

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ANDRÉIA GOMES MARTINS

**A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA DO
PÚBLICO ADOLESCENTE**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

ANDRÉIA GOMES MARTINS

**A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA DO
PÚBLICO ADOLESCENTE**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Profa. Dra. Flaviane Cristine Troglio da Silva

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

ANDRÉIA GOMES MARTINS

**A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA DO
PÚBLICO ADOLESCENTE**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 26/06/2023

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Profa. Dra. Flaviane Cristine Troglia da Silva

Membro: Profa. Esp. Nadya Ravela Siebra de Brito Saraiva/UNILEÃO

Membro: Profa. Esp. Nadyelle Diniz Gino/ UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA DO PÚBLICO ADOLESCENTE

Andréia Gomes Martins¹
Flaviane Cristine Troglio da Silva²

RESUMO

A pesquisa desenvolvida tem como direcionamento o público adolescente, evidenciando a busca pela autoestima por intermédio das redes sociais, considerando que o meio digital pode desencadear problemas diversos em relação as expectativas que se criam e as respostas do meio que nem sempre atendem ao que se espera. O público adolescente tem buscado cada vez mais a utilização das redes sociais como uma forma de ampliar a visão de si, dinamizando a construção das relações sociais e da sua vivência. Entretanto, acaba sendo um fator agravante para a forma como o sujeito se vê em relação aos demais, o que compromete a autoestima e pode desencadear fatores diversos, como alterações no comportamento e comprometimento da sua saúde mental. Tem-se como objetivo geral descrever as influências das interações nas redes sociais na construção da autoestima do público adolescente. A coleta de dados se deu mediante pesquisa bibliográfica, analisando as publicações que envolvem o tema em estudo, possibilitando a compreensão quanto aos aspectos que envolvem as relações em torno da construção da autoestima do público adolescente por intermédio das influências digitais, através das publicações nas redes sociais. Os resultados apontam que a forma como o público adolescente reage aos conteúdos digitais pode se dar tanto de forma positiva como negativa, oferecendo riscos em relação a sua autoestima, prejudicando a sua vivência em termos psicológicos e sociais.

Palavras-chave: Redes sociais. Adolescência. Autoestima.

ABSTRACT

The research developed is aimed at the adolescent public, highlighting the search for self-esteem through social networks, considering that the digital environment can trigger different problems in relation to the expectations that are created and the responses of the environment that do not always meet what is expected. The adolescent public has increasingly sought the use of social networks as a way to broaden their view of themselves, streamlining the construction of social relationships and their experience. However, it ends up being an aggravating factor for the way the subject sees himself in relation to others, which compromises self-esteem and can trigger several factors, such as changes in behavior and impairment of his mental health. The general objective is to describe the influences of interactions on social networks in the construction of self-esteem in the adolescent public. Data collection took place through bibliographical research, analyzing the publications that involve the subject under study, enabling the understanding of the aspects that involve the relationships around the construction of the adolescent public's self-esteem through digital influences, through publications on social networks. social. The results indicate that the way in which the adolescent public reacts to digital content can be both positive and negative, offering risks in relation to their self-esteem, harming their experience in psychological and social terms.

Keywords: Social networks. Adolescence. Self esteem.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: deinhaggmartins@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: flaviane@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Vivemos em uma sociedade cada vez mais globalizada, marcada pela influência da mídia e das redes sociais. Nesse cenário, a autoestima do público adolescente tem sido algo de ampla repercussão, considerando o hábito, bem como uma suposta “necessidade” de ser “visto” no meio social através das publicações nas redes sociais. O que se percebe, é uma sociedade cada vez mais alienada em decorrência da imagem que se objetiva construir no meio digital (FAGUNDES, 2019).

É na fase da adolescência que ocorre com maior predominância a inserção da inclusão em um determinado grupo, e nesse contexto a internet atua como um meio propulsor para que os jovens busquem integrar-se em um meio cultural, realizando novas descobertas e buscando o seu espaço por meio da utilização das redes sociais (GUIMARÃES, ALEIXO, 2020, p. 1).

Segundo Almeida (2018), com o aumento de forma exponencial em relação ao quantitativo de informações que são geradas no meio digital, bem como a crescente necessidade de compartilhamentos que ocorre de forma aliada as expectativas do público usuário que visam maior acessibilidade e a democratização dos conteúdos através da internet, criaram-se plataformas de interação, as denominadas redes sociais que tem grande apreciação por parte do público adolescente na atualidade.

Nesse cenário de tecnologia e informação, a busca pela interação digital e assim maior visibilidade social entre o público adolescente tem crescido consideravelmente nos últimos anos, influenciando de forma direta para a construção da autoestima e a busca pela inserção em uma sociedade específica, com valores próprios que são construídos a partir da imagem que se cria em relação a postura que se adota nas redes sociais (GUIMARÃES, ALEIXO, 2020).

Desse modo, com base nas informações iniciais, pode-se perceber que o uso excessivo das redes sociais pode trazer prejuízos para a forma de pensar e agir dos adolescentes, uma vez que estes passam a agir de forma influente pelas informações que absorvem através de suas postagens e do público que realiza algum tipo de manifestação, como comentário, curtida ou compartilhamento (ALMEIDA, 2018).

