

## **RELAÇÃO ENTRE DEPENDÊNCIA ONLINE E CO-DEPENDÊNCIA EM JOVENS PORTUGUESES<sup>1</sup>**

**Ivone Patrão<sup>2</sup>, Maria Marques Lopes da Silva<sup>3</sup>, Maria João Gouveia<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> ISPA - Instituto Universitário, Geração Cordão

<sup>2</sup> ISPA - Instituto Universitário, Geração Cordão

<sup>3</sup> ISPA - Instituto Universitário, Geração Cordão

<sup>4</sup> ISPA - Instituto Universitário

**Introdução:** No geral as dependências são definidas como uma forte tendência para executar alguma atividade ou utilizar uma substância, sem tomar em consideração as consequências que isso poderá trazer para o bem-estar, do próprio e dos outros. Existem dois tipos de dependência: a que envolve uma substância e a que envolve uma atividade. Apesar de ambas apresentarem questões muito idênticas como características de perda de controlo, o favorecimento de atividades ligadas à dependência em detrimento das atividades sociais e de lazer, contração de riscos que advêm da dependência, são dependências diferentes. As designadas dependências sem substância ou online, correspondem ao tipo de dependências por uma atividade, e caracterizam-se como uma dependência psicológica, com alterações de humor, sintomas de abstinência, mentira, conflitos, recaídas, sendo predominante passar para segundo plano todas as responsabilidades.

A co-dependência é um envolvimento significativo com consequências impactantes no ambiente familiar. Tem sido desde sempre estudada relacionada com a dependência ao álcool, dependência química ou relacionada com um outro ambiente familiar, desde que stressante a longo prazo. Nesse sentido, foram destacadas oito características da co-dependência: Medo, Vergonha/Culpa, Desespero prolongado, Raiva, Negação, Rigidez, Desenvolvimento de identidade prejudicada, e Confusão. O termo co-dependência começou a ser utilizado para estudar e descrever as relações disfuncionais entre mulheres de maridos com dependência no álcool. Posteriormente o conceito passou a ser utilizado para descrever qualquer relação disfuncional. Muito embora, a maioria dos estudos desenvolvidos sobre co-dependência, sejam de famílias com problemas de dependência do álcool ou de outras substâncias químicas.

Atualmente não se identificaram estudos que analisem a relação entre a dependência online e a co-dependência. As crianças e os jovens, considerados os nativos digitais, são aqueles que mais usam a tecnologia, e como tal estão em risco de desenvolver um uso excessivo. Neste sentido, é importante perceber se as questões relacionadas com a co-dependência estão presentes.

**Objetivo:** Analisar a relação entre dependência online e a co-dependência, no geral, e nas suas diferentes dimensões.

**Metodologia:** Para o presente estudo participaram 311 alunos, sendo que 61,2% é do sexo feminino, e 38,8% é do sexo masculino, com idades entre os 14 e 18 anos ( $M=16.9$ ;  $DP=1.206$ ). Esta é uma investigação que está inserida no âmbito do projeto “Geração Cordão”, aprovada pela Comissão de Ética do ISPA – Instituto Universitário, com autorização de aplicação a jovens no contexto escolar pelo Ministério da Educação. O protocolo de investigação do projecto “Geração Cordão” é composto por uma série de instrumentos, sendo que para este estudo foi utilizado o Questionário Sociodemográfico, um Questionário de Comportamentos Online: Uso e Acesso, a Escala Internet Addiction Test (IAT), a Escala Codependency Assessment (CA). Os dados foram recolhidos via online, após recolha do consentimento informado. Para este efeito foi fornecido um link que permitiu aos participantes o preenchimento do protocolo através da plataforma Google Forms. Para o tratamento dos resultados foi utilizado o programa estatístico IBM SPSS – *IBM Analytics* versão 26.

**Resultados:** Nesta amostra de jovens 20.19% tem nível moderado/severo de dependência online, e 51.9% apresenta níveis elevados de co-dependência. Os resultados também indicam uma correlação positiva e moderada entre ambas as variáveis ( $r=0.321$ ,  $p=0.001$ ). Na correlação da co-dependência (CA) geral com as suas dimensões verificou-se na maioria correlações fortes: Medo ( $r=0.615$ ,  $p=0.001$ ); Vergonha ( $r=0.794$ ,  $p=0.001$ ); Desespero ( $r=0.781$ ,  $p=0.001$ ); Raiva ( $r=0.805$ ,  $p=0.001$ ); Negação ( $r=0.681$ ,  $p=0.001$ ); Rigidez ( $r=0.796$ ,  $p=0.001$ ); Alteração ( $r=0.824$ ,  $p=0.001$ ); Confusão ( $r=0.823$ ,  $p=0.001$ ). Relativamente à correlação entre a dependência online e as dimensões da co-dependência os resultados mostram correlações positivas, moderadas (Vergonha ( $r=0.287$ ,  $p=0.001$ ); Desespero ( $r=0.337$ ,  $p=0.001$ ); Raiva ( $r=0.260$ ,  $p=0.001$ ); Rigidez ( $r=0.281$ ,  $p=0.001$ ); Confusão ( $r=0.270$ ,  $p=0.001$ )) e fracas (Medo ( $r=0.115$ ,  $p=0.05$ ); Negação ( $r=0.158$ ,  $p=0.01$ ); Alteração ( $r=0.228$ ,  $p=0.001$ )).

**Conclusões:** A principal conclusão indica que existe uma correlação entre a dependência online e a co-dependência, no sentido positivo, ou seja, os jovens que preenchem os critérios de dependência online sentem uma relação de co-dependência com a sua família. Este dado é importante para a inclusão da co-dependência no estudo das dependências online, de forma a poder caracterizar perfis de dependência, e assim, melhor desenvolver orientações para a prática clínica. Do ponto de vista da intervenção, será essencial avaliar perfis de co-dependência, como perfis de risco.

**Palavras-chave:** Adicção; Tecnologias; Co-adicção; Família; Adolescência

