

## AUTOMUTILAÇÃO DIGITAL: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO COM UNIVERSITÁRIOS PORTUGUESES

### DIGITAL SELF-HARM: AN EXPLORATORY STUDY IN PORTUGUESE UNIVERSITY

### AUTOLESION DIGITAL: UN ESTUDIO EXPLORATORIO CON ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS PORTUGUESES

Carolina Louro<sup>1</sup>  
carolina.louro@gmail.com

Débora Carvalhosa<sup>2</sup>  
debora.carvalhosa@gmail.com

José Leonardo<sup>3</sup>  
jose.leonardo@gmail.com

Raquel Sousa<sup>4</sup>  
raquel.sousa@gmail.com

Paula da Costa Ferreira<sup>5</sup>  
paula.costa.ferreira@gmail.com

Sidclay Bezerra de Souza<sup>6</sup>  
sbezerra@ucm.cl

## RESUMO

A automutilação digital é um comportamento agressivo auto-dirigido que consiste na publicação ou envio de mensagens hostis para os seus próprios perfis criados numa rede social. Desse modo, este estudo teve o objetivo de compreender o comportamento da automutilação digital em estudantes universitários. Através de um questionário on-line, 100 estudantes de psicologia de uma universidade pública de Portugal, com idades entre os 17 e os 45 anos ( $M = 20.28$ ,  $D.P. 5.01$ ), sendo 83% do sexo feminino e 17% do sexo masculino, participaram deste estudo. Os resultados indicam que 3% referiram ter tido comportamento de automutilação digital, sendo esta frequência mais predominante no sexo feminino. Além disso, verificamos que 1% dos participantes respondeu tê-lo praticado continuamente, 11% uma vez por mês, 5% uma ou duas vezes por ano, 5% apenas uma vez e 78% nunca o fizeram. Os resultados são discutidos e as implicações são apresentadas considerando-se a

1 Universidade de Lisboa

2 Universidade de Lisboa

3 Universidade de Lisboa

4 Universidade de Lisboa

5 Universidade de Lisboa

6 Universidad Católica del Maule, Chile

importância de uma educação que permita aos educandos conhecer os riscos que provêm do uso das redes sociais.

**PALAVRAS-CHAVE:** AUTOMUTILAÇÃO DIGITAL; COMPORTAMENTO AGRESSIVO; ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.

## ABSTRACT

Digital self-harm is aggressive self-directed behavior consisting in posting or sending hostile messages to your own profiles created on a social network. Thus, this study aimed to understand the behavior of online self-harm in college students. Through an online questionnaire, 100 psychology students from a public university in Portugal, aged 17-45 years ( $M = 20.28$ ,  $SD = 5.01$ ), 83% female and 17% male participated in this study. The results indicate that 3% reported having had digital self-harm behavior, being this frequency more prevalent in females. In addition, we found that 1% of respondents reported having practiced them continuously, 11% once a month, 5% once or twice a year, 5% only once, and 78% never did. The results are discussed, and the implications are presented considering the importance of an education that allows the students to know the risks that come from the use of social networks.

**KEY WORDS:** DIGITAL SELF-HARM; AGGRESSIVE BEHAVIOR; UNIVERSITY STUDENTS.

## RESUMEN

La autolesión digital es un comportamiento agresivo autodirigido que consiste en publicar o enviar mensajes hostiles a sus propios perfiles creados socialmente. Por lo tanto, este estudio tuvo como objetivo comprender el comportamiento de la autolesión en línea en estudiantes universitarios. A través de un cuestionario en línea, 100 estudiantes de psicología de una universidad pública en Portugal, con edades entre 17 y 45 años ( $M = 20.28$ ,  $SD 5.01$ ), 83% mujeres y 17% hombres participaron en este estudio. Los resultados indican que el 3% informó haber tenido un comportamiento de automutilación digital, siendo esta frecuencia más frecuente en las mujeres. Además, encontramos que el 1% de los encuestados informó haberlos practicado continuamente, el 11% una vez al mes, el 5% una o dos veces al año, el 5% solo una vez y el 78% nunca lo hizo. Se discuten los resultados y se presentan las implicaciones considerando la importancia de una educación que permita a los estudiantes conocer los riesgos que surgen del uso de las redes sociales.

**PALABRAS CLAVE:** AUTOLESIONES DIGITALES; COMPORTAMIENTO AGRESIVO; ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.

## INTRODUÇÃO

Com o avanço das tecnologias, muitos jovens estão fazendo uso das redes e mídias sociais de maneira predominantemente positiva e produtiva para atender a certas necessidades psicológicas, emocionais, sociais e relacionais, uma vez que este uso permite ter acesso a inúmeras possibilidades (GÁMEZ-GUADIX; ALMENDROS; RODRÍGUEZ-MONDRAGÓN; MATEOS-PÉREZ, no prelo). Investigações apontam, cada vez mais, que a forma como as utilizam a internet e os recursos tecnológicos acabam por apresentar consequências negativas ao longo do desenvolvimento dos mesmos (WRIGHT, 2017).