De acordo com Guimarães e Aleixo (2020, p. 7), “todo indivíduo que ao acessar as redes, pode ser influenciado em sua construção de sujeito”. Nessa compreensão, o acesso ao meio digital traz consigo fortes influências no que diz respeito a construção da autoestima do sujeito, principalmente na adolescência, fase em que as descobertas são constantes e onde se

prioriza a visibilidade social, o ideal de uma imagem sempre positiva nessa chamada ‘sociedade de rede’.

Fonseca et al (2018) enfatiza que o fato de estar constantemente conectado as redes sociais pode trazer prejuízos para a vida do sujeito, influenciando de forma negativa em sua rotina. No caso dos adolescentes, é comum que estes se tornem vulneráveis por conta da falta do contato físico, excluindo-se assim qualquer tipo de afeto real, podendo desencadear problemas de ansiedade, isolamento e depressão.

Em concordância com o exposto, Nobre e Moreira (2021, p. 287) destacam que “a internet, por meio de uma gama de conteúdos imagéticos e textuais, oferece diversos roteiros virtuais como convite para o exercício da fantasia”. Assim, cria-se uma forma muito severa no sentido de haver uma cobrança quanto a construção da identidade do adolescente por meio dessa relação digital, onde existem padrões idealizados, o que pode ser prejudicial na forma como esse jovem se vê, bem como na sua vivência familiar e social.

Frente ao contexto apresentado, a pesquisa justifica-se mediante a necessidade de aprofundar as discussões em relação ao tema, ampliando a percepção quanto as influências que as redes sociais exercem no pensamento e na forma de agir dos adolescentes, contribuindo de forma significativa para a construção da autoestima desse público.

A análise se dá em meio a relevância do tema em termos sociais e acadêmicos, considerando a importância da temática para a formação na área, uma vez que aborda aspectos psicológicos e sociais da formação do pensamento humano em relação a imagem que se constrói por meio das redes sociais.

A escolha das redes sociais como propulsoras para a pesquisa, se dá mediante o fato de serem muito utilizadas pelos adolescentes, o que contribui de forma direta para a construção dos aspectos relacionados ao modo como estes se veem e como querem ser vistos no meio social, sendo um fator relevante para a concepção de autoestima pelo referido público.

Diante dessa perspectiva, surge a seguinte problemática: de que modo as redes sociais influenciam na construção da autoestima do público adolescente? O questionamento parte da utilização cada vez maior dessas redes sociais e as influências que estas tem causado para a percepção que se tem em relação a autoestima e a motivação pessoal através das interações digitais.

Para ampliar a percepção em relação ao tema proposto, tem-se como objetivo geral descrever as influências das interações nas redes sociais na construção da autoestima do público

adolescente. Para isso, pretende-se, com os objetivos específicos, conceituar as redes sociais mediante a influência que exercem no comportamento humano; evidenciar os aspectos que envolvem a fase de desenvolvimento da adolescência; compreender de que forma o acesso as redes sociais influenciam na percepção da autoestima do público adolescente.

Para uma melhor contextualização do tema proposto, a análise se desenvolve em três capítulos, evidenciando uma relação direta entre o público adolescente e as influências das redes sociais na sua concepção de autoestima. O primeiro capítulo, traz uma abordagem quanto aos aspectos gerais das redes sociais e suas inferências no comportamento humano, enquanto que o segundo ponto aborda as concepções de adolescência, com ênfase para os traços e características específicas dessa fase, e por fim, o terceiro capítulo faz um link entre as redes sociais com a postura adolescente mediante a construção da autoestima por meio das interações digitais.

2 METODOLOGIA

A pesquisa em questão classifica-se como exploratória, pois busca-se uma maior ampliação quanto aos conceitos que envolvem o tema em estudo e sua relação com o contexto atual. Conforme Silveira e Gerhardt (2009, p. 35), “este tipo de pesquisa tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses”.

A coleta de dados dá-se por meio de revisão bibliográfica, analisando as publicações que envolvem o tema em estudo. De acordo com Oliveira (2011, p. 40), a “pesquisa bibliográfica, considerada uma fonte de coleta de dados secundária, pode ser definida como: contribuições culturais ou científicas realizadas no passado sobre um determinado assunto, tema ou problema que possa ser estudado”.

A pesquisa tem como base publicações que ampliem a compreensão sobre o tema. A base de dados da pesquisa se deu mediante as plataformas Scielo e Google Acadêmico, buscando referenciais voltados para o tema em análise tendo como direcionamento os descritores: “*redes sociais, adolescência, autoestima*”.

Foram selecionados 20 artigos para a realização de fichamento e assim ampliar a compreensão sobre o tema em estudo. Buscou-se priorizar o contexto quanto a influência que

as redes sociais exercem no comportamento humano e principalmente no que diz respeito a construção da autoestima do público adolescente, podendo ser um fator negativo quanto aos aspectos psicológicos, sociais e emocionais que comprometem as relações e a vivência. Destes, 15 contemplaram melhor a fundamentação teórica para a construção do artigo, possibilitando uma maior aproximação com a temática proposta. Os critérios de inclusão foram a relação entre os temas adolescência e redes sociais, priorizando as contribuições quanto à forma de agir e pensar do referido público, excluindo-se as pesquisas que não tratavam de forma clara a temática proposta e que estavam fora do período de tempo estabelecido, publicações dos últimos 15 anos.

