



Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

CONFORME SOLICITAÇÃO DO AUTOR, ESTE TRABALHO
POSSUI CONFIDENCIALIDADE
ATÉ 16/07/2025

*ACCORDING TO AUTHOR'S REQUEST, THIS WORK HAS
CONFIDENTIALITY UNTIL 16/07/2025*

Para informações, contate-nos através do e-mail biblioteca.central@pucrs.br

For information, contact us: biblioteca.central@pucrs.br

PORTO ALEGRE, BRASIL
2020

ESCOLA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE E DA VIDA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

AMANDA GOMES FERREIRA BORGES FORTES

**RELAÇÕES ENTRE USO DE SMARTPHONES, REGULAÇÃO EMOCIONAL
E BEM-ESTAR**

Porto Alegre

2020

PÓS-GRADUAÇÃO - *STRICTO SENSU*



Pontifícia Universidade Católica
do Rio Grande do Sul

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL

ESCOLA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE E DA VIDA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

AMANDA GOMES FERREIRA BORGES FORTES

**RELAÇÕES ENTRE USO DE SMARTPHONES, REGULAÇÃO EMOCIONAL
E BEM-ESTAR**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Psicologia.

ORIENTADORA: Profa. Dra. Carolina Saraiva de Macedo Lisboa

Porto Alegre

2020

AMANDA GOMES FERREIRA BORGES FORTES

**RELAÇÕES ENTRE USO DE SMARTPHONES, REGULAÇÃO EMOCIONAL
E BEM-ESTAR**

COMISSÃO EXAMINADORA:

PROF^a. DRA. CAROLINA SARAIVA DE MACEDO LISBOA – PUCRS

PROF. DR. RICARDO WAINER – PUCRS

PROF^a. DRA. JANAÍNA PACHECO – UFCSPA

PROF^a. DRA. ILANA ANDRETTA – UNISINOS

Porto Alegre

2020

Ficha Catalográfica

F738r Fortes, Amanda Borges

Relações entre o uso de smartphones, regulação emocional e bem-estar / Amanda Borges Fortes . – 2020.

116 p.

Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, PUCRS.

Orientadora: Profa. Dra. Carolina Saraiva de Macedo Lisboa.

1. Uso de Smartphones. 2. Regulação Emocional. 3. Bem-Estar. I. Lisboa, Carolina Saraiva de Macedo. II. Título.