se-á a análise fatorial exploratória, seguida da análise fatorial confirmatória. A hipótese H2 será testada através da correlação de *Pearson*. No que diz respeito à H3 e H4 utilizar-se-á o teste de correlação de *Pearson*, o teste de correlação de *Spearman*, o teste de diferenças de distribuição de frequências Qui-quadrado e o teste *t* de *Student* para comparar médias de variáveis dicotómicas.

### **Desenho do estudo**

Relativamente ao desenho do estudo, trata-se de um estudo descritivo e exploratório de abordagem quantitativa. Ou seja, é um estudo focado essencialmente na observação, classificação e descrição dos fenómenos realizado através de questionários (Duran & Toledo, 2011). Neste estudo, estão presentes variáveis dependentes e independentes. As dependentes são a perceção da pessoa relativamente à utilização do telemóvel quando se está com outras pessoas, avaliada pela escala genérica de *Phubbing*. Quanto às variáveis independentes, estas são a idade, género, estado civil, ter filhos, estatuto relacional, número de anos de escolaridade e estatuto profissional (variáveis sociodemográficas); frequência em minutos por dia da utilização do telemóvel, anos de utilização do telemóvel, e por fim, o *Partner Phubbing* e a *Nomophobia* (variáveis psicológicas).

### **Procedimentos**

Esta investigação foi submetida a e aprovada pelo Conselho Científico da Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa – Braga. Quanto à divulgação do estudo, foi feita através das redes sociais (*Facebook, Instagram, Snapchat, Twitter* e *Whatsapp*). Foi solicitada a autorização aos autores dos instrumentos utilizados neste estudo. Em seguida, procedeu-se à tradução e retro tradução do instrumento a validar. Procedeu-se ainda à aplicação do questionário a 10 participantes, com a finalidade de detetar possíveis dificuldades relativamente à compreensão dos itens, o que não se verificou.

Em relação à recolha da amostra, este estudo teve como base o método de amostragem não probabilística por bola de neve (*snowball sampling*) abordada através das redes sociais (*Facebook, Instagram, etc*). De acordo com Sanchez e Nappo (2002), este método de recolha de dados permite que os investigadores se aproximem da população em questão. Além disso, existe outra característica mencionada por Sanchez e Nappo (2002) que diz respeito ao facto de que através das cadeias de informantes é possível garantir uma maior heterogeneidade entre as cadeias investigadas, uma vez que se pode alcançar pessoas referentes a diferentes grupos, que vivem em regiões distintas, e que embora não estabeleçam ligações de amizade ou parentesco, considerem os critérios de seleção de interesse dos pesquisadores. Isto é, permite a possibilidade de integrar na amostra perfis distintos de sujeitos, tanto económica como socialmente, bem como das atividades por eles praticadas (Sanchez & Nappo, 2002). Também segundo Fortin (2006), este método de recolha de dados apoia-se nas redes sociais, nas amizades e no facto de que os amigos partilham características comuns, portanto, a pedido do investigador, os indivíduos que respondem aos critérios de inclusão indicam-lhe outras pessoas que possuam as mesmas características pelas quais foram selecionados (Fortin, 2006).

O protocolo foi acompanhado por um consentimento informado (Anexo A); nele estavam plasmados os objetivos do estudo e os seus fins, assim como a garantia do anonimato e confidencialidade dos dados recolhidos. Todos os procedimentos seguiram as recomendações da Declaração de Helsínquia e as suas reformulações posteriores. Relativamente à aplicação dos questionários, esta foi iniciada no dia 12 de maio de 2020 e terminou dia 24 de outubro de 2020 (Anexo F). Posteriormente, os dados recolhidos foram introduzidos no programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences - SPSS 27*.

### **Análise de Dados**

No âmbito da análise univariada da informação, foi utilizada a estatística descritiva (frequências, medidas de localização e de dispersão), segundo o tipo de variável em questão. Relativamente à análise bivariada, adotou-se a estatística inferencial, como os testes Qui-quadrado para comparação de frequências, *t test* para estabelecimento de diferenças de médias em variáveis dicotómicas. Em relação às associações entre variáveis recorreu-se então, ao teste de correlação de *Pearson ou de Spearman*, segundo o tipo de variável em questão e tamanho da amostra (Pestana & Gageiro, 2014). No teste de correlação *Pearson e Spearman*, a análise da magnitude dos coeficientes foi efetuada tendo

em conta os critérios definidos por Cohen e Holliday (1982), sendo que um coeficiente menor do que 0.19 é considerado muito baixo, um coeficiente entre 0.20 e 0.39 é considerado baixo, um coeficiente entre 0.40 e 0.69 é considerado moderado, um coeficiente entre 0.70 e 0.89 é considerado alto e por fim, um coeficiente acima de 0.90 é considerado muito alto.

No que diz respeito à validação da *Phubbing Scale*, foi realizada uma análise fatorial exploratória (AFE). Trata-se de num conjunto de múltiplas técnicas cujo os objetivos passam por encontrar a estrutura subjacente de uma matriz de dados e determinar o número e natureza dos fatores que representam um conjunto de variáveis observadas (Brown, 2006). Esta análise foi realizada através da análise da magnitude das saturações fatoriais e da significância dos valores de  $t$ , ou seja, o item retido deve saturar o fator primário em pelo menos 0.4 (Hair et al., 2014), não expondo valores de saturação acima de 0.32 em dois ou mais fatores (Costello & Osborne, 2005) e a saturação no fator primário deve atingir o dobro da magnitude, em relação aos restantes fatores. Além disso, foi levada a cabo também uma análise fatorial confirmatória (AFC) que diz respeito à confirmação *a priori* do ajustamento entre os dados observados e um modelo hipotético, que tem como pilar a teoria que especifica as relações causais entre as variáveis (León, 2011). Ora, a análise mencionada trata-se de um estimador de máxima verossimilhança (Maximum Likelihood). Serão ainda considerados índices subsequentes: *Chi-square* ( $\chi^2$ ), que deve assumir valores de  $p$  não significativos ( $p < 0.05$ ). de maneira a indicar um bom ajustamento do modelo; *Standardized Root-MeanSquare residual* (SRMR), com valores abaixo de 0.08 a indicar bom ajustamento (Hu & Bentler, 1999); *Comparative Fit Index* (CFI), com valores superiores a 0.95 (Hu & Bentler, 1999); e por fim, o *Root Mean Square Error Of Approximation* (RMSEA), com valores inferiores a 0.06 a apontarem um bom ajustamento do modelo (Hu & Bentler, 1999).

Para analisar a validade convergente, utilizou-se o valor da correlação de *Pearson* (Bonett & Wright, 2000). Para avaliar a estabilidade do instrumento, através do teste-reteste, utilizou-se, de novo, a correlação de *Pearson* (Bonett & Wright, 2000).

### **Amostra**

A amostra total é composta por 641 indivíduos, sendo a maioria do género feminino ( $n = 436$ , 68%), com idades entre os 18 e os 71 anos ( $M = 27.91$ ,  $DP = 10.60$ ). No que diz respeito ao estado civil, 513 sujeitos são solteiros, 108 são casados/união de facto, 18 são

divorciados/separados e, por último, apenas 2 indivíduos são viúvos. Quanto ao estatuto relacional, 299 (46.6%) não se encontram numa relação romântica e os restantes 342 (53.4%) encontram-se numa relação amorosa. Relativamente ao facto de terem filhos, 107 (16.7%) admitiram ter filhos e os restantes 534 (83.3%) não têm filhos. No que concerne aos anos de frequência escolar, a média de anos de escolaridade é de 14.64 ( $DP = 3.20$ ). Em relação ao estatuto profissional, 51 (8%) destes participantes da amostra encontram-se inativos (reformado, desempregado, doente) e os restantes 590 (92%) encontram-se ativos (estudante, empregado, trabalhador por conta própria).

A amostra utilizada para a análise fatorial exploratória, constituída por 320 indivíduos, apresenta uma média de idades de 29.54 anos ( $DP = 10.85$ ), enquanto a amostra utilizada para a análise fatorial confirmatória, formada por 321 sujeitos, apresenta uma média de idades de 26.29 anos ( $DP = 10.11$ ): [ $t(635, 563) = 3.93$ ;  $p < 0.001$ ;  $d = 0.31$ ], sendo esta diferença estatisticamente significativa. Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas na distribuição do género pelas duas diferentes amostras: [ $\chi^2(1) = 12.88$ ;  $p < 0.001$ ;  $\Phi = .14$ ]. Também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas no estatuto relacional das duas amostras: [ $\chi^2(1) = 2.38$ ;  $p = 0.123$ ;  $\Phi = 0.06$ ]. Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na distribuição da variável ter ou não ter filhos nas duas amostras: [ $\chi^2(1) = 5.03$ ;  $p = 0.025$ ;  $\Phi = 0.09$ ].

Não existem diferenças estatisticamente significativas em relação aos anos de escolaridade no que concerne às duas amostras: [ $t(639) = 1.50$ ;  $p = 0.134$ ;  $d = 3.20$ ]. A amostra utilizada para realizar a análise fatorial exploratória apresenta uma média de anos de escolaridade de 14.83 anos ( $DP = 3.20$ ), enquanto a amostra utilizada para realizar a análise fatorial confirmatória apresenta uma média de 14.45 ( $DP = 3.20$ ). Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas na distribuição do estatuto profissional nas duas amostras: [ $\chi^2(1) = 4.84$ ;  $p = 0.028$ ;  $\Phi = 0.09$ ].

## **Instrumentos**

### **Questionário sociodemográfico**

No que concerne ao questionário sociodemográfico, são então apresentadas as questões, bem como as modalidades de resposta a cada uma: idade, género (1 – Feminino, 2 – Masculino, 3 – Outro), estado civil (1 – Solteiro/a, 2 – Casado/a/ União de facto; 3 –

Divorciado/a/ Separado/a), estatuto relacional (1 – Não estou numa relação romântica, 2 – Estou numa relação romântica), ter filhos (1 – Sim, 2 – Não), número de anos de escolaridade, do estatuto profissional (1 – Inativo, 2 – Ativo).

