

O Medo de Ficar de Fora: Relações com o Uso de Tecnologias Ubíquas, Autoeficácia e Bem-Estar

Vitória Ermel Córdova
Orientador Jorge Castellá Sarriera

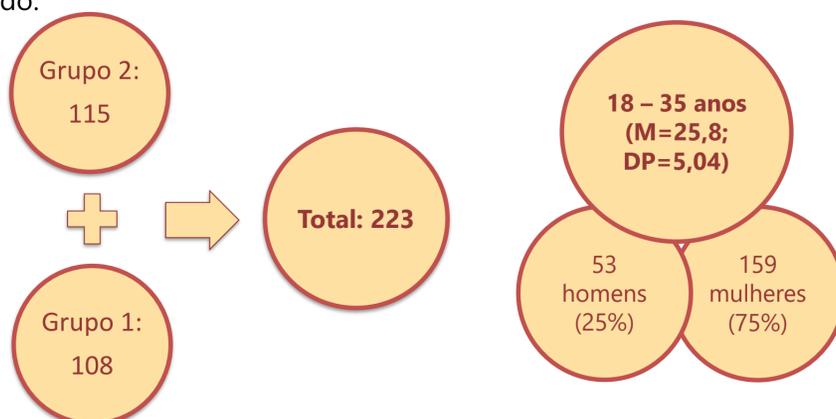
Introdução

- As tecnologias estão imersas no cotidiano visto que o uso e o acesso a dispositivos que contém características de ubiquidade é frequente;
- Poucos estudos têm levado em conta relações entre o uso de tecnologias e o medo de ficar de fora (*fear of missing out* - FoMO);
- FoMO é definido como “uma percepção de que outros possam estar tendo experiências gratificantes em sua ausência” e, portanto, promove a contínua necessidade de estar ciente do que os outros estão fazendo (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013);
- Acredita-se que indivíduos com altos índices de FoMO acessem seus dispositivos com mais frequência e tenham prejuízos em sua percepção de autoeficácia e bem-estar;
- O objetivo deste trabalho é investigar a relação entre autoeficácia, bem-estar e uso de tecnologias ubíquas em indivíduos com altos e baixos níveis de medo de ficar de fora.

Método

Participantes:

- Foram divididos quanto aos seus índices na escala de FoMO, sendo classificados em dois grupos: primeiro quartil de menor FoMO (Grupo 1) e último quartil de maior FoMO (Grupo 2);
- Aqueles do segundo e terceiro quartil não foram considerados para esse estudo.



Instrumentos:

- As variáveis independentes foram os itens da escala Escala Geral de Autoeficácia Percebida (EGAP), a escala de item único de bem-estar Overall Life Satisfaction (OLS), cinco itens relativos à frequência de uso, oito itens relativos ao tipo de uso e, como variável dependente, o nível de FoMO (Grupo 1 e Grupo 2).
- Foi realizada uma Análise Discriminante.

Procedimentos:

- Foi realizada a aplicação de questionário online divulgado na página do GPPC em uma rede social.
- Foram observados os critérios éticos para pesquisa com seres humanos conforme proposto pela resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Resultados

- A função discriminante é significativa ($\chi^2(24) = 63,16, p < 0,001$), apresenta uma correlação canônica discriminante de 0,511, e é aceitável, pois classifica corretamente 73,1% dos participantes nos seus respectivos grupos, sendo os centróides do Grupo 1 -0,610 e o do Grupo 2 0,573;
- FoMO se caracteriza pela sensação de que você pode estar ausente de algo gratificante que seus pares estejam fazendo;
- A variável com maior carga discriminante (.435) foi a de acesso às redes sociais, discriminando positivamente o Grupo 2 (maior nível de FoMO);
- Cinco variáveis relativas à autoeficácia e o item de bem-estar discriminaram positivamente o Grupo 1 (menor nível de FoMO);

- Com relação a frequência de uso, três variáveis discriminaram positivamente o Grupo 2 (maior nível de FoMO).

Tabela 1: Matriz Estrutural da Função Canônica Discriminante - Correlações entre Variáveis Discriminantes e Função Discriminante Estandarizada

	Função 1
Acessar redes sociais	,435
Tenho confiança para me sair bem em situações inesperadas	-,416
Atualmente, até que ponto você está satisfeito com toda a sua vida considerada globalmente?	-,406
Eu me mantenho calmo mesmo enfrentando dificuldades porque confio na minha capacidade de resolver problemas	-,376
Ao jantar	,366
Em até 15 minutos depois de acordar	,353
Devido às minhas capacidades, sei como lidar com situações imprevistas	-,331
Se estou com problemas, geralmente encontro uma saída	-,327
Em até 15 minutos antes de dormir	,322
Assistir vídeos	,226
Eu geralmente consigo enfrentar qualquer adversidade	-,214

Discussão

- FoMO caracteriza-se pela sensação de que outros possam estar tendo vivências gratificantes em sua ausência (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013);
- Os resultados corroboram com a literatura internacional, em relação
 - à associação entre altos níveis de bem-estar e autoeficácia e baixos níveis de FoMO (Przybylski et al., 2013; Khang, Kim, & Kim, 2013);
 - ao uso de redes sociais estar associado a altos níveis de FoMO (Przybylski et al., 2013; Buglass, Binder, Betts, & Underwood, 2017; Blackwell, Tramosch, Osborne, & Liss, 2017; Fuster, Chamarro, & Oberst, 2017);
 - aos indivíduos com altos índices de FoMO utilizarem as redes sociais com mais frequência (após acordar, antes de dormir e durante as refeições) (Przybylski et al., 2013)
 - à associação positiva entre FoMO e uso frequente de redes sociais (Blackwell et al., 2017; Fuster et al., 2017).
- Relações entre FoMO e aspectos psicológicos – como negativamente relacionado à estabilidade emocional (Steed & Bibby, 2017), à autoeficácia, ao bem-estar (Przybylski et al., 2013) e positivamente a comportamentos obsessivos (Steed & Bibby, 2017) - mostram a relevância desse fenômeno para a psicologia;
- Este estudo mostra-se pertinente uma vez que aponta relações entre o fenômeno FoMO e aspectos psicossociais no contexto brasileiro.

Considerações Finais

- O estudo sobre FoMO é essencial uma vez que pode contribuir na associação entre fatores psicossociais e uso de tecnologias, além de auxiliar no entendimento de comportamentos adictos em redes sociais;
- Futuras pesquisas devem dispor de um maior número de participantes, especialmente do sexo masculino, e de outras variáveis para análise.

Referências

- Blackwell, D., Leaman, C., Tramosch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality And Individual Differences, 116*, 69-72.
- Buglass, S., Binder, J., Betts, L., & Underwood, J. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers In Human Behavior, 66*, 248-255.
- Fuster, H., Chamarro, A., & Oberst, U. (2017). Fear of Missing Out, online social networking and mobile phone addiction: A latent profile approach. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport, 35*(1), 23-30.
- Khang, H., Kim, J., & Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The Internet, mobile phones, and video games. *Computers In Human Behavior, 29*(6), 2416-2424.
- Przybylski, A., Murayama, K., DeHaan, C., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers In Human Behavior, 29*(4), 1841-1848.
- Stead, H., & Bibby, P. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers In Human Behavior, 76*, 534-540.