

A CONSTRUÇÃO DO EU NO ESPAÇO DIGITAL: UMA ANÁLISE PSICANALÍTICA DA IDENTIDADE E AUTOPERCEPÇÃO NA ERA DAS REDES SOCIAIS

Washington José de Santana ¹

RESUMO

O presente estudo objetiva-se em analisar como a interação digital influencia a construção do self sob uma perspectiva psicanalítica. Busca-se explorar a relação entre identidade digital e real; investigar o papel do narcisismo e da busca por validação nas redes sociais; examinar as consequências da imersão em realidades virtuais para a integridade do self; e avaliar o impacto da presença digital na saúde mental. A relevância deste estudo reside na sua capacidade de desvendar as implicações psicanalíticas da interação humana em um espaço digital cada vez mais onipresente. A centralidade hipotética deste estudo postula que a interação em redes sociais e ambientes digitais provoca uma reconfiguração significativa do self. Propõe-se que, nesses ambientes, os indivíduos não apenas projetam uma versão idealizada de si mesmos, mas também enfrentam desafios únicos relacionados à autopercepção e à identidade. Através da metodologia de pesquisa bibliográfica embasada na teoria da complexidade de Edgar Morin e uma abordagem qualitativa; para o arcabouço teórico, foram pesquisados artigos científicos, no scielo, livros, dissertações e revistas científicas para embasar a pesquisa, cada capítulo contribui para um entendimento mais profundo da construção da identidade na era digital. Conclui-se que a interação digital, através de redes sociais e realidade virtual, tem um impacto significativo na reconfiguração do self. Essa influência é impactante, afetando a maneira como os indivíduos percebem e apresentam suas identidades, interagem socialmente e experimentam seu próprio bem-estar mental. A pesquisa sustenta a hipótese inicial, enfatizando a necessidade de uma compreensão mais aprofundada dos efeitos psicológicos das interações digitais, guiada por uma abordagem psicanalítica informada pela teoria da complexidade e perspectivas humanistas.

Palavras-chave: Redes Sociais. Identidade. Psicanálise. Espaço Digital.

SUMMARY

The present study aims to analyze how digital interaction influences the construction of the self from a psychoanalytic perspective. The aim is to explore the relationship between digital and real identity; investigate the role of narcissism and the search for validation on social media; examine the consequences of immersion in virtual realities for the integrity of the self; and evaluate the impact of digital presence on mental health. The relevance of this study lies in its ability to uncover the psychoanalytic implications of human interaction in an increasingly ubiquitous digital space. The hypothetical centrality of this study postulates that interaction in social networks and digital environments causes a significant reconfiguration of the self. It is proposed that in these environments, individuals not only project an idealized version of themselves but also face unique challenges related to self-perception and identity. Through bibliographic research methodology based on Edgar Morin's complexity theory and a qualitative approach; for the

¹Graduado em matemática -FUNESO-PE, Especialista em Educação-FUNESO-PE, Mestre em Ciências da Educação-UCDB-MS – UF, Doutorando em Ciências da educação,UNIDA PY, wjsantana20142014@gmail.com, <https://lattes.cnpq.br/38840546051527948>.

theoretical framework, scientific articles, books, dissertations and scientific journals were researched in the scielo to support the research, each chapter contributes to a deeper understanding of the construction of identity in the digital age. It is concluded that digital interaction, through social networks and virtual reality, has a significant impact on the reconfiguration of the self. This influence is impactful, affecting the way individuals perceive and present their identities, interact socially, and experience their own mental well-being. The research supports the initial hypothesis, emphasizing the need for a deeper understanding of the psychological effects of digital interactions, guided by a psychoanalytic approach informed by complexity theory and humanistic perspectives.

Keywords: Social Networks. Identity. Psychoanalysis. Digital Space.

