



Avances en Psicología Latinoamericana

ISSN: 1794-4724

ISSN: 2145-4515

tatiana.moralesp@urosario.edu.co

Universidad del Rosario

Colombia

Loss, Andrea; Guerra, Valeschka M.; Souza, Mariane L.  
Associação entre uso de Internet, autoconsciência ruminativa e diferenças de gênero em universitários  
Avances en Psicología Latinoamericana, vol. 39, núm. 1, 2021, -, pp. 1-14  
Universidad del Rosario  
Bogotá, Colombia

DOI: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8596>

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79968489003>

- ▶ [Cómo citar el artículo](#)
- ▶ [Número completo](#)
- ▶ [Más información del artículo](#)
- ▶ [Página de la revista en redalyc.org](#)

redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal  
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

# Associação entre uso de Internet, autoconsciência ruminativa e diferenças de gênero em universitários

Asociación entre el uso de Internet, la autoconciencia rumiativa y las diferencias de género en estudiantes universitarios

Association Between Internet Use, Ruminative Self-Consciousness, and Gender Differences in University Students

Andrea Loss

Valeschka M. Guerra

Mariane L. Souza

*Universidade Federal do Espírito Santo*

Doi: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8596>

## Resumo

O uso descontrolado de Internet já é considerado um problema de saúde pública em alguns países. De uma perspectiva psicológica, evidências sugerem uma relação entre o uso descontrolado de Internet e a autoconsciência ruminativa (quando a autoatenção é direcionada para uma avaliação negativa de si mesmo) que, por sua vez, pode estar associada a transtornos mentais. Neste sentido, a presente pesquisa teve o objetivo de verificar as relações entre as variáveis nível de uso de Internet, estilo de autoconsciência (ruminativa e reflexiva) e gênero em adultos jovens universitários. Participaram do estudo quantitativo 450 universitários, entre 18 e 25 anos de idade (50% do gênero feminino), que responderam ao

Teste de Dependência de Internet e ao Questionário de Ruminação e Reflexão. Os dados foram submetidos à análise estatística descritiva e inferencial (Teste *t* para Amostras Independentes, Análise de Variância e Regressões Lineares Múltiplas). Os resultados apontam que o estilo de autoconsciência ruminativa está significativamente associado ao gênero feminino. A regressão linear múltipla, para cada gênero, considerando o uso descontrolado de Internet como variável dependente apontou que, tanto para participantes do gênero masculino quanto do feminino, a autoconsciência ruminativa explicou direta e significativamente o uso descontrolado de Internet. Discutem-se implicações da associação do estilo ruminativo à má adaptação psicológica e sua pos-

Andrea Loss ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3457-0226>

Valeschka M. Guerra ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7455-125X>

Mariane L. Souza ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7363-5926>

Dirigir correspondência à Andrea Loss, Endereço: Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo. Correio eletrônico: [lossandrea@hotmail.com](mailto:lossandrea@hotmail.com)

Para citar este artigo: Loss, A., Guerra, V. M., & Souza, M. L. (2021). Associação entre uso de Internet, autoconsciência ruminativa e diferenças de gênero em universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 39(1), 1-14. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8596>

sível interferência no nível de uso de Internet, enquanto obstáculo à percepção dos gatilhos desencadeadores de uma dependência e a busca de resolução de conflitos e de problemas relacionados ao uso descontrolado da Internet. *Palavras-chave:* comportamento de uso de Internet; autoconsciência ruminativa e reflexiva; gênero; estudantes universitários.

### Resumen

El uso incontrolado de Internet ya se considera un problema de salud pública en algunos países. Desde una perspectiva psicológica, la evidencia sugiere una relación entre el uso descontrolado de Internet y la autoconciencia rumiativa (cuando la atención de uno mismo se dirige hacia una autoevaluación negativa) que, a su vez, puede estar asociada con trastornos mentales. En este sentido, la presente investigación tuvo como objetivo verificar la relación entre las variables nivel de uso de Internet, estilo de autoconciencia (rumiativa y reflexiva) y género en jóvenes universitarios. En el estudio cuantitativo participaron 450 estudiantes universitarios, entre 18 y 25 años (50% mujeres), quienes respondieron el Test de Dependencia de Internet y el Cuestionario de Rumiación y Reflexión. Los datos se sometieron a análisis estadístico descriptivo e inferencial (prueba *t* para muestras independientes, análisis de varianza y regresiones lineales múltiples). Los resultados muestran que el estilo de autoconciencia rumiativa se asocia significativamente con el género femenino. La regresión lineal múltiple, para cada género, considerando el uso descontrolado de Internet como variable dependiente, señaló que, tanto para hombres como para mujeres, la autoconciencia rumiativa explicaba directa y significativamente el uso descontrolado de Internet. Se discuten las implicaciones de la asociación del estilo rumiativo con la mala adaptación psicológica y su posible interferencia en el nivel de uso de Internet, como obstáculo para la percepción de los desencadenantes que liberan una adicción y para la búsqueda de resolución de conflictos y problemas relacionados con el uso descontrolado de Internet.

*Palabras clave:* comportamiento de uso de Internet; autoconciencia rumiativa y reflexiva; género; estudiantes universitarios.

### Abstract

Uncontrolled use of the Internet is already considered a public health problem in some countries. From a psychological perspective, evidence suggests a relationship between the uncontrolled use of the Internet and the ruminative self-consciousness (when attention is directed towards a negative self-assessment), which, in turn, may be associated with mental disorders. In this sense, the present research had the objective of verifying the relationships between the variable level of Internet use, self-consciousness styles (ruminative and reflexive), and gender in young university students. The participants in the quantitative study were 450 university students between 18 and 25 years (50% female) who answered the Internet Dependence Test and the Rumination-Reflection Questionnaire. The data were submitted to descriptive and inferential statistical analyses (*t* Test for Independent Samples, analysis of variance, and multiple linear regressions). The results show that the style of ruminative self-consciousness is significantly associated with the female gender. The multiple linear regression for each gender, considering the uncontrolled use of the Internet as a dependent variable, indicated that, for both male and female participants, ruminative self-consciousness directly and significantly explained the uncontrolled use of the Internet. The implications of the association of the ruminative style to psychological maladaptation and its possible interference in the level of Internet use are discussed as obstacles to the perception of the triggers that foster addiction and the search for conflict resolution and problems related to the uncontrolled use of the Internet.