Ainda constata-se, por exemplo, que essa utilização acaba por servir como uma estratégia para os jovens se expressarem de forma distinta (PATCHIN; HINDUJA, 2017). Paralelamente a estas possibilidades, fenómenos problemáticos que podem mudar a vida de um indivíduo estão preocupando, cada vez mais investigadores de todo o mundo.

Além da atual temática do *cyberbullying*, que envolve o uso das tecnologias atuais como um meio para a propagação intencional e sistemática de um comportamento hostil com o objetivo de insultar, difamar e prejudicar um par (ERDUR-BAKER, 2010; HARRIS; STEYN, 2018; MAIDEL, 2009; SOUZA, VEIGA SIMÃO; FRANCISCO, 2014), bem como o *sexting* que diz respeito ao compartilhamento de fotos íntimas ou envio de mensagens com conteúdos de caráter sexual por meio dos recursos digitais (DIAS *et al.*, 2018; GORDON-MESSER; BAUERMEISTER; GRODZINSKI; ZIMMERMAN, 2013), e os comportamentos aditivos em relação ao uso da internet (PARK; KIM; CHO, 2008).

Além das problemáticas mencionadas, um novo fenómeno que começa a preocupar a sociedade de um modo geral é automutilação digital (PATCHIN; HINDUJA, 2017). Trata-se de um termo que foi usado pela primeira vez por Boyd (2010) para descrever os adolescentes que “se auto-assediam” anonimamente “escrevendo perguntas ruins para si mesmos e depois respondendo publicamente a elas”. Ou seja, automutilação digital foi descoberto pela equipe do site *Formspring*, que numa investigação sobre o *cyberbullying* e descobriu que as supostas vítimas haviam realmente postado os comentários cruéis contra si mesmas (BOYD; 2010), refletindo a complexidade do comportamento humano quando associado com as tecnologias e a saúde mental (BIRBECK *et al.*, 2017; ENGLANDER, 2012).

Segundo Boyd (2010), o envolvimento dos adolescentes na automutilação digital parecia ser, em parte, um “pedido de ajuda”, pois eles pareciam querer atenção, apoio e validação de seus pais. Em adicional, outro motivo aparente foi o facto de os adolescentes quererem “parecer legais”, pois serem expostos a críticas públicas

poderia fazê-los parecer importantes. Uma outra explicação foi que os adolescentes procuravam elogios e apoio de seus amigos (BOYD, 2010).

No estudo de caso apresentado por Preece (2015), a morte de uma adolescente inglesa por suicídio foi reivindicada pelo pai enlutado da menina e pela mídia internacional como uma consequência direta do *cyberbullying* nas mídias sociais. A plataforma para o suposto abuso foi um fórum de perguntas e respostas, o Ask.fm (uma plataforma on-line onde o objetivo é fazer questões ao dono do perfil de forma anônima).

Poucos dias depois do suicídio da adolescente, representantes do Ask.fm declararam publicamente que 98% das mensagens agressivas eram originárias de um computador com o mesmo endereço de provedor de Internet (IP) da adolescente falecida. No inquérito que se seguiu, as evidências indicavam que esse era realmente o caso; a menina de 15 anos já havia vasculhado sua própria página de perfil no Ask.fm antes de tirar a própria vida (PREECE, 2015).

A automutilação digital, também conhecida na literatura como *digital self-harm*, é um comportamento agressivo autodirigido, intencional, praticado por um indivíduo de forma anônima e que consiste na publicação de fotos, envio e/ou compartilhamento de mensagens hostis para os seus próprios perfis criados numa rede social (FIGUEIREDO, 2015; PACHECO; MELHUSH; FISKE, 2019). Há autores que designam o fenômeno como uma forma de abuso contra si, publicando anonimamente perguntas hostis às quais depois respondem publicamente em busca de compreensão, atenção e por vitimização (ENGLANDER, 2012). Segundo explicitam Santos Costa, Silva e Vedana (2019), é importante destacar que a autolesão não necessariamente possui intencionalidade suicida. Ainda segundo os autores, pouco se sabe sobre as repercussões que o acesso a informações sobre autolesão não suicida no ambiente virtual possui na vida social e emocional dos usuários (SANTOS COSTA; SILVA; VEDANA. 2019, p. 8).

De todo modo, esse tipo de fenômeno social abrange danos psicossociais uma vez que ocorre por meio de SMS, email, mídias sociais, consoles de jogos, fóruns da web, ambientes virtuais e qualquer outra plataforma online ainda a ser concebida (FIGUEIREDO, 2015; PATCHIN; HINDUJA, 2017). Em adicional, a automutilação digital inclui o consumo e a produção de conteúdo on-line. Exemplos de comportamentos on-line de automutilação demonstram como os espaços on-line podem ser manipulados e transformados em plataformas que promovem, suportam e exacerbam comportamentos destrutivos (PATER; MYNATT, 2017).