Trata-se de uma pesquisa com abordagem qualitativa, analisando as possibilidades que envolvem as relações em torno da construção da autoestima do público adolescente por intermédio das influências digitais, através das publicações nas redes sociais. Segundo Deslandes e Gomes (2010, p. 21), “a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se ocupa, nas Ciências Sociais, com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado”. Assim, se faz necessária essa aproximação entre o pesquisador e o tema de estudo para uma melhor compreensão e ampliação do conhecimento.

Acredita-se que, por meio da pesquisa desenvolvida, seja possível ampliar a percepção quanto as influências que as redes sociais exercem na forma de pensar e agir do público adolescente, contribuindo de forma direta para a consolidação dos aspectos relacionados a sua vivência social e a construção da autoestima.

3 REDES SOCIAIS: IMPLICAÇÕES QUANTO AO COMPORTAMENTO HUMANO

A redes sociais constituem uma abertura para um amplo processo de socialização, compreendendo uma esfera onde as valências se dão de forma positiva ou negativa. É por meio da utilização das redes sociais que o sujeito encontra um mecanismo de voz ativa, facilitado as relações. Entretanto, muitas pessoas têm se utilizado das redes sociais sem a devida preocupação, utilizando-se da imagem para compor uma rede de interações, o que repercute em aspectos que podem influenciar na construção do comportamento humano (SILVA, 2017).

A era da informação trouxe consigo uma explosão de sons, imagens e de expressões produzidas pelas mídias. As influências dos meios digitais estão por toda a parte, influenciando

no comportamento do ser humano, desde o consumismo, as abordagens que envolvem o pensar e o agir.

É preciso considerar que:

A internet tem sido utilizada além do seu benefício, por ser muito funcional e rápida. A dependência da internet tem causado um prejuízo e incapacidade de controle dos próprios usuários que acessam, estes são os que apresentaram um conjunto de sintomas, principalmente por não terem controle das horas conectadas, tais como: agitação psicomotora, ansiedade, prejuízos de bem-estar como isolamento, problemas de relacionamentos familiares, déficits nas habilidades sociais, dentre outros (SANTOS, SILVA, 2018, p. 15).

Conforme Castells (2017), a internet não é apenas uma simples tecnologia, mas um meio amplo de comunicação que tem estabelecido um papel fundamental nas relações sociais, o que favoreceu para o surgimento de grupos sociais específicos, com interesses distintos, transformando o modo como as pessoas interagem, ampliando a visão de mundo e alterando o nível de percepção de cada um em relação a si e ao outro.

Assim, pode-se destacar que:

Ligado cada vez mais ao cotidiano, por meio do seu discurso apoiado em uma linguagem audiovisual que se relaciona com os sons, as imagens e as palavras, os veículos de informações “mídia” nos conduzem a informações, ludibriam o nosso imaginário e arquitetam uma interpretação do mundo. O que as mídias propiciam, é um grande mosaico sem estrutura lógica aparente, combinado de informações incoerentes, em geral descontextualizadas e recebidas por cada ser, não instaurando, portanto, um verdadeiro processo de comunicação (BETTI, 2016, p. 12).

Considerando o exposto, é possível analisar que as mídias exercem uma influência cada vez mais forte em relação ao comportamento humano, tendo como propósito alcançar um número cada vez maior de pessoas e dessa forma implantar ideais e valores que foram construídos por alguém com uma finalidade específica, onde as redes sociais passam a ser meramente um canal de transmissão e uma ferramenta de persuasão (BETTI, 2016).

Desse modo, a finalidade das mídias acaba por se traduzir de forma superficial, constituindo uma cultura do efêmero, de algo breve e descontínuo. De acordo com Santaella (2016), há na verdade, uma rede interligada entre os canais de comunicação, uma vez que, o que se percebe, é um mecanismo único de divulgação com finalidades prontas, visando o alcance de metas pré-estabelecidas, utilizando das mais variadas formas para o alcance de um público específico.

Em síntese, considerando os impactos das redes sociais no comportamento humano, pode-se destacar que:

Muitos estímulos externos promovem o desvinculo interno levando a uma desconexão interna do próprio indivíduo, e como consequência à vivência numa luta agressiva e exigente face às expectativas dos outros, conduzindo a uma intensiva democratização da “perfeição”, aceite pelos cibernautas e os seus digital influencers (SILVA, 2017, p. 2).

Com base nos aspectos pontuados, o que se percebe é que quando se recebe uma certa quantidade de estímulos externos, por meio de vídeos, fotografias e demais informações de outras pessoas, acaba-se por criar constructos sociais que irão definir o que julgamos certo ou errado. “Estes constructos regem os nossos comportamentos sociais porque temos tendência a replicá-los, e desvinculamo-nos do nosso verdadeiro ‘self’” (SILVA, 2017, p. 2).

Tem se buscado cada vez mais a validação externa pessoal por meio da intensa participação nas redes sociais, de forma que as pessoas se utilizam das redes sociais com maior frequência para que suas publicações atinjam um público sempre maior de seguidores e de opiniões (SANTAELLA, 2016).

Entretanto, considerando as influências da utilização das redes sociais na construção dos aspectos que compõem o comportamento humano, nessa linha de pensamento que se espera a aceitação do meio externo, “verifica-se a diminuição da autoestima, aumento de ansiedade e da insatisfação. São estas as principais implicações no indivíduo, que posteriormente refletem outros comportamentos mais extremistas, como o distanciamento social” (SILVA, 2017, p. 3).