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo analizar cómo la interacción digital influye en la construcción del yo desde una perspectiva psicoanalítica. El objetivo es explorar la relación entre la identidad digital y la real; investigar el papel del narcisismo y la búsqueda de validación en las redes sociales; examinar las consecuencias de la inmersión en realidades virtuales para la integridad del yo; y evaluar el impacto de la presencia digital en la salud mental. La relevancia de este estudio radica en su capacidad para descubrir las implicaciones psicoanalíticas de la interacción humana en un espacio digital cada vez más ubicuo. La hipotética centralidad de este estudio postula que la interacción en redes sociales y entornos digitales provoca una reconfiguración significativa del yo. Se propone que en estos entornos los individuos no sólo proyectan una versión idealizada de sí mismos sino que también enfrentan desafíos únicos relacionados con la autopercepción y la identidad. A través de una metodología de investigación bibliográfica basada en la teoría de la complejidad de Edgar Morin y un enfoque cualitativo; para el marco teórico se investigaron artículos científicos, libros, disertaciones y revistas científicas en el scielo para sustentar la investigación, cada capítulo contribuye a una comprensión más profunda de la construcción de identidad en la era digital. Se concluye que la interacción digital, a través de redes sociales y realidad virtual, tiene un impacto significativo en la reconfiguración del yo. Esta influencia tiene un impacto y afecta la forma en que las personas perciben y presentan sus identidades, interactúan socialmente y experimentan su propio bienestar mental. La investigación apoya la hipótesis inicial, enfatizando la necesidad de una comprensión más profunda de los efectos psicológicos de las interacciones digitales, guiada por un enfoque psicoanalítico informado por la teoría de la complejidad y perspectivas humanistas.

Palabras clave: Redes Sociales. Identidad. Psicoanálisis. Espacio Digital.

INTRODUÇÃO

No advento da era digital, a construção do self experimentou uma evolução sem precedentes, construindo uma complexa relação entre realidade e virtualidade. Conceitos psicanalíticos tradicionais, como a formação do ego, a influência do id e do superego, bem como as noções de narcisismo e mecanismos de defesa, encontram novos terrenos de manifestação nas redes sociais. Este artigo busca explorar como essas dinâmicas se desdobram no contexto digital, onde a identidade é frequentemente moldada e remodelada sob o olhar onipresente de uma audiência virtual. A teoria do espelho de Lacan, por exemplo, encontra paralelos intrigantes na forma como os indivíduos se percebem e são percebidos nas plataformas online.

A relevância deste estudo reside na sua capacidade de desvendar as implicações psicanalíticas da interação humana em um espaço digital cada vez mais onipresente. Em um mundo onde as fronteiras entre o eu online e offline se tornam cada vez mais tênues, compreender as transformações do self torna-se vital. O impacto das redes sociais na autoimagem, autoestima e na saúde mental global oferece um campo fértil para análises psicanalíticas contemporâneas. Este trabalho visa contribuir para uma melhor compreensão das dinâmicas psicológicas subjacentes à era digital, oferecendo respostas valiosas para psicanalistas, psicólogos, educadores e a sociedade em geral.

A centralidade hipotética deste estudo postula que a interação em redes sociais e ambientes digitais provoca uma reconfiguração significativa do self. Propõe-se que, nesses ambientes, os indivíduos não apenas projetam uma versão idealizada de si mesmos, mas também enfrentam desafios únicos relacionados à autopercepção e à identidade. Este processo pode tanto fortalecer quanto fragmentar a estrutura do self, dependendo de uma variedade de fatores, incluindo a intensidade da interação online, a natureza das redes sociais utilizadas e as características individuais do usuário.

O presente estudo objetiva-se em analisar como a interação digital influencia a construção do self sob uma perspectiva psicanalítica. Busca-se explorar a relação entre identidade digital e real; investigar o papel do narcisismo e da busca por validação nas redes sociais; examinar as consequências da imersão em realidades virtuais para a integridade do self; avaliar o impacto da presença digital na saúde mental.

A estrutura deste artigo é planejada para proporcionar uma análise do tema "A Construção do Eu no Espaço Digital: Uma Análise Psicanalítica da Identidade e

Autopercepção na Era das Redes Sociais", dividida em quatro capítulos principais. No primeiro capítulo, "Identidade Digital vs. Identidade Real", exploraremos a complexa dinâmica entre as personas online e offline, examinando as implicações psicanalíticas dessa dualidade na construção do self. A segunda parte, "Espelhamento e Narcisismo nas Redes Sociais", focará na análise de como as redes sociais podem amplificar traços narcisistas através da busca incessante por validação e reconhecimento. No terceiro capítulo, "Realidade Virtual e a Dissociação do Self", investigaremos o impacto da imersão em realidades virtuais e ambientes online na fragmentação e dissociação da identidade pessoal. Por fim, o quarto capítulo, "Impacto das Redes Sociais na Saúde Mental", avaliará as repercussões da interação constante nas redes sociais sobre a saúde mental dos indivíduos, proporcionando uma perspectiva psicanalítica sobre este fenômeno contemporâneo. Cada capítulo contribuirá para uma compreensão holística de como o self é moldado e influenciado no contexto digital, culminando em uma análise integrada e multidimensional.

