



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA
ESCOLA DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA VIDA
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

RELAÇÕES INTERPESSOAIS, VITIMIZAÇÃO POR BULLYING E O BEM-ESTAR SUBJETIVO DOS ADOLESCENTES

Dissertação de Mestrado apresentada a provas públicas para a obtenção do grau de mestre em
Psicologia Clínica e da Saúde, orientada pela Professora Dr.^a Tânia Gaspar

Rafaela Rabel Santos

2024

www.ulusofona.pt



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA
ESCOLA DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA VIDA
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

RELAÇÕES INTERPESSOAIS, VITIMIZAÇÃO POR BULLYING E O BEM-ESTAR SUBJETIVO DOS ADOLESCENTES

VERSÃO FINAL

Dissertação defendida em provas públicas na Universidade Lusófona, Centro Universitário de Lisboa, no dia 10/04/2024, perante júri, nomeado pelo Despacho de Nomeação nº 472/2023, de 16 de novembro de 2023, com a seguinte composição:

Presidente: Prof^ª. Doutora Teresa Mendes

Arguente: Prof^ª. Doutora Carla Sousa

Orientador: Prof^ª. Doutora Tânia Gaspar

Rafaela Rabel Santos

2024

www.ulusofona.pt

Agradecimentos

Determinadas pessoas tiveram um papel fundamental para que conseguisse realizar todo o meu percurso académico. Primeiramente tenho de agradecer a Rosemery, que dentre todas as dificuldades não permitiu que eu desistisse, e que se desdobrou em várias para que pudesse continuar a perseguir os meus objetivos. A Rosângela, a quem me espelho, que foi a minha inspiração para investir na minha educação e apoiou as minhas decisões ao longo deste percurso. A minha querida Dirce, que me deu o suporte necessário para que eu estivesse preparada para iniciar um novo capítulo, num continente diferente do meu. A Rebeca, por ter sido o meu apoio emocional inúmeras vezes ao longo deste trajeto. E ao Gonçalo, que foi meu companheiro ao longo destes anos, incentivando-me e acreditando no meu potencial. Para todos eles, minha família, não existem agradecimentos suficientes para expressar o quanto sou grata.

Devo também agradecimentos à minha orientadora, a Professora Doutora Tânia Gaspar, por toda a dedicação, disponibilidade e paciência demonstradas ao longo do desenvolvimento desta dissertação.

Aos meus professores devo um particular agradecimento. Uma das primeiras coisas que me vem à mente quando penso nos meus anos de licenciatura e mestrado da Universidade Lusófona é na empatia e compreensão expressada pelos professores. De facto, o meu percurso académico tornou-se menos complexo por ter tido a sorte de ter professores com um enorme senso de humanidade.

Deixo o meu sincero agradecimento a todos que me auxiliaram ao longo da construção desta dissertação e ao longo de todo o meu percurso académico.

Resumo: O bem-estar subjetivo (BES) dos adolescentes pode ser afetado pelo modo que estes se relacionam com os pais e com os pares. A vitimização por *bullying* pode culminar em decréscimos no BES, e este encontra-se relacionado com a forma com que o adolescente se relaciona com os pais e amigos. O objetivo deste estudo foi compreender e caracterizar a associação entre o BES, o apoio familiar, a relação com o pares e o envolvimento com o bullying enquanto vítima nos adolescentes portugueses. O estudo foi realizado no âmbito da *Health Behavior in School-Age Children* (HBSC), e tem como participantes os 5806 estudantes do 6º, 8º e 10º ano, sendo esta uma amostra representativa da população. Os principais resultados demonstraram que as meninas apresentaram piores níveis de BES, relação com os colegas e apoio familiar, enquanto os meninos apresentaram maior envolvimento com o bullying enquanto vítima. Foi encontrado um papel mediador da relação com os amigos na relação entre o apoio familiar e o BES, sendo este um modelo explicativo de 58.6% da variância. A vitimização por bullying foi moderadora entre a relação com os pares e o BES. É possível concluir que as relações interpessoais podem ter um papel importante no BES dos adolescentes, e estas podem desempenhar um papel relevante na prevenção da vitimização por bullying, assim como também podem servir para diminuir os danos causados pela experiência de ser vítima no BES dos adolescentes.

Palavras-chave: Bullying; Adolescência; Vitimização; Bem-Estar Subjetivo; Relação com os pais; Relação com os pares

Abstract: Adolescents' Subjective Well-Being (SWB) can be affected by the way they relate to their parents and peers. Victimization by bullying can lead to a decrease in SWB, which is related to the way in which adolescents relate to their parents and friends. The aim of this study was to understand and characterise the association between BES, family support, relationships with peers and the involvement with bullying as a victim in Portuguese adolescents. The study was carried out as part of the Health Behaviour in School-Age Children (HBSC), and involved 5806 students from the 6th, 8th and 10th grades, which is a representative sample of the population. The main results showed that girls had worse levels of SWB, peer relationships and family support, while boys were more involved in bullying as victims. A mediating role was found for relationships with friends in the relationship between family support and SWB, with this model explaining 58.6% of the variance. Bullying victimisation moderated the relationship with peers and SWB. It can be concluded that interpersonal relationships can play an important role in adolescents' SWB, and these can play a relevant role in preventing victimisation by bullying, as well as serving to reduce the damage caused by the experience of being a victim in adolescents' SWB.

Keywords: Bullying; Adolescence; Victimization; Subjective Well-being; Relationship with parents; Relationship with peers

Índice

1. Introdução	8
2. Enquadramento teórico	9
2.1. Desenvolvimento na adolescência	9
2.2. Bem-estar subjetivo	9
2.2.1. Bem-estar subjetivo e a relação familiar e com os pares	10
2.3. Bullying, relação com os pais e com os pares e o BES na adolescência	12
2.5. Objetivos	13
3. Método	13
3.2. Participantes	14
3.1. Medidas	14
3.3. Procedimento	16
4. Resultados	16
4.1. Correlações	16
4.2. Diferenças de género	17
4.3. Diferenças nos anos de escolaridade	18
4.4. Modelo de mediação moderada	20
5. Discussão	21
5.1. Apoio familiar	22
5.2. Relação com os amigos	23
5.3. Diferenças de género	24
5.4. Diferenças nos anos de escolaridade	24
5.4. Relações interpessoais, diferenças sociodemográficas, bullying e o BES	25
6. Conclusões	25
Referências	27

Índice de tabelas

Tabela 1. Instrumentos.....	15
Tabela 2. Correlações	17
Tabela 3. Comparação de média entre géneros.....	18
Tabela 4. Comparação entre anos de escolaridade	19
Tabela 5. Modelo de mediação mediada.....	21

1. Introdução

A qualidade das relações com a família e com os pares são relevantes no que diz respeito ao desenvolvimento saudável dos adolescentes, podendo ter um impacto na forma como estes experienciam o seu bem-estar subjetivo (BES) (Gorrese & Ruggieri, 2012; Pérez-Fuente et al., 2019). É de suma importância compreender e promover o BES, uma vez que a perceção da vida como agradável e satisfatória têm consequências substanciais tanto ao nível da saúde física como da saúde psicológica (Diener, 2017).

O comportamento violento entre pares é uma realidade frequentemente encontrada e pode causar consequências danosas aos envolvidos, como o isolamento social e decréscimos no BES (Gaspar & Matos, 2008; Looze et al., 2020). As relações interpessoais desempenham um papel significativo no envolvimento com o bullying entre os adolescentes, tanto como agressores como vítimas (Palomares-Ruiz et al., 2018; Zych et al., 2019). Neste contexto, a investigação sobre uma possível ligação entre as relações interpessoais, o envolvimento com o bullying e o BES, no contexto dos adolescentes portugueses, é relevante para compreender como esses construtos podem se relacionar, de modo a poder orientar as intervenções psicológicas e auxiliar no desenvolvimento de programas de prevenção adequados para a realidade portuguesa.

O presente estudo teve como objetivo principal a compreensão e caracterização da associação entre o BES, o apoio familiar, as relações com os pares e o envolvimento como vítima de bullying entre os adolescentes portugueses. Para alcançar tal propósito, procurou-se, inicialmente, investigar a presença de correlações entre a vitimização de bullying, o BES, o apoio familiar e as dificuldades de relação com os colegas. Além disso, o estudo procurou analisar a existência de diferenças significativas no BES, nas dificuldades de relação com os colegas, no apoio familiar e na vitimização por bullying com base no género e no ano de escolaridade dos adolescentes portugueses. Finalmente, foi proposto um modelo de mediação no qual o apoio familiar se relaciona com o BES, mediado pelas dificuldades nas relações com os colegas, com a consideração do papel moderador da vitimização por bullying.