A considerar as mudanças no comportamento humano em decorrência do uso excessivo das redes sociais, alguns critérios puderam ser diagnosticados, tendo em vista a dependência digital, a citar:

Dependência para com as redes/internet, sendo elas: preocupação intensa com a internet; necessidade de maior tempo conectado; grande esforço para diminuir o tempo de utilização sem ter sucesso; presença de depressão e/ou irritabilidade com a abstinência; quando a utilização se torna forma de regulação emocional, onde sua restrição causa labilidade emocional; permanecer conectado mais tempo que o programado; prejuízo no trabalho e relações sociais e; mentiras associadas com a quantidade do uso e tempo dedicados na internet (SANTOS, SILVA, 2018, p. 18).

Em concordância com os aspectos pontuados, tendo em vista a ampliação das interações do público adolescente por meio das ferramentas digitais, Barros, Carmo e Silva (2020, p. 2), pontuam que “as redes sociais não se limitam mais ao relacionamento, mas também

como fonte de pesquisa e notícias, tendo como atributos a interatividade e participação”. Desse modo, é preciso que os usuários desse mundo tecnológico busquem traduzir o que há de positivo nessa relação digital, considerando o acesso à informação enquanto possibilidade de ampliar a sua vivência social de maneira equilibrada.

Santos e Silva (2018, p. 20) pontuam que “a utilização da tecnologia de forma indiscriminada, provoca o desequilíbrio cognitivo do indivíduo, potencializando transtornos de atenção, transtornos obsessivos, ansiedade, problemas com a linguagem e comunicação, afetando o aprendizado”. Nessa compreensão, é necessário saber até que ponto as redes sociais podem trazer benefícios para o sujeito no que diz respeito a sua vivência, considerando os aspectos sociais, psicológicos e emocionais.

Azevedo et al. (2014, p. 31), consideram que “a dependência excessiva da internet tem se caracterizado com uma inabilidade que o sujeito possui para reprimir, ou conseguir controlar, impulsos, não conseguindo controlar também o tempo de uso das redes sociais”. Nessa dimensão, a dependência da internet acaba por se correlacionar com problemas psicossociais, mudanças quanto as interações, e a forma de pensar e agir, sendo um fator que pode desencadear certos distúrbios e problemas relacionados a autoestima.

Dessa forma, conforme Silva (2017), é preciso que haja maior precaução em relação a utilização das redes sociais enquanto uma forma de aceitação e inserção no meio social, uma vez que tais ferramentas colocam em um posicionamento de julgamentos que podem se dar de forma positiva ou negativa e assim acometer a uma série de problemáticas que influenciam de forma direta na construção do comportamento humano.

4 ADOLESCÊNCIA E A CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE

A adolescência, na concepção de Freitas (2013), é uma fase que faz parte do desenvolvimento humano e que se localiza entre a infância e a fase adulta. Durante esse período, o lado emocional fica muito confuso, havendo oscilações de sentimentos como ódio e amor, buscando identificar-se.

Na adolescência, pode-se perceber uma mudança repentina de comportamento, característico mediante fatores biológicos, psicológicos e sociais inerentes a essa fase de vida. Muitos são os questionamentos que surgem na cabeça dos jovens. É nessa fase que esse público

busca se inserir em um determinado grupo social, utilizando-se das redes sociais, na tentativa de criar uma imagem positiva de si (CARVALHO, 2016).

O conceito de adolescência nasce a partir das reflexões que giram em torno dos aspectos singulares da fase que intermedia a infância a idade adulta. Etimologicamente o termo adolescência tem sua origem na língua latina, de acordo com Carvalho (2016, p. 07), a “adolescência é uma palavra que deriva de ‘*adolescere*’ do latim, e significa crescer, engrossar, tornar-se maior, atingir a maioridade, retratando o que ocorre neste período do ciclo vital humano”. Com base nisso, pode-se dizer que a adolescência é uma fase da vida caracterizada pelas descobertas, pela relevância na curiosidade e pelo impulso.

Peres (2018, p. 62) analisando o conceito de adolescência afirma:

A "adolescência" é descrita como uma fase do desenvolvimento humano, pela qual todos passam, e que corresponde à fase de transição entre a infância e a idade adulta, ocorrendo na segunda década da vida (entre os dez e os vinte anos de idade); caracteriza-se por transformações biológicas, ligadas à puberdade, que transcendem às esferas psicológica e social em direção à maturidade bio-psico-social; constitui um período "crítico," crucial na vida dos indivíduos, por se tratar de momento de definições de "identidade" - sexual, profissional, de valores, etc -, que gera "crises" que beiram ao patológico, chegando a merecer, por parte de determinados autores da área da "psi", a caracterização de um quadro "típico" da adolescência, como inerente a ela, conhecido como "síndrome da adolescência normal".

Nesse sentido, é preciso considerar a adolescência em meio as inúmeras alterações que envolvem a vida do sujeito, tanto em aspectos físicos, como no contexto psicológico e social, evidenciando as transformações e as influências para a construção do seu comportamento.

Em concordância, Freitas, (2013, p. 32), cita que “a fase da adolescência se constitui num período de transformações físicas e emocionais, sendo considerada desta forma, como um momento de inúmeros conflitos e de crises”.

Conforme Maldonado (2016), as mudanças ocorridas na adolescência deixam para trás a fase de criança e abre espaço para características próprias, implicando na construção de uma identidade totalmente nova que aos poucos vai se formando na esfera consciente do indivíduo. O adolescente passa a construir suas próprias escolhas, defender seus ideais e assim encontrar o seu lugar na sociedade em que está inserido.