### **Questionário relativo à utilização do telemóvel**

Este questionário sociodemográfico foi composto também por uma secção alusiva à utilização que os participantes faziam do telemóvel, mais especificamente aos anos e frequência em minutos de utilização do telemóvel.

### **Phubbing (PS)**

A *Phubbing Scale* foi desenvolvida por Karadağ et al (2015). O *Phubbing* pode ser descrito como o ato através do qual um indivíduo verifica o seu telemóvel durante uma conversa com outros indivíduos, acabando por escapar à interação e comunicação interpessoal. Como não existe uma escala para o conceito de *Phubbing*, na literatura, os itens foram desenvolvidos a partir de dados obtidos de entrevistas de grupos focais. Esta escala é composta por 10 itens, e estes são respondidos através de uma escala de *likert* de 5 pontos, em que 1 corresponde a “nunca” e 5 corresponde a “sempre”, sendo que os valores intermédios 2 corresponde a “raramente; 3 equivale a “às vezes” e 4 corresponde a “quase sempre.

Relativamente à análise fatorial exploratória levada a cabo pelos autores desta escala, ela processou-se da seguinte forma: (1) para determinar o número de fatores, a análise de componentes principais foi levada a cabo; (2) esta análise fatorial exploratória foi realizada utilizando uma análise do eixo principal com uma rotação Varimax, devido à suposição de que diferentes fatores pudessem estar associados; (3) para atribuir os itens aos fatores, foram analisadas as cargas fatoriais, tendo em conta a literatura.

Correspondentemente, os itens com cargas fatoriais inferiores a 0.40 para todos os fatores ou com uma diferença entre si inferior a 0.10, foram eliminados (Field, 2009; Fidell et al, 2013); (4) os coeficientes de confiabilidade alfa de Cronbach foram calculados para cada fator.

### ***Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)***

Para avaliar o nível de dependência do telemóvel, foi utilizado o *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q). Este questionário foi criado por Yildirim e Correia (2015) e adaptado e validado para a população portuguesa por Loureiro e Galhardo (2018). Este

instrumento é composto por 20 itens que avaliam 4 dimensões: (1) não conseguir comunicar – que se refere aos sentimentos de perda da comunicação instantânea através dos meios que permitem esse tipo de comunicação; (2) Perda de conexão – dimensão relacionada com os sentimentos de perda da conectividade que os telemóveis oferecem e com o facto de desconexão da identidade online; (3) Impedimento do acesso às informações – esta dimensão reflete o desconforto da perda ao acesso geral à informação através dos telemóveis; e, por fim, (4) Abandono do conforto – esta última dimensão está relacionada com as emoções de comodidade que os telemóveis fornecem e reflete o desejo de possuir estes sentimentos. Estes itens são respondidos através de uma escala *likert* de 7 pontos, em que 1 corresponde a “discordo totalmente” e 7 diz respeito a “concordo fortemente”. As pontuações são interpretadas segundo a soma das respostas a cada item, variando entre 20 e 140 pontos, sendo que pontuações mais altas correspondem a um nível mais grave de Nomophobia. As subescalas deste instrumento apresentam uma elevada consciência interna, sendo que “Não ser capaz de comunicar” apresenta  $\alpha = 0.939$ ; “Perder conexão”  $\alpha = 0.874$ ; “Não conseguir ter acesso às informações”  $\alpha = 0.827$ ; e o “Abandono do conforto” apresenta  $\alpha = 0.819$  (Yildirim & Correia, 2015). Quanto à consistência interna, verificou-se no estudo da versão portuguesa (Loureiro e Galhardo, 2018) que o valor do alfa de *Cronbach* encontrado para a versão portuguesa foi de 0.96; também encontraram os seguintes alfas de *Cronbach* para as subescalas deste instrumento: 0.96 para a subescala “Não poder comunicar”, 0.90 para a subescala “Perder conectividade”, 0.88 para a subescala “Não poder aceder a informação”, e 0.85 para a subescala “Desistir da convivência”.

### ***Partner Phubbing Scale (PPHUBBING)***

A *Partner Phubbing Scale* avalia a distração específica provocada pelo telemóvel na relação com o parceiro amoroso (Água et al., 2019; Roberts & David, 2016). Esta é uma escala muito breve composta por 9 itens que são respondidos através de uma escala de *likert* de 5 pontos, variando entre 1 que corresponde a “Nunca” e 5 que corresponde a “Sempre”. É uma escala unidimensional e de autorresposta. Na validação original, foram obtidos bons valores de consistência interna  $\alpha = 0.93$ , pelo que podemos afirmar que esta escala é um instrumento fiável e mede de forma consistente o *Phubbing* na relação amorosa. Na versão portuguesa, este instrumento revelou ter um elevado valor de consistência interna  $\alpha = 0.92$ . Desta forma, podemos afirmar que esta escala é um instrumento fiável e mede de forma consistente o *Phubbing* na relação amorosa quando aplicado à população portuguesa.

## **Apresentação dos resultados**

No que diz respeito à apresentação dos resultados, esta foi estruturada de acordo com os objetivos pré-definidos.

**Primeiro objetivo e primeira hipótese:** (1) Adaptar e validar a *Phubbing Scale* (PS) para a população portuguesa; (H1) Prevê-se encontrar um modelo que apresente um bom ajustamento à população portuguesa;

### **Análise descritiva dos itens da *Phubbing Scale***

Na Tabela 1, encontramos a estatística descritiva dos itens da *Phubbing Scale*. Podemos verificar, pelos valores de assimetria e curtose, que os itens têm uma distribuição normal ( $Krt < 10$  e  $Skw < 3$ ; Kline, 2011). O item 6 (o meu telemóvel encontra-se ao meu alcance) apresenta a média mais elevada e o item 10 (o tempo despendido com atividades sociais, pessoais e profissionais diminui por causa da minha utilização do telemóvel) a mais baixa. A modalidade de resposta “nunca”, no item 3 (as pessoas queixam-se da forma como utilizo o meu telemóvel), apresenta a frequência mais elevada e a modalidade de resposta “sempre”, no item 2 (estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com os meus amigos) e 4 (estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com a minha família), apresenta a frequência mais baixa.

### **Análise fatorial exploratória da *Phubbing Scale***

Para explorar a estrutura fatorial da *Phubbing Scale* na amostra portuguesa recolhida, todos os 10 itens do instrumento foram submetidos a uma análise fatorial exploratória com rotação *Varimax*. Verificou-se que a medida de Kaiser-Meyer-Olkin (Kaiser, 1974) encontrada na adequação da amostra a esta análise foi de 0.88. O teste de esfericidade de Bartlett  $\chi^2(45) = 1411.60$ ,  $p < 0.001$  indicou que a estrutura correlacional é adequada para a análise fatorial. O fator de análise de *maximum likelihood* com um ponto de corte de 0.40 e o critério de *Kaiser* de *eigenvalues* maiores do que 1 sugere uma solução de dois fatores como o que melhor se ajusta aos dados, explicando 61.79% da variância. Os resultados desta análise fatorial estão apresentados na Tabela 2.

### **Análise fatorial confirmatória da *Phubbing Scale***

Depois de termos obtido uma estrutura bipartida da *Phubbing Scale*, resolvemos confirmar os dados através de uma análise fatorial confirmatória aplicada à amostra

destinada à mesma. Assim, desenhamos a estrutura do instrumento na Figura 1. Contudo, o modelo encontrado não revela um bom ajustamento [ $\chi^2 = 213.67$ ;  $df = .34$ ;  $\chi^2/df = 6.28$ ; CFI = 0.849; TLI = 0.801; RMSEA = 0.129; PCLOSE = 0.000].

Em seguida, fomos avaliar os *modification indices* (índices de modificação) e verificamos que estes sugeriam diversas correlações entre erros (Figura 2). Estas indicações foram seguidas na medida em que estas correlações ocorriam maioritariamente entre itens dos mesmos fatores. Contudo, foi necessário estabelecer correlações entre itens de fatores diferentes para se conseguir um bom ajustamento; os itens cujos erros foram correlacionados eram semanticamente aproximados. Analisamos *os factor loadings* e verificamos que nenhum deles estava abaixo de 0.40. Este modelo revela um bom ajustamento [ $\chi^2 = 66.31$ ;  $df = 27$ ;  $\chi^2/df = 2.46$ ; CFI = 0.967; TLI = 0.945; RMSEA = 0.067; PCLOSE = 0.077].

### **Análise do total e das subescalas da *Phubbing Scale***

Na Tabela 3, está plasmada a estatística descritiva da *Phubbing Scale* e a sua confiabilidade. Verificamos que o valor do alfa de *Cronbach* do nosso estudo é inferior ao da versão original, sendo que na versão original o instrumento era composto também por 10 itens e 2 fatores (Obsessão telefónica; Perturbações na Comunicação). Na versão original, os itens estavam distribuídos equitativamente; na nossa versão, o fator obsessão telefónica contém 7 itens e o fator perturbações na comunicação contém 3 itens. Este baixo número de itens neste último fator pode explicar o valor limite que encontramos para o alfa de *Cronbach*. O autor da versão original da escala não reportou o valor do alfa de *Cronbach* para a escala total.