No presente documento, encontra-se primeiramente o enquadramento teórico das variáveis analisadas, fundamentando-se nas evidências científicas disponíveis na literatura especializada. Posteriormente, foi abordada a metodologia utilizada, na qual se contextualiza o estudo, incluindo a origem dos dados, os procedimentos adotados e a descrição dos participantes envolvidos na pesquisa. Na secção dos resultados são expostos os principais dados obtidos a partir das análises realizadas. Por fim, é realizada a discussão dos principais resultados

obtidos, considerando as possíveis explicações e interpretações dos dados apresentados. Foram abordadas as limitações do estudo, os meios de mitigá-las, assim como a importância desta investigação. A relevância deste estudo encontra-se na contribuição para o conhecimento das problemáticas dentro da realidade das escolas portuguesas.

2. Enquadramento teórico

2.1. Desenvolvimento na adolescência

A adolescência é um período de transição entre a infância e a idade adulta, sendo de suma importância perceber como a interação do sujeito com o meio em que se insere afeta o seu desenvolvimento. Com base na Teoria Ecológica, o desenvolvimento humano pode ser explicado como um processo alinhado em diferentes sistemas, que interagem entre si. Esta teoria sugere que o funcionamento humano ocorre em níveis ecológicos separados, nomeadamente: 1) o individual, que corresponde às características pessoais de cada indivíduo; 2) o microssistema, que corresponde ao sistema em que o sujeito interage diretamente, como o ambiente escolar e familiar; 3) o mesossistema, que se caracteriza pela interação de dois ou mais indivíduos ou grupos do microssistema; 4) exossistema, em que o sujeito não tem interação direta, mas que os sujeitos do seu microssistema tem; 5) o macrossistema, que abrange o contexto cultural; 6) e o cronossistema, que refere-se ao momento temporal (Bronfenbrenner, 1979 ; Jackson et al., 2015).

É relevante compreender o funcionamento dos indivíduos e os ambientes nos quais os adolescentes se desenvolvem. O sistema que mais impacto exerce é aquele no qual o indivíduo interage ativamente ou está presente de forma direta, pois a exposição a este ambiente desempenha a função de fomentar a aprendizagem e replicação de comportamentos, de modo a constituir mecanismos internos e manifestações externas de desenvolvimento psicológico (Bronfenbrenner, 1979). Deste modo, a perceção de um ambiente seguro pode ter um efeito protetor e promotor do bem-estar. Por exemplo, o contato com violência escolar pode servir como preditor de envolvimento com delinquência (Radu, 2018), assim como a autonomia e a afetuosidade ofertada pelos pais pode assumir uma função de promoção do bem-estar aos filhos adolescentes (Bülow et al., 2022).

2.2. Bem-estar subjetivo

Segundo Diener (2009), o BES, também conhecido como perceção de qualidade de vida, é um conceito que abrange as crenças individuais sobre a própria vida e como ela é avaliada em termos de agradabilidade, desejabilidade e qualidade. Este não se limita à ausência de fatores

negativos, como a ausência de doença, mas contempla também a presença de medidas positivas, e tem como parte constituinte medidas globais da vida de cada indivíduo, sendo esta a forma que cada indivíduo avalia a sua qualidade de vida. O BES é afetado por diferentes aspetos, como género, idade, contato social, família, personalidade e nível educacional, e é demonstrado como um fator benéfico para a saúde e longevidade, visto ser um indicador de comportamentos saudáveis (Diener et al., 2017).

Avaliar e compreender o BES de adolescentes emerge como uma necessidade de saúde pública, e deve ser considerada a multidimensionalidade que compõe o construto. Fatores como a forma que o adolescente percebe a si próprio, autoestima, autonomia, relação familiar, relação com os pares, ambiente escolar, tempo de lazer e isolamento são dimensões que podem afetar a percepção de bem-estar dos adolescentes (Gaspar & Matos, 2008; Kleszczewska et al., 2022). É importante ressaltar que a investigação relativa ao BES não se restringe apenas à identificação de suas causas, mas também inclui a análise das consequências associadas, pois os níveis elevados ou reduzidos de BES podem afetar o funcionamento de diversos domínios da vida, como o afetivo, a saúde, a longevidade e as relações sociais (Diener, 2009).

2.2.1. Bem-estar subjetivo e a relação familiar e com os pares

A relação entre o BES e as relações interpessoais é de natureza bidirecional, onde a causalidade pode ocorrer em ambas as direções. Os indivíduos que experimentam níveis mais elevados de BES tendem a manter relações interpessoais de maior qualidade, de mesmo modo, os indivíduos com relações interpessoais mais satisfatórias tendem a vivenciar níveis mais elevados de satisfação com a vida (Diener & Ryner, 2009). Na fase da infância e da adolescência, as relações familiares e as amizades desempenham um papel significativo no contexto das relações interpessoais.

O comportamento parental é importante para um desenvolvimento saudável nas crianças e adolescentes, exercendo uma influência significativa na promoção da qualidade de vida (Gaspar et al., 2022). É relevante notar que os adolescentes que possuem níveis superiores de qualidade de vida tendem a manter relações com os familiares mais satisfatórias e percebem mais apoio familiar (Guedes et al., 2022). A percepção de pertença familiar, e proximidade com a família pode ser um preditor do bem-estar do adolescente (King et al., 2017). Além disso, a forma como os adolescentes experienciam a relação com os seus cuidadores, incluindo a percepção de negligência, afetividade e segurança, constitui uma dimensão de grande relevância na compreensão do BES nesse grupo etário (Gaspar & Matos, 2008).

A comunicação efetiva entre pais e filhos, a promoção da autonomia, a demonstração de afeto, o controle psicológico e a auto-divulgação por parte dos adolescentes, ou seja, a disposição para compartilhar informações sobre sua vida pessoal, tanto quando solicitada quanto por vontade própria, são variáveis que podem impactar os níveis de BES. Estas dimensões, conjuntamente com outras, demonstram as práticas parentais como um preditor da satisfação com a vida, de modo a indicar a relevância da relação pais-filho no BES dos adolescentes (Pérez-Fuentes et al., 2019). Segundo Jach e colegas (2018), a forma que é aplicada a parentalidade pode impactar não apenas de forma direta o BES, mas ser também um mediador. Por exemplo, a utilização das capacidades e características pré-existentes do adolescente como uma ferramenta de educação (e.g., estimular a prática de atividades que o adolescente demonstra ter maiores habilidades), pode potenciar o uso das forças que este já detém, sendo este um fator que impacta positivamente o BES.

A relação com os pais pode afetar a forma como o adolescente relaciona-se com os pares, visto que ter um modelo de relação positiva pode influenciar a forma que o adolescente estabelece as suas relações exteriores ao ambiente familiar. A relação com os pares é relevante para a compreensão do BES neste grupo etário, pois trata-se de um período de desenvolvimento onde o ser humano cria relações significativas que não se encontram exclusivamente dentro do ciclo familiar, apesar de não haver substituição de uma pela outra (Gorrese & Ruggieri, 2012).

É possível encontrar um fator de proteção acumulativo ao associar o suporte de adultos e dos pares, de modo a aumentar os níveis de bem-estar em crianças e adolescentes que encontram apoio familiar e por parte dos amigos em simultâneo (Butler et al. 2022). A qualidade das relações com os pares pode variar em termos de valência, ou seja, podem ser positivas, caracterizadas por conexões fortes, relações de alta qualidade e aceitação pelos pares, ou negativas, marcadas por experiências de exclusão e bullying. Dentro desta dimensão, é importante considerar diversos aspetos, como a qualidade das relações estabelecidas pelos adolescentes, a sua perceção de apoio, aceitação, sentimentos de pertença e respeito pelos pares (Gaspar & Matos, 2008). Ter um grupo de amigos é particularmente relevante para os adolescentes, e a falta de pertença a um grupo de pares pode ter um impacto significativo em seu BES, especialmente entre os adolescentes com menores níveis de resiliência (Tomé et al., 2019).

A relação entre os pares e com os pais pode ser considerada como um fator de proteção para o envolvimento com o bullying, uma vez que manter relações saudáveis está associado a uma menor probabilidade de envolvimento em comportamentos de risco (Tomé et al., 2019).

