

## TECHNOLOGIC ADDICTION

### **Vitor Manuel Lapa Ferreira de Prego.**

Doutorando em Psicologia na Universidade de Extremadura, Badajoz (Espania). Mestre em Tecnologias de Informação pela Universidade de Liverpool.

### **Florêncio Vicente Castro.**

Catedrático de Psicologia Facultad de Educación da Universidad de Extremadura, Badajoz (Espania). Académico de la Academia Internacional de Psicología. Asesor del Foro Permanente de la Europa Social. Premio Juan Huarte de San Juan de Psicología 2010.

### **Maria Lapa Esteves.**

Pós-Doutorada pela Universidade da Extremadura, Espanha (UEX). Professora Convidada pela UEX. Doutorada em “Desenvolvimento e Intervenção Psicológica” (UEX). Mestre em “Altos Estudos de Investigação” pela UEX. Investigadora CEPESE/FCT, Membro fundador da Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapias Psicanalíticas de Lisboa (APLx), Membro da Associação Internacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia, Mayores y Discapacidad (INFAD), Psicóloga Clínica (ISPA). Mestre de Reiki. Palestrante em congressos nacionais e internacionais. Autora de vários artigos científicos publicados e da obra “Infertilidade a quanto Obrigas”.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v5.680>

*Fecha de Recepción: 19 Febrero 2014*

*Fecha de Admisión: 30 Marzo 2014*

## ABSTRACT

The natural evolution of societies presents cultural and behavioral changes that we can interpret as normal and appropriate given the disposition and ease of access to new realities. In this context also the deviant behaviors are an expected consequence of this evolution itself. Interestingly, and because arising from the acceptance or ostracism from society itself, we find behaviors that we call fashions, habits accepted, current practices or in the opposite, vices, bad habits or reprehensible practices. This article aims to demystify some of the behaviors previously accepted by society covered the qualification from end to end, quoting today as malicious and unwanted, when before they were recognized as natural, in view of the socio-cultural reality of the time. On the other hand, this article aims to introduce the concept of addiction in both behavioral extremes, being that this symptom / disease should be identified as a deviant behavior whatever its socio-cultural established connotation. The use of technology, although accepted by society, provides indicative of being able to be a strong candidate for top spots of a current and growing addictive behavior.

Keyword: Technology, Addiction, Alienation.

### RESUMO

A evolução natural das sociedades apresenta modificações culturais e comportamentais que podemos interpretar de normais e adequadas face à disposição e facilidade de acesso a novas realidades. Neste contexto também os comportamentos desviantes são uma consequência esperada desta própria evolução. Curiosamente e porque decorrem da aceitação ou ostracização da própria sociedade, deparamo-nos com comportamentos que denominamos de modas, hábitos admitidos, práticas correntes ou no oposto, vícios, maus hábitos ou práticas condenáveis. Neste artigo pretendemos desmistificar que alguns dos comportamentos outrora aceites pela sociedade percorreram a qualificação de extremo a extremo, cotando-se hoje de maléficos e indesejáveis quando foram antes reconhecidos como naturais, face à realidade sociocultural da época. Por outro lado, objetiva o presente artigo, introduzir o conceito de adição em ambos os extremos comportamentais, sendo que este sintoma/doença deverá ser identificada como comportamento desviante qualquer que seja a sua conotação sociocultural estabelecida. A utilização da tecnologia, apesar de aceite pela sociedade, apresenta indicativos de poder vir a ser um forte candidato aos lugares cimeiros dum atual e crescente comportamento aditivo.

Palavras-chave: Tecnologia, Adição, Alienação.

### INTRODUÇÃO

Este artigo faz parte da investigação desenvolvida sobre o tema da adição na Web, que pretende relacionar comportamentos adictivos decorrentes de processos de alienação adquiridos, causais ou degenerativos.

Desmistificação da adição

A evolução natural das sociedades apresenta modificações culturais e comportamentais que podemos interpretar de normais e adequadas face à disponibilidade e facilidade de acesso a novas realidades.

Neste contexto também os comportamentos desviantes são uma consequência esperada desta própria evolução.

Curiosamente e porque decorrem da aceitação ou ostracização da própria sociedade, deparamo-nos com comportamentos que denominamos de modas, hábitos admitidos, práticas correntes ou no oposto, vícios, maus hábitos ou práticas condenáveis.

A análise comportamental dos indivíduos enquanto componentes arquiteturais da sociedade requer cuidada contextualização e comparação, eliminando preconceções derivadas do *modus vivendi* coletivo.

Pretendeu-se com este estudo introdutório desmistificar que alguns dos comportamentos outrora aceites pela sociedade percorreram a qualificação de extremo a extremo, cotando-se hoje de maléficos e indesejáveis quando foram antes reconhecidos como naturais, face à realidade sociocultural da época.

