

REDES SOCIAIS E OS IMPACTOS NA SUBJETIVIDADE DOS ADOLESCENTES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Julia Kayná Callegario, Elaine Cristina Gardinal Pizato, icallegariocv@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

O uso das redes sociais vem se tornando tema importante no cenário atual, justamente porque hoje as pessoas podem ter acesso a quase tudo, trocar informações, fotos, vídeos, áudio e dividir integralmente sua vida pela internet, permitindo que os outros acessem, sem restrição alguma. As redes sociais permitiram criar realidades diferentes e sobretudo impactar na identidade, uma vez que vem carregada de referências. Por meio de uma revisão bibliográfica buscou-se analisar o impacto das redes sociais no cotidiano dos adolescentes e quais os sinais para identificar problemáticas advindas do uso excessivo. Ainda se propõe a atentar a necessidade dos pais, professores e psicólogos estarem atentos ao uso dessas tecnologias. A pesquisa foi limitada à análise especialmente ao público adolescente por tratar-se de uma fase transitória da vida, podendo corroborar para questões importantes do desenvolvimento. Também serão investigadas as questões decorrentes da dependência gerada por esses meios de comunicação. O estudo analisa ainda a relação entre a cultura imediatista e o uso das redes sociais, levando em conta a rapidez com que as informações podem ser acessadas.

2 METODOLOGIA

O objeto de estudo da pesquisa são as redes sociais, de modo a explicitar questões problemáticas do uso excessivo, bem como refletir a respeito dos impactos na identidade dos adolescentes, como também no desenvolvimento e nas relações, a análise foi focada nos adolescentes atualmente, uma vez que esses indivíduos nasceram em um período onde a internet já era de fácil acesso. A pesquisa foi elaborada por meio de uma revisão bibliográfica, com base em investigações feitas nas bases de dados como Google Acadêmico, SciELO, PEPSIC e em livros, utilizando palavras-chave como: redes sociais - adolescência, uso abusivo das redes sociais, mídias sociais e mídias sociais na adolescência. Além dos livros, foram consultados 12 documentos.

Utilizou-se da análise qualitativa, uma vez que o estudo se encarregou de pesquisar sobre impactos empíricos e subjetivos nos adolescentes, logo não foram feitas conclusões ou afirmações, apenas reflexões embasadas no que já diz a literatura.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao discutir sobre os adolescentes, é crucial reconhecer a flexibilidade mental que estes têm em relação aos fatores que moldam sua identidade. Essa característica os torna mais suscetíveis ao envolvimento com o mundo virtual, permitindo que experimentem diferentes papéis em interações com diversos grupos. Estudos realizados para essa pesquisa indicaram que o uso constante de redes sociais pode alterar a percepção da realidade, criando contextos subjetivos que pertencem a determinados grupos sociais (Dias et al., 2019). O uso excessivo dessas plataformas pode acarretar sérios problemas, como isolamento social, ansiedade, depressão, *cyberbullying* e, em casos extremos, até suicídio. A busca constante por validação nas redes sociais pode fragilizar a saúde mental dos adolescentes, dificultando a construção de relações saudáveis, tanto no ambiente virtual quanto no real (Lemos et al., 2021).

Dias et al. (2019) também ressalta os perigos relacionados aos conteúdos nocivos que os jovens encontram online, além de referências de conduta que podem influenciar negativamente no comportamento desses jovens. O ambiente virtual se tornou uma preocupação crescente para responsáveis e educadores, pois é difícil controlar o que é acessado. Essa facilidade de acesso a conteúdos prejudiciais pode levar os jovens a comportamentos de risco, como tentativas de suicídio, gerando um debate sobre o uso das redes sociais nesta fase da vida. Ainda, Oliveira (2017) argumenta que a relação dos adolescentes com o tempo impacta diretamente a formação da identidade, o imediatismo, comum nessa fase, é acentuado no contexto digital, o que pode levar à perda do vínculo com a realidade, confundindo o que é visto nas redes sociais com experiências reais ou possíveis de serem vividas.

A era digital trouxe mudanças significativas nas interações humanas, transformando as formas de se relacionar. Lima et al. (2012) destacam que as tecnologias da informação e comunicação podem ter efeitos contraditórios. Embora promovam a liberdade de expressão, também podem distanciar os jovens de valores tradicionais e reforçar desigualdades sociais. Nesse contexto, a diversidade de valores e interesses

presentes na sociedade se reflete no ambiente virtual, que adota uma linguagem própria e muda sua lógica.

Souza e Cunha (2019) discutem os impactos negativos do uso excessivo das mídias sociais na saúde mental de jovens e adolescentes. Os problemas podem variar desde questões físicas, até transtornos psicológicos graves, incluindo depressão e transtornos de ansiedade. Esses sintomas podem indicar uma dependência digital crescente. Os adolescentes de hoje, já nascidos na era digital, têm acesso constante às tecnologias, o que facilita a comunicação, mas também pode resultar em dependência. É essencial abordar as questões relacionadas ao *cyberbullying*, que ocorrem por meio de mensagens e a exposição excessiva dos jovens, criando uma imagem fantasiosa que não corresponde à sua realidade. As preocupações vão além do bem-estar físico, atingindo também a saúde mental, com evidências de aumento de transtornos mentais. Freitas et al. (2021) ressaltam a busca dos jovens por auto expressão através de fotos e postagens, moldando uma identidade que muitas vezes é construída para os outros.