Tabela 1 - Estatística descritiva dos itens da *Phubbing Scale*

Modalidades de Resposta											
<i>Item</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>S<sub>KW</sub></i>	<i>K<sub>RT</sub></i>	1 Nunca	2 Raramente	3 Às vezes	4 Quase sempre	5 Sempre
							<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)
1. O meu olhar tende a desviar-se para o meu telemóvel quando estou com outras pessoas.	1	5	2.47	0.87	0.42	0.42	37 (11.6%)	131 (40.9%)	123 (38.4%)	21 (6.6%)	8 (2.5%)
2. Estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com os meus amigos.	1	5	2.03	0.82	0.64	0.63	86 (26.9%)	154 (48.1%)	69 (21.6%)	8 (2.5%)	3 (0.9%)
3. As pessoas queixam-se da forma como utilizo o meu telemóvel.	1	5	1.74	0.92	1.30	1.57	163 (50.9%)	97 (30.3%)	47 (14.7%)	7 (2.2%)	6 (1.9%)
4. Estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com a minha família.	1	5	2.15	0.89	0.53	0.00	79 (24.7%)	140 (43.8%)	79 (24.7%)	19 (5.9%)	3 (0.9%)
5. Penso que aborreço o meu companheiro/a quando estou ocupado com o meu telemóvel.	1	5	2.02	1.07	0.96	0.24	126 (39.4%)	107 (33.4%)	52 (16.3%)	25 (7.8%)	10 (3.1%)

6. O meu telemóvel está ao meu alcance.	1	5	356	1,08	-0.53	-0.23	16 (5.0%)	33 (10.3%)	91 (28.4%)	116 (36.3%)	64 (20.0%)
7. A primeira coisa que faço quando acordo é verificar as mensagens no meu telemóvel.	1	5	3.22	1.29	-0.12	-1.70	35 (10.9%)	65 (20.3%)	83 (25.9%)	68 (21.3%)	69 (21.6%)
8. Sinto-me incompleto/a sem o meu telemóvel.	1	5	2.51	1.17	0.40	-0.64	74 (23.1%)	92 (28.7%)	91 (28.4%)	42 (13.1%)	21 (6.6%)
9. A minha utilização do telemóvel aumenta de dia para dia.	1	5	2.16	0.99	0.66	0.25	92 (28.7%)	122 (38.1%)	77 (24.1%)	22 (6.9%)	7 (2.2%)
10. O tempo despendido com atividades sociais, pessoais e profissionais diminui por causa da minha utilização do telemóvel.	1	5	1.96	1.04	0.98	0.33	135 (42.2%)	101 (31.6%)	55 (17.2%)	21 (6.6%)	8 (2.5%)

Tabela 2 - Análise Fatorial Exploratória da *Phubbing Scale*

Itens	Fatores		
	$h^2$	1. Obsessão telefónica	2. Perturbações de comunicação
1. O meu olhar tende a desviar-se para o meu telemóvel quando estou com outras pessoas.	0.62	<b>0.68</b>	0.39
2. Estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com os meus amigos.	0.71	<b>0.82</b>	0.16
3. As pessoas queixam-se da forma como utilizo o meu telemóvel.	0.74	<b>0.86</b>	-0.02
4. Estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com a minha família.	0.59	<b>0.70</b>	0.33
5. Penso que aborreço o meu companheiro/a quando estou ocupado com o meu telemóvel.	0.48	<b>0.68</b>	0.09
6. O meu telemóvel está ao meu alcance.	0,69	0.20	<b>0.83</b>
7. A primeira coisa que faço quando acordo é verificar as mensagens no meu telemóvel.	0.68	0.15	<b>0.82</b>
8. Sinto-me incompleto/a sem o meu telemóvel.	0.57	0.40	<b>0.64</b>
9. A minha utilização do telemóvel aumenta de dia para dia.	0.58	<b>0.68</b>	0.36
10. O tempo despendido com atividades sociais, pessoais e profissionais diminui por causa da minha utilização do telemóvel.	0.51	<b>0.70</b>	0.13

Nota:  $h^2$  = Comunalidades

Tabela 3 - Estatística descritiva da Phubbing Scale e confiabilidade (Karadağ et al (2015)).

Instrumento e subescalas	<i>N</i>	<i>M</i> ± <i>DP</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	$\alpha^*$	$\alpha^{**}$
<i>Phubbing scale</i>	320	2.35 ± .64	1.00	5.00		0.84
Obsessão Telefónica	320	2.00 ± .67	1.00	5.00	0.85	0.84
Perturbações na Comunicação	320	3.17 ± .90	1.00	5.00	0.87	0.69

Nota: N = frequências; M = média; DP = desvio padrão; *Min* = mínimo; *Max* = máximo;  $\alpha$  = alfa de Cronbach; \* = valores referentes ao estudo de validação do instrumento (Karadağ et al (2015)); \*\* = valores referentes aos nossos estudos de adaptação para a população portuguesa.

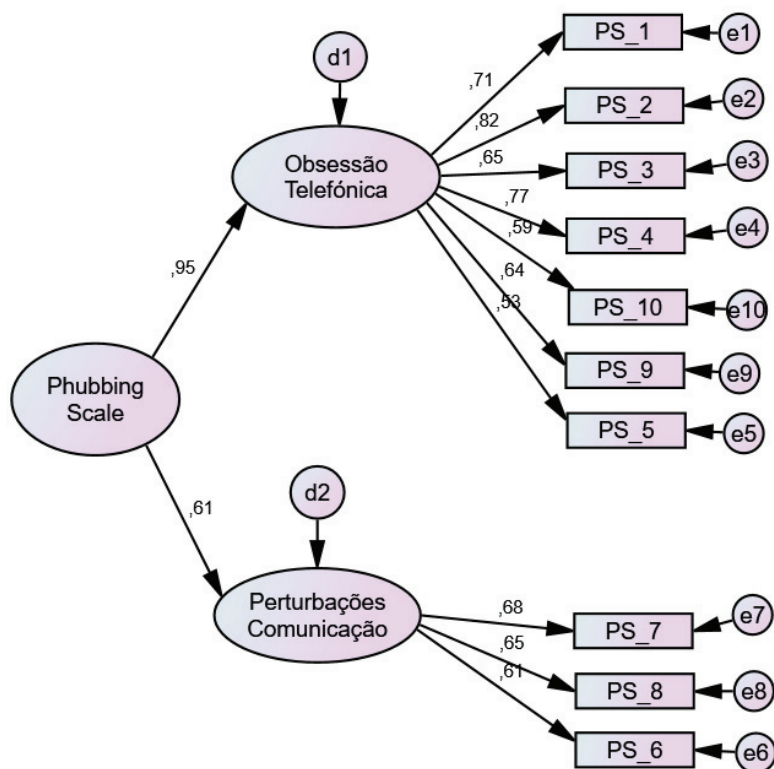


Figura 1 - Análise fatorial confirmatória da Phubbing Scale

Modelo de ajustamento:  $\chi^2 = 213.67$ ;  $df = .34$ ;  $\chi^2/df = 6.28$ ; CFI = 0.849; TLI = 0.801; RMSEA = 0.129; PCLOSE = 0.000

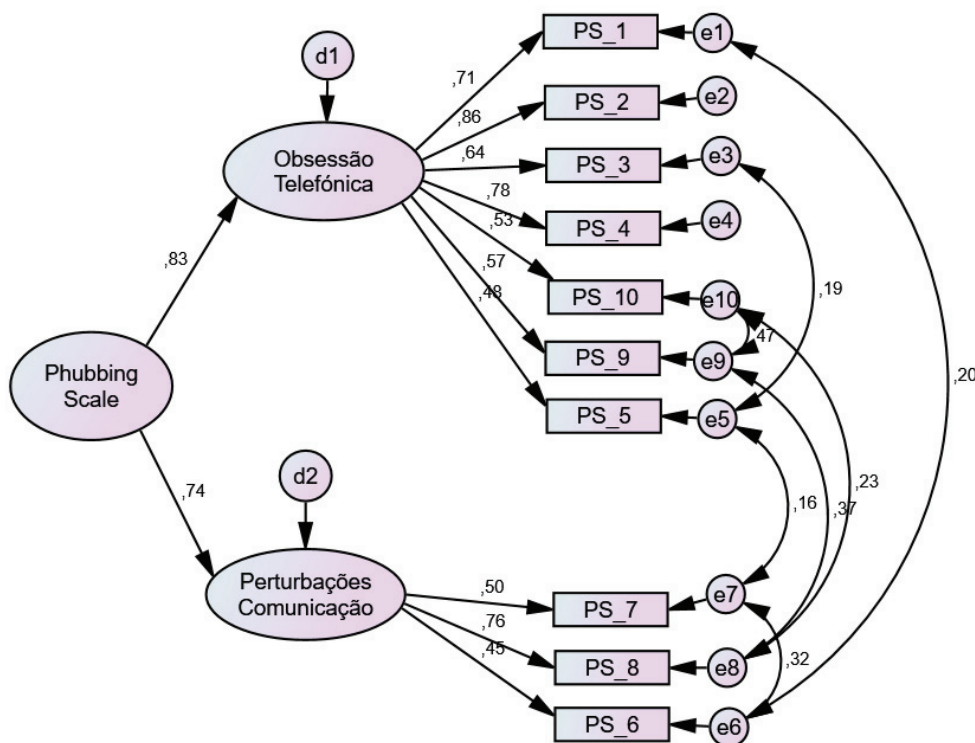


Figura 2 - Análise fatorial confirmatória da *Phubbing Scale*

Modelo de bom ajustamento:  $\chi^2 = 66.31$ ;  $df = 27$ ;  $\chi^2/df = 2.46$ ; CFI = 0.967; TLI = 0.945; RMSEA = 0.067; PCLOSE = 0.077

**Segundo objetivo e segunda hipótese:** (2) Estabelecer a validade convergente com outras escalas (*Partner Phubbing Scale* e *Nomophobia Questionnaire*); (H2) Prevê-se que exista validade convergente entre a *Phubbing Scale* e suas dimensões e a *Partner Phubbing Scale* e o *Nomophobia Questionnaire* e as suas dimensões.