*Keywords:* Internet use behavior; ruminative and reflexive self-consciousness; gender; undergraduate students.

Na última década, a utilização de Internet no Brasil aumentou consideravelmente entre a população mais jovem. Em 2016, o IBGE destacou que 85% dos jovens entre 18 e 25 anos de idade utilizavam a Internet. Além disso, conforme o relatório do IBGE,

o equipamento mais utilizado pelas pessoas com 10 anos de idade ou mais, em 2016, foi o aparelho de telefonia celular (por 94.6% dos entrevistados). A Internet pode ser considerada, portanto, uma constante na vida desses jovens, principalmente devido ao acesso facilitado por meio de aparelhos do tipo *smartphones*.

Contudo, a mesma Internet que beneficia o jovem facilitando as conexões interpessoais e o acesso à informações, impulsionando o desenvolvimento profissional a partir da exposição de ideias criativas facilitada pelo ambiente virtual (Nicolaci-da-Costa, 2014), pode funcionar também como um canal que isola e favorece a manifestação de patologias, algumas latentes (Benítez et al., 2016). Seu impacto é negativo quando interfere em aspectos do desenvolvimento psicológico, cognitivo, emocional e comportamental dos jovens (Cruz et al., 2018; Carochinho & Lopes, 2016; Schmidek et al., 2018; Zhu et al., 2015). Porém, é importante ressaltar que o uso da Internet por si só não predispõe a patologias, mas sim, a qualidade do uso que o indivíduo faz em sua vida diária.

Entre os prejuízos identificados pelo mau uso da rede, podem ser citados o distanciamento, inclusive de familiares, e as dificuldades em manter um círculo de amizades permanente na vida real e de estabelecer diálogo e modificar a rotina (Miguel, 2016; Tao et al., 2010). Jovens conectados a um mundo virtual por longos períodos, geralmente apresentam dificuldade de comunicação, baixa autoestima, sentimentos de solidão e prejuízos em sua vida no trabalho e/ou no meio acadêmico (Lemos et al., 2016; Oliveira, 2017). Tais comportamentos revelam mudanças desafiadoras impulsionadas pelos diversos fenômenos tecnológicos, principalmente com relação às novas tecnologias de informação (Cappelozza & Moraes, 2014; Király et al., 2015).

O uso crescente da tecnologia, especialmente da Internet, também tem sido associado à incidência de transtornos psicológicos graves, como a dependência, nos usuários (Zhu et al., 2015).

De fato, a Associação Psiquiátrica Americana (2014) inseriu critérios sobre o uso patológico da Internet na quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico para Transtornos Mentais (DSM-5). Contudo, a definição precisa da dependência de Internet é tarefa complexa e controversa (Atoum & Al-Hattab, 2015; Benítez et al., 2016; Li et al., 2016). Em especial, porque a inabilidade em controlar o uso vem sempre acompanhada de outras morbidades (Ferreira et al., 2018; Moromizato et al., 2017).

Achados relevantes sobre o comportamento de uso descontrolado foram apresentados no estudo que originou o Teste de Dependência de Internet (TDI) (do original *Internet Addiction Test*), elaborado por Young (1998) e validado no Brasil por Conti et al. (2012). Seus resultados sugerem que o usuário poderá ter problemas ocasionais ou frequentes, caso não utilize a Internet de maneira correta. Construído com base em critérios diagnósticos de comportamentos dependentes de jogos e substâncias, cuja principal característica é a falta de controle de impulsos, o TDI pode ser utilizado como ferramenta auxiliar na investigação clínica (Conti et al., 2012).

Embora ainda não seja possível definir um diagnóstico preciso de dependência de Internet, podem-se indicar algumas características relevantes dos usuários que apresentam queixas relacionadas à Internet, como a falta de controle sobre o uso e a presença de conflitos psicológicos, sociais ou no trabalho como consequência do mau uso e a preocupação generalizada (Van Rooij & Prause, 2014). Para se chegar a um modelo diagnóstico definitivo, no entanto, é recomendável aprofundar o estudo da interação entre diferenças individuais e ambientais como meio de identificar fatores de influência no comportamento de uso descontrolado (Van Rooij & Prause, 2014). Além disso, é necessário ampliar as pesquisas para auxiliar na compreensão, elaboração de intervenções e tratamentos eficazes para os casos identificados (Kuss & Lopez-Fernandez, 2016) de uso excessivo e prejudicial da Internet.

No contexto dos jovens universitários, o comportamento de uso de Internet aparece associado a diferentes aspectos psicológicos. Dados de uma pesquisa realizada com jovens universitários (Kumazaki et al., 2011) destacaram o prazer de se comunicar como fator de influência no aumento do uso de Internet e de *smartphones*, que viabilizam a comunicação interpessoal por meio de aplicativos (Lin et al., 2015). Entretanto, o uso da Internet aparece como um obstáculo às relações familiares, pois embora conexões *online* ocorram entre os jovens e as suas famílias, as conexões presenciais não se dão de forma favorável (Snyder et al., 2015). Além disso, o aumento da comunicação social através do uso da Internet aparece paradoxalmente correlacionado positivamente a sintomas de ansiedade, isolamento e fuga (Kumazaki et al., 2011; Lin et al., 2015).

Tais manifestações de ansiedade, isolamento e fuga da realidade podem vir acompanhadas por sintomas depressivos em jovens com problemas de uso descontrolado de Internet. Ainda que resultados sobre a relação entre dependência de Internet e depressão não sejam consistentes, pesquisas (Bhat & Kawa, 2015; Estévez et al., 2017) apontam uma correlação positiva entre dependência de Internet e depressão em jovens universitários. Um estudo indiano (Surwase et al., 2017) com 287 universitários da cidade de Nanded, que utilizou o *Young's Internet Addiction Test* demonstrou que 65.85% dos participantes apresentaram dependência de Internet associada a efeitos negativos sobre sua saúde mental. Os autores concluíram que o uso descontrolado de Internet é um problema de saúde pública.