A sensação de estar seguro dentro do ambiente escolar, conjuntamente com a experiência de uma boa relação com os colegas são relevantes para que os adolescentes tenham uma melhor qualidade de vida (Guedes et al., 2023). A qualidade das relações com os pais e com os amigos está relacionada ao envolvimento com o bullying, uma vez que a conexão com esses grupos é um preditor de menor envolvimento com o bullying (Murphy et al., 2017).

2.3. Bullying, relação com os pais e com os pares e o BES na adolescência

O comportamento violento é uma realidade presente na sociedade e atinge diversos grupos, sendo particularmente evidente entre crianças e adolescentes. De acordo com Olweus (1994), o bullying refere-se a comportamentos agressivos e prejudiciais que ocorrem de forma repetitiva e prolongada entre pares, caracterizados por um desequilíbrio de poder, frequentemente com a ausência de provocação por parte da vítima. Esta definição continua a ser amplamente utilizada na literatura atual (Kwan et al., 2020).

De acordo com o relatório da *Health Behavior in School-Aged children* de 2018 (HBSC; Matos et al., 2018), 5,9% das crianças em escolas portuguesas relataram terem sido vítimas de violência por parte de seus pares. Em outros estudos, a prevalência do envolvimento com o bullying pode chegar a cerca de 78%, sendo ainda mais elevada quando se trata de crianças com deficiências e/ou perturbações mentais (Eilts & Koglin, 2022; Kwan et al., 2020).

A vitimização por bullying está associada negativamente com o BES, sendo que ser vítima de violência por parte dos pares é preditor de menores níveis de satisfação com a vida (Seon & Smith-Adcock, 2021). A experiência de ser vítima de violência por pares implica vivenciar sentimentos de provocação e rejeição por parte dos colegas, o que pode ter um impacto significativo no BES dos adolescentes (Gaspar & Matos, 2008). uma meta-análise demonstrou o papel de uma parentalidade positiva, associada a um ambiente escolar inclusivo, como um fator protetor contra o envolvimento de adolescentes com o bullying. Além disto, a manutenção de relações positivas com os pares foi evidenciada como o fator de proteção mais robusto contra a perpetuação de violência entre os jovens (Zych et al., 2019). Um estudo realizado no Reino Unido entre 2009 e 2017 demonstrou que a comunicação entre os pais e os adolescentes aumentou, e este aumento resultou numa menor vitimização por bullying. Este mesmo estudo demonstrou que a vitimização por bullying pode resultar em mudanças ao nível da autoeficácia, autovalorização e esperança, que por consequência pode servir como reforço às vulnerabilidades pré-existentes, impactando a avaliação do indivíduo acerca do seu bem-estar (Looze et al., 2020). A experiência de vitimização por bullying pode ter implicações duradouras ao longo do curso de desenvolvimento da vítima, visto determinadas consequências

recorrentes das agressões em idade escolar demonstrarem uma estabilidade temporal (Christina et al., 2021).

O envolvimento com o bullying se apresenta de formas diferentes segundo o género do adolescente. Uma investigação que abrangeu 46 países evidenciou variações na forma como os meninos e as meninas estão envolvidos em situações de bullying, em relação aos níveis de desigualdade de género existentes nesses países. Este estudo revelou que nos países com maior desigualdade de género os meninos envolvem-se com maior frequência com bullying, tanto como agressor como no papel de vítima (Cosma et al., 2022). As meninas tendem a ser mais vitimizadas por bullying com recursos às redes sociais (Lucas-Molina et al., 2020), enquanto os meninos são mais suscetíveis do bullying tradicional, seja pelo papel de vítima como agressor, sendo ainda o género mais predominante no cyberbullying como agressor (Semenza, 2019).

2.5. Objetivos

Com base na literatura científica disponível, o presente estudo teve como objetivo compreender e caracterizar a associação do BES, as relações interpessoais e o envolvimento com o bullying enquanto vítimas dos adolescentes portugueses. Para alcançar estes objetivos, pretendeu-se primeiramente detalhar a relação do envolvimento com o bullying enquanto vítimas no BES dos adolescentes, identificar a associação entre a relação com os pares, apoio familiar e o envolvimento com o bullying enquanto vítima, assim como identificar a relação entre as relações interpessoais. Além disto, teve como objetivo descrever a relação do género e ano de escolaridade com as relações interpessoais, o BES e o envolvimento com bullying enquanto vítima. Por fim, pretendeu-se identificar a existência de um efeito mediador da relação com os amigos entre o apoio familiar e o BES, e se a vitimização por bullying tem um papel moderador destas relações.

3. Método

O presente estudo se encontra integrado numa investigação mais vasta, desenvolvida no HEI-LAB e coordenada pela Professora Doutora Tânia Gaspar. Trata-se de uma investigação quantitativa, em que os dados foram recolhidos previamente à realização do atual estudo. Os dados utilizados fazem parte de uma investigação realizada em colaboração com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC; Gaspar et al., 2022).

O HBSC é um estudo realizado em diversos países a cada quatro anos, que tem como objetivo compreender os comportamentos e estilos de vida dos adolescentes em países europeus e norte-americanos, de modo a explorar os diferentes contextos que se encontram inseridos. Este estudo é produzido desde 1982 e, atualmente, é realizado em 51 países, sendo que Portugal está presente entre estes desde 1998.

Este estudo realiza um levantamento de informações relevantes sobre as variações nas tendências no estilo de vida e comportamentos dos estudantes ao longo dos anos, assim como possibilita a compreensão de diferenças observadas entre os adolescentes dos diferentes países, de modo a fornecer informações importantes para a prática profissional na área da saúde, educação, assim como auxilia na fomentação de políticas públicas focadas na promoção do bem-estar e saúde dos adolescentes.

3.2. Participantes

O estudo realizado, o HBSC (Currie et al., 2001; Gaspar et al., 2022) utilizou a metodologia de seleção de amostra por Cluster, em que a unidade de análise foram as turmas selecionadas. Para a execução deste estudo foi realizada a seleção de um total de 5809 estudantes, recolhida a partir de agrupamentos escolares em Portugal continental, de diferentes regiões do território nacional, com a finalidade de obter uma amostra representativa da população portuguesa. Para os objetivos do estudo atual foram excluídos 48 participantes, devido estes terem mais de 18 anos, totalizando uma amostra de 5761 participantes. Foram selecionados 40 agrupamentos escolares em diversas regiões de Portugal. Os participantes selecionados são 33,1% ($n = 1906$) da Região Norte, 21,55% ($n = 1255$) da Região Centro, 24,6% ($n = 1418$) de Lisboa e Vale do Tejo, 5,6% ($n = 324$) do Alentejo e 14,9% ($n = 858$) do Algarve.

Os estudantes que responderam ao questionário do HBSC (Currie et al., 2001; Gaspar et al., 2022) frequentavam no momento do preenchimento o 6º ano (29.8%, $n = 1717$), 8º ano (33.7%, $n = 1944$) e 10º ano (36.5%, $n = 2100$) de escolaridade. Estes têm entre 10 e 18 anos, sendo a média de idade de 14,09 ($DP = 1.82$). Os participantes são 45,1% meninos e 50,8% meninas. Em análises de diferença de género os participantes que não se identificaram como menino ou menina foram excluídos.

3.1. Medidas

O questionário do HBSC (Currie et al., 2001; Gaspar et al., 2022) aborda diferentes tópicos relacionados com os contextos de vida dos adolescentes em idade escolar (e.g., apoio

familiar, saúde física, saúde mental e bem-estar). Para a realização do atual estudo foram selecionadas as variáveis de interesse, nomeadamente o BES, vitimização por bullying, o apoio familiar e as dificuldades de relação com os amigos (Tabela 1). Além destas, também foram analisadas variáveis demográficas relevantes para os objetivos selecionados.

Tabela 1

Instrumentos

Variáveis	Medida	α	Exemplo de Item
Bem-estar	Instrumento KIDSCREEN (Gaspar & Matos, 2008), em escala Likert de 1 a 5, composta por 10 itens.	.85	“Na última semana: tens-te sentido bem e em forma”, em uma escala de resposta de “discordo totalmente” à “concordo totalmente”
Apoio Familiar	Escala com 4 questões em escala Likert de 1 a 7, em que quanto maior o nível relatado, melhor apoio familiar.	.94	“A minha família tenta realmente ajudar-me.”, em uma escala de resposta de “Discordo muito fortemente” a “Concordo muito fortemente”
Dificuldades de relação com os colegas	Escala com 3 questões em escala Likert de 1 a 7, em que quanto maior o nível relatado, pior a relação com os colegas.	.78	“os colegas da escolar aceitam-se como sou”
Vitimização por bullying	Questão acerca da frequência em que foi vítima de provocações em escala Likert de 1 a 5 (1 é “Não fui vítima de bullying na escola, nos últimos 2 meses” e 5 é “Diversas vezes”).		“foste provocado nos últimos 2 meses?”