### **Análise descritiva do *Nomophobia Questionnaire***

Relativamente à Tabela 4, encontramos nela a estatística descritiva dos itens do *Nomophobia Questionnaire* (Loureiro & Galhardo, 2018). Podemos verificar, pelos valores de assimetria e curtose, que os itens deste instrumento têm uma distribuição normal ( $Krt < 10$  e  $Skw < 3$ ) (Kline, 2011). O item 11 (Ficaria preocupado porque a minha família e/ou amigos não me poderiam contactar) apresenta a média mais elevada e o item 6 (Se ficasse sem saldo no meu *smartphone* ou atingisse o limite dos dados móveis mensais, entraria em pânico) a mais baixa. A modalidade de resposta “discordo completamente”, no item 16, apresenta a frequência mais elevada e a modalidade de resposta “concordo completamente”, nos itens 16 e 18, apresenta a frequência mais baixa.

Na Tabela 5, está plasmada a estatística descritiva do *Nomophobia Questionnaire* (Loureiro & Galhardo, 2018) e a sua confiabilidade. Verificamos que o valor do alfa de Cronbach no nosso estudo é superior ao da versão original e ao da versão portuguesa.

### **Análise fatorial confirmatória do *Nomophobia Questionnaire***

Na Figura 3, podemos consultar a análise fatorial confirmatória do *Nomophobia Questionnaire*, que teve como objetivo avaliar o ajustamento deste instrumento a esta população, sendo que se encontrou um modelo aceitável de ajustamento, tendo sido estabelecidas várias correlações entre erros de itens das mesmas subescalas.

Tabela 4 - Estatística descritiva dos itens do *Nomophobia Questionnaire* (Loureiro & Galhardo, 2018)

Item	Min	Max	M	DP	S <sub>KW</sub>	K <sub>RT</sub>	I Discordo							7 Concorde Completamente						
							n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
1.	1	7	3.83	1.78	0.11	-0.97	71 (11.1%)	99 (15.4%)	120 (18.7%)	116 (18.1%)	105 (16.4%)	76 (11.9%)	54 (8.4%)							
2.	1	7	3.96	1.78	0.08	-0.99	56 (8.7%)	103 (16.1%)	111 (17.3%)	120 (18.7%)	108 (16.8%)	80 (12.5%)	63 (9.8%)							
3.	1	7	3.35	1.82	0.39	-0.93	118 (18.4%)	142 (22.2%)	97 (15.1%)	99 (15.4%)	91 (14.2%)	53 (8.3%)	41 (6.4%)							
4.	1	7	3.89	1.78	0.10	-1.03	59 (9.2%)	110 (17.2%)	116 (18.1%)	111 (17.3%)	102 (15.9%)	88 (13.7%)	55 (8.6%)							
5.	1	7	3.12	1.91	0.54	-0.90	175 (27.3%)	127 (19.8%)	88 (13.7%)	84 (13.1%)	74 (11.5%)	51 (8.0%)	42 (6.6%)							
6.	1	7	2.30	1.62	1.22	0.59	294 (45.9%)	134 (20.9%)	71 (11.1%)	66 (10.3%)	36 (5.6%)	23 (3.6%)	17 (2.7%)							
7.	1	7	2.71	1.71	0.87	-0.20	202 (31.5%)	154 (24.0%)	107 (16.7%)	64 (10.0%)	59 (9.2%)	32 (5.0%)	23 (3.6%)							
8.	1	7	3.42	1.85	0.36	-0.98	115 (17.9%)	134 (20.9%)	101 (15.8%)	97 (15.1%)	90 (14.0%)	57 (8.9%)	47 (7.3%)							
9.	1	7	3.56	1.86	0.27	-1.03	104 (16.2%)	122 (19.0%)	104 (16.2%)	101 (15.8%)	93 (14.5%)	66 (10.3%)	51 (8.0%)							
10.	1	7	4.05	1.96	0.05	-1.22	70 (10.9%)	107 (16.7%)	100 (15.6%)	87 (13.6%)	101 (15.8%)	76 (11.9%)	100 (15.6%)							
11.	1	7	4.46	1.91	-0.17	-1.19	40 (6.2%)	86 (13.4%)	95 (14.8%)	99 (15.4%)	89 (13.9%)	102 (15.9%)	130 (20.3%)							
12.	1	7	3.92	1.87	0.11	-1.14	65 (10.1%)	117 (18.3%)	105 (16.4%)	101 (15.8%)	95 (14.8%)	87 (13.6%)	71 (11.1%)							

13.	1	7	4.15	1.94	0.02	-1.27	52 (8.1%)	116 (18.1%)	104 (16.2%)	82 (12.8%)	91 (14.2%)	94 (14.7%)	102 (15.9%)
14.	1	7	3.88	1.91	0.13	-1.20	71 (11.1%)	125 (19.5%)	105 (16.4%)	80 (12.5%)	101 (15.8%)	86 (13.4%)	73 (11.4%)
15.	1	7	3.73	1.96	0.19	-1.17	99 (15.4%)	117 (18.3%)	93 (14.5%)	97 (15.1%)	90 (14.0%)	71 (11.1%)	74 (11.5%)
16.	1	7	2.32	1.60	1.09	0.21	295 (46.0%)	117 (18.3%)	83 (12.9%)	66 (10.3%)	45 (7.0%)	24 (3.7%)	11 (1.7%)
17.	1	7	2.37	1.60	1.04	0.14	277 (43.2%)	131 (20.4%)	81 (12.6%)	66 (10.3%)	55 (8.6%)	18 (2.8%)	13 (2.0%)
18.	1	7	2.34	1.60	1.10	0.24	278 (43.4%)	140 (21.8%)	80 (12.5%)	57 (8.9%)	51 (8.0%)	24 (3.7%)	11 (1.7%)
19.	1	7	2.89	1.79	0.76	-0.42	185 (28.9%)	139 (21.7%)	109 (17.0%)	85 (13.3%)	50 (7.8%)	40 (6.2%)	33 (5.1%)
20.	1	7	2.53	1.71	0.94	-0.13	259 (40.4%)	126 (19.7%)	80 (12.5%)	76 (11.9%)	54 (8.4%)	26 (4.1%)	20 (3.1%)

*Nota:*  $\bar{N}$  = frequências;  $Mín$  = Mínimo;  $Máx$  = Máximo;  $M$  = Média;  $DP$  = Desvio Padrão

Tabela 5 - Estatística descritiva do *Nomophobia Questionnaire* e confiabilidade (Loureiro & Galhardo, 2018)

Instrumento e subescalas	<i>N</i>	<i>M</i> ± <i>DP</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	$\alpha$	$\alpha^*$	$\alpha^{**}$
<i>Nomophobia Questionnaire</i>	641	3.33 ± 1.33	1.00	7.00	0.95	0.94	0.96
Não poder comunicar	641	4.03 ± 1.74	1.00	7.00	0.95	0.93	0.96
Perder a conexão	641	2.49 ± 1.43	1.00	7.00	0.91	0.87	0.90
Não poder aceder a informação	641	3.75 ± 1.58	1.00	7.00	0.91	0.82	0.88
Desistir da convivência	641	3.02 ± 1.43	1.00	7.00	0.85	0.81	0.85

Nota: *N* = frequências; *M* = média; *DP* = desvio padrão; *Min* = mínimo; *Max* = máximo;  $\alpha$  = alfa de *Cronbach*; \* = valores referentes ao estudo de validação do instrumento (Yildirim & Correia, 2015); \*\* = valores referentes ao estudo de adaptação para a população portuguesa (Loureiro & Galhardo, 2018).

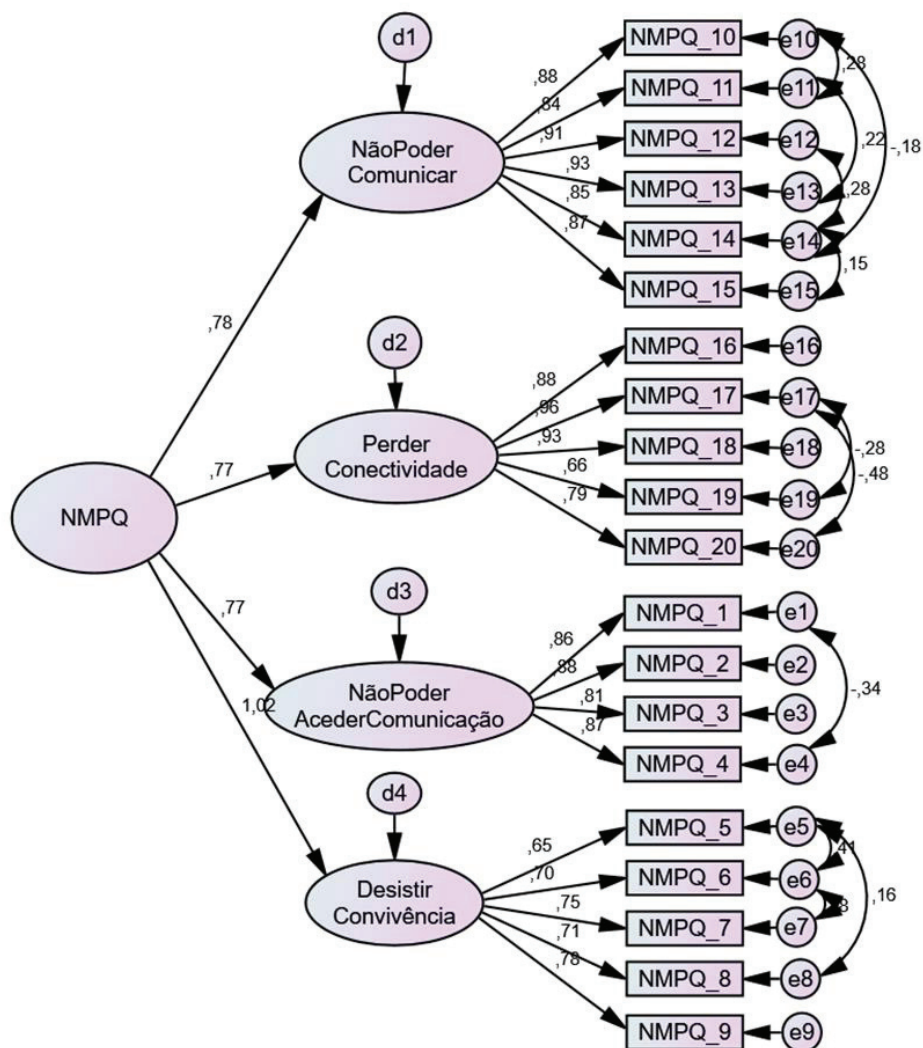


Figura 3 - Análise fatorial confirmatória do *Nomophobia Questionnaire*

Modelo de ajustamento:  $\chi^2 = 636.64$ ;  $df = 155$ ;  $\chi^2/df = 4.11$ ; CFI = 0.959; TLI = 0.950; RMSEA = 0.070; PCLOSE = 0.000

### **Análise descritiva da *Partner Phubbing Scale***

Na Tabela 6, encontramos a estatística descritiva dos itens da *Partner Phubbing Scale* (Água et al., 2019). Podemos verificar, pelos valores de assimetria e curtose, que os itens têm uma distribuição normal ( $Krt < 10$  e  $Skw < 3$ ) (Kline, 2011). O item 2 (O meu/minha parceiro/a põe o seu telemóvel onde o possa ver quando estamos juntos) apresenta a média mais elevada e o item 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) a mais baixa. A modalidade de resposta “nunca”, no item 1, apresenta a frequência mais elevada e a modalidade de resposta “sempre”, no item 3, apresenta a frequência mais baixa.