Nesse período, é comum que os jovens busquem a construção da sua identidade, o seu lugar no mundo. Surge o desejo de novas experiências e de se posicionar em diferentes

situações. Consideram, portanto, de imensa importância que a autoestima seja um aspecto sempre em alta, o que lhes possibilita a construção efetiva do autoconceito (PERES, 2018).

Dessa forma, considerando a formação de personalidade, torna-se propícia a ocorrência de ações confusas pelos jovens que podem desencadear em uma série de questionamentos. Estes querem saber quem realmente são e o seu papel no contexto em que estão inseridos. Em meios a estes conflitos organizados pela mente, formam-se suas atitudes, valores e as redes sociais podem influenciar de forma direta nesse processo de construções (ANDRADE, BOSI, 2013).

Nessa fase de intensas modificações, é comum o adolescente construir uma imagem de si em relação ao seu meio e as suas vivências, com ênfase nas características psicológicas e sociais que envolvem a adolescência, construindo assim a sua autoestima e relacionando com as particularidades dessa fase e de suas transformações (SILVA JR, 2014).

Assim, pontuar a adolescência mediante os aspectos em torno da autoestima, autoconceito e a formação da identidade envolve uma série de fatores em torno das mudanças características dessa fase, bem como as vivências sociais de cada indivíduo, aspectos estes que tem sido fortemente influenciado pela interação nas redes sociais.

Silva Jr. (2014, p. 12) traz que “O adolescente é ser de construção social contemporânea, que constitui a probabilidade da emergência de subjetividade de inovações de apontadores padrões identitários”, por possuir características próprias e peculiares, pode-se definir a adolescência nos seguintes termos:

A adolescência é sempre um período de transição, no qual os jovens desenvolvem suas capacidades experimentando novos tipos de comportamento. Ela representa uma encruzilhada na vida, em que um caminho saudável para a fase adulta poderá ser alcançado se suas necessidades de desenvolvimento e segurança forem atendidas, caso contrário um padrão de comportamento nocivo poderá desenvolver-se com consequências negativas para a saúde e sobrevivência, a curto ou longo prazo (PERES, 2018, p. 62).

A partir do exposto, a adolescência pode ser considerada como uma fase da vida do ser humano que é fortemente marcada pelas mudanças profundas no próprio ser da pessoa. O adolescente se vê diante de um processo de transformação do seu próprio ser.

Normalmente, a adolescência é caracterizada pela procura de grupos de amigos que tenham os mesmos gostos e desejos, que estejam focados no mesmo ideal, almejando assim

relações mais amigáveis e menos conflitantes. A liberdade é uma questão que se torna centro dessa fase de vida, o adolescente quer abraçar o mundo, conquistá-lo de vez, e tem a ideia de querer ser sempre o centro das atenções, se manifestando muitas vezes através do seu modo de vestir-se, querendo assim mostrar para a sociedade que já tem autonomia e capacidade de tomar suas próprias decisões (CARVALHO, 2016).

Nessa busca por uma identidade própria, pela inserção em um grupo social específico, Peres (2018) traz que os adolescentes fazem uso intenso das redes sociais, e este fator pode desencadear uma série de problemas, considerando o excesso de acesso as mídias digitais e ao comparativo com os demais, constituindo fator muitas vezes negativo na sua personalidade e para a construção da autoestima.

Considerando tal exposição, no que diz respeito ao uso das redes sociais na adolescência enquanto um fator influente na construção da sua identidade, é possível destacar que:

Esse indivíduo sofre influências desse meio e acaba alterando suas práticas diárias, seu modo de se comportar e suas formas de ser, pois passa boa parte de seu tempo diante das telas de computadores e celulares, os quais funcionam como vitrines, estimulando-os no sentido do desejo por, também, se tornarem visíveis, bem como da necessidade de estarem online quase que o tempo todo (VAZ E FERNANDES, 2020, p. 5).

Desse modo, na análise das discussões realizadas, é possível compreender que as tecnologias podem ocasionar a generalização das representações sociais construídas na adolescência, ou seja, um padrão de imagem que julgam ideal. Nessa representação de concepções, Souza e Silva (2017), consideram a adolescência enquanto uma fase de busca pelo padrão idealizado pelo referido público, o que pode ocasionar problemas relacionados a sua saúde mental em decorrência da excessividade de uso das redes sociais.

As redes sociais protagonizam a “perfeição”, tendo como “referência” os influenciadores, que acabam servindo de exemplo para muitos adolescentes, o que reforça os padrões de uma sociedade cada vez mais alienada aos estereótipos que se inserem no contexto desse público, e que muitas vezes não faz parte da sua realidade, podendo interferir de forma negativa nas suas relações e na forma como este se percebe nesse meio digital (VAZ E FERNANDES, 2020).

5 INFLUÊNCIAS DAS REDES SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA DOS ADOLESCENTES E SUAS CONSEQUÊNCIAS

As interações e a motivação para a autoestima são pontos que atuam de forma conectada quanto a formação do sujeito, e contribuem de maneira direta para que o adolescente encontre o seu lugar na sociedade, passando a se posicionar de forma crítica mediante diversas situações. É nessa fase que os contextos se ampliam e o adolescente analisa a sua imagem em relação ao outro e ao meio em que está inserido, características que conceituam o autoconhecimento enquanto fator indispensável nesse processo (CARVALHO, 2016).