3.3. Procedimento

O estudo foi previamente aprovado pela Comissão de Ética e Deontologia em Investigação Científica (CEDIC) da Universidade Lusófona e pela Comissão Ética do Centro académico de Medicina de Lisboa, do Centro Hospitalar Lisboa Norte e da Direção-Geral de Estatísticas da Educação e da Ciência. Como referido, a recolha de dados foi efetuada previamente, junto a agrupamentos escolares em diferentes áreas do território português, tendo as turmas como grupos focais. A seleção das escolas ocorreu de modo aleatório, com recurso a um sorteio para a seleção das escolas participantes. Após esta seleção as escolas foram contactadas e integradas no estudo.

A recolha de dados realizou-se a partir de um questionário online, aplicado às turmas em contexto de sala de aula. Para isto, foram enviados às escolas links e as respetivas passwords para a realização do questionário, assim como um formulário com o pedido de consentimento informado para o preenchimento dos encarregados de educação. Antes da realização do preenchimento dos questionários foi informado aos estudantes que se tratava de uma participação voluntária, confidencial e anónima. Estes questionários foram realizados com a supervisão de um professor, e em um período compreendido entre 60 e 90 minutos.

As análises dos dados foram realizadas utilizando o software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) para o sistema operativo Windows, versão 28. Foram conduzidas análises descritivas para obter medidas relevantes, como médias e correlações das variáveis analisadas. Para comparar grupos em relação a determinadas variáveis, foram utilizados testes de comparação de médias como o teste t de Student e a Anova One Way. Foi analisado o modelo de mediação moderada, usando a macro PROCESS v3.2 (Modelo 59) de Hayes (2018).

4. Resultados

4.1. Correlações

Na Tabela 2 é possível observar que as variáveis em análise se encontram correlacionadas de forma estatisticamente significativa ($p < .001$). O apoio familiar encontra-se correlacionado com o BES ($r = .529, p < .001$), com as dificuldades de relação com os colegas ($r = -.257, p < .001$) e com a vitimização por bullying ($r = -.200, p < .001$). Ao nível das dificuldades de relação com os colegas, estas encontram-se correlacionadas negativamente, o que significa que quanto maior é o apoio familiar, existe uma melhor relação com os colegas. Em contrapartida, o BES e o apoio familiar encontram-se positivamente correlacionados, sendo esta a correlação com maior força. Esta análise demonstra que quanto melhor a perceção de

apoio familiar mais BES é reportado. A vitimização por bullying se encontra negativamente correlacionado com o apoio familiar, demonstrando que quanto menor o apoio familiar relatado pelo adolescente, maior envolvimento com o bullying enquanto vítima. As dificuldades de relação com os colegas se encontram negativamente correlacionadas com o BES ($r = -.371, p < .001$). Esta análise demonstra que quanto melhor a relação com os colegas mais BES é relatado. As dificuldades de relação com os colegas encontram-se positivamente correlacionadas com a vitimização por bullying ($r = .235, p < .001$), demonstrando que quanto mais dificuldades de relação com os colegas são relatadas, maior o envolvimento com o bullying enquanto vítima. O BES encontra-se negativamente correlacionado com a vitimização por bullying ($r = -.203, p < .001$), ou seja, quanto maior o envolvimento com o bullying como vítima, menor o BES reportado.

Tabela 2*Correlações*

Variáveis	Apoio Familiar	Dificuldades de relação com os colegas	Bem-estar Subjetivo	Vitimização por bullying
Apoio Familiar				
Dificuldades de relação com os colegas	-.257*			
Bem-estar Subjetivo	.529*	-.371*		
Vitimização por bullying	-.200*	.235*	-.203*	

Nota: * $p < .001$.

4.2. Diferenças de género

A média de BES para as meninas foi de 35.28 ($DP=7.13$), enquanto para os meninos foi de 39.48 ($DP=6.47$). O *independent sample t test* demonstrou que as médias apresentadas foram estatisticamente diferentes ($t(5519.59) = 22.99, p < .001$), com um tamanho de efeito médio ($d = .62$), segundo os critério de Cohen (1988). Estes resultados demonstram que os meninos reportaram níveis de BES superiores às meninas.

Em relação ao apoio familiar, as meninas apresentaram uma média de 22.34 ($DP = 6.75$) e os meninos de 23.99 ($DP = 5.92$). Estas médias apresentam diferenças estatisticamente significativas ($t(5521) = 9.70, p < .001$), apesar de apresentarem um tamanho de efeito pequeno

($d = .260$). Estes resultados demonstram que os meninos reportaram maiores níveis de apoio por parte da família, quando comparado com as meninas.

Nas dificuldades de relação com os colegas também foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($t(5522) = -10.33, p < .001$) entre as médias dos meninos ($M = 5.83, DP = 2.34$) e das meninas ($M = 6.50, DP = 2.46$), com um tamanho de efeito pequeno ($d = -.28$). Isso indica que as meninas reportaram uma relação com os colegas menos positiva em comparação com os meninos.

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas médias apresentadas entre os meninos ($M = 2.50, DP = 1.23$) e as meninas ($M = 2.41, DP = 1.02$) em relação à vitimização por bullying ($t(5522) = 2.75, p = .006$), logo não houve diferenças na vitimização por bullying reportada segundo o género.

Tabela 3

Comparação de média entre géneros

Dimensões	Raparigas		Rapazes		d	T
	M	DP	M	DP		
Vitimização por bullying	2.42	1.02	2.50	1.23	.07	5522
Apoio familiar	22.34	6.75	23.99	5.92	.26	5521*
Dificuldades de relação com os colegas	6.50	2.46	5.83	2.34	-.28	5522*
BES	35.28	7.13	39.48	6.47	.62	5519.59*

Nota: * $p < .001$.

4.3. Diferenças nos anos de escolaridade

Para a comparação de diferenças de médias dos anos de escolaridade (i.e., 6º, 8º e 10º ano) em relação à vitimização por bullying, às dificuldades de relação com os colegas, ao apoio familiar e ao BES foi realizada uma análise de variância a partir do procedimento estatístico *Anova One Way*. Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($p < .001$) entre as médias das variáveis em análise entre os grupos (Tabela 4).

Com a utilização do Teste Bonferroni foi realizada a comparação de grupo. Na variável vitimização por bullying, não houve diferenças significativas entre o 6º e o 8º ano (diferença média = $-.050$, IC $[-.050, -.149]$, $p < .692$). No entanto, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre o 10º e o 8º ano (diferença média = $-.270$, IC $[-.301, -.139]$,

$p < .001$). Isto indica que ser vítima de bullying é significativamente mais frequente no 6º e 8º ano em comparação ao 10º ano.

Tabela 4

Comparação de anos de escolaridade

Dimensões	6º ano		8º ano		10º ano		η^2	F
	M	DP	M	DP	M	DP		
Vitimização por bullying	2.60	1.28	2.55	1.22	2.33	0.98	.100	9.15*
Apoio familiar	24.87	5.55	23.11	6.43	21.80	6.88	.029	86.02*
Dificuldades de relação com os colegas	5.99	2.45	6.31	2.51	6.27	2.37	.003	7.22*
BES	39.93	6.61	37.67	7.18	35.03	6.92	.065	198.99*

Nota: * $p < .001$.

Ao nível do apoio familiar, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre todos os anos de escolaridade. O 6º ano apresentou uma média significativamente maior que o 8º ano (diferença média = 1.75, IC [1.20, 2.31], $p < .001$) e o 10º ano (diferença média = 3.06, IC [2.50, 3.63], $p < .001$), assim como o 8º ano apresentou uma média significativamente maior que o 10º ano (diferença média = 1.31, IC [.859, 1.769], $p < .001$). Isto demonstra que os níveis de apoio familiar relatados foram decrescendo ao longo dos anos de escolaridade. Esses resultados sugerem que os estudantes dos grupos mais jovens perceberam maior apoio familiar em comparação com os estudantes do 10º ano.