Na Tabela 7, está plasmada a estatística descritiva da *Partner Phubbing Scale* (Água et al., 2019) e a sua confiabilidade. Verificamos que o valor do alfa de Chronbach do nosso estudo é ligeiramente inferior ao da versão original e ao da versão portuguesa; ainda assim, este valor é considerado muito bom.

### **Análise fatorial confirmatória da *Partner Phubbing Scale***

Na Figura 2, podemos consultar a análise fatorial confirmatória da *Partner Phubbing Scale*, que teve como objetivo avaliar o ajustamento deste instrumento a esta população, sendo que se encontrou um bom modelo de ajustamento, apesar de terem sido estabelecidas algumas correlações entre erros de itens cujos conteúdos eram muito aproximados.

Tabela 6 - Estatística descritiva dos itens da *Partner Phubbing Scale* (Água et al., 2019)

Item	Min	Max	M	DP	SKW	K <sub>RT</sub>	Modalidades de Resposta				
							Nunca	Raramente	As vezes	Quase sempre	Sempre
							n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
1. Durante uma refeição do dia- adia que tenho com o meu/minha parceiro/a, ele/ela tira o telemóvel e verifica-o muitas vezes.	1	5	2.04	1.02	0.80	0.10	237 (37%)	211 (32.9%)	141 (22%)	37 (5.8%)	15 (2.3%)
2. O meu/minha parceiro/a põe o seu telemóvel onde o possa ver quando estamos juntos.	1	5	2.69	1.24	0.18	-0.96	139 (21.7%)	148 (23.1%)	178 (27.8%)	122 (19%)	54 (8.4%)
3. O meu/minha parceiro/a mantém o seu telemóvel na mão quando está comigo.	1	5	2.10	0.98	0.59	-0.20	207 (32.3%)	220 (34.3%)	166 (25.9%)	38 (5.9%)	10 (1.6%)
4. Quando o meu/minha parceiro/a recebe uma chamada ou mensagem vê logo o telemóvel mesmo se estivermos a meio de uma conversa.	1	5	2.43	1.13	0.54	-0.38	150 (23.4%)	211 (32.9%)	175 (27.3%)	66 (10.3%)	39 (6.1%)
5. O meu parceiro/a olha para o seu telemóvel mesmo quando está a falar comigo.	1	5	2.14	1.01	0.66	-0.07	198 (30.9%)	230 (35.9%)	154 (24%)	45 (7%)	14 (2.2%)

6. Durante o tempo de lazer que eu tenho com o meu/minha parceiro/a, ele/ela usa o telemóvel.										
1	5	2.22	1.01	0.55	-0.20	174 (27.1%)	230 (35.9%)	171 (26.7%)	51 (8%)	15 (2.3%)
7. O meu/minha parceiro/a não usa o seu telemóvel quando estamos a falar (inverter)										
1	5	2.48	1.21	0.42	-0.80	163 (25.4%)	189 (29.5%)	147 (22.9%)	102 (15.9%)	40 (6.2%)
8. O meu/minha parceiro/a usa o seu telemóvel quando saímos juntos.										
1	5	2.49	1.08	0.39	-0.43	125 (19.5%)	210 (32.8%)	199 (31%)	78 (12.2%)	29 (4.5%)
9. Se houver uma pausa na nossa conversa o meu/minha parceiro/a, verifica o seu telemóvel.										
1	5	2.48	1.10	0.36	-0.50	141 (22%)	186 (29%)	209 (32.6%)	74 (11.5%)	31 (4.8%)

Nota:  $N$  = frequências;  $Min$  = Mínimo;  $Máx$  = Máximo;  $M$  = Média;  $DP$  = Desvio-Padrão.

Tabela 7 - Estatística descritiva da *Partner Phubbing Scale* e confiabilidade (Água et al., 2019)

Instrumento	<i>N</i>	<i>M</i> ± <i>DP</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	$\alpha$	$\alpha^*$	$\alpha^{**}$
<i>Partner Phubbing Scale</i>	641	2.34 ± .83	1.00	5.00	0.91	0.93	0.92

Nota: *N* = frequências; *M* = média; *DP* = desvio padrão; *Min* = mínimo; *Max* = máximo;  $\alpha$  = alfa de Cronbach; \* = valores referentes ao estudo de validação do instrumento (Roberts & David, 2016); \*\* = valores referentes ao estudo de adaptação para a população portuguesa (Água, Lourenço, Patrão & Leal, 2019).

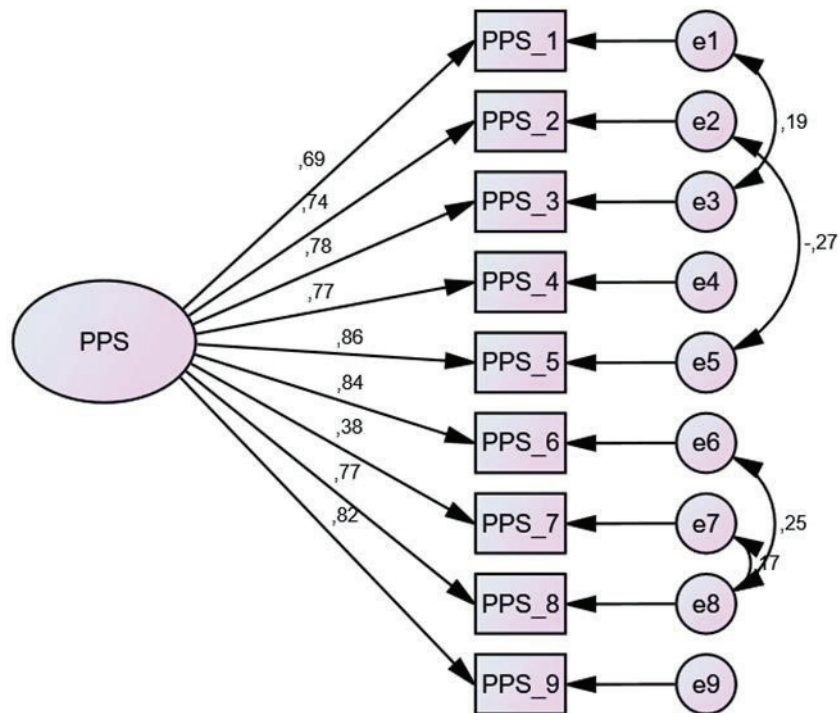


Figura 4 - Análise fatorial confirmatória da *Partner Phubbing Scale*

Modelo de ajustamento:  $\chi^2 = 72.43$ ;  $df = 23$ ;  $\chi^2/df = 3.15$ ; CFI = .986; TLI = .978; RMSEA = .058; PCLOSE = .178

## Validade convergente entre Escalas

### Validade Convergente entre a *Phubbing Scale* e a *Partner Phubbing Scale* e o *Nomophobia Questionnaire*

Para dar resposta à hipótese 2, a validade convergente dos construtos avaliados pela *Phubbing Scale* foi inspecionada através da correlação do total da escala e as suas subescalas com as outras que entraram neste estudo (*Nomophobia Questionnaire* e *Partner Phubbing Scale*). Para examinar esta validade convergente foram calculados os coeficientes de correlação de *Pearson* entre as escalas referidas. Verifica-se que todos os coeficientes encontrados foram significativos ( $p < 0.001$ ), tal como se pode verificar pela Tabela 8, ou seja, confirma-se a validade convergente da *Phubbing Scale* com todos os instrumentos utilizados no estudo.

Tabela 8 - Correlações entre a *Phubbing Scale* (PS) e subescalas, o *Nomophobia Questionnaire* (NMPQ) e a *Partner Phubbing Scale*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 <i>Phubbing Scale</i> Total	1								
2 PS – Obsessão Telefónica	0.93**	1							
3 PS – Perturbações de comunicação	0.76**	0.47**	1						
4 <i>Nomophobia Questionnaire</i> total	0.60**	0.52**	0.53**	1					
5 NMPQ – Não poder comunicar	0.45**	0.35**	0.46**	0.88**	1				
6 NMPQ – Perder conectividade	0.55**	0.56**	0.35**	0.83**	0.56**	1			
7 NMPQ – Não poder aceder a informações	0.53**	0.42**	0.53**	0.82**	0.62**	0.59**	1		
8 NMPQ – Desistir da convivência	0.56**	0.49**	0.48**	0.90**	0.69**	0.73**	0.67**	1	
9 <i>Partner Phubbing Scale</i> total	0.39**	0.36**	0.29**	0.24**	0.22**	0.20**	0.23**	0.18**	1

\*\* p &lt; 0.001

### **Estabilidade temporal do construto *Phubbing***

Tendo em vista avaliar a estabilidade do construto em análise, procedeu-se à realização do teste-reteste para o total da *Phubbing Scale* para as suas duas subescalas (Obsessão Telefónica; Perturbações na comunicação), com uma amostra de 28 participantes, a quem foi aplicado o questionário pela segunda vez um mês depois da primeira aplicação. Utilizou-se a correlação de *Pearson* para determinar esta estabilidade e verificou-se que os construtos avaliados no primeiro e segundo momentos se correlacionavam entre si acima de  $r = 0.80$ , o que é garantia de boa confiabilidade.