Outra pesquisa, com jovens universitários, verificou a associação entre a dependência de Internet e atividades realizadas *online* (Marahatta et al., 2015). Os resultados sugerem que, apesar das diferenças sociais, culturais e econômicas entre diferentes países, foram identificadas semelhanças quanto ao uso da Internet. Por exemplo, os universitários com um padrão de uso descontrolado de Internet costumam se envolver em atividades

de conteúdo sexual, jogos *online*, relacionamento interpessoal e passam mais tempo no ciberespaço.

Por outro lado, o controle excessivo de uso de Internet associado a conflitos familiares parece figurar como reforçador da dependência, ao levar os jovens à tentativa de fugir da realidade (Terres-Trindade & Mosmann, 2016). Outro estudo com uma amostra de 441 universitários reportou correlação significativa entre experiências dissociativas e dependência de Internet e dependência de álcool/drogas (Biolcati et al., 2017). Os resultados do estudo assinalaram que adultos jovens podem apresentar o comportamento de fuga da realidade associado ao uso descontrolado de Internet. Isto é, o internauta pode não perceber os gatilhos que o levam a usar a rede como forma de obter prazer e de escapar da vida real e, conseqüentemente, não percebe os sinais de risco de desenvolver uma dependência (Biolcati et al., 2017).

Para o jovem universitário, portanto, a cognição pode ser um componente tonificador ou de manutenção para o desenvolvimento de uma dependência de Internet. Isto é, a Internet pode funcionar como um veículo para o desenvolvimento de seu uso patológico, por conta de um componente cognitivo, como um estilo de autoconsciência mal adaptado (Davis, 2001).

Uma cognição mal adaptada pode se desenvolver a partir de uma associação entre a dependência de Internet e problemas psicossociais como dificuldades em relacionamentos interpessoais, de acordo com o modelo cognitivo comportamental sugerido por Davis (2001). Conforme o modelo, um tipo de consciência mal adaptada que pode conduzir o indivíduo a usar a rede por mais tempo e vezes, é a autoconsciência ruminativa. O internauta com esse estilo de autoconsciência envolve-se em um ciclo repetitivo de pensamentos, produto das recordações a respeito do uso que fez da rede, bem como de autoavaliações negativas sobre si. A Internet, nesse contexto, pode funcionar como mecanismo de evitação de contato consigo e com o meio em que está inserido e também como fonte de prazer, à medida

que respostas para o mal-estar sentido podem ser encontradas no ciberespaço (Davis, 2001).

A ruminação ou autoconsciência ruminativa (Trapnell & Campbell, 1999; Zanon & Teixeira, 2006), compõe, juntamente com a reflexão, a autoconsciência privada. Tanto ruminação quanto reflexão são traços de personalidade, conforme Trapnell e Campbell (1999). Ruminação é a autoatenção motivada para a descoberta de injustiças, perdas e prejuízos relacionados a si mesmo, que apresenta correlação positiva com neuroticismo e transtornos psicológicos, como depressão e ansiedade. Já a reflexão, ou autoconsciência reflexiva seria uma autoatenção motivada para o autoconhecimento, que se correlaciona com abertura para a experiência. A autoconsciência reflexiva pode ser definida, ainda, como a avaliação que promove uma ampliação do conhecimento de si mesmo. Ela permite aos indivíduos gerar *insights* e não permanecerem autofocados em características negativas (DaSilveira et al., 2012; Zanon & Hutz, 2009).

O indivíduo com estilo de autoconsciência ruminativa apresenta, por outro lado, a tendência de manter o foco de atenção em características suas que não produzem amadurecimento ou autoconhecimento e produzem condições desfavoráveis a que tal processo adaptativo ocorra (DaSilveira et al., 2012; Zanon & Hutz, 2009). O construto ruminação pode, neste sentido, auxiliar a previsão de sintomas e transtornos depressivos, embora não auxilie a prever a duração da depressão (Nolen-Hoeksema et al., 2008). Uma vez que está associado negativamente à solução de problemas e ao estabelecimento de relações sociais satisfatórias, permite a previsão de comportamentos de abuso de substâncias, ansiedade, desordens de alimentação e automutilação (Nolen-Hoeksema et al., 2008). Trata-se de um construto intrincado e complexo, relacionado não apenas ao tempo passado, mas também ao futuro (quando implica a preocupação) e envolve ainda a metacognição e a elaboração de crenças (Nolen-Hoeksema et al., 2008; Smith & Alloy, 2009).

Outras variáveis como estados emotivos e gênero (especialmente feminino) também vêm sendo consideradas importantes para o entendimento da autoconsciência ruminativa, uma vez que os estudos indicam que mulheres apresentam maior tendência à ruminação do que homens (Johnson & Whisman, 2013; Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001; Simonson et al., 2011). O gênero tem figurado como fator de maior peso para a compreensão da ruminação em mulheres do que o sexo biológico (Simonson et al., 2011), pois as mulheres aprendem, em seu papel de gênero, a terem maior foco em afetos e relações interpessoais, ficando mais propícias à depressão. A presença da ruminação contribui para a permanência de pensamentos e afetos negativos, favorecendo o desenvolvimento da depressão (Nolen-Hoeksema et al., 2008).

Os dados dos estudos sobre a relação entre o uso descontrolado de Internet e gênero são contraditórios. Há evidências tanto de diferenças entre os gêneros, indicando o feminino como o mais atingido (Johnson & Whisman, 2013; Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001; Simonson et al., 2011), quanto de igualdade entre gêneros no uso descontrolado de Internet (Bhat & Kawa, 2015; Carochinho & Lopes, 2016). Por outro lado, a pesquisa de Carochinho e Lopes (2016) indicou o gênero masculino como grupo de risco. Reforçando tal resultado, Bhat e Kawa (2015) demonstraram que homens estão mais vulneráveis a desenvolverem dependência, enquanto as mulheres estão vulneráveis a desenvolverem depressão, pois usam as redes sociais para estabelecer relacionamentos, os quais as levam a experienciar afetos negativos (Davila et al., 2012).