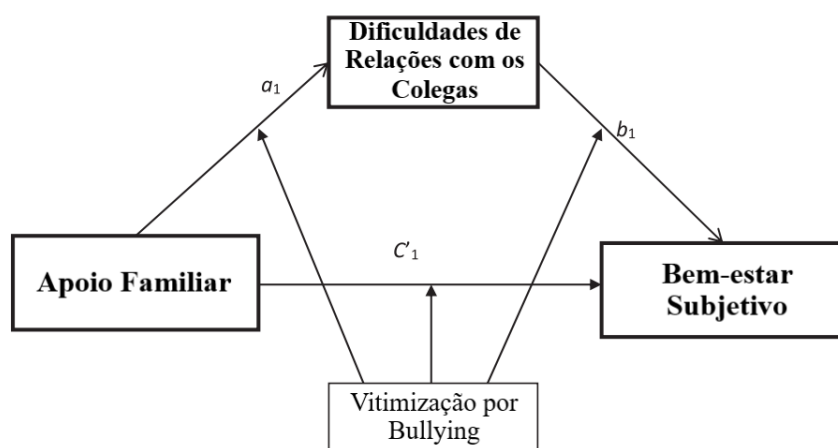
Em relação às diferenças de médias nas dificuldades de relação com os colegas, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre o 6º ano e o 8º ano (diferença média = -.325, IC [-.537, -.114], $p < .001$), assim como no 6º e 10º ano (diferença média = .089, IC [-.495, -.067], $p = .005$), sugerindo que estes anos de escolaridade reportaram níveis diferentes de satisfação com a relação com os colegas. Porém, quando comparados o 8º e 10º ano, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas (diferença média = .045, IC [-.128, -.217], $p = 1.00$). Os resultados indicam que os estudantes do 6º ano relataram uma melhor relação com os colegas em comparação com os estudantes do 8º e 10º ano. No entanto, não houve diferença significativa na relação com os colegas entre os estudantes do 8º e 10º ano, sugerindo que os estudantes mais jovens possuem melhores relações com os colegas.

Ao nível do BES, foi possível observar diferenças estatisticamente significativas nas médias de todos os grupos de anos escolares, sendo estas em valores decrescentes. Tanto o 6º ano (diferença média = 4.90, IC [4.29, 5.51], $p < .001$) quanto o 8º ano (diferença média = 2.63, IC [2.15, 3.13], $p < .001$) apresentaram médias significativamente maiores em relação ao 10º ano. Além disso, o 8º ano apresentou uma média significativamente menor em relação ao 6º ano (diferença média = -2.26, IC [-1.66, -2.86], $p < .001$). Logo, estas análises demonstram que com o passar dos anos escolares são relatados piores níveis de BES.

4.4. Modelo de mediação moderada

Figura 1

Modelo 59



Os resultados apresentados na Tabela 5 demonstram as análises realizadas com recurso ao modelo 59 (Hayes, 2022). A primeira regressão múltipla (Etapa 1) avaliou como a vitimização por bullying afeta o percurso entre o apoio familiar e as dificuldades de relação com os colegas, representado por “ a_1 ” na Figura 1. O modelo produziu um R^2 de .313, representando 31.3% da variância. Os resultados mostram um efeito significativo, negativo e direto do apoio familiar nas dificuldades de relação com os colegas com um coeficiente de -.23 ($p < .001$). Contudo, a vitimização por bullying não tem um efeito moderador entre as dificuldades de relação com os colegas e o apoio familiar (coeficiente = .018; $p = .123$).

Na segunda regressão (Etapa 2), foi testado se a vitimização por bullying modera a relação entre o apoio familiar e o BES, representada por “ C_1 ” na Figura 1. O apoio familiar tem um efeito direto e significativo no BES (coeficiente = .458; $p < .001$). Do mesmo modo, as dificuldades de relação com os colegas têm um efeito direto e significativo no BES (coeficiente = -.242; $p < .001$). Este modelo representa 58.6% da variância, com um $R^2 = .586$. Ainda na segunda regressão, foi testado se a vitimização por bullying tem um efeito de moderação entre

as dificuldades de relação com os colegas e o BES, representada como caminho “b₁” na Figura 1. Foi demonstrado que a vitimização por bullying tem um efeito moderador no percurso entre as dificuldades de relação com os colegas e o BES, com um coeficiente de .022 ($p = .029$). O efeito indireto da moderação da vitimização por bullying é significativa tanto com níveis altos como em níveis baixos de BES. Apesar disto, a moderação tem um efeito superior quando os níveis de BES são baixos ($= -.483$, $\beta = .253$ $t = -8.84$, $p < .001$) do que quando níveis altos ($= 2.06$, $\beta = .197$, $t = -19.46$, $p < .001$). Isto demonstra que a vitimização por bullying tem um impacto maior nas dificuldades de relação com os colegas quando o BES é inferior.

Tabela 5*Modelo de mediação moderada*

Preditores	Etapa 1 <i>Coeff.</i>	(DRC)t	LLCI	YLCI	Etapa 2 <i>Coeff.</i>	(BES)t	LLCI	ULCI
Família	-.23*	.23	-.255	-.205	-.458*	49.7	.436	.480
DRC	-	-	-	-	-.242*	-21.3	-.264	-.220
Vitimização	-.185*	14.9	.159	.2107	.035*	-6.49	-.097	-.052
FamXVit	.018	1.54	-.004	.040	-.010	-1.06	-.030	.008
ColXVit	-	-	-	-	.022**	2.17	.002	.0419
R	.313*				.586*			
F	209.7				604.56			

Nota: * $p < .001$; ** $p < .05$; DRC: Dificuldades de Relação com os Colegas; BES: Bem-estar Subjetivo.

5. Discussão

O propósito central deste estudo foi a análise da ligação do bullying e das relações interpessoais no BES dos adolescentes portugueses. As análises realizadas demonstraram uma relação direta entre o apoio familiar e o BES, sendo esta mediada pelas dificuldades de relação com os colegas. Foi demonstrado que quanto melhor a qualidade destas relações, mais BES é relatado pelos adolescentes. O bullying assumiu um papel de moderador entre o percurso das dificuldades de relação com os colegas e o BES. No entanto, a vitimização por bullying tem um efeito maior quando os adolescentes possuem níveis inferiores de BES. Outros estudos demonstram resultados semelhantes aos obtidos, como por exemplo, o elaborado por Chai e colegas (2020), que revelou a relação com os pais, com os professores e com os amigos como mediadora entre a associação da vitimização por bullying e a satisfação com a vida. Porém, não foram encontrados estudos que realizassem a ligação entre estas variáveis na perspetiva do

bullying como um moderador da relação com os amigos e o BES, logo este trabalho traz uma perspectiva nova da interação das relações interpessoais, BES e o envolvimento com o bullying enquanto vítima.

5.1. Apoio familiar

Apesar das análises de mediação realizadas neste estudo não terem encontrado um efeito moderador do bullying na relação entre o apoio familiar e o BES, foi encontrada uma correlação significativa entre estas variáveis. Em contraste, um estudo conduzido por Ho e colegas (2021) evidenciou um efeito moderador no contexto das relações interpessoais dos adolescentes, indicando que ter boas relações com os colegas pode influenciar tanto o envolvimento no bullying quanto o apoio familiar. Esse estudo também destacou a importância da percepção de pertença e apoio familiar na regulação da probabilidade de envolvimento com o bullying na escola. Portanto, a percepção de pertença e apoio familiar tem influência na probabilidade do envolvimento com bullying na escola, logo é relevante que a família procure desenvolver um ambiente familiar mais afetivo, de modo a fomentar um ambiente familiar saudável, sendo esta uma forma de promover uma melhor adaptação das crianças e adolescentes à escola (Fan et al., 2022).

Dentre as análises realizadas, o apoio familiar foi demonstrado como o fator com maior impacto no BES dos adolescentes. Logo, a forma como a parentalidade é aplicada tem impactos no BES. Adolescentes que recebem maior autonomia tendem a apresentar níveis mais elevados de BES, sendo este mediado pela percepção de necessidade de respeitar e cuidar dos seus pais (Tan et al., 2021). Além disso, adolescentes criados por pais que adotam práticas de parentalidade positiva, caracterizadas por uma melhor comunicação parental, demonstrações de afeto e calor humano, bem como estilos parentais não autoritários, tendem a ser menos propensos a serem vítimas de bullying. Em contraste, crianças que são abusadas ou negligenciadas e experienciam estilos de parentalidades mal-adaptativos tendem a ter maior probabilidade de serem vítimas de bullying (Lereya et al., 2013).