**Terceiro objetivo e terceira e quarta hipóteses:** (3) Estabelecer/ testar diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas e o *Phubbing*; e as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel; (H3) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis sociodemográficas; (H4) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel (e.g.: anos e utilização por dia).

### **Associações e diferenças entre variáveis sociodemográficas e *Phubbing***

Procurando dar resposta à Hipótese 3 (Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis sociodemográficas), procedemos à comparação de médias do total da *Phubbing Scale* e das suas subescalas em relação às variáveis sociodemográficas. Para o género, utilizamos o *T-teste* sendo que encontramos diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres relativamente à obsessão telefónica [ $t(638) = -2.07$ ;  $p = 0.039$ ;  $d = 0.69$ ], e sendo que o género masculino ( $M = 2.12$ ;  $DP = 0.71$ ) apresenta valores mais elevados do que o feminino ( $M = 2.00$ ;  $DP = 0.68$ ). Também encontramos diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres relativamente às perturbações da comunicação [ $t(638) = 2.88$ ;  $p = 0.004$ ;  $d = 0.92$ ], sendo que o género masculino ( $M = 2.98$ ;  $DP = 0.91$ ) apresenta valores mais baixos do que o feminino ( $M = 3.21$ ;  $DP = 0.92$ ). O mesmo procedimento foi levado a cabo para a variável estatuto relacional, não tendo sido encontradas diferenças estatisticamente significativas entre pessoas que estão numa relação romântica e pessoas que não estão numa relação romântica em relação aos construtos estudados. Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas entre as pessoas cujo estatuto profissional era ativo ( $M = 3.11$ ;  $DP = 0.93$ ) em comparação com aquelas cujo estatuto profissional era inativo ( $M = 3.39$ ;  $DP = 0.82$ ), no que diz respeito às perturbações da comunicação, tendo também sido utilizado o *T-teste* [ $t(639) = 2.08$ ;  $p = 0.038$ ;  $d = 0.92$ ],

apresentando os inativos uma média mais elevada do que os ativos. No que diz respeito às pessoas que não têm filhos, estas apresentam valores significativamente mais elevados de *Phubbing Scale Total* [ $t(639) = -.461; p = < 0.001; d = 0.65$ ], obsessão telefónica [ $t(639) = -3.004; p = 0.003; d = 0.69$ ] e Perturbações da comunicação [ $t(639) = -5.73; p = > 0.001; d = 0.90$ ]. Em relação à *Phubbing Scale Total*, quem tem filhos apresenta uma média de  $2.10 \pm 0.72$  versus quem não tem que apresenta uma média de  $2.42 \pm 0.64$ . Em relação à obsessão telefónica, quem tem filhos apresenta uma média de  $1.85 \pm 0.76$  versus quem não tem que apresenta uma média de  $2.07 \pm 0.67$ . Em relação às perturbações da comunicação, quem tem filhos apresenta uma média de  $2.68 \pm 0.92$  versus quem não tem que apresenta uma média de  $2.23 \pm 0.90$ . Procedeu-se à determinação do coeficiente de correlação de *Pearson* para avaliar a relação entre a idade e os anos de escolaridade e as variáveis dependentes em estudo; verificou-se que a idade se correlacionava negativa e significativamente com o total da escala ( $r = -0.228; p = < 0.001$ ), com a obsessão telefónica ( $r = -0.169; p = < 0.001$ ) e com as perturbações da comunicação ( $r = -0.248; p = < 0.001$ ). Em relação aos anos de escolaridade, não se encontrou qualquer relação significativa. Maioritariamente, esta hipótese confirmou-se.

Com o intuito de responder à Hipótese 4 (Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel (e.g.: anos e utilização por dia), procedemos à determinação do coeficiente de correlação de *Pearson* para associar o número de anos de utilização do telemóvel e o número de minutos de utilização do telemóvel por dia dos participantes da amostra com as variáveis dependentes em estudo. Em ambos os casos não foram encontradas correlações estatisticamente significativas, exceto no que diz respeito à correlação positiva e significativa entre as perturbações da comunicação e os minutos de utilização do telemóvel por dia ( $r = 0.108; p = < 0.001$ ). Esta hipótese não se confirmou na sua totalidade.

### **Discussão dos resultados**

Com o surgimento dos telemóveis no nosso quotidiano, estes têm vindo a desempenhar um papel essencial nas nossas vidas, sendo o *Phubbing* um fenómeno recente mas com tendência crescente (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016; Roberts & David, 2016). Em termos de contextualização, o *Phubbing* representa o ato de desprezar/ignorar uma ou várias pessoas em contexto social, prestando atenção ao telemóvel em vez de falar/ouvir a pessoa ou pessoas que nos fazem companhia (Davey et al., 2018), o que

provoca um conjunto de consequências e impactos negativos (Abeele et al, 2019; Roberts & David, 2016; Wang et al., 2020). Por isso, é importante a existência de instrumentos para avaliar o construto e proceder a uma intervenção psicológica atempada.

Deste modo, o presente estudo tem como objetivos: (1) Adaptar e validar a *Phubbing Scale* (PS) para a população portuguesa; (2) Estabelecer a validade convergente com outras escalas (*Partner Phubbing Scale* e *Nomophobia Questionnaire*); e (3) Estabelecer/ testar diferenças e/ou relações entre as variáveis sociodemográficas e as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel e o *Phubbing*. As principais hipóteses foram: (H1) Prevê-se encontrar um modelo que apresente um bom ajustamento à população portuguesa; (H2) Prevê-se que exista validade convergente entre a *Phubbing Scale* e a *Partner Phubbing Scale* e o *Nomophobia Questionnaire*; (H3) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis sociodemográficas; (H4) Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel.

Relativamente à primeira hipótese (adaptar e validar a *Phubbing Scale* para a população portuguesa) esta foi confirmada. Depois de termos obtido uma estrutura bipartida da *Phubbing Scale* através da análise fatorial exploratória, foi possível confirmar os dados através de uma análise fatorial confirmatória aplicada à amostra destinada à mesma, tendo sido encontrado um bom modelo de ajustamento. Verificamos que o valor do alfa de Cronbach do nosso estudo é inferior ao da versão original (Karadãg et al., 2015), sendo que, na versão original, o instrumento era composto também por 10 itens e 2 fatores (Obsessão telefónica; Perturbações na Comunicação). Na versão original, os itens estavam distribuídos equitativamente e na nossa versão, o fator obsessão telefónica contém 7 itens e o fator perturbações na comunicação contém 3 itens. Este baixo número de itens neste último fator, pode explicar o valor limite que encontramos para o alfa de Cronbach. O autor da versão original da escala não reportou o valor do alfa de Cronbach para a escala total.

Em relação ao *Nomophobia Questionnaire*, verifica-se que os itens deste instrumento têm uma distribuição normal. Quanto à consistência interna, verificou-se no estudo de Loureiro e Galhardo (2018) que o valor do alfa de Cronbach encontrado para a versão portuguesa foi de 0.96; também encontraram os seguintes alfas de Cronbach para as subescalas deste instrumento: 0.96 para a subescala “Não poder comunicar”, 0.90 para a subescala “Perder conectividade”, 0.88 para a subescala “Não poder aceder a informação”, e 0.85 para a subescala “Desistir da convivência”. O valor do alfa de Cronbach total no nosso

estudo (0.95) é superior ao da versão original (0.94) (Yildirim & Correia, 2015) e ligeiramente inferior ao da versão portuguesa (Loureiro & Galhardo, 2018). Encontrou-se um modelo aceitável de ajustamento à amostra do nosso estudo, tendo sido estabelecidas várias correlações entre erros de itens nas mesmas subescalas (itens 5 e 6, 17 e 20 e 11 e 14), tendo-se reespecificado o modelo de ajustamento cujos valores dos pesos fatoriais variaram entre 0.53 e 0.96. No estudo de Loureiro e Galhardo (2018), os pesos fatoriais variaram entre 0.53 e 0.95 no modelo de ajustamento. O total deste questionário e as suas subescalas correlacionaram-se positiva e significativamente com o total da *Phubbing Scale* e suas subescalas.

No que concerne à *Partner Phubbing Scale*, aplicada à nossa amostra, encontraram-se valores de assimetria e curtose dos itens com uma distribuição normal. Segundo Águas et al., (2019), este instrumento, na sua versão portuguesa, também refletia uma distribuição normal de todos os seus itens. Verificamos também que o valor do alfa de Cronbach total do nosso estudo é ligeiramente inferior ao da versão original (Roberts & David, 2016) e ao da versão portuguesa (Águas et al., 2019); ainda assim, este valor (0.91) é considerado muito bom. Por fim, encontrou-se um bom modelo de ajustamento, apesar de terem sido estabelecidas algumas correlações entre erros de itens (itens 2 e 3) cujos conteúdos eram muito aproximados.

Quanto à validade convergente entre as escalas (hipótese 2), constatou-se que todos os coeficientes encontrados foram significativos, ou seja, confirma-se a validade convergente da *Phubbing Scale* com todos os instrumentos utilizados no estudo. Isto significa que um valor elevado obtido nesta escala estaria relacionado com um valor elevado no *Nomophobia Questionnaire* e na *Partner Phubbing Scale*. No estudo de validação do *Nomophobia Questionnaire* a validade convergente foi estabelecida com a *Smartphone Addiction Scale – Short Version* (Kwon et al., 2013) e com a Escala de Ansiedade, Depressão e *Stress* (Pais-Ribeiro et al., 2004) e no da *Partner Phubbing Scale* (Águas et al., 2019), os autores não realizaram a análise de validade convergente através deste método. Portanto, esta hipótese também foi confirmada.