Riso (2011) fala sobre os quatro pilares relevantes na caracterização da autoestima, podendo ser citados, o autoconceito, que diz respeito a forma como o sujeito se enxerga, o que ele pensa sobre si; a autoimagem, que é o ponto de vista que tem em relação a sua aparência; o autorreforço, que simboliza os aspectos de como a pessoa se recompensa e por fim, a autoeficácia, a segurança que se tem em relação as suas ações. Se estes quatro pilares citados por Riso (2011) estiverem em equilíbrio, pode-se compreender que a autoestima será desenvolvida de forma positiva na vida do sujeito, do contrário, pode trazer inúmeros problemas de ordem social psicológica e emocional.

Considerando os pilares que caracterizam a autoestima, citados por Riso (2011), quando o sujeito consegue desenvolver ações que viabilizam uma boa autoestima, ele poderá ter mais satisfação consigo mesmo, ampliando a sua percepção quanto ao bem estar, ao sentimento de segurança e de independência, além de melhorar consideravelmente as relações interpessoais e o seu desempenho nas atividades diárias. Nessa compreensão, pensando nos aspectos que contribuem para a saúde mental e social, “ativar toda a autoestima disponível ou amar o essencial de si mesmo é o primeiro passo para qualquer tipo de crescimento psicológico e melhora pessoal” (RISO, 2011, p. 6).

Assim, considerando a importância da concepção sobre autoestima na adolescência, é possível acrescentar que, “em resumo, a autoestima é um julgamento de valor pessoal que é expresso em atitudes que o indivíduo comunica aos outros através de informação verbal e outros comportamentos expressivos” (QUILES; ESPADA, 20019, p, 12).

As redes sociais têm provocado uma popularização cada vez maior em relação a idealização do corpo perfeito e das relações supostamente necessárias para essa inserção social. Os padrões digitais que tais mecanismos têm despertado no público adolescente, tem provocado

influências que na sua maioria se manifestam de forma negativa quanto ao comportamento humano, agindo de forma direta na construção da autoestima (CARVALHO, 2016).

Considerando o contexto atual, a comunicação tem se tornado uma necessidade cada vez mais urgente em meio ao estilo de vida globalizado. Seja no âmbito dos negócios ou simplesmente das relações sociais, a utilização da internet viabilizou os canais de comunicação entre as pessoas, possibilitando maior interação e gerando uma construção da autoestima que desperta olhares e concepções diferenciadas. “Em função de eliminarem as barreiras geográficas e temporais, as redes sociais via internet permitem a conexão, a qualquer tempo, entre pessoas que estão fisicamente distantes” (FAGUNDES, 2019, p. 9).

Dentre as redes sociais de maior utilização, principalmente pelo público adolescente, podem ser citadas o Facebook, o Instagram e o Tik Tok. Fagundes (2019, p. 10), pontua que “considerando que o Instagram privilegia a linguagem das imagens, em detrimento dos textos, as possíveis repercussões do seu uso no dia-a-dia têm sido objeto de discussão”.

Tais redes sociais têm sido utilizadas com uma frequência cada vez maior, considerando a construção e a elevação da autoestima pelo público adolescente que se utilizam da exposição de imagens, fotos que revelam a sua rotina, como uma espécie de necessidade de estar sempre conectado com o mundo social a sua volta. Nesse entendimento, considerando os aspectos sociais e de construção das relações, Silva (2019, p. 7) pontua que:

A autoestima é a avaliação que o indivíduo faz de si mesmo. É um constructo psicológico baseado em aspectos totais do funcionamento das atividades humanas. Corresponde a um somatório de valoração e atribuições de como o indivíduo se vê e se apresenta, e de como ele é visto e recebido.

Nessa concepção, o público adolescente tem buscado cada vez mais a utilização das redes sociais como uma forma de ampliar a visão de si, dinamizando a construção das relações sociais e da sua vivência. Entretanto, “tal rede social pode funcionar como ferramenta para exibir a própria vida, sem, necessariamente, refleti-la de maneira verdadeira, mas, ao contrário, transmitindo uma falsa realidade”, fato esse que requer cuidados dobrados em relação a exposição que se faz da sua imagem (FAGUNDES, 2019, p. 12).

Sobre o fator autoestima e suas influências na saúde mental, Schulteheisz e Aprile (2013), pontuam sobre a interferência direta que as redes sociais exercem no referido público, tendo em vista que alteram de forma negativa as condições afetivas, sociais e psicológicas. Dessa forma, a qualidade de vida do público adolescente acaba comprometida em virtude da

falsa necessidade de inserção social por meio de tais ferramentas interativas, prejudicando a sua vivência, sendo um fator agravante para a forma como o sujeito se vê em relação aos demais, o que compromete a autoestima e pode desencadear fatores diversos, como alterações no comportamento e comprometimento da sua saúde mental.

O que se percebe na realidade é que muitos adolescentes têm buscado a utilização das redes sociais como uma forma de se inserir em um determinado grupo, e assim ser notado em suas publicações, aspecto que pode repercutir tanto de forma positiva quanto negativa, a julgar pelo conteúdo das postagens e do público seguidor que manifesta opinião (FAGUNDES, 2019).