Os adolescentes que mantêm uma pior relação com os pais apresentam maior suscetibilidade a tornarem-se vítimas de bullying. Uma das explicações para isto pode ser a dificuldade que estes adolescentes enfrentam em estabelecer uma comunicação positiva com os seus pais. Os adolescentes que são vítimas possuem uma maior probabilidade de continuar a experienciar a violência quando tem dificuldades em comunicar aos adultos sobre os episódios de vitimização (Estévez-García et al., 2023). Em contrapartida, os adolescentes que possuem uma relação de confiança bem estabelecida com os pais tendem a perceber uma maior

abertura para expor os ocorridos, enquanto os adolescentes com piores relações tendem a ter uma menor confiança nos pais, e consequentemente, são mais propensos a serem vítimas. Esta dificuldade de comunicação com os pais pode culminar na percepção de que as vítimas necessitam lidar com a violência sozinhas. Além disto, adolescentes que expuseram as suas experiências enquanto vítimas e não receberam uma resposta adequada ao sucedido tendem a não comunicar quando ocorrem episódios de vitimização (Bjereld, 2018).

5.2. Relação com os amigos

Ser vítima de bullying pode acarretar diversas consequências na vida do adolescente. A vitimização por bullying pode ser uma problemática observada dentro de um círculo de ocorrências repetitivas. A vitimização por bullying se encontrou correlacionada de forma positiva com as dificuldades nas relações com os colegas, demonstrando que quanto mais dificuldades com os colegas são relatadas, mais envolvimento com o bullying enquanto vítima é vivenciado. Os adolescentes que são vítimas de bullying se tornam mais propensos a experienciar maior rejeição por parte dos colegas. Isto pode ter como resultado a percepção de um maior isolamento social. Este isolamento social experienciado pelas vítimas os torna mais suscetíveis a serem vítimas novamente, pois se encontram mais expostos aos conflitos e menos protegidos pelos colegas. Logo, vivenciar pouco apoio social tornam os adolescentes mais propensos a serem vítimas de bullying, assim como serem vítimas de bullying os tornam mais propensos a serem rejeitados pelos pares e experienciarem um menor apoio social (Palomares-Ruiz et al., 2018).

Em outra perspectiva, ter amigos que experienciaram a vitimização por bullying pode ser adaptativo para os adolescentes que são vítimas de bullying. Isto deve-se a um efeito amortecedor, em que o adolescente que experiencia a violência tem a possibilidade de alterar a perspectiva do bullying de uma experiência relacionada apenas a si mesmo, de modo a este ter noção de que é algo que ocorre em simultâneo com vários adolescentes. Isto pode diminuir os sentimentos de culpa e problemas de internalização associados à vitimização (Schacter & Juvonen, 2018). Os resultados indicaram um efeito direto das dificuldades de relação com os colegas e o BES dos adolescentes, sendo esta relação moderada pela vitimização por bullying. O impacto da vitimização por bullying nesta relação é mais forte quando os níveis de BES são inferiores, demonstrando que para os adolescentes que se encontram com níveis de BES mais baixos, experienciar bullying diminui o efeito do apoio dos amigos nos níveis de BES.

Além do impacto do bullying no BES dos adolescentes vitimizados, vivenciar um ambiente escolar com ocorrências de episódios de violência pelos pares pode culminar em

decréscimos no ajustamento escolar de outros estudantes, mesmo que estes não estejam a ser vítimas de bullying (Huang et al., 2023). Isto pode demonstrar a relevância da promoção de relações interpessoais saudáveis e positivas, servindo como um fator de prevenção do envolvimento com o bullying e promoção do BES em adolescentes.

5.3. Diferenças de género

Em comparação com os meninos, as meninas apresentaram níveis mais baixos de bem-estar emocional e social (BES). Este resultado está alinhado com o que foi encontrado na literatura, que demonstra níveis inferiores de satisfação com a vida para meninas em comparação com os meninos (Marquez, 2023). Meninos e meninas tendem a recorrer a estratégias de regulação emocional diferentes, com as meninas mostrando uma tendência maior a utilizar estratégias como ruminação, enquanto os meninos tendem a recorrer a estratégias comportamentais (Brinke et al., 2021). No entanto, não foram encontradas diferenças no nível de vitimização por bullying entre os géneros. Um estudo realizado em Portugal (Silva-Rocha et al., 2020) revelou que as meninas tendiam a experimentar sentimentos de desespero, enquanto os meninos relatavam mais sentimentos de raiva em relação ao envolvimento com bullying enquanto vítima. Além disso, as meninas relataram envolvimento com mais bullying relacional, enquanto os meninos relataram mais bullying físico.

5.4. Diferenças nos anos de escolaridade

A vitimização por bullying foi relatada com maior frequência nos adolescentes do 6º e 8º ano, em comparação com os adolescentes do 10º ano. Este resultado é congruente com o encontrado no estudo realizado por Zhao e colegas (2020), que demonstrou que a vitimização por bullying dentro do ambiente escolar diminui conforme os estudantes envelhecem.

Conforme os estudantes progridem nos anos escolares, relatam níveis decrescentes de BES. Esta diminuição do BES na transição para o ensino secundário é congruente com o encontrado na literatura, conjuntamente com uma diminuição do envolvimento e satisfação com a escola (Engels et al., 2017; Wu et al., 2023). Nas dificuldades de relação com os colegas, os adolescentes do 6º ano possuem melhores resultados em comparação com os estudantes do 8º e 10º ano, e, em relação ao apoio percecionado por parte da família, o mesmo efeito é encontrado. Esta diminuição no BES pode estar relacionada com a diminuição na qualidade das relações interpessoais percecionadas por estes adolescentes, visto a qualidade das relações terem impacto na forma que o adolescente perceciona a própria vida (Guedes et al., 2022; Gaspar, 2021).

5.4. Relações interpessoais, diferenças sociodemográficas, bullying e o BES

Os principais resultados obtidos neste estudo destacam a relevância de experienciar suporte familiar e ter relações de qualidade com os pares. As relações interpessoais e a vitimização por bullying podem afetar a vida dos adolescentes, e estar exposto a relações negativas pode assumir um papel preditor da vitimização por bullying (Zhao et al., 2020). O BES pode ser influenciado negativamente pela vitimização por bullying, porém, ao experienciar relações interpessoais de qualidade, este impacto pode ser mitigado pelas suas consequências positivas, como por exemplo, um aumento da percepção de pertença e identificação com a escola (Rauer et al., 2008; Seon et al., 2021).

As relações interpessoais e a vitimização por bullying podem produzir diferenças relevantes na forma como o adolescente experiencia o seu BES, porém é relevante considerar que é um fenómeno multifacetado, que pode ser impactado por diversos aspetos da vida, como o status socioeconómico, o sucesso académico e o status de imigração (Lan et al., 2023; Wu et al., 2023). Devido a isto, as análises de diferenças de género e anos de escolaridade foram realizadas, e se apresentaram como relevantes. Logo, ao intervir com adolescentes, é importante considerar as várias facetas em que a problemática do bullying e das dificuldades nas relações interpessoais possuem, de forma a potenciar um impacto positivo no BES dos adolescentes.

6. Conclusões

As análises realizadas neste estudo indicam uma possível interação entre as relações interpessoais e o BES. Além disso, a vitimização por bullying foi identificada como um moderador do impacto das relações com os colegas no BES. Um ambiente familiar harmonioso e afetoso, juntamente com relacionamentos com os pares de qualidade, desempenham um papel importante na prevenção da vitimização por bullying (Fan et al., 2022). Esses resultados destacam a importância de promover relações interpessoais positivas, não apenas para aumentar a satisfação com a vida, mas também como uma estratégia eficaz na prevenção do envolvimento em comportamentos violentos no ambiente escolar.

O estudo realizado pela HBSC tem como limitação ser um estudo transversal, com utilização de medidas de autorrelato. Apesar disto, trata-se de uma investigação que utiliza uma amostragem aleatória estratificada, que contém uma amostra representativa da população de adolescentes, estudantes de escolas públicas portuguesas, deste modo mitigando possíveis enviesamentos.