No que concerne à hipótese 3 (Prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis sociodemográficas), esta maioritariamente confirmou-se, uma vez que se encontraram diferenças estatisticamente significativas da *Phubbing Scale* em relação ao género, ao estatuto profissional, a ter filhos e à idade. Porém, não foram encontradas

diferenças em relação ao estatuto relacional. Procedeu-se também à determinação do coeficiente de correlação de *Pearson* para avaliar a relação entre a idade e os anos de escolaridade e as variáveis dependentes em estudo, verificou-se que a idade se correlacionava negativa e significativamente com o total da escala, com a obsessão telefónica e perturbações da comunicação. Já em relação aos anos de escolaridade, não se encontrou qualquer relação significativa.

Segundo o estudo de Hernandez-Gracia et al. (2021), em relação ao género, encontraram-se diferenças estatisticamente significativas, que apontam que as mulheres têm mais tendência a estabelecer práticas telefónicas ativas comparativamente aos homens. De acordo com o estudo de Guazzini et al. (2019), o *Phubbing*, em relação ao estatuto relacional, encontra-se associado ao nível percebido de *Phubbing* de um parceiro, o que pode significar que ver uma outra pessoa envolvida em *Phubbing* influencia a aceitabilidade de tal comportamento e, possivelmente, reforça a dinâmica do *Phubbing*; mas, de um modo geral, as pessoas quando estão num relacionamento comportam-se menos dessa forma.

A hipótese 4 (prevê-se que o *Phubbing* varie de acordo com as variáveis relacionadas com o tempo de utilização do telemóvel) não se confirmou na sua totalidade, uma vez que em ambos os casos não foram encontradas correlações estatisticamente significativas, exceto no que diz respeito à correlação positiva e significativa entre as perturbações da comunicação e os minutos de utilização do telemóvel por dia. Estes resultados são corroborados por Afdal et al. (2019) que encontraram uma relação entre *phubbing* e adição ao telemóvel sendo que esta adição implica passar muito tempo a utilizar o mesmo. Além disso, também são corroborados por Mayra (2020) que encontrou diferenças significativas relativamente ao *Phubbing* e às variáveis relacionadas com a utilização do telemóvel, quer no construto obsessão telefónica quer na perturbação da comunicação; tendo sido observadas pontuações elevadas a favor do grupo que utiliza o telemóvel mais de 8 horas diárias, comparativamente com o grupo que utiliza o telemóvel apenas 7 horas. Os sujeitos encontram-se de tal forma focados no mundo virtual e adaptados a este novo comportamento padronizado, que não têm a perceção de serem ignorados por outra pessoa através da utilização que esta faz do telemóvel (Parus et al., 2021; Soares et al., 2020). Devido ao uso excessivo que tanto os *phubbers* como os *phubbees* fazem do telemóvel, sabe-se que quanto mais comportamentos de *phubbing*, menor é a qualidade das relações devido a uma maior perceção por parte da outra pessoa de que está a ser ignorada (Parus et al., 2021).

Este estudo encerra algumas limitações, nomeadamente, no que diz respeito à participação não presencial dos sujeitos, dado a dificuldade da recolha destes dados num contexto pandémico. Outra das limitações encontra-se relacionada com o facto da amostra ter sido recolhida através das redes sociais e, talvez por isso, ela seja maioritariamente composta por indivíduos do género feminino. De acordo com Przepiorka e Blanchnio (2016), as mulheres têm uma tendência a serem utilizadoras das redes sociais e a desenvolver dependências às mesmas. Também pode ser considerada uma limitação a utilização de instrumentos de auto-relato cuja desejabilidade social e subjectividade é difícil de controlar.

Espera-se que, em estudos futuros, se possa alargar a amostra e confirmar o modelo encontrado, bem como a possibilidade de estudar este comportamento numa população clínica. Seria interessante também explorar como é que o *Phubbing* interfere no seio laboral.

Para concluir, foi adaptada a *Phubbing Scale* numa amostra de conveniência da população portuguesa, tendo sido encontrado um bom modelo de ajustamento. Este instrumento apresenta boas qualidades psicométricas, exibidas através dos valores de consistência interna e da validade convergente.

## Referências Bibliográficas

- Abeebe, M. M. P. V., Antheunis, M. L., & Schouten, A. P. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, *62*, 562–569. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.005>
- Água, J., Lourenço, M. G., Patrão, I., & Leal, I. (2019). Partner phubbing (pphubbing): validação portuguesa. *PSicologia, Saúde & Doenças*, *20*(1), 234-241.
- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., ... & Hariyani, H. (2019, April). An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary research from counseling perspective. In *International Conference on Educational Sciences and Teacher Profession (ICETeP 2018)* (pp. 270-273). Atlantis Press.
- Al-Saggaf, Y., & MacCulloch, R. (2018). *Phubbing: How Frequent? Who is Phubbed? In Which Situation? And Using Which ApPS? Proceedings of the Thirty Ninth International Conference on Information Systems (ICIS)*, San Francisco, 1–9. <https://aisel.aisnet.org/icis2018/behavior/Presentations/25/>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). The Role of State Boredom, State of Fear of Missing Out and State Loneliness in State Phubbing. In *The 30th Australasian Conference on Information Systems: ACIS 2019* (pp. 214-221). Australasian Conference on Information Systems.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *1*-12. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Bonett, D. G., & Wright, T. A. (2000). Sample size requirements for estimating *Pearson*, *Kendall* and *Spearman* correlations. *PSychometrika*, *65*(1), 23-28.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York: The Guilford Press. <https://doi.org/10.1177/1094428108323758>

- 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>
- Chou, C., Condrón, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-8138-1>
- Cohen, L., & Holliday, M. (1982). *Statistics for social scientists: an introductory text with computer programs in basic*. Harper and Row.
- Costello, A. B., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical assessment, research, and evaluation*, 10(1), 7. <https://doi.org/10.7275/jyj1-4868>
- 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
- David, M. E. & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, and Attachment to Social Media. *J. Association Consumer Res.*, 2(2), 155-163. <https://doi.org/10.1086/690940>
- Duran, E. C. M., & Toledo, V. P. (2011). Análise da produção do conhecimento em processo de enfermagem: estudo exploratório-descritivo. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 32(2),234-240. <https://doi.org/10.1590/S198314472011000200004>
- Farooqui, I. A., Pore, P., & Gothankar, J. (2018). Nomophobia: an emerging issue in medical institutions?. *Journal of Mental Health*, 27(5), 438-441.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage.

- Fidell S, Tabachnick B, Mestre V, Fidell L. Aircraft noise-induced awakenings are more reasonably predicted from relative than from absolute sound exposure levels. *J Acoust Soc Am*. 2013;134(5):3645–53. <https://doi.org/10.1121/1.4823838>
- Fortin, M. F. (2006). Fundamentos e etapas do processo de investigação: da concepção à realização. Montreal Canadá: Chenelière Éducation: J. Côté, & F. Fillion, 1ª edição
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., & Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, 11(1), 21.
- Hair Jr, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., & Kuppelwieser, V. G. (2014). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM). *European business review*. <https://doi.org/10.1108/EBR-10-2013-0128>
- Hernández-Gracia, T. J., Ávila, D. D., Hernández-Gracia, J. F., & Torres-Flórez, D. (2021). La Presencia de Phubbing en Estudiantes del Nivel Superior. *Panorama*, 15(28), 92-104.
- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30, 179–185.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factor simplicity. *PSchometrika*, 39 (1), 31-36.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, Í., & Babadağ, B. (2015). Determinants of *Phubbing*, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

- Kemp, S. (2015). Digital, social, & mobile worldwide in 2015. We Are Social, LTD.
- Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of behavioral addictions*, 7(1), 158-170. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.15>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of structural Equation Modeling* (3<sup>rd</sup> ed.) New York: The Guilford Press
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558.
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253–260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- León, D. A. D. (2011). Análise fatorial confirmatória através dos softwares R e Mplus. *Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul*.  
<http://hdl.handle.net/10183/31630>
- Loureiro, D. F., & Galhardo, A. O. (2018). *Desenvolvimento da Versão Portuguesa do Questionário de Nomofobia (NMP-Q-PT): estudo da estrutura fatorial e propriedades Psicométricas* (Master's thesis, ISMT).  
<http://repositorio.ismt.pt/jspui/handle/123456789/938>
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2014). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85

- McDaniel, B. T., & Drouin, M. (2019). Daily technology interruptions and emotional and relational well-being. *Computers in Human Behavior, 99*, 1-8.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.027>
- Nazir, T. (2017). Attitude and Emotional Response among University Students of Ankara towards Phubbing. *International Journal of Multidisciplinary Educational Research, 6*, 11.
- Nazir, T., & Bulut, S. (2019). Phubbing and what could be its determinants: A dugout of literature *Psychology, 10*, 819-829. <https://doi.org/10.4236/psych.2019.106053>
- Nazir, T., & Bulut, S. (2019). Phubbing: A phenomenon that is mending social relationships. *Сибирский психологический журнал, (74)*, 101-109.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence, 55*, 51-60.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Oduor, E., Neustaedter, C., Odom, W., Tang, A., Moallem, N., Tory, M., & Irani, P. (2016, June). The frustrations and benefits of mobile device usage in the home when copresent with family members. In *Proceedings of the 2016 ACM Conference on Designing Interactive Systems* (pp. 1315-1327).  
<https://doi.org/10.1145/2901790.2901809>
- Parus, M. S., Adu, A., & Keraf, M. A. (2021). Phubbing Behavior and Quality of Friendship in Faculty of Public Health, Nusa Cendana University. *Journal of Health and Behavioral Science, 3*(1),13-23.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *PSicologia, saúde & doenças, 5*(2), 229-239.