Adicionalmente, a existência da componente do anonimato on-line pode encorajar um comportamento mais agressivo e ofensivo por parte do usuário da internet, visto que as pessoas apresentam uma tendência para achar que estão

protegidas “por detrás do computador” e, dessa forma, podem ter uma atitude mais hostil que na vida real não teriam a coragem de o ter. Desse modo, a postagem on-line anônima, envio ou compartilhamento de conteúdo prejudicial sobre si mesmo (GÁMEZ-GUADIX *et al.*, no prelo) apelam à sensibilidade dos outros tendo como objetivo, em alguns casos, receber elogios, comentários positivos, mensagens de apoio e incentivo e proteção por parte dos seus amigos virtuais.

Estudo realizado por Englander (2012), com o objetivo de descobrir mais sobre o fenómeno, obteve os seguintes resultados: 9% dos jovens admitiram já ter publicado algo cruel sobre si mesmos ou ter praticado algum comportamento autodestrutivo nas redes sociais durante o secundário. A frequência foi mais presente nos rapazes que admitiram este comportamento do que nas raparigas. Metade dos jovens com estes comportamentos reportaram tê-lo feito uma vez ou pouco frequentemente; os demais fizeram mais regularmente ou durante vários meses.

No estudo de Patchin e Hinduja (2017), os autores descobriram que cerca de 6% dos adolescentes entre 12 e 17 anos, de uma amostra representativa dos Estados Unidos (N = 5.593), apresentaram comportamentos de automutilação digital. Adicionalmente, os homens tiveram uma probabilidade significativamente maior de relatar participação (7,1% em comparação com 5,3% - mulheres). Nesse estudo, os autores ainda identificaram vários correlatos do envolvimento na automutilação digital, incluindo orientação sexual, experiência de *bullying* e *cyberbullying* na escola, uso de drogas e sintomas depressivos.

Mais recentemente, no estudo de Pacheco, Neil e Fiske (2019) com 1110 adolescentes (13 a 17 anos) da Nova Zelândia, 6% publicaram anonimamente conteúdo negativo on-line sobre si mesmos. Dentre os principais motivos reportados pelos adolescentes para esse comportamento destacam-se: fazer uma piada, querer mostrar resiliência, procurar a simpatia dos amigos e procurar garantir a amizade. Ademais, no estudo desses autores, algumas diferenças foram encontradas considerando-se o sexo dos adolescentes. Por exemplo, para meninos (41%), o envolvimento em automutilação digital para fazer uma piada foi significativamente maior que para as meninas (21%). Todavia, em relação a outros principais motivos, foi mais comum entre as meninas dizer que elas haviam postado anonimamente conteúdo on-line para mostrar aos outros que “eu posso aguentar” (29%), procura de simpatia dos amigos (31%), e busca de confiança de amizade (29%).

Se por um lado, o comportamento autoagressivo tem vindo a ser relacionado com diversos fatores, nomeadamente o uso indevido das tecnologias digitais (FIGUEIREDO; MOTA MATOS, 2018). Por outro, o comportamento de automutilação digital pode estar relacionado com a busca de empatia, como uma forma de demonstrar uma certa resistência e força, bem como ajudar a esclarecer se certas percepções

negativas sobre si são universalmente compartilhadas por outras pessoas, tornando sua dor mais visível e, conseqüentemente, mais real (PATCHIN; HINDUJA, 2017).

Concomitantemente, esse comportamento pode refletir um pedido de ajuda, um desejo de parecer legal ou um esforço para provocar elogios à medida que outros se defendem contra o assédio (BOYD, 2010). Nesse sentido, investigações apontam que pais e amigos são a primeira linha de apoio dos jovens quando enfrentam um risco on-line ou desafiam o valor potencial de novas bolsas de estudos sobre esse assunto (PACHECO *et al.*, 2019).

A partir da literatura sobre o tema, defrontámo-nos com o fato de esse tema ser pouco abordado em investigações com estudantes universitários, sendo a maior parte destas realizadas com adolescentes. Conforme assinalado por Patchin e Hinduja (2017), apesar desses exemplos comoventes, pouca atenção acadêmica foi direcionada para esse problema. Além desse fato, verifica-se uma carência de investigações sobre a temática em Portugal, o que revela a relevância desta investigação.

Até onde sabemos, por se tratar de um fenômeno relativamente recente, a realidade da automutilação digital em Portugal não muito é conhecida e o seu estudo acaba por ser dificultado pela ausência de evidência científica consistente, bem como uma definição clara do construto. Esse fato tem permitido, inclusive, que investigações denominem a automutilação digital como *auto-cyberbullying* (e.g., ENGLANDER, 2017; FIGUEIREDO; MOTA MATOS, 2018). O que, a partir da nossa compreensão, considerar a nomenclatura *auto-cyberbullying* acaba por ser um equívoco do ponto de vista conceptual uma vez que o *cyberbullying* caracteriza-se como um tipo de *bullying*. Ambos são considerados como um comportamento agressivo, intencional, repetido e que acontece entre pares (OLWEUS, 2012).