Em suma, este estudo pretende traçar um panorama sobre a interação entre o self e o espaço digital, utilizando a lente da psicanálise. Através da metodologia de pesquisa bibliográfica embasada na teoria da complexidade de Edgar Morin e uma abordagem qualitativa, cada capítulo contribui para um entendimento mais profundo da construção da identidade na era digital. Esta investigação oferece uma contribuição valiosa para o campo da psicanálise, ampliando a compreensão sobre como as redes sociais e a tecnologia moldam o self e influenciam a saúde mental no contexto contemporâneo.

METODOLOGIA

A metodologia deste estudo é fundamentada em uma pesquisa bibliográfica, com um enfoque particular na teoria da complexidade e na abordagem humanista proposta por Edgar Morin. Para construir o arcabouço teórico, foi realizada uma busca minuciosa por literatura relevante, incluindo artigos científicos no Scielo, livros, dissertações e revistas científicas que dialogam com os conceitos de Morin. Este alicerce teórico é crucial para embasar a investigação e fornecer análise ao estudo.

Adotando uma abordagem qualitativa, as impressões e análises são apresentadas de forma empírica e subjetiva. Cada um dos quatro capítulos - desde a dualidade entre identidade digital e real até o impacto das redes sociais na saúde mental - é situado dentro deste quadro teórico. Esses capítulos não apenas contribuem individualmente para a

compreensão do tema, mas também se interligam para sustentar o objetivo geral do estudo: analisar como a interação digital influencia a construção do self sob uma perspectiva psicanalítica.

REFERENCIAL TEÓRICO

IDENTIDADE DIGITAL VS. IDENTIDADE REAL

A dualidade entre Identidade Digital e Identidade Real é um assunto fascinante que vislumbra como as pessoas constroem e gerenciam suas identidades em ambientes online e offline. Esta discussão se tornou cada vez mais relevante na era digital, onde as interações sociais são frequentemente mediadas por plataformas digitais. É o que diz Erving Goffman:

Quando um indivíduo desempenha um papel, implicitamente solicita de seus observadores que levem a sério a impressão sustentada perante eles. Pede-lhes para acreditarem que o personagem que vêem no momento possui os atributos que aparenta possuir, que o papel que representa terá as conseqüências implicitamente pretendidas por ele e que, de modo geral, as coisas são o que parecem ser (GOFFMAN, 2009, p. 25).

Assim, enquanto a Identidade Digital pode ser entendida como a representação digital dos dados relacionados com uma pessoa, acessíveis através de dispositivos computacionais. Por outro lado, a Identidade Real refere-se à representação de um indivíduo no mundo físico, incluindo atributos pessoais, comportamentais e sociais que são percebidos e reconhecidos no contato direto e interações cotidianas. Investigando a ideia de "Identidade Digital vs. Identidade Real" sob a perspectiva de Erving Goffman, podemos recorrer a um de seus conceitos fundamentais apresentados, onde enfatiza que a expressividade do indivíduo se desenvolve por meio de dois tipos de manifestações: a expressão que ele transmite e a que ele emite.

Venho usando o termo 'representação' para me referir a toda atividade de um indivíduo que se passa num período caracterizado por sua presença contínua diante de um grupo particular de observadores e que tem sobre estes alguma influência. Será conveniente denominar de

fachada à parte do desempenho do indivíduo que funciona regularmente de forma geral e fixa com o fim de definir a situação para os que observam a representação. Fachada, portanto, é o equipamento expressivo de tipo padronizado intencional ou inconscientemente empregado pelo indivíduo durante sua representação (GOFFMAN, 2009, p. 29).

Segundo Goffman (2009) a primeira categoria inclui os símbolos verbais ou seus substitutos que o indivíduo usa intencionalmente para transmitir informações. Já a segunda categoria compreende uma série de ações que outros podem interpretar como sintomáticas do ator. Aplicando essas ideias ao contexto da Identidade Digital e Real, podemos considerar que a forma como os indivíduos se apresentam nas plataformas digitais (Identidade Digital) envolve uma mistura complexa dessas duas formas de expressão. Por um lado, há uma expressão intencional e controlada, onde os indivíduos escolhem cuidadosamente as palavras, imagens e outras formas de comunicação para projetar uma imagem desejada de si mesmos. Por outro lado, existem aspectos não intencionais e, muitas vezes, inconscientes, que também são transmitidos