A investigação da relação entre a ruminação e o uso descontrolado de Internet, levanta, ainda, algumas evidências adicionais importantes sobre o papel da variável autoconsciência nesta equação. Şenormanci et al. (2013) compararam metacognição, depressão e estilos de respostas ruminativas em homens dependentes de Internet com um grupo controle saudável. Para os pesquisadores, quando

essa dependência está acompanhada de depressão e do estilo ruminativo de autoconsciência, os dependentes de Internet sentem necessidade de monitorar e de controlar seus pensamentos, o que reforça a depressão. A Internet pode estar sendo usada justamente para auxiliar nesse controle, ao desviar os pensamentos e as preocupações para outros focos.

A mesma relação entre ruminação e depressão é reportada no estudo de Davila et al. (2012) sobre as relações estabelecidas por jovens, em sua maioria mulheres, em redes sociais. Nesse estudo, a depressão é associada a relacionamentos com afetos negativos, estabelecidos pela Internet. A pesquisa revelou que os convívios entre os jovens não se vinculavam à quantidade, mas sim, à qualidade das interações, nesses casos, associadas a sintomas depressivos. Os participantes que tiveram maior pontuação em ruminação depressiva tinham interações negativas em redes sociais e indicadores de depressão. Isto é, pessoas com esse estilo de autoconsciência podem tender à depressão e a vínculos que envolvem afetos negativos. Embora devam ser interpretados com cuidado, de acordo com os próprios pesquisadores, os resultados do estudo sugerem que as relações virtuais negativas estabelecidas podem afetar o bem-estar dos jovens.

Em resumo, as evidências sobre o comportamento de uso de Internet e os estilos de autoconsciência indicam uma associação entre o uso descontrolado de Internet e o estilo ruminativo de autoconsciência, uma vez que depressão, ansiedade, isolamento, problemas de relacionamento interpessoal e dificuldade em cumprir tarefas são características comuns às duas condições. O estudo de Şenormanci et al. (2013) concluiu, inclusive, que a presença do estilo de autoconsciência ruminativa em morbidades como a depressão e a ansiedade favorece o desenvolvimento da dependência de Internet. Além, disso, os achados dos estudos de Johnson e Whisman (2013), Nolen-Hoeksema e Jackson (2001) e Simonson et al. (2011) sugerem que a variável gênero deve ser considerada nas investigações sobre a autocons-

ciência ruminativa e uso descontrolado de Internet, pois pode estar associada à sua manifestação. Contudo, não foram encontradas publicações que tivessem investigado tal relação na população brasileira, tampouco que focalizassem a relação entre comportamento de uso da Internet e os diferentes estilos de autoconsciência. Ademais, o uso descontrolado de Internet pode se transformar em um problema de saúde pública como em outros países (Surwase et al., 2017), e investigações adicionais podem auxiliar na construção de estratégias eficazes para a prevenção do uso descontrolado de Internet.

Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi verificar a relação entre o comportamento de uso de Internet e os estilos de autoconsciência ruminativa e reflexiva. Adicionalmente, investigou-se de forma exploratória o papel da variável gênero neste contexto. A hipótese 1 do estudo é de que a autoconsciência ruminativa explica direta e significativamente o comportamento de uso descontrolado de Internet; a hipótese 2 sugere que há diferenças entre os gêneros quanto ao estilo de autoconsciência ruminativa. A hipótese nula é que a autoconsciência ruminativa não explica direta e significativamente o uso descontrolado de Internet, bem como não há diferenças entre os gêneros quanto ao estilo de autoconsciência ruminativa.

## Método

### *Participantes*

Este estudo contou com uma amostra de 450 adultos jovens, entre 18 e 25 anos de idade ( $M = 20.82$ ;  $DP = 2,01$ ), sendo 225 mulheres (50% da amostra), de 21 diferentes cursos de graduação em áreas das ciências humanas ( $n = 115$ ), biomédicas ( $n = 80$ ) e exatas ( $n = 255$ ), solteiros ( $n = 398$ ), estudantes ( $n = 366$ ) e estudantes que trabalham ( $n = 84$ ). Os participantes foram selecionados por conveniência, em Instituições de Ensino Superior (IES) privada e pública, localizadas em uma capital da região sudeste do Brasil.

Com relação ao uso de medicação, 12 participantes indicaram utilizar algum tipo (03 do gênero feminino) e 11 participantes relataram doença mental ou física prévia (06 do gênero feminino): ansiedade (03 do gênero feminino e 02 do gênero masculino), síndrome do pânico (01 do gênero masculino), hipertensão (01 do gênero masculino), depressão (01 do gênero feminino), hipotireoidismo (01 do gênero feminino), dermatite atópica (01 do gênero feminino), reumatismo (01 do gênero feminino).

### Instrumentos

Ficha de cadastro – questões abertas, sem opções de resposta pré-definidas sobre curso de graduação, idade, gênero, estado civil, profissão, residência, diagnóstico de algum transtorno (mental e/ou físico) e uso de medicações.

Teste de Dependência de Internet (TDI) – criado por Young (1998) e validado no Brasil por Conti et al. (2012). O coeficiente alfa da versão brasileira é de 0.85 (Conti et al., 2012). É composto por 20 itens, que devem ser respondidos em uma escala tipo Likert de cinco pontos variando entre 0 (*nunca*) e 5 (*sempre*). Alguns exemplos de itens são: “com que frequência você se pega pensando em quando você vai estar on-line novamente”, “com que frequência você teme que a vida sem Internet seria chata, vazia e sem graça”. A soma-tória simples de cada resposta fornece a pontuação final, com maiores escores indicando maior nível de dependência.

Quanto mais alta a pontuação, maior o nível de dependência. Pontuações entre 0-30 indicam que a pessoa não apresenta descontrole sobre a utilização da Internet; pontuações entre 31-49 indicam nível leve, pontuações entre 50-79 indicam que poderá ter problemas ocasionais ou frequentes e pontuações entre 80-100 indicam que a utilização da Internet está causando dependência de Internet.

O tempo médio de aplicação é de 45 minutos (Young & Abreu, 2011).