Se recuarmos a uma época não muito longínqua e ainda na memória vivida ou contada pelos nossos ascendentes, podemos lembrar uma sociedade mais pobre, inculta e sem tecnologia como a que conhecemos nos dias de hoje.

Os hábitos de muitos operários e trabalhadores rurais com uma carga horária laboral intensa, recaía no final da jornada diária na visita a tabernas/bodegas onde conversavam e confraternizavam por entre a ingestão de etílicos. Alcoolizados chegavam a casa onde a esposa (doméstica) e as crianças o recebiam sem julgamento ou crítica seguindo a aceitação tácita duma sociedade machista que entendia este comportamento de normal.

Presentemente, nem a esposa, as crianças e a sociedade em geral definiriam este comportamento como normal, caracterizando-o de imediato por desviante, condenável e adictivo.

Muitos outros costumes se encontram na história recente e longínqua, como por exemplo o hábito de fumar. Inicialmente uma prática exclusivamente masculina veio a alicerçar o processo de emancipação da mulher como indicador de igualdade de direitos e comportamentos. Também hoje considerado um comportamento adictivo, que a sociedade tem vindo a ostracizar.

## **ESTADO DA ARTE**

### **Todos diferentes e todos iguais**

Como referimos anteriormente, a sociedade em geral tem um papel fundamental na definição e caracterização dos comportamentos dos seus constituintes. Os aspetos culturais, religiosos e genericamente civilizacionais de cada região no planeta, restringem, aceitam ou proíbem comportamentos que em alguns casos são completamente antagónicos e dificilmente entendíveis entre regiões.

Situando-nos na cultura ocidental, os comportamentos excessivos nas práticas desportivas/lazer (caça, pesca, futebol, corrida, caminhada, ginásio), as profissionais (*workaholics*), as intelectuais (estudo, qualificação) são aceites no seio familiar e social como decorrentes das necessidades de abstração/distração/redução do *stress* ou dos objetivos de progressão na carreira profissional.

Todos e cada um destes comportamentos, levados a extremos que comprometam o normal funcionamento do próprio e do seu relacionamento interpessoal, seja no contexto familiar ou na sua participação como elemento da sociedade, poderão ser considerados potencialmente adictivos.

### **As tecnologias e a adicção**

As tecnologias foram concebidas para permitir uma utilização massiva, abusiva e até adictiva das suas funcionalidades e capacidades.

Segundo Greenfield (2005) os variados equipamentos com acesso à Internet, disponibilizam conteúdos estimulantes, de fácil acesso, conveniência, a baixo custo, autonomia e anonimato, contribuindo para uma elevada experiência psicoactiva.

A evolução tecnológica, como outras noutros domínios, terá sempre efeitos colaterais negativos não intencionais aos objectivos da sua concepção, sendo que estes derivam essencialmente da utilização dos seus possuidores.

Para Greenfield (2005) a tecnologia é amoral porque não é boa ou má, apenas tem impacto na forma como a integramos nas nossas vidas.

Nas primeiras pesquisas realizadas ao fenómeno comportamental na Internet (Young, 1996, 1998) foi demonstrada a existência de padrões de utilização abusiva, similares aos identificados em jogadores compulsivos.

A partir desta identificação de padrões comportamentais conhecidos, foi possível inferir que a própria Internet se tornou geradora de um padrão compulsivo, assim como potenciadora de um comportamento compulsivo preexistente.

O estudo realizado por Ayas (2013) à adicção na Internet, revelou nos inquiridos valores significativos de preexistência de depressão e de solidão como origem desse mesmo comportamento compulsivo.

## **CONCLUÇÕES**

O desenvolvimento das sociedades traduz-se determinadamente no progresso e evolução social, cultural, educacional, tecnológica e comportamental.

Com todas estas mudanças, temos naturalmente que integrar e adequar a nossa vivência às novas realidades.

A existência de comportamentos que caracterizamos de desviantes, conhecidos ou decorrentes do processo evolutivo, serão sempre objecto de estudo e passíveis de intervenção por parte dos profissionais competentes.

## TECHNOLOGIC ADDICTION

Podemos concluir através da adição na Internet e na tecnologia em geral, que dadas as suas características de usabilidade estamos perante uma espiral potenciadora de comportamentos compulsivos preexistentes ou gerados.

### BIBLIOGRAFIA

- Ayas, T., & Horzum, M. B. (2013). Relation between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education*, 133(3).
- Mancilla, Á. A. N., & Jaimes, G. E. R. (2007). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 36 (4), 691-700.
- Greenfield, D. N. (1999). Virtual addiction: Sometimes new technology can create new problems. Retrieved September, 28, 2005.
- Young, K. S. (1998). Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction—and a winning strategy for recovery. John Wiley & Sons.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1 (1), 25-28.