Assim, considerando a percepção de sentidos que envolve a temática, “a psicologia da linha comportamental explica este cenário. Pessoas que são criticadas tendem a apresentar medo de se expor. Desta forma, pessoas que não são aceitas, têm a tendência de ter uma baixa auto aceitação” (SILVA, 2019, p. 20). E considerando tais aspectos, muitos adolescentes têm buscado se utilizar das redes sociais na busca de uma aceitação social, realizando postagens rotineiras, seguindo uma linha de pensamento que nem sempre vai de encontro aos seus princípios, mas que julga necessário para elevar a sua autoestima diante da percepção das pessoas.

A saúde mental dos adolescentes também tem ficado comprometida em virtude do acesso exagerado as redes sociais, a suposta “necessidade” de estar sempre conectado. Desse modo, é imprescindível que sejam analisadas as percepções em relação as influências que o meio digital traz para o público adolescente tanto na construção do seu pensamento e formação da identidade, como na sua saúde mental (SILVA, 2019).

A considerar os aspectos pontuados em relação ao tema, é relevante trazer as considerações de Cristiano Nabuco, escritor e coordenador do Grupo de Dependências Tecnológicas do IPq, que no enredo de suas contribuições sobre o tema, considerando as influências das redes sociais, traz orientações para lidar com casos específicos. O autor esclarece que:

Muitos até criam uma personalidade digital, retocando fotos, criando um novo nome, dando para essas pessoas uma “alavanca emocional” para que elas possam se sentir mais aceitas. Sempre que as nossas experiências virtuais começarem a se sobrepôr às experiências na vida real, é um indicativo de que precisamos ficar atentos. Quando precisamos desesperadamente de mais conexão para no sentirmos bem e conseguirmos o mesmo nível de satisfação que tínhamos anteriormente, assim como acontece com os usuários de álcool, cigarro e outras drogas (NABUCO, 2022, p. 12).

Considerando as observações feitas pelo autor, tem-se que a dependência do meio virtual é tão agravante como outras problemáticas que também causam dependência, prejudicando a saúde mental e o convívio social.

Assim, em concordância com o exposto, Silva (2019), pontua que a psicologia se apresenta como um meio para esta finalidade, considerando as relações sociais e culturais as quais os jovens estão inseridos para que se possa direcionar intervenções com ênfase na consolidação das habilidades essenciais a construção da sua autoestima, com ênfase para os aspectos históricos e sociais que viabilizam a sua interação com os demais a sua volta.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho possibilitou a ampliação da compreensão quanto as influências das redes sociais na adolescência, considerando suas contribuições no comportamento humano e os aspectos para a construção da autoestima nessa fase de vida.

A ênfase central se deu em torno da construção da autoestima pelo público adolescente, a considerar a forma como o sujeito se vê em relação ao meio em que está inserido. Desse modo, as suas relações irão influenciar de forma positiva ou negativa, e as redes sociais tem grande participação nesse processo de concepção do comportamento humano, gerando danos que podem atingir os níveis psicológico e sociais. Portanto, é preciso que se tenha uma atenção direcionada em relação ao excessivo uso das redes sociais, bem como a importância que se dá as interações que surgem por meio desse mecanismo.

A adolescência é uma fase em que o comportamento humano assume características importantes que se manifestarão em outras etapas de vida do sujeito, por isso é um período que requer atenção específica e muito cuidado com o que se deixa influenciar. O emocional deve ser muito bem trabalhado para que o meio social não interfira de forma negativa na sua autoestima.

Nesse cenário de ideias e percepções, os adolescentes se utilizam com grande frequência das redes sociais na busca de uma visibilidade influente entre os demais jovens. As redes sociais se inserem nesse pensamento como uma forma de fazerem parte de um determinado grupo social.

Por meio das postagens, das mídias e imagens veiculadas pelas redes sociais, os adolescentes buscam construir a sua autoestima, como uma espécie de uma suposta necessidade de visibilidade por meio dos comentários e curtidas em suas publicações. É uma via de mão

dupla, pois a forma como o público reage aos conteúdos digitais pode se dar tanto de forma positiva como negativa, oferecendo riscos para esse público.

Tendo em vista as particularidades quanto ao uso excessivo das redes sociais como uma forma de aceitação social, pode-se verificar as contribuições teóricas no âmbito da concepção sobre a adolescência e as buscas que esse público realiza nesse período, considerando as influências de forma direta no seu modo de viver e nas interações que realiza com as demais pessoas a sua volta.

Em síntese, a pesquisa assume relevância no âmbito acadêmico e social, tendo em vista a percepção em relação ao comportamento humano na fase da adolescência e as influências para a construção da autoestima. Conclui-se que as redes sociais podem acarretar em problemas de ordem psicológica e social para os adolescentes que utilizam a ferramenta de forma excessiva.

Pode-se destacar que os objetivos propostos para a pesquisa foram alcançados de forma exitosa, ampliando a percepção em relação ao tema. Assim, realizou-se a descrição quanto as influências das interações nas redes sociais na construção da autoestima do público adolescente. Assim, a conclusão se dá mediante a observação de que o acesso excessivo as redes sociais trazem prejuízos para a forma de pensar e agir do público adolescente.

É primordial que haja uma compreensão em torno das relações entre a adolescência, auto estima e redes sociais, analisando os agravantes para a saúde psicológica a fim de propor estratégias que viabilizem minimizar esse tempo de acesso e consequentemente suas inferências na forma de agir do referido público.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria Elizabeth Bianconcini. Internet: abordagens e contribuições dos ambientes digitais de aprendizagem. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 29, n. 2, 2018.