Questionário de Ruminação e Reflexão – Criado por Trapnell e Campbell (1999) e traduzido e validado no Brasil por Zanon e Teixeira (2006). O coeficiente alfa da versão brasileira é 0.87 (Zanon & Hutz, 2009). É composto por 24 itens, que devem ser respondidos em uma escala tipo Likert que varia de 1 (*discordo totalmente*) a 5 (*concordo totalmente*). Um exemplo de item da autoconsciência ruminativa é “eu sempre pareço estar remoendo, em minha mente, coisas recentes que eu disse ou fiz”. Um exemplo de item de autoconsciência reflexiva é “eu gosto de explorar meu interior”.

A escala avalia as duas dimensões da autoconsciência, com os itens de 1 a 12 referindo-se ao estilo ruminativo e de 13 em diante referindo-se ao estilo reflexivo. O tempo médio de aplicação é de 15 minutos (DaSilveira et al., 2012; Zanon & Hutz, 2009).

### Procedimentos de coleta e análise de dados

Após contato e autorização das coordenações das IES, selecionadas por conveniência, estudantes de diversos cursos de graduação foram convidados a participar do estudo. Os interessados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade [informação retirada]. A aplicação dos instrumentos foi feita pela pesquisadora principal e uma estudante do curso de Psicologia treinada para esta finalidade e ocorreu, coletivamente, nas salas de aula, durante os meses de abril a junho de 2017. O preenchimento individual durou em média 45 minutos. Os dados foram tabulados no software Excel e analisados no JASP 0.8, tendo sido realizadas análises descritivas, Teste *t* para amostras independentes, análise de variância e regressões lineares múltiplas, em um nível de significância de 5% ( $p < 0.05$ ).

## Resultados

Inicialmente, buscou-se verificar o perfil de uso de Internet observado na amostra. Para tanto, foi realizada uma análise descritiva, que indicou um escore médio amostral de uso de Internet de 31.77 (DP = 14.88), variando entre 04 e 75 pontos. Este resultado indica que na amostra não foi observada a incidência de participantes com dependência de Internet, caracterizada a partir do escore 80 do instrumento.

A tabela 1 apresenta a distribuição dos participantes em três diferentes perfis de uso de Internet, divididos em grupos de acordo com os pontos de corte sugeridos pelos autores do TDI: 1) Grupo 1, com escores entre 0 e 30 - não apresenta descontrolado; 2) Grupo 2, com escores entre 31 e 49 - apresenta um nível leve de descontrolado e 3) Grupo 3, com escores entre 50 e 79 - apresenta problemas ocasionais ou frequentes de descontrolado. Como pode ser observado na tabela 1, as análises descritivas indicaram que a maior parte da amostra é formada por participantes do Grupo 1, que não apresenta descontrolado no uso da Internet, enquanto os demais participantes estão distribuídos nos Grupos 2 e 3, que apresentam um perfil relacionado ao descontrolado. A diferença entre os grupos é considerada significativa, de acordo com uma ANOVA,  $F(2,297) = 741.70; p < 0.001$ , com os três grupos diferindo entre si de acordo com o teste *post hoc* de Scheffé.

Os resultados do teste *t* de Student comparando gêneros feminino e masculino quanto aos diferentes estilos de autoconsciência (ruminativa e reflexiva) apontaram que mulheres apresentaram um escore médio maior no estilo de autoconsciência ruminativa do que os homens, sendo essa diferença significativa (ver tabela 2). No entanto, foi observado um tamanho do efeito pequeno ( $d = 0.22$ ; IC 95% 0.216 – 0.589) (Durlak, 2009). Não foram observadas diferenças significativas entre os gêneros quanto ao uso descontrolado de Internet e quanto ao estilo de autoconsciência reflexiva.

No que diz respeito aos estilos ruminativo e reflexivo, uma análise de variância observou uma diferença significativa apenas no estilo ruminativo na distribuição entre os três diferentes perfis de uso de Internet (não apresenta descontrolado, nível leve de descontrolado e problemas ocasionais ou frequentes de uso descontrolado),  $F(2,297) = 19.99, p < 0.001$  (ver tabela 3). O teste *post hoc* de Scheffé indicou que o Grupo 1 apresenta resultado significativamente diferente dos Grupos 2 e 3, que não diferem entre si no estilo de ruminação. O estilo reflexivo não apresentou diferença de acordo com o grupo,  $F(2,297) = 1.32, p = 0,27$ .

Para a realização das análises de regressão linear múltipla, o banco foi dividido por gênero. Utilizando o método Enter, considerando o uso descontrolado de Internet como variável dependente, a análise para participantes do gênero feminino

Tabela 1.  
*Perfil de uso da Internet na amostra*

Grupos <sup>1</sup>	n (%)	Teste de dependência de Internet			
		M	DP	Mín	Máx
Grupo 1	155 (52%)	20.12	6.38	4	30
Grupo 2	103 (34%)	38.50	5.37	31	49
Grupo 3	42 (14%)	58.26	6.14	51	75

Nota: Grupo 1 - não apresenta descontrolado; Grupo 2 - nível leve de descontrolado e Grupo 3 - problemas ocasionais ou frequentes de uso descontrolado.

indicou que a autoconsciência ruminativa explicou direta e significativamente o uso descontrolado de Internet, como pode ser observado na tabela 4,

em um modelo que explica 16% da variância, no qual a autoconsciência reflexiva não apresentou associação com o construto.

Tabela 2.

*Estilos ruminativo e reflexivo de autoconsciência e uso descontrolado de Internet de acordo com o gênero*

Variáveis	Feminino		Masculino		Teste t (gl)
	M	DP	M	DP	
Estilo ruminativo	44.22	7.40	41.09	8.12	$t(448) = 4.27; p < 0.001$
Estilo reflexivo	39.44	7.68	39.25	8.28	$t(448) = 0.25; p = 0.80$
Uso descontrolado de Internet	33.72	15.57	31.70	13.74	$t(448) = 1.45; p = 0.15$

Nota: Tamanho de efeito observado, Estilo ruminativo  $d = 0.22$ ; IC 95% 0.216 – 0.589; Estilo reflexivo  $d = 0.02$ ; IC 95% -0.161 – 0.209; Uso descontrolado de Internet  $d = 0.14$ ; IC 95% -0.048 – 0.322.

Tabela 3.