De todo modo, o fenômeno da automutilação digital carece de investigações, sobretudo com estudantes do ensino superior. O que demarca um importante contributo à teoria e à prática neste estudo que apresentamos. Dainte do exposto, o objetivo desta investigação centrou-se em analisar o comportamento da automutilação digital num grupo de estudantes universitários de Portugal, uma vez que entender o comportamento dos universitários pode ajudar a compreender suas experiências e necessidades.

## MÉTODO E PARTICIPANTES

A amostra foi composta por 100 alunos do curso de psicologia de uma universidade pública de Portugal (amostra por conveniência) com idades compreendidas entre os 17 e os 45 anos, com uma média de 20.28 anos e com um

desvio-padrão de 5.011, sendo 83% do sexo feminino e, respectivamente, 17% do sexo masculino.

## INSTRUMENTO

Utilizamos um instrumento de autorrelato desenvolvido pelos autores, especificamente sobre *digital self-harm*. O questionário esteve baseado no estudo de Englander (2012), de onde foram retiradas bases para a construção das questões. Além de perguntas sociodemográficas, são exemplos de perguntas contidas no questionário: “Tem perfis em redes sociais? Se sim, quais?”; “Alguma vez já publicou ou enviou mensagens hostis sobre si mesmo para o seu próprio perfil numa rede social?”; “Já alguma vez procurou um espaço on-line onde pudesse obter ajuda, companhia e compreensão que considerava não receber em tempo real?”; e “Se já alguma vez praticou estes comportamentos, com que frequência o fez?”. Os tipos de respostas variaram para cada pergunta, podendo estas ser dicotómicas ou em escala de tipo *likert*.

## PROCEDIMENTO DE RECOLHA E ANÁLISE DOS DADOS

O questionário foi aplicado online em todas as turmas do curso de psicologia da Universidade de Lisboa. Todos os aspectos éticos envolvidos em investigações com seres humanos foram considerados.

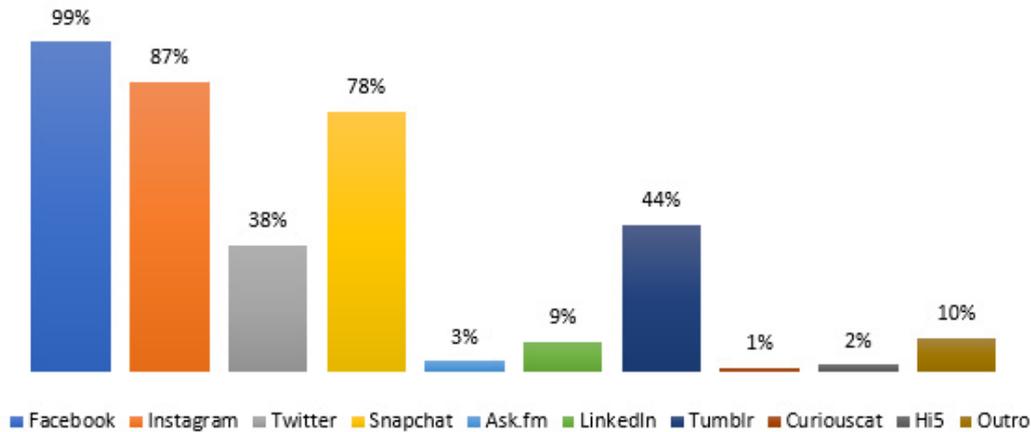
Após o processo de recolha, os dados foram analisados no SPSS V. 22 onde se calculou a média e desvio-padrão apenas para a variável idade, com o propósito de perceber em que idades se inseriu a amostra. Foram calculadas as frequências em percentagens de todas as outras variáveis. De forma a perceber a incidência do sexo nos dois comportamentos de *digital self-harm*, foram selecionados apenas os participantes que responderam afirmativamente a cada comportamento e foram calculadas as frequências destas com a variável sexo num gráfico com frequências em percentagem. Por fim, foram incluídos também estes participantes na variável frequência num gráfico com frequências em percentagem. Esses dados foram todos interpretados de modo a responder às questões de investigação.

## RESULTADOS

Da totalidade da amostra estudada (N = 100), 100% responderam ter perfis em redes sociais, das quais o Facebook é o mais usado atualmente, com 99% dos

participantes a utilizá-lo e o *Curiouscat* o menos usado com 1% da amostra (ver Gráfico 1).

Figura 1. Quais as redes sociais onde tem perfis?

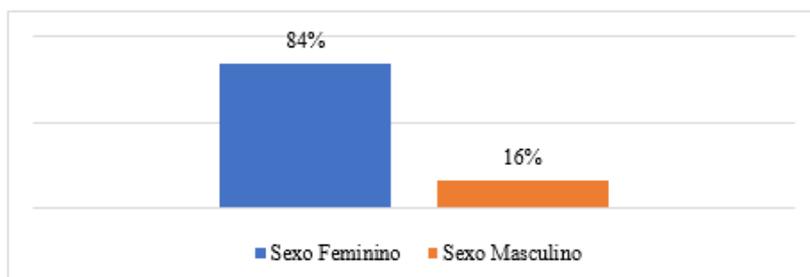


Fonte: acervo dos autores

Também foi possível evidenciar que 3% dos participantes responderam já terem publicado ou enviado mensagens hostis sobre si mesmos para o próprio perfil numa rede social e 97% responderam nunca o terem feito. Relativamente ao item “Já alguma vez procurou um espaço on-line onde pudesse obter ajuda, companhia e compreensão que considerava não receber em tempo real?”, verificamos que 20% dos participantes informaram que sim, ao passo que 80% nunca procuraram um espaço on-line onde pudessem obter ajuda.