A vitimização por bullying pode ocorrer de diversos modos, como por violência verbal, violência física e violência relacional (Olweus, 1994). Um estudo realizado por Marsh e colegas

(2023) demonstrou que o tipo específico de violência sofrida afeta de forma diferente o bem-estar do adolescente, observando-se níveis mais baixos de bem-estar entre aqueles que foram vítimas de violência física em comparação com outras formas de bullying. No entanto, neste estudo a escala de resposta utilizada para avaliar o bullying questionou apenas a frequência em que os episódios de violência ocorrem, o que impossibilitou avaliar os efeitos das tipologias de bullying nos adolescentes. Em estudos futuros é relevante a integração de medidas que questionem a tipologia da violência sofrida, de modo a permitir uma compreensão da existência de diferenças relacionadas às violências sofridas. Além disto, em futuras investigações, pode ser relevante compreender o impacto das relações interpessoais no BES de adolescentes que perpetuam a violência com os pares, assim como explorar se existem diferenças entre as vítimas de bullying tradicional e o cyberbullying.

Esta investigação centrou suas análises nos adolescentes que se identificam dentro dos gêneros binários. No entanto, a exclusão dos adolescentes não-binários pode ser vista como uma limitação importante. Logo, em investigações futuras é relevante considerar o impacto do BES, das relações interpessoais e do envolvimento com o bullying em adolescentes não-binários.

A implementação de programas anti-bullying têm um impacto relevante dentro das escolas, podendo diminuir substancialmente os casos de bullying, tanto a nível da perpetuação como da vitimização (Gaffney et al., 2019). Os contextos proximais em que os sujeitos interagem têm maior impacto no seu desenvolvimento (Bronfenbrenner, 1979), e este estudo vem demonstrar a relevância da promoção de um ambiente social saudável para a prevenção do bullying. Os resultados apresentados podem servir como um auxílio na direccionalidade tomada durante a execução de programas de prevenção, focados na realidade desta problemática dentro das escolas públicas portuguesas. Por exemplo, foi apontada uma maior frequência de vitimização por bullying dentro dos adolescentes que frequentam o 6º ano, que tende a atenuar-se ao longo dos anos seguintes, revelando uma necessidade mais urgente na intervenção com adolescentes mais jovens. Os resultados encontrados poderão auxiliar na intervenção junto dos adolescentes, atuando nas áreas que demonstraram maior impacto, assim como promover o desenvolvimento de programas focados na prevenção do bullying, promoção do bem-estar, das competências sociais e de parentalidade positiva.

Referências

- Bjereld, Y. (2018). The challenging process of disclosing bullying victimization: A grounded theory study from the victim's point of view. *Journal of Health Psychology*, 23(8), 1110-1118. <https://doi.org/10.1177/1359105316644973>.
- Brinke, L. W., Menting, A. T., Schuiringa, H. D., Zeman, J., & Deković, M. (2021). The structure of emotion regulation strategies in adolescence: Differential links to internalizing and externalizing problems. *Social Development*, 30(2), 536-553. <https://doi.org/10.1111/sode.12496>.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *Ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. Sage.
- Bülow, A., Neubauer, A. B., Soenens, B., Boele, S., Denissen, J. J. A., & Keijsers, L. (2022). Universal ingredients to parenting teens: parental warmth and autonomy support promote adolescent well-being in most families. *Scientific reports*, 12(1), 16836. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-21071-0>.
- Butler, N., Quigg, Z., Bates, R., Jones, L., Ashworth, E., Gowland, S., & Jones, M. (2022). The Contributing Role of Family, School, and Peer Supportive Relationships in Protecting the Mental Wellbeing of Children and Adolescents. *School Mental Health*, 14, 1-13. <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09502-9>.
- Chai, L., Xue, J., & Han, Z. (2020). School bullying victimization and self-rated health and life satisfaction: The mediating effect of relationships with parents, teachers, and peers. *Children and Youth Services Review*, 117. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105281>.
- Christina, S., Magson, N. R., Kakar, V., & Rapee, R. M. (2021). The bidirectional relationships between peer victimization and internalizing problems in school-aged children: An updated systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 85, 101979. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101979>.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2.^a ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates.

- Cosma, A., Bjereld, Y., Elgar, F. J., Richardson, C., Bilz, L., Craig, W., Augustine, L., Molcho, M., Malinowsk-Chieslik, M., & Walsh, S. D. (2022). Gender differences in bullying reflect societal gender inequality: A multilevel study with adolescents in 46 countries. *Journal of Adolescent Health*, 71(5), 601-608. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.05.015>.
- Diener, E. (2009). *The science of well-being: The collected works of Ed Diener* (1st ed.). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6>.
- Diener, E., Pressman, S. D., Hunter, J., & Delgadillo-Chase, D. (2017). If, Why, and When Subjective Well-Being Influences Health, and Future Needed Research. *Applied psychology. Health and well-being*, 9(2), 133–167. <https://doi.org/10.1111/aphw.12090>.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406. <http://doi.org/10.1177/008124630903900402>.
- Eilts, J., & Koglin, U. (2022). Bullying and victimization in students with emotional and behavioural disabilities: a systematic review and meta-analysis of prevalence rates, risk and protective factors. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 27(2), 133-151. <https://doi.org/10.1080/13632752.2022.2092055>.
- Engels, M. C., Colpin, H., Van Leeuwen, K., Bijttebier, P., Den Noortgate, W. V., Claes, S., Geesseens, L., & Verschueren, K. (2017). School engagement trajectories in adolescence: The role of peer likeability and popularity. *Journal of School Psychology*, 64, 61–75. <http://doi.org/10.1016/j.jsp.2017.04.006>.
- Estévez-García, J. F., Cañas, E., & Estévez, E. (2023). Non-Disclosure and Suicidal Ideation in Adolescent Victims of Bullying: An Analysis from the Family and School Context. *Psychosocial Intervention*, 32(3), 191. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09565-z>.
- Fan, L. L., & Meng, W. J. (2022). The relationship between parental support and exposure to being bullied: Family belonging as a mediator. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 50(12), 1-8. <http://doi.org/10.2224/sbp.12022>.
- Gaffney, H., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Examining the effectiveness of school-bullying intervention programs globally: A meta-analysis. *International Journal of Bullying Prevention*, 1, 14-31. <https://doi.org/10.1007/s42380-019-0007-4>.

- Gaspar, T., Cerqueira, A., Guedes, F. B., & Matos, M.G. (2022). Parental Emotional Support, Family Functioning and Children's Quality of Life. *Psychological Studies*, 67(1). <https://doi.org/10.1007/s12646-022-00652-z>.
- Gaspar, T., Gomez-Baya, D., Trindade, J. S., Botelho Guedes, F., Cerqueira, A., & de Matos, M. G. (2021). Relationship Between Family Functioning, Parents' Psychosocial Factors, and Children's Well-Being. *Journal of Family Issues*, 0 (0), 1-18. <http://doi.org/10.1177/0192513x211030722>.
- Gaspar, T., & Matos, M. G. (2008). Qualidade de vida em crianças e adolescentes: Versão portuguesa dos instrumentos KIDSCREEN-52. *Cruz Quebrada: Aventura Social e Saúde*. Retirado em <https://www.researchgate.net/publication/235929490>.
- Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: a meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of youth and adolescence*, 41(5), 650–672. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9759-6>.
- Guedes, F. G., Cerqueira, A., Gaspar, S., Gaspar, T., Moreno, C., & Matos, M. G. (2022). Family Environment and Portuguese Adolescents: Impact on Quality of Life and Well-Being. *Child Indicators Research*, 9 (2), 200-210. <https://doi.org/10.3390/children9020200>.
- Guedes, F. G., Cerqueira, A., Gaspar, S., Gaspar, T., Moreno, C., & Matos, M. G. (2023). Quality of Life and Well-Being of Adolescents in Portuguese Schools. *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s12187-023-10021-5>.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis second edition: A regression-based approach*. The Guilford Press.
- Ho, H. Y., Chen, Y. L., & Yen, C. F. (2021). Moderating Effects of Friendship and Family Support on the Association Between Bullying Victimization and Perpetration in Adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(7–8), 1-20. <https://doi.org/10.1177/0886260520985503>.
- Huang, Y., Gan, X., Jin, X., Wei, Z., Cao, Y., & Ke, H. (2023). The healthy context paradox of bullying victimization and academic adjustment among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *PLoS one*, 18(8). <http://doi.org/10.1371/journal.pone.0290452>.
- Jach, H. K., Sun, J., Loton, D., Chin, T. C., & Waters, L. E. (2018). Strengths and subjective wellbeing in adolescence: Strength-based parenting and the moderating effect of