*Estilos ruminativo e reflexivo de autoconsciência de acordo com o perfil de uso de Internet*

Grupos	Estilo ruminativo		Estilo reflexivo	
	M	DP	M	DP
Grupo 1	39.21 <sub>a</sub>	7.52	38.06 <sub>a</sub>	7.85
Grupo 2	43.87 <sub>b</sub>	7.95	38.13 <sub>a</sub>	7.70
Grupo 3	46.19 <sub>b</sub>	6.71	40.19 <sub>a</sub>	7.62

Nota: nas médias, subscritos diferentes indicam diferença significativa no teste *post hoc* de Scheffé ( $p < 0.05$ ).

Tabela 4.

*Análise de regressão de acordo com o gênero e para a amostra completa*

Preditores	B	SE	B	t	p	ic 95 %
<b>Gênero Feminino</b>						
Autoconsciência ruminante	0.88	0.13	0.42	6.67	< 0.001	[0.62; 1.14]
Autoconsciência reflexiva	-0.06	0.13	-0.03	-0.51	0.61	[-0.31; 0.18]
<b>Gênero Masculino</b>						
Autoconsciência ruminante	0.46	0.11	0.27	4.13	< 0.001	[0.24; 0.68]
Autoconsciência reflexiva	0.05	0.11	0.03	0.46	0.64	[-0.16; 0.27]
<b>Amostra completa</b>						
Autoconsciência ruminante	0.65	0.08	0.35	7.72	< 0.001	[0.48; 0.82]
Autoconsciência reflexiva	0.00	0.08	0.00	-0.04	0.97	[-0.17; 0.16]

Nota: Amostra feminina  $R^2_{ajust} = 0.16$ ;  $F(2, 224) = 22.63$ ;  $p < 0.001$ ; Amostra masculina  $R^2_{ajust} = 0.08$ ;  $F(2, 224) = 9.46$ ;  $p < 0.001$ ; Amostra completa  $R^2_{ajust} = 0.12$ ;  $F(2, 447) = 31.11$ ;  $p < 0.001$ .

Para os participantes do gênero masculino, o mesmo padrão foi observado, com a autoconsciência ruminativa sendo a única preditora significativa do uso descontrolado de Internet, explicando 8% da variância. Considerando a amostra completa, o mesmo padrão foi observado, com a autoconsciência ruminativa sendo a única preditora, com 12% de explicação da variância.

### Discussão

O objetivo deste estudo foi verificar a relação entre o comportamento de uso de Internet e os estilos de autoconsciência ruminativa e reflexiva e, de forma exploratória, o papel da variável gênero. Embora os dados não tenham indicado um perfil de dependência de Internet na amostra (Conti et al., 2012), verificou-se uma associação positiva significativa entre a alta frequência de uso de Internet e o estilo de autoconsciência ruminativa, que permitiu rejeitar a hipótese nula de que a autoconsciência ruminativa não explica direta e significativamente o uso descontrolado de Internet. Tal resultado pode ser explicado pelo fato de o estilo de autoconsciência ruminativa ser frequente na população, ainda que não acompanhado de sintomas mais graves de depressão, ansiedade, pânico, fobias, insônia, transtorno do déficit de atenção, por exemplo (Smith & Alloy, 2009; Zanon & Hutz, 2009). Isto é, a ruminação não é um estilo de autoconsciência relacionado, necessariamente, à má adaptação psicológica (Meyer et al., 2015) e, portanto, a um comportamento de dependência, ainda que explique em parte o uso descontrolado de Internet. Esse resultado é reforçado pelo baixo registro de queixas ou morbidades relatadas pelos participantes (apenas 12 participantes relataram possuir alguma doença mental ou física).

No entanto, os dados podem ser interpretados como indicativos de risco para o desenvolvimento de um transtorno psicológico, uma vez que o uso excessivo da Internet associado ao estilo rumi-

nativo de autoconsciência pode funcionar como gatilho para a composição de morbidades (Davis, 2001). Os altos escores de ruminação associados aos escores acima da média no TDI precisam ser observados com cuidado. Deve-se notar que a associação positiva entre ruminação e um maior nível de uso de Internet surge como um risco para esses jovens. Tal correlação poderia indicar uma pré-disposição para o desenvolvimento da dependência de Internet, uma vez que o uso excessivo da rede pode funcionar como um facilitador para o desenvolvimento de patologias latentes (Davila et al., 2012; Davis, 2001; Nolen-Hoeksema et al., 2008; Şenormanci et al., 2013), nestes casos.

A ausência de associação negativa entre autoconsciência reflexiva e um mais frequente uso de Internet pode ser explicada pelo fato da reflexão facilitar o conhecimento sobre si mesmo (Trapnell & Campbell, 1999). Em outros termos, é possível que o estilo de autoconsciência reflexiva viabilize as estratégias metacognitivas dos universitários e, por consequência, facilite e afine sua capacidade de avaliação de situações que podem levar à má adaptação psicológica, como é o caso do uso moderado de Internet que, em contexto de risco, pode levar à dependência. Além disso, no caso do estilo de autoconsciência reflexiva é possível que a característica abertura à experiência e as possibilidades de acesso às novas informações, que geram novas descobertas e autoconhecimento, facilite o manejo consciente de um aumento de uso de Internet sem atingir um grau de descontrole.

O outro achado significativo relacionado à diferença dos escores em autoconsciência ruminativa entre os gêneros, com as mulheres pontuando mais alto do que os homens, corrobora os resultados de estudos anteriores (Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001; Simonson et al., 2011) e permite rejeitar a segunda parte da hipótese nula de que não há diferenças entre os gêneros quanto ao estilo de autoconsciência ruminativa. O papel de gênero feminino foi eleito por Simonson et al. (2011), inclusive, como um elemento importante para a compreensão

do estilo de autoconsciência ruminativa, devido a sua maior sensibilidade a estressores interpessoais.

A presente pesquisa não identificou diferenças de gênero em relação a um maior ou menor nível de uso de Internet entre os participantes, o que sugere que o estilo ruminativo de autoconsciência seja um preditor mais consistente da dependência de Internet. Esse resultado pode ser explicado pelo fato da autoconsciência ruminativa estar associada a comportamentos de fuga da realidade (Biolcati et al., 2017) que, no caso do usuário de Internet, pode levar a um aumento da frequência de seu uso. Na sequência, a ruminação pode desencadear um fluxo constante de pensamentos repetitivos sobre o próprio uso de Internet, que leva a mais tentativas de fuga da realidade na própria Internet, e termina por estabelecer um ciclo de dependência (Davis, 2001).