Numa análise mais aprofundada, apenas os participantes que responderam sim às mensagens hostis foram selecionados, calculando-se a frequência destes com a variável sexo. Estes resultados são apresentados no Gráfico 2 e permitem evidenciar que, dos participantes que afirmaram publicar ou enviar mensagens hostis sobre si mesmos nos seus próprios perfis nas redes sociais, 84% são do sexo feminino e 16% do sexo masculino.

Gráfico 2. Publicação ou envio de mensagens hostis sobre si consoante o sexo

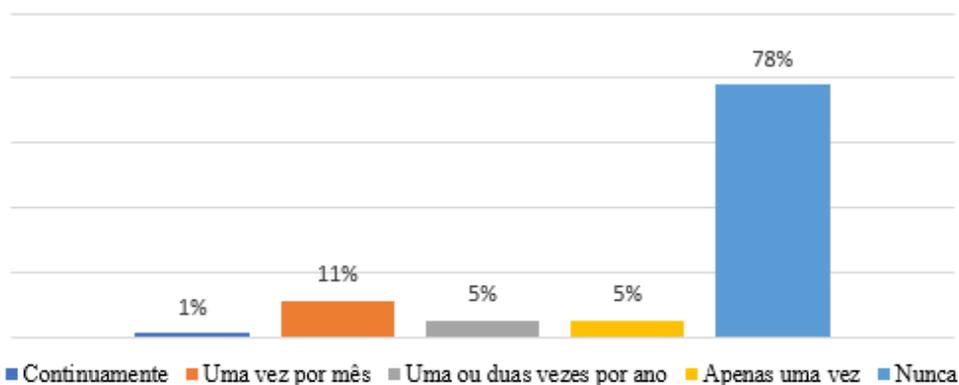


Fonte: acervo dos autores

Selecionando apenas os participantes que responderam já ter procurado um espaço on-line onde pudessem obter ajuda, companhia e compreensão que consideravam não receber em tempo real e incidindo na variável sexo, evidenciamos que, dos participantes que procuraram um espaço on-line, 83% são do sexo feminino e 18% do sexo masculino.

Por fim, ainda dentro da variável comportamento, existe a frequência com que é praticada a automutilação digital (mensagens hostis e/ou espaços on-line), tendo-se em conta apenas aqueles que realmente o praticam. Este resultado é apresentado no Gráfico 3, onde é possível evidenciar que 1% dos participantes respondeu tê-lo praticado continuamente, 11% uma vez por mês, 5% uma ou duas vezes por ano, 5% apenas uma vez e 78% nunca o fizeram.

Gráfico 2. Frequência dos comportamentos da automutilação digital



Fonte: os autores

## DISCUSSÃO

O principal objetivo deste estudo visou compreender o comportamento da automutilação digital nos estudantes universitários, mais especificamente nos estudantes de psicologia de uma universidade pública, com idades compreendidas entre os 17 e 45 anos. A partir dos resultados apresentados neste estudo, pode-se inferir que, da totalidade dos participantes, 3% referiram ter tido comportamento de automutilação digital. Desta porcentagem, o sexo mais predominante em ambos os comportamentos foi o sexo feminino, sendo que 84% das raparigas confessaram já ter publicado e enviado mensagens hostis; e 83% já tinham procurado um espaço on-line.

Por um lado, esses resultados são próximos de outras porcentagens verificadas em outros estudos. Por exemplo, na investigação conduzida por Patchin

e Hinduja (2017), de um total de 5.593 participantes, 6.2% relataram que postaram anonimamente algo on-line sobre si que “era mau”. Por outro lado, esses achados contradizem os apresentados na revisão de literatura, que afirmam ser o sexo masculino o predominante praticante desse fenómeno (ENGLANDER, 2012). Podem existir múltiplas razões para o sexo feminino ter apresentado uma maior percentagem relativamente aos comportamentos estudados.

A primeira pode ser o fato de a amostra recolhida ser maioritariamente composta por mulheres; uma segunda explicação possível é o fato de as mulheres serem biologicamente diferentes dos homens, tendo maneiras diferentes de processar emoções, linguagem e informações, apresentando picos hormonais mais elevados que os homens, tornando-as mais sensíveis, estando, assim, mais suscetíveis aos comportamentos anteriormente referidos.