- mindset. *Journal of Happiness Studies*, 19(2), 567-586. <http://doi.org/10.1007/s10902-016-9841-y>.
- Jackson, V., Chou, S., & Browne, K. (2015). Protective Factors Against Child Victimization in the School and Community: An Exploratory Systematic Review of Longitudinal Predictors and Interacting Variables. *Trauma, Violence, & Abuse*, 18(3), 303-321. <http://doi.org/10.1177/1524838015611675>.
- King, V., Boyd, L. M., & Pragg, B. (2017). Parent–Adolescent Closeness, Family Belonging, and Adolescent Well-Being Across Family Structures. *Journal of Family Issues*, 39(7), 2007–2036. <http://doi.org/10.1177/0192513x17739048>.
- Kleszczewska, D., Dzielska, A., Michalska, A., Branquinho, C. Gaspar, T., Matos, M. & Mazur, J. (2022). What factors do young people define as determinants of their well-being? findings from the improve the youth project. *Journal of Mother and Child*, 25, 170-177. <https://doi.org/10.34763/jmotherandchild.2021.2503SI.d-21-00031>.
- Kwan, I., Dickson, K., Richardson, M., MacDowall, W., Burchett, H., Stansfield, C., Brunton, G., Sutcliffe, K., & Thomas, J. (2020). Cyberbullying and Children and Young People's Mental Health: A Systematic Map of Systematic Reviews. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 23(2), 72–82. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0370>.
- Lan, L., & Wang, X. (2023). Socio-economic status moderates the relationship between values and subjective well-being among Chinese college students. *Current Psychology*, 52, 1-8. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04818-4>
- Looze, M. E. D., Cosma, A. P., Vollebergh, W. A. M., Duinhof, E. L., de Roos, S. A., van Dorsselaer, S., van Bon-Martens, M. J. H., Vonk, R., & Stevens, G. W. J. M. (2020). Trends over Time in Adolescent Emotional Wellbeing in the Netherlands, 2005-2017: Links with Perceived Schoolwork Pressure, Parent-Adolescent Communication and Bullying Victimization. *Journal of youth and adolescence*, 49(10), 2124–2135. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01280-4>.
- Marquez, J. (2023). Gender differences in school effects on adolescent life satisfaction: exploring cross-national variation. *Child Youth Care Forum*, 1-21. (2023). <https://doi.org/10.1007/s10566-023-09756-7>.
- Marsh, H. W., Guo, J., Parker, P. D., Pekrun, R., Basarkod, G., Dicke, T., Parada, R. H., Reeve, J., Craven, R., Ciarrochi, J., Sahdra, B. & Devine, E. K. (2023). Peer Victimization: an Integrative Review and Cross-National Test of a Tripartite Model. *Educational Psychology Review*, 35(2), 46. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09765-x>.

- Matos, M.G., & Equipa Aventura Social (2018). A Saúde dos Adolescentes após a Recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2018 ebook, (www.aventurasocial.com).
- Murphy, T. P., Laible, D., & Augustine, M. (2017). The influences of parent and peer attachment on bullying. *Journal of child and family studies*, 26(5), 1388-1397. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0663-2>.
- Lereya, S. T., Samara, M., & Wolke, D. (2013). Parenting behavior and the risk of becoming a victim and a bully/victim: A meta-analysis study. *Child abuse & neglect*, 37(12), 1091-1108. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.03.001>.
- Looze, M. E., Cosma, A. P., Vollebergh, W. A., Duinhof, E. L., De Roos, S. A., Dorselaer, S. A. F. M., Vonk, R. & Stevens, G. W. J. M. (2020). Trends over time in adolescent emotional wellbeing in the Netherlands, 2005-2017: links with perceived schoolwork pressure, parent-adolescent communication and bullying victimization. *Journal of youth and adolescence*, 49(10), 2124-2135. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01280-4>.
- Lucas-Molina, B., Perez-Albeniz, A., & Fonseca-Pedrero, E. (2018). The potential role of subjective wellbeing and gender in the relationship between bullying or cyberbullying and suicidal ideation. *Psychiatry research*, 270, 595-601. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.10.043>.
- Olweus, D. (1994). Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(7), 1171-1190. <http://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x>.
- Palomares-Ruiz, A., Oteiza-Nascimento, A., Toldos, M. P., Serrano-Marugán, I., & Martín-Babarro, J. (2018). Bullying and depression: the moderating effect of social support, rejection and victimization profile. *Anales de Psicología*, 35(1), 1–10. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.35.1.301241>.
- Pérez-Fuentes, M. D. C., Molero Jurado, M. D. M., Gázquez Linares, J. J., Oropesa Ruiz, N. F., Simón Márquez, M. D. M., & Saracosti, M. (2019). Parenting Practices, Life Satisfaction, and the Role of Self-Esteem in Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 16(20), 4045. <https://doi.org/10.3390/ijerph16204045>.
- Portt, E., Person, S., Person, B., Rawana, E., & Brownlee, K. (2020). Empathy and positive aspects of adolescent peer relationships: A scoping review. *Journal of Child and Family Studies*, 29(9), 2416–2433. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01753-x>.

- Radu, M. B. (2018). Do Students' Perceptions of Unsafe Schools and Experiences With Bullying Hinder the Effects of Family and School Social Capital in Deterring Violence? *American Behavioral Scientist*, 62(11), 1505-1524. <http://doi.org/10.1177/0002764218787004>.
- Rauer, A. J., Karney, B. R., Garvan, C. W., & Hou, W. (2008). Relationship risks in context: A cumulative risk approach to understanding relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 70(5), 1122-1135. <http://doi.org/10.2307/40056331>.
- Schacter, H. L., & Juvonen, J. (2018). Dynamic Changes in Peer Victimization and Adjustment Across Middle School: Does Friends' Victimization Alleviate Distress? *Child Development*, 18(3) 303–321. <https://doi.org/10.1177/1524838015611675>.
- Semenza, D. C. (2019). Gender Differences in the Victim–Offender Relationship for On- and Offline Youth Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(19-20), 1-22. 088626051986435. <http://doi.org/10.1177/0886260519864358>.
- Seon, Y., & Smith-Adcock, S. (2021). School belonging, self-efficacy, and meaning in life as mediators of bullying victimization and subjective well-being in adolescents. *Psychology in the Schools*, 58(9), 1753-1767. <http://doi.org/10.1002/pits.22534>.
- Shin, H. (2019). The role of perceived bullying norms in friendship dynamics: An examination of friendship selection and influence on bullying and victimization. *International Journal of Behavioral Development*, 46(5), 432,442. <http://doi.org/10.1177/0165025419868533>.
- Silva-Rocha, N., Soares, S., Brochado, S., & Fraga, S. (2020). Bullying involvement, family background, school life, and well-being feelings among adolescents. *Journal of Public Health*, 28, 481-489. <https://doi.org/10.1007/s10389-019-01076-2>.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of child psychology and psychiatry*, 49(4), 376-385. <http://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>.
- Sun, J., Jiang, Y., Wang, X., Zilioli, S., Chi, P., Chen, L., Xiao, J. & Lin, D. (2022). Cortisol reactivity as a mediator of peer victimization on child internalizing and externalizing

- problems: The role of gender differences. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 50(3), 283-294. <https://doi.org/10.1007/s10802-021-00855-4>.
- Tan, S. A., Nainee, S., & Tan, C. S. (2021). The mediating role of reciprocal filial piety in the relationship between parental autonomy support and life satisfaction among adolescents in Malaysia. *Current Psychology*, 40, 804-812. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0004-7>.
- Tomé, G., Camacho, I., Guedes, F. B., Borges, A., & Matos, M. G. de. (2019). É bom ter, ou não ter, amigos durante a adolescência? Eis a questão, sempre atual!. *Journal of Child and Adolescent Psychology*, 10(1), 85–94. Retrieved from <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2632>.
- Tomé, G., Santos, T. G. S., Branquinho, C., Oliveira, M. L., & Matos, M. G. de. (2019). A alienação social e o seu impacto no bem-estar dos adolescentes portugueses. *Revista De Psicologia Da Criança E Do Adolescente*, 10(1), 229–239. Obtido de <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2645>.
- Wu, Y. J., & Becker, M. (2023). Association between school contexts and the development of subjective well-being during adolescence: a context-sensitive longitudinal study of life satisfaction and school satisfaction. *Journal of youth and adolescence*, 52(5), 1039-1057. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01727-w>.
- Zhao, Y., Zhao, Y., Lee, Y. T., & Chen, L. (2020). Cumulative interpersonal relationship risk and resilience models for bullying victimization and depression in adolescents. *Personality and individual differences*, 155, 109706. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109706>.
- Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4–19. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>.