A exposição virtual nas redes sociais é um meio para os adolescentes de ampliarem interações e influenciarem sua autoimagem e decisões. A sexualidade e uso de drogas são discutidos tanto presencialmente quanto online, onde buscam aceitação e pertencimento (Lemos *et al.*, 2021). Isso destaca a necessidade da atenção familiar e educativa em um ambiente com exposição virtual constante (Araújo *et al.*, 2010). Terroso e Argimon (2016) afirmam que, embora o ambiente online possa desenvolver comportamentos afetivos, ele também pode limitar as interações face a face, resultando em relações muitas vezes superficiais. Fecchio e Santos (2016) observam que os jovens utilizam as mídias sociais como "confessionários eletrônicos", compartilhando aspectos íntimos de suas vidas e buscando validação social, o que molda suas relações de forma fútil e consumista. As fotos são uma forma central de auto expressão, permitindo que os jovens construam e apresentem suas identidades. Debord (1997) discute a "Sociedade do Espetáculo", onde descreve a realidade de forma superficial, onde as imagens distorcem a essência e impulsionam a manutenção do capitalismo e a necessidade de consumo e exposição. Pierre Lévy (1997) reflete sobre o impacto das tecnologias, ressaltando que a expansão do ciberespaço não assegura avanço intelectual, mas pode levar a isolamento e sobrecarga cognitiva, além de propagar conteúdos rasos e conformistas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso das redes sociais oferece tanto oportunidades de comunicação quanto questões significativas para o desenvolvimento dos jovens. De um lado, essas plataformas permitem o acesso e expressão de identidades diversas. Por outro lado, a exposição constante a conteúdos nocivos, desinformação e a cultura do imediatismo podem resultar em efeitos negativos, como distorções da realidade, problemas de saúde mental e dificuldades na formação de uma identidade sólida. A análise das pesquisas e teorias mostra que, embora as redes sociais possam ser um meio de expressão e comunicação, elas também apresentam riscos relacionados ao vício, à desinformação e aos impactos na saúde mental.

Este estudo analisou os impactos das redes sociais no cotidiano dos adolescentes e identificou sinais de problemas associados ao uso excessivo. As hipóteses levantadas na introdução foram confirmadas: o uso constante e descontrolado pode levar a vícios, dificuldades de socialização, irritabilidade, problemas cognitivos e, principalmente, à perda de subjetividade. O excesso de referências resulta na dificuldade em tomar decisões. A problemática surge quando essas referências se mostram inalcançáveis, gerando frustração em quem consome esse conteúdo, cria-se uma frustração programada. Ao consumir determinado conteúdo, o adolescente sente insatisfação e busca outras referências que pareçam mais acessíveis à sua realidade.

É fundamental discutir tais questões para garantir a segurança e a saúde dos adolescentes, uma vez que estão vulneráveis a diversos problemas relacionados ao uso das redes, como a perda de habilidades sociais e a capacidade de decisão, além do cyberbullying, que impacta na saúde mental e contribui para transtornos de ansiedade e de humor. Além disso, o debate se torna necessário, pois a Psicologia atua predominantemente com o público adolescente, especialmente nas escolas. Assim, é fundamental que os psicólogos compreendam o mundo virtual e as linguagens que utilizam. Os dados apresentados nas pesquisas que abordam as problemáticas associadas ao uso excessivo, mas muitas se concentram em questões de desenvolvimento, como habilidades sociais e fatores biológicos, deixando a subjetividade menos explorada. É importante que essas discussões continuem, para que responsáveis e profissionais de saúde possam intervir e propor formas de controlar

essa influência. Isso é essencial, pois, nessa fase transitória, esses problemas podem impactar significativamente ações, valores e a consolidação da identidade, contribuindo para conflitos futuros na vida adulta.

REFERÊNCIAS

DIAS, C. V.; LIMA, N. L.; VIOLA, D. T. D.; KELLES, N. F.; GOMES, P. F.; SILVA, C. R. Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem? **Psicologia: Ciência e Profissão**. Minas Gerais, n. 39, p. 1-15, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/8W8S8XfkQWCmYNTTrjCvwQkg/?lang=pt#> Acesso em 16 set. 2024.

FECCHIO, T. T.; SANTOS J. R. O. Impactos psicossociais decorrentes do uso excessivo das mídias sociais: Uma análise a partir da teoria de Bauman. **Revista Uningá Review**. Paraná, v. 25, n. 1, p. 117-123, jan./mar. 2016. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1730> Acesso em: 16 set. 2024.

FREITAS, R. J. M.; OLIVEIRA, T. N. C.; MELO, J. A. L.; SILVA, J. V.; MELO, K. C. O.; FERNANDES, S. F. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Revista electrónica de Enfermería: Enfermería Global**, Espanha, v. 64, p. 338-351, out. 2021

LEMOS, S. C. A.; GEHELE, H. H. L.; ANDRADE, J. V. Percepção dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Revista electrónica de Enfermería: Enfermería Global**, Espanha, v. 20, n.64, p. 338-351, 2021. Disponível em: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000400324&lng=pt&tlng=pt Acesso em 17 set. 2024.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34, 2009.

OLIVEIRA, E. S. G. Adolescência, internet e tempo: desafios para a Educação. **Educar em Revista**, Curitiba, n. 64, p. 283-298, abr./jun. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/WkqCN3gwJqjwccLdf4wxKjj/?lang=pt#> Acesso em: 17 set. 2024.

SOUZA, K.; CUNHA, M. X. C. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: Uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, Alagoas, v. 4, n. 3, p. 204-217, 2019. Disponível em: <https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156> Acesso em: 17 set. 2024.

TERROSO, L. B.; ARGIMON, I. I. L. Dependência de internet e habilidades sociais em adolescentes. **Estudos de Pesquisa em Psicologia**. Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812016000100012 Acesso em 16 set. 2024.