Para além disso, a média de idades dos participantes do estudo é relativamente jovem (20.8), o que significa picos hormonais mais elevados, pois a adolescência é a fase em que ocorrem as principais mudanças hormonais, caracterizadas por diversas mudanças comportamentais e psicológicas. Por fim, a predominância do sexo feminino pode também ocorrer devido ao fato de que, hoje em dia, as mulheres estão submetidas a uma maior pressão social e conseqüente julgamento relativamente à sua aparência do que os homens, sentindo necessidade de corresponder às expectativas e, quando tal não acontece, podem ocorrer repercussões negativas, tal como baixa autoestima, insegurança e até mazelas psicológicas.

Posto isso, é possível que as mulheres tenham mais necessidade de recorrer a outros meios, como a automutilação digital, de modo a receberem atenção com o objetivo de melhorarem a forma como se veem a si próprias. No entanto, a automutilação digital parece ser uma resposta não adequada à baixa autoestima, pois a pessoa está propositadamente a magoar-se, quando tal não deveria acontecer (BONIEL-NISSIM; LATZER, 2016), visto que o o comportamento mais evidenciado entre os estudantes universitários foi a procura de um espaço on-line onde pudessem obter ajuda, companhia e compreensão.

Adicionalmente, 20% dos participantes responderam já ter procurado um espaço on-line onde pudessem obter ajuda, companhia e compreensão que consideravam não receber em tempo real e apenas 3% responderam que já tinham publicado ou enviado mensagens hostis sobre si mesmos para o próprio perfil numa rede social. Essas percentagens podem provir do fato de que um espaço on-line é algo mais abrangente e específico, no qual é mais provável encontrar pares com o mesmo tipo de sintomas do que na publicação ou envio de mensagens hostis. Tal como vimos na literatura, esses comportamentos são executados com o propósito de receber elogios e apoio (e.g., BOYD, 2010; PACHECO *et al.*, 2019), uma vez que nos

espaços on-line essa necessidade pode ser mais facilmente atendida do que através de mensagens, tornando-se assim num caminho mais rápido e eficaz no que toca ao aumento de autoestima e sentimento de compreensão.

De acordo com estudos passados (Englander, 2012), existe pouca prevalência desse comportamento nos estudantes, o que se verificou também no presente estudo, pois, com base nas respostas às questões 1 e 2 e ainda na frequência dos comportamentos, foi possível atender à pergunta principal “Há incidência de automutilação digital nos estudantes universitários, através das redes sociais, em Portugal?”, e dessa forma inferir que não existe uma percentagem significativa de estudantes universitários, com uma média de idade de 20.28 anos, que pratiquem esse fenómeno, o que é positivo, tendo-se em conta o significado e tudo o que advém dessa prática, pois a percentagem de cada comportamento foi relativamente pequena tal como a frequência, onde mais de metade dos participantes admitiram nunca o ter feito.

O esperado nesta investigação era que não houvesse grande incidência desse fenómeno na amostra e, embora mais de metade dos estudantes tenham admitido que nunca o praticaram, 1% respondeu afirmativamente e que o fazia regular e continuamente e 11% afirmaram tê-lo feito mas apenas uma vez por mês. Pode-se então inferir que estes 12% já apresentaram algum comportamento de automutilação digital.

Constatou-se que as raparigas tinham essas atitudes para provar que eram capazes de aguentar tal abuso e procurar ter atenção dos adultos; já os rapazes, como uma tentativa de iniciar um conflito. Para ambos os sexos, 35% afirmaram que a prática da automutilação digital funcionou e os ajudou a alcançar o que pretendiam, o que os fez sentirem-se melhor. Os autoagressores digitais são mais propensos a sofrer de problemas psiquiátricos, principalmente durante o secundário, assim como a serem consumidores de drogas e álcool.

De acordo com Boyd (2014), é possível que os jovens nem sempre “descarreguem” a sua dor nos outros, mas neles próprios. Ao darem a ideia de que estão a ser atacados, os indivíduos conseguem expor a sua dor sem necessariamente a expressarem. Ou seja, apesar de os comentários serem manufacturados, os sentimentos são reais. Esse autor explana que as motivações para a prática da automutilação digital focam-se em chamar a atenção dos familiares e amigos, parecer popular por ter *haters* e obter elogios por parte dos observadores em resposta aos comentários negativos. Tais resultados complementam, de certo modo, o que fora verificado por Pacheco *et al.*, (2019) em sua investigação em que fazer uma piada, querer mostrar resiliência, procurar a simpatia dos amigos e procurar garantir a amizade são os motivos mais reportados pelos participantes.

Este estudo apresentou um conjunto de limitações por se tratar de uma investigação de caráter exploratório. Uma das limitações que apontamos foi o fato de não se conseguir confirmar se os comportamentos foram executados enquanto frequentavam a faculdade. Em segundo lugar, foi a percentagem de participantes do sexo feminino, consideravelmente maior do que a do sexo masculino. Isso se deve, talvez, ao facto de a faculdade em questão ser principalmente composta por mulheres. Por fim, foi o fato de o instrumento não ser validado em termos psicométricos.