- Pestana, M. H. & Gageiro, J. N. (2014). Análise de Dados para Ciências Sociais: A complementaridade do SPSS, 6º ed, Edições Sílabo.  
<https://doi.org/10.13140/2.1.2491.7284>
- Przepiorka, A., & Blachnio, A. (2016). Time perspective in Internet and facebook addiction. *Computers in Human Behavior*, 60, 13-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.045>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237-246.
- 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>
- Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An Investigation into the Relationship between the Big five, Shyness, Narcissism, Loneliness, and Facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1658-1664.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.02.004>
- Sánchez, Z. Van der Meer; Nappo, S. A. Sequência de drogas consumidas por usuários de crack e fatores interferentes. *Revista Saúde Pública*, 36(4), p. 420-430, 2002.
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20(2). 149-160.  
<https://doi.org/10.20882/adicciones.279>

- Sánchez-Martínez, M., & Otero, Á. (2010). Usos de internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid. *Atención Primaria*, 42(2), 79-85.  
<https://doi.org/10.1016/j.aprim.2009.05.004>
- Soares, S. C., Angeluci, A. C. B., & Azevedo, A. B. (2020) Phubbing e mídias móveis na escola: reflexos no comportamento comunicacional de nativos digitais. *Comunicação & Sociedade*, 42(2), 177-210. <https://doi.org/10.15603/2175-7755/cs.v42n2p177-210>
- Tang, J.-H., Chen, M.-C., Yang, C.-Y., Chung, T.-Y., & Lee, Y.-A. (2016). Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction. *Telematics and Informatics*, 33(1), 102-108.  
<https://doi.org/10.1016/j.tele.2015.06.003>
- T'ng, S. T., Ho, K. H., & Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159.  
<https://doi.org/10.17583/rimeis.2018.3318>
- Villafuerte-Garzón, C. M., & Vera-Perea, M. (2019). *Phubbing* y género en un sector académico en Quito: Uso, abuso e interferencia de la tecnología. *Convergencia*, 26(79), 1-19. <https://doi.org/10.29101/crcs.v0i79.9156>
- Wang, X., Gao, Y., Yang, J., Zhao, F., & Wang, P. (2020). Parental *Phubbing* and adolescents' depressive symptoms: Self-esteem and perceived social support as moderators. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 427–437. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01185-x>
- Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.05.004>
- Yildirim, C., & Correia, A. (2015) Understanding Nomophobia: A Modern Age Phobia Among College Students. In P. Zaphiris & A. Ioannou (eds), *Learning and*

Collaboration Technologies. LCT 2015. Lecture Notes in Computer Science, vol. 9192. 724-735. Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-20609-7-68>

Zhou, F., Montag, C., Sariyska, R., Lachmann, B., Reuter, M., Weber, B., Trautner, P., Kendrick, K. M., Markett, S., & Becker, B. (2017). Orbitofrontal gray matter deficits as marker of Internet gaming disorder: Converging evidence from a cross-sectional and prospective longitudinal design. *Addiction Biology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/adb.12570>

# ANEXOS



## Anexo A - Consentimento informado

### *Phubbing*

*Phubbing* significa o ato de uma pessoa olhar para o seu *smartphone* durante uma conversa ou na companhia de outras pessoas, sendo absorvido pelo mesmo e evitando a comunicação interpessoal. Apesar de se encontrar nos primórdios da investigação e análise conceptual, este comportamento, progressivamente vinculado ao estilo de vida moderno, tem despertado a atenção dos investigadores. No âmbito do mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga, pretende-se estudar o fenómeno *phubbing* na população portuguesa, através da validação de três questionários sobre o tema. A sua participação é muito importante. Não existem respostas certas ou erradas; apenas respostas sinceras. Asseguramos a confidencialidade dos dados e o anonimato.

Se tem nacionalidade portuguesa e 18 anos ou mais, convidamo-lo(a) a participar neste estudo.

Para qualquer esclarecimento, podem contactar as investigadoras: Beatriz Reis (biareis20xxx@gmail.com); Leticia Mendes (ninaleticia18@hotmail.com) e Solange Gomes (solangedacosta\_g@hotmail.com).

**Por favor, assinale “Concordo em participar neste estudo”.**

- Concordo em participar neste estudo
- Não concordo em participar neste estudo



## Anexo B – Questionário sociodemográfico

### Idade:

---

### Género:

- Feminino
- Masculino
- Outro

### Estado civil:

- Solteiro(a)
- Casado(a)/Em união de facto
- Divorciado(a)/ Separado(a)
- Viúvo(a)

### Estatuto relacional:

- Não estou numa relação romântica
- Estou numa relação romântica

### Número de anos de escolaridade (e.g.: 9º ano = 9 anos):

---

Dada a situação atual, provocada pela pandemia Covid-19, respeitou as recomendações da Direção Geral de saúde no que diz respeito ao confinamento?

- Sim
- Não

**Estatuto relacional:**

- Inativo (reformado, desempregado, doente)
- Ativo (estudante, empregado, trabalho por conta própria)

**Tem filhos?**

- Sim
- Não

**Há quantos anos tem telemóvel?**

---

**Em média, quantos minutos passa, por dia, a utilizar o seu telemóvel?**

---

**Está inscrito em alguma rede social? (e.g.: *Facebook, Instagram...*)**

- Sim
- Não



### Anexo C - Phubbing Scale (PS) (Karadağ et al., 2015).

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74.

**Instrução:** Pense na forma como utiliza o telemóvel e indique com que frequência se comporta da forma indicada pelas seguintes afirmações.

	Nunca 1	Raramente 2	Às vezes 3	Quase sempre 4	Sempre 5
1. O meu olhar tende a desviar-se para o meu telemóvel quando estou com outras pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Estou ocupado com o meu telemóvel quando estou com os meus amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. As pessoas queixam-se da forma como utilizo o meu telemóvel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





4. Ficaria irritado se não conseguisse usar o meu <i>smartphone</i> e as suas funcionalidades quando quisesse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ficar sem bateria no meu <i>smartphone</i> far-me-ia ficar com medo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Se ficasse sem saldo no meu <i>smartphone</i> ou atingisse o limite dos dados móveis mensais, entraria em pânico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Se não tivesse um sinal de rede ou <i>Wi-Fi</i> , estaria constantemente a verificar se já tinha sinal ou se conseguia encontrar uma rede <i>Wi-Fi</i> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Se não conseguisse usar o meu <i>smartphone</i> , teria medo de ficar sem recursos num sítio qualquer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Se não me fosse possível ver o meu <i>smartphone</i> durante algum tempo, sentiria necessidade de o fazer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Sentir-me-ia ansioso, porque não conseguiria comunicar imediatamente com a minha família e/ou amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ficaria preocupado porque a minha família e/ou amigos não me poderiam contactar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Sentir-me-ia nervoso porque não conseguiria receber mensagens e chamadas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Sentir-me-ia ansioso porque não seria capaz de manter contacto com a minha família e/ou amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Ficaria nervoso porque não saberia se alguém me tinha tentado contactar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Sentir-me-ia ansioso porque a minha ligação constante com a minha família e amigos estaria interrompida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ficaria nervoso porque estaria desligado da minha identidade <i>online</i> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Sentir-me-ia desconfortável porque não conseguiria estar atualizado nas redes sociais e nas redes <i>online</i> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Sentir-me-ia incomodado por não poder ver as minhas notificações para atualizações dos meus contatos e redes sociais.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Sentir-me-ia ansioso porque não conseguiria aceder aos meus <i>emails</i> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Sentir-me-ia estranho porque não saberia o que fazer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo E - *Partner Phubbing Scale (PPHUBBING)* (Roberts & David, 2016; versão Portuguesa PPS-PT, Água, Lourenço, Patrão, & Leal, 2019)



Roberts, J., & David, M. (2016). My life becomes a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, *54*, 134-141. doi:10.1016/j.chb.2015.07.058.

Água, J., Lourenço, M. G., Patrão, I., & Leal, I. (2019). Partner phubbing scale (pphubbing): validação portuguesa. *Psicologia, Saúde & Doenças*, *20*(1), 234-241.

**Instrução:** Nas seguintes afirmações assinale o que mais se adequa ao seu parceiro/a.

	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.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. O meu/minha parceiro/a põe o seu telemóvel onde o possa ver quando estamos juntos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. O meu/minha parceiro/a mantém o seu telemóvel na mão quando está comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<p><b>4.</b> Quando o meu/minha parceiro/a recebe uma chamada ou mensagem vê logo o telemóvel mesmo se estivermos a meio de uma conversa.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><b>5.</b> O meu parceiro/a olha para o seu telemóvel mesmo quando está a falar comigo.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><b>6.</b> Durante o tempo de lazer que eu tenho com o meu/minha parceiro/a, ele/ela usa o telemóvel.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><b>7.</b> O meu/minha parceiro/a não usa o seu telemóvel quando estamos a falar (inverter)</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><b>8.</b> O meu/minha parceiro/a usa o seu telemóvel quando saímos juntos.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p><b>9.</b> Se houver uma pausa na nossa conversa o meu/minha parceiro/a, verifica o seu telemóvel.</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### Anexo F – Cronograma

Atividades Meses	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
<b>Escolha do Assunto</b>					X							
<b>Delimitação do Tema</b>					X							
<b>Levantamento bibliográfico</b>					X	X	X	X	X			
<b>Elaboração do projeto</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
<b>Entrega da primeira versão</b>							Dia 10					
<b>Recolha de dados</b>					Dia 12	X	X	X	X	Dia 24		
<b>Entrega do pré-projeto nos serviços escolares</b>												Dia 25
<b>Análise de dados</b>	X	X	X								X	X
<b>Elaboração do relatório</b>	X	X	X	X	X	X						
<b>Entrega do projeto final</b>										X		