De forma geral, os resultados desse estudo alertam para o aumento de risco de desenvolvimento da dependência de Internet na população pesquisada, uma vez que o estilo ruminativo de autoconsciência pode dificultar a percepção de gatilhos desencadeadores dessa dependência, como é usual em internautas que fazem um uso descontrolado da rede (Biolcati et al., 2017). A ruminação pode impedir, ainda, o avanço na busca de resolução de conflitos, criando mais situações de ansiedade e aumentando o uso descontrolado da Internet como um escape. E considerando que o estilo de autoconsciência ruminativa associado à depressão e à ansiedade favorece o desenvolvimento da dependência de Internet (Şenormanci et al., 2013), jovens com altos escores em ruminação e uso excessivo de Internet estariam mais vulneráveis à dependência, no caso de serem submetidos a eventos de vida potencialmente estressores. Portanto, a presença do estilo ruminativo em jovens que não apresentam previamente morbidades comumente associadas a esse perfil de autoconsciência pode ser um fator importante para explicar o desenvolvimento da dependência de Internet, bem como para um melhor entendimento da interação entre os estilos de autoconsciência ruminativo e reflexivo neste contexto.

A relação significativa entre um maior nível de uso de Internet e a autoconsciência ruminativa sem a correspondente associação entre o menor nível de uso de Internet e a autoconsciência reflexiva sugere que o problema do uso de Internet é um fenômeno multifacetado. No âmbito da amostra investigada, adultos jovens universitários, um outro aspecto mostrou-se relevante: a variável gênero. Desta forma, parece indispensável ampliar e aprofundar a investigação do contexto sociocultural, especificamente, do papel de gênero como um componente importante para a compreensão da autoconsciência ruminativa e consequentemente para a dependência de Internet.

Estudos futuros que investiguem a presença de morbidades nos participantes e levantem informações qualitativas sobre o uso da Internet são recomendados, uma vez que essas foram limitações do presente estudo. A dificuldade de randomização da amostra e a ausência de grupo controle são duas outras limitações que impedem a caracterização do estudo como experimental e exigem cautela na generalização dos resultados. No entanto, os achados sobre as diferenças entre os gêneros, bem como sobre o papel da variável autoconsciência ruminativa no contexto do comportamento de uso da Internet é uma informação relevante para a teorização e a pesquisa na área. Para concluir, sugere-se que esses resultados podem contribuir para a prática clínica ao apontar o estilo de autoconsciência e o gênero como aspectos importantes a serem considerados no desenvolvimento de intervenções psicológicas com o objetivo de atenuar os prejuízos decorrentes do uso descontrolado da Internet.

## Referências

- Associação Psiquiátrica Americana. (2014). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5*. Artes Médicas.
- Atoum, A. Y., & Al-Hattab, L. H. W. (2015). Internet addiction and its relation to psychosocial adaptation among Jordanian high basic stage

- students. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 3(1), 96-104. <https://doi.org/10.15640/jpbs.v3n1a10>
- Benítez, L., Cortés, E., & Hernández, C. (2016). El aislamiento social como consecuencia del uso excesivo de Internet y móviles en adolescentes. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 24-30. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/26>
- Bhat, S. A., & Kawa, M. H. (2015). A study of Internet addiction and depression among university students. *International Journal of Behavioral Research & Psychology*, 3(4), 105-108. <https://doi.org/10.19070/2332-3000-1500020>
- Biolcati, R., Mancini, G., & Trombini, E. (2017). Brief report: The influence of dissociative experiences and alcohol/drugs dependence on Internet addiction. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 5(1), 1-13. <http://cab.unime.it/journals/index.php/MJCP/article/view/1500>
- Cappellozza, A., & Moraes, G. (2014). Os países diferem entre si no acesso a Internet? *Revista Eletrônica de Negócios Internacionais*, 9(1), 61-80. <http://internext.espm.br/index.php/internext/article/view/179/177>
- Carochinho, J. A., & Lopes, M. I. (2016). A dependência à Internet nos jovens de uma escola de cariz militar. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 7(1-2), 489-507. <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/download/2428/pdf>
- Conti, M. A., Jardim, A. P., Hearst, N., Cordás, T. A., Tavares, H., & Abreu, C. N. (2012). Avaliação da equivalência semântica e consistência interna de uma versão em português do *Internet Addiction Test* (IAT). *Revista de Psiquiatria Clínica*, 39(3), 106-110. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832012000300007>
- Cruz, F. A. D., Scatena, A., Andrade, A. L. M., & Micheli, D. (2018). Evaluation of Internet addiction and the quality of life of Brazilian adolescents from public and private schools. *Estudos Psicológicos, Campinas*, 35(2), 193-204. <https://doi.org/10.1590/1982-02752018000200008>
- DaSilveira, A. C., DeCastro, T. G., & Gomes, W. B. (2012). Escala de autorreflexão e insight: nova medida da autoconsciência em adultos brasileiros. *PSICO*, 43(2), 155-162.
- Davila, J., Hershenberg, R., Feinstein, B. A., Gorman, K., Bhatia, V., & Starr, L. R. (2012). Frequency and quality of social networking among young adults: Associations with depressive symptoms, rumination, and corumination. *Psychology of Popular Media Culture*, 1(2), 72-86. <https://doi.org/10.1037/a0027512>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-95. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Durlak, J. A. (2009). How to select, calculate, and interpret effect sizes. *Journal of Pediatric Psychology*, 34(9), 917-928. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsp004>
- Estévez, A., Jáuregui, P., Sánchez-Marcos, I., López-González, H., & Griffiths, M. D. (2017). Attachment and emotion regulation in substance addictions and behavioral addictions. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 534-544. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.086>
- Ferreira, L. A., Relva, I. C., & Fernandes, O. M. (2018). Adição à Internet: relação com a sintomatologia psicopatológica. *PsychTech & Health Journal*, 1(2), 24-37. <https://doi.org/10.26580/PTHJ.art7.2018>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2016). *Acesso à Internet e posse de telefone móvel celular para uso pessoal*. IBGE. <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101543>
- Johnson, D. P., & Whisman, M. A. (2013). Gender differences in rumination: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 55(4), 367-374. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.019>
- Király, O., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Internet gaming disorder and the DSM-5:

- Conceptualization, debates and controversies. *Current Addiction Reports*, 2, 254-262. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0066-7>
- Kumazaki, A., Matsuo, Y., Sakamoto, A., Akiyama, K., Adachi, N., Naito, M., Kurie, I., Sakamoto, K., Takahira, N., & Yonezawa, N. (2011). The effects of Internet use on Internet psychological health, and Interpersonal dependency, relationships. *Journal of Socio-Informatics*, 4(1). [https://doi.org/10.14836/jsi4.1\\_17](https://doi.org/10.14836/jsi4.1_17)
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143-176. <http://dx.doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143>
- Lemos, I. L., Silva, R. F. N., & Silva, M. C. M. D. M. S. (2016). Uso inadequado de Internet no ambiente de trabalho: uma revisão sistemática. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 9(1), 125-140. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202016000100010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202016000100010)
- Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2016). Diagnostic criteria for problematic Internet. Use among U.S. university students: A mixed methods evaluation. *PLoS ONE*, 11(1), e0145981. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145981>
- Lin, T., Chiang, Y., & Jiang, Q. (2015). Sociable people beware? Investigating smartphone versus nonsmartphone dependency symptoms among young Singaporeans. *Social Behavior and Personality*, 43(7), 1209-1216. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.7.1209>
- Marahatta, S. B., Adhikari, B., Aryal, N., & Regmi, R. (2015). Internet Addiction and associated factors among health sciences students in Nepal. *Journal of Community Medicine & Health Education*, 5(4), 362. <https://doi.org/10.4172/2161-0711.1000362>
- Meyer, L. F., Taborda, J. G. V., Costa, F. A., Soares, A. L. A. G., Mecler, K., & Valença, A. M. (2015). Phenomenological aspects of the cognitive rumination construct. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 37(1), 20-26. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2014-0025>
- Moromizato, M. S., Ferreira, D. B. B., Souza, L. S. M., Leite, R. F., Macedo, F. N., & Pimentel, D. (2017). O uso de Internet e redes sociais e a relação com indícios de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 41(4), 497-504. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n41RB20160118>
- Miguel, P. B. (2016). Asumiendo las consecuencias negativas de la adicción al juego. *Cuadernos de Trabajo Social*, 29(2), 335-344. <https://doi.org/10.5209/CUTS.48858>
- Nicolaci-da-Costa, A. M. (2014). Economia criativa, a web 2.0 e o vírus da exposição de talentos. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 34(4), 955-970. <https://doi.org/10.1590/1982-3703001302013>
- Nolen-Hoeksema, S., & Jackson, B. (2001). Mediators of the gender difference in rumination. *Psychology of Women Quarterly*, 25(1), 37-47. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.00005>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Oliveira, E. S. G. (2017). Adolescência, Internet e tempo: desafios para a educação. *Educar em Revista*, (64), 283-298. <https://doi.org/10.1590/0104-4060.47048>
- Schmidek, H. C. M. V., Gomes, J. C., Santos, P. L., Carvalho, A. M. P., Pedrão, L. J., & Corradi-Webster, C. M. (2018). Dependência de Internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDHA): revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67(2), 126-34. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000195>
- Şenormanci, Ö., Konkan, R., Güçlü, O., & Şenormanci, G. (2013). Ruminative response styles and metacognitions in Internet addicts. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and*

- Research*, 2(3), 167-172. <https://www.ejmanager.com/mnstemps/77/77-1390243983.pdf>
- Simonson, J., Mezulis, A., & Davis, K. (2011). Socialized to ruminate? Gender role mediates the sex difference in rumination for interpersonal events. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(9), 937-959. <https://doi.org/10.1521/jscp.2011.30.9.937>
- Smith, J. M., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 116-128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.003>
- Snyder, S. M., Li, W., O'Brien, J. E., & Howard, M. O. (2015). The effect of U.S. university students' problematic Internet use on family relationships: A mixed-methods investigation. *PLoS ONE*, 10(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144005>
- Surwase, K., Adikane, H., Bagdey, P., & Narlawar, U. (2017). A cross sectional study on the prevalence of Internet addiction and its association with mental health among college going students in Nanded city. *Scholars Journal of Applied Medical Sciences*, 5(2B), 385-390. <https://doi.org/10.21276/sjams.2017.5.2.17>
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., & Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Addiction*, 105(3), 556-564. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02828.x>
- Terres-Trindade, M., & Mosmann, C. P. (2016). Conflitos familiares e práticas educativas parentais como preditores de dependência de Internet. *Psico-USF*, 21(3), 623-633. <https://doi.org/10.1590/1413-82712016210315>
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(2), 284-304. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.2.284>
- Van Rooij, A. J., & Prause, N. (2014). A critical review of "Internet addiction" criteria with suggestions for the future. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 203-213. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.4.1>
- Young, K. S., & Abreu, C. N. (2011). Avaliação clínica de clientes dependentes de Internet. In Artmed (Ed.), *Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento* (p. 344). Artmed.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Zanon, C., & Hutz, C. S. (2009). Propriedades psicométricas da Escala Fatorial de Neuroticismo e do Questionário de Ruminação e Reflexão. *Avaliação Psicológica*, 8(2), 279-281. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v8n2/v8n2a13.pdf>
- Zanon, C., & Teixeira, M. A. P. (2006). Adaptação do Questionário de Ruminação e Reflexão (QRR) para estudantes universitários brasileiros. *Interação em Psicologia*, 10(1), 75-82. <https://doi.org/10.5380/psi.v10i1.5771>
- Zhu, Y., Zhang, H., & Tian, M. (2015). Molecular and functional imaging of Internet addiction. *BioMed Research International*. <https://doi.org/10.1155/2015/378675>

**Recebido: abril 29, 2020**  
**Aprovado: janeiro 07, 2021**