Seria interessante, para estudos futuros, investigar este comportamento numa amostra heterogênea no sentido de continuar a lançar luz sobre seus precursores epidemiológicos (PATCHIN; HINDUJA, 2017). Da mesma forma, também é importante perceber quais as motivações que levam os estudantes a praticar a automutilação digital. No presente estudo, apenas dois alunos responderam “sim” a ambos os comportamentos analisados, sendo que eram também os que tinham mais redes sociais. Posto isso, seria relevante compreender a influência do número de perfis na incidência desses comportamentos. Estas são algumas questões que não foram abordadas por este estudo, porém é de reforçar que toda a informação futura sobre a automutilação digital tem uma importância relevante, pois pode ajudar a minimizar os danos causados por este fenómeno atual.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, a maioria dos estudantes universitários do curso de Psicologia mostraram não praticar automutilação digital. Apesar da percentagem de estudantes que afirmaram ter esses comportamentos de forma contínua ser de apenas 1%, este é um resultado que não deixa de ser preocupante. Apesar desses comportamentos serem praticados por uma minoria, é nesta que se deve focar a atenção, cujo comportamento deve ser compreendido, avaliado e, por sua vez, solucionado.

Concluimos com duas implicações práticas. Inicialmente, consideramos que os professores devem ter especial atenção a este tipo de comportamento, pois, como é feito pelo indivíduo a si próprio, é de mais difícil identificação. Desse modo, conforme argumentam Souza, Veiga Simão e Ferreira (2019), o relacionamento que os professores estabelecem com os alunos deve ir além do desenvolvido no contexto da sala de aula, uma vez que este pode ser um importante agente promotor do desenvolvimento emocional dos estudantes. Também destacamos, ainda na esfera educacional, que nas escolas deve haver, desde cedo, uma educação que permita aos alunos conhecer e estar cientes tanto das vantagens como dos riscos que provêm do uso das redes sociais.

Quanto aos pais, estes devem esforçar-se para estarem presentes e atentos à vida dos seus filhos, principalmente on-line, mas também aos seus comportamentos diários e a mudanças significativas nestes. Devem, portanto, tentar estar atentos às temáticas pelas quais os seus filhos se interessam na internet. A dificuldade está em relacionar a automutilação digital com os diversos aspectos da vida de um jovem sem pôr a sua privacidade em causa, dado que isto pode levá-los a inibirem-se e não reportarem o problema àqueles que podem de fato ajudar. Os pais devem tentar estabelecer uma relação de entreajuda e segurança com os filhos para estes se sentirem confiantes e apoiados para falarem dos seus problemas.

## REFERÊNCIAS

BIRBECK, N.; LAWSON, S.; MORRISSEY, K.; RAPLEY, T.; OLIVIER, P. Self Harmony: rethinking hackathons to design and critique digital technologies for those affected by self-harm. *In: Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 2017, p. 146-157.

BONIEL-NISSIM, M.; LATZER, Y. (2016). The Characteristics of Pro-Ana Community. *In: LATZER, Y.; STEIN, D. (Eds.). Bio-Psycho-Social Contributions to Understanding Eating Disorders*. Switzerland: Springer International Publishing, 2016, p. 155-167.

BOYD, D. **Digital self-harm and other acts of self-harassment**. 2010. Disponível em: <http://dmlcentral.net/blog/danah-boyd/digital-self-harm-and-other-acts-self-harassment>

DIAS, A. R.; CONDE, C.; FRÁGUAS, L.; DUARTE, P.; FERREIRA, P. C.; SOUZA, S. B. (2018). Do sexting ao cyberbullying: principais motivações por detrás do fenómeno. *Revista @mbienteeducação*, v. 11, n. 3, 2018, p. 290-305.

ERDUR-BAKER, Ö. Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools. *New media & society*, v. 12, n. 1, p. 109-125, 2010. <https://doi.org/10.1177/1461444809341260>

ENGLANDER, E. **Digital self-harm: Frequency, type, motivations, and outcomes**. 2012. Disponível em: Available at: [http://vc.bridgew.edu/marc\\_reports/5](http://vc.bridgew.edu/marc_reports/5)

ENGLANDER, E. Cyberbullying, selfcyberbullying, and coerced sexting: Epidemiology and clinical correlates. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, v. 56, n. 10, p. s 6, 2017. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.024>

FIGUEIREDO, F. (2015). Redes Sociais: Um suporte para a prática do self-cyberbullying. *Educação, Sociedade e Culturas*, n. 44, 2015, p. 107-129.

FIGUEIREDO, M. F. H.; MOTA MATOS. Autocyperbullying na adolescência: emoções, reprovação escolar e outros fatores associados. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, v. 2, n. 2, 2018, p. 57-76

GÁMEZ-GUADIX, M., ALMENDROS, C., RODRÍGUEZ-MONDRAGÓN, L., & MATEOS-PÉREZ, E. (no prelo). Autolesiones online entre adolescentes españoles: análisis de la prevalencia y de las motivaciones. **Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes**,

GORDON-MESSER, D.; BAUERMEISTER, J. A.; GRODZINSKI, A.; ZIMMERMAN, M. Sexting among young adults. **Journal of Adolescent Health**, v. 52, n. 3, 2013, p. 301-306.