ANDRADE, Angela; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista de Nutrição**, 2013.

AZEVEDO, Jeferson Cabral; NASCIMENTO, Giovane; SOUZA, Carlos Henrique. CIBERDEPENDÊNCIA: O papel das emoções na dependência de tecnologias digitais. Texto livre: **Revista linguagem e tecnologia**, v 7 (2), p. 148-161, 2014.

BARROS, Arthur de Alvarenga; CARMO, Michelle Fernanda Alves; SILVA, Rafaela Luiza. A Influência das redes sociais e seu papel na sociedade. Aletria: **Revista de Estudos de Literatura**. Faculdade de Letras da UFMG. 2020.

BETTI, Mauro. **Corpo, cultura, mídias e educação física: novas relações no mundo contemporâneo**, Buenos Aires, n. 79, 2016.

CARVALHO, Marilei Bressani de. **Adolescência e mídias**. Belém: UFNP, 2016.

CASTELLS, Manuel. **A Galáxia da Internet: Reflexões sobre a Internet, os negócios e a sociedade**. Tradução de Maria Luiza X. de A. Borges. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2017.

DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2010.

FAGUNDES, Luiza Seabra. **Autoestima e Bem-Estar Subjetivo no Instagram: O Impacto da Comparação Social e da Personalidade**. Rio de Janeiro: Vozes, 2019.

FONSECA, Patrícia Nunes. Uso de redes sociais e solidão: evidências psicométricas de escala. 2018. **Periódicos eletrônicos em Psicologia**. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1809-52672018000300014&lng=pt&nrm=iso. Acesso: 20 abr. 2023.

FREITAS, Maria Virgínia de (Org.). **Juventude e adolescência no Brasil: referências conceituais**. 2ª ed. São Paulo: Ação Educativa, 2013.

GUIMARÃES, Águita da Mota, ALEIXO, Lívia da Silva. **Redes sociais: influências na construção da identidade dos adolescentes**. 2020. Disponível em: <https://dspace.doctum.edu.br/bitstream/> acesso: 15 mar. 2023.

MALDONADO, Gisela de Rosso. A educação física e o adolescente: a imagem corporal e a estética da transformação na mídia impressa. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. 2016.

MARQUES, Clóvis Paes. A crise do corpo na sociedade contemporânea: uma reflexão à luz da filosofia e da bioética. **Revista Bioethikos**, 6(4):416-421. 2012. <http://www.saocamilosp.br/pdf/bioethikos/98/06.pdf>

NABUCO, Cristiano. **Como as redes sociais afetam a saúde mental: veja os sinais**. Disponível em: <https://ipqhc.org.br/2022/08/24/como-as-redes-sociais-afetam-a-saude-mental-veja-os-sinais/> 2022. acesso: 04 junho. 2023.

NOBRE, Márcio Rimet; MOREIRA, Jacqueline de Oliveira. **A fantasia no ciberespaço: a disponibilização de múltiplos roteiros virtuais para a subjetividade**. *Ágora* (Rio J.), Rio de Janeiro, v. 16, n. 2 2021.

OLIVEIRA, Maxwell Ferreira de. **Metodologia científica**: um manual para a realização de pesquisas. Catalão: UFG, 2011.

PERES, Fumika. **Desvelando a concepção de adolescência**. São Paulo: USP, 2018.

QUILES, Maria José; ESPADA, José Pedro. **Educar para a autoestima**: Propostas para a escola e para o tempo livre. 2ª Edição. Sintra: K Editora, 2019.

RISO, Walter. **Apaixone-se por si mesmo**. Editora Planeta do Brasil, 2011.

SANTAELLA, L. **A cultura das mídias**. São Paulo: Experimento, 2016.

SANTOS, Danielly Almeida Nascimento; SILVA, Ruana Santos. Treinamento de habilidades sociais na dependência da internet: revisão narrativa. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas** 2018.

SCHULTHEISZ, Thais de Vincenzo; APRILE, Maria Rita. (2013). Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, 5(1), 36-48.

SILVA, João Carlos. **Impacto das redes sociais no comportamento humano**. Disponível em: <https://www.digitalconnection.pt/impacto-das-redes-sociais-no-comportamento-humano/> 2017. Acesso: 10 nov. 2022.

SILVA, Fernanda Karoline Bonfim. **Fotografia, Corpo e Autoestima Feminina**. TCC – Graduação em Psicologia. CEULP/ULBRA, Palmas – TO. 2019.

SILVA JR, Eduardo. A influência da mídia com a autoimagem de adolescentes. **Revista Digital efdeportes**. 2014. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/> acesso: 15 mar. 2023.

SILVEIRA, Tatiana Engel; GERHA RDT, Denise Tolfo. **Métodos de Pesquisa**. coordenado pela Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica – Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. – Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

SOUZA, Edvânia Araújo; SILVA, Fernando Antônio Nascimento. **Aspectos Psicológicos da Mulher na Busca da Beleza**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ed. 05, 2 (1) 203- 214, São Paulo - 2017.

VAZ, Lara Cristina Stoppa; FERNANDES, Natane Cristina Pereira Vassoler. **Redes sociais e a distorção da autoimagem**: um olhar atento sobre o impacto que os influenciadores digitais provocam na autoestima das mulheres. Catalão: UNA, 2020.