HARRIS, T., & STEYN, F. Gender differences in adolescent online victimisation and sexting expectancies. **Child Abuse Research in South Africa**, 19(1), 2018, p.15-29.

MAIDEL, S. Cyberbullying: Um novo risco advindo das tecnologias digitais. **Revista Electrónica de Investigación y Docencia**, 2009, p.113-119.

OLWEUS, D. Cyberbullying: An overrated phenomenon. **European Journal of Developmental Psychology**, v. 9, n. 5, 2012, p. 520-538. Doi: 10.1080/17405629.2012.682358

PACHECO, E.; MELHUIH, N.; FISKE, J. Digital Self-Harm: Prevalence, Motivations and Outcomes for Teens Who Cyberbully Themselves (2019). Digital self-harm: prevalence, motivations and outcomes for teens who cyberbully themselves, Wellington, New Zealand, May 2019. Disponível em: SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3374725> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3374725>

PATCHIN, J. W.; HINDUJA, S. Digital self-harm among adolescents. **Journal of Adolescent Health**, v. 61, n. 6, 2017, p. 761-766.

PATER, J.; MYNATT, E. Defining Digital Self-Harm. *In: Proceedings of the 2017 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing*. ACM, 2017. p. 1501-1513.

PREECE, T. Social Suicide: A Digital Context for Self-Harm and Suicidal Ideation. *In: BLAZEK M.; KRAFTL P. (eds) Children's Emotions in Policy and Practice*. Studies in Childhood and Youth. Palgrave Macmillan, London, 2015. p. 138-153.

SANTOS COSTA, J.; SILVA, A. C.; VEDANA, K. G. G. Postagens sobre autolesão não suicida na internet. **Adolescência e Saúde**, v. 16, n. 1, 2019, p. 7-12,

SOUZA, S. B. D.; VEIGA SIMÃO, A. M.; FERREIRA, P. C. (2019). Campus climate: The role of teacher support and cultural issues. **Journal of Further and Higher Education**, v. 43, n. 9, 2019 p. 1196-1211. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2018.1467387>

SOUZA, S. B.; VEIGA SIMÃO, A. M. V., FRANCISCO, S. M. (2017). Cyberbullying: incidência, consequências e contributos para o diagnóstico no ensino superior. **Revista @mbienteeducação**, v. 7, n. 1, p. 90-104, 2014.

WRIGHT, M. F. The Role of Technologies, Behaviors, Gender, and Gender Stereotype Traits in Adolescents' Cyber Aggression. **Journal of interpersonal violence**, p. 1-20, 2017. doi:10.1177/0886260517696858

## SOBRE OS AUTORES

CAROLINA LOURO. Mestranda em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

DÉBORA CARVALHOSA. Mestranda em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

JOSÉ LEONARDO. Mestrando em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

RAQUEL SOUSA. Mestranda em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

PAULA DA COSTA FERREIRA. Professora Assistente Convidada na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa – Portugal; Investigadora do Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI) através do Grupo de Psicologia da Educação e Orientação (PEO) no âmbito do Programa de Estudos sobre Cyberbullying (PEC) da Faculdade de Psicologia - Universidade de Lisboa (Portugal); Investigadora de Pós-doutoramento com bolsa pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (SFRH/BPD/110695/2015) no Grupo de Psicologia da Educação e Orientação – PEO, através do Programa de Estudos sobre *Cyberbullying*. Possui Doutorado e Mestrado em Psicologia da Educação pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa – Portugal. E-mail: paula.costa.ferreira@gmail.com ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-8679-4566>

SIDCLAY BEZERRA DE SOUZA. Profesor Auxiliar do Departamento de Psicologia da Facultad de Ciencias de la Salud - Universidad Católica del Maule (UCM), Chile. Possui Doutorado e Mestrado em Psicologia da Educação pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa – Portugal, tendo realizado a sua graduação em Psicologia pela Faculdade de Ciências Humanas Esuda, Recife/PE - Brasil. É membro investigador da linha de pesquisa “Tecnologias da Informação e Comunicação

(TIC), Migrações e Interculturalidade” do Laboratório de Interação Social Humana (LabInt) da UFPE; Também é membro do Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI) através do Grupo de Psicologia da Educação e Orientação (PEO) no âmbito do Programa de Estudos sobre Cyberbullying (PEC) da Faculdade de Psicologia - Universidade de Lisboa (Portugal). É Pós-doutor pelo Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Seu interesse em termos de investigação versa sobre os seguintes temas: Violência em Contexto Educativo: Bullying e Cyberbullying, Clima Escolar e Universitário; Dificuldades na Aprendizagem, Fracasso Escolar, Uso das Tecnologias na Promoção da Aprendizagem e Adaptação ao Ensino Superior. E-mail: [sbezerra@ucm.cl](mailto:sbezerra@ucm.cl) Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3727-3793>

RECEBIDO: 20/12/2019.

APROVADO: 20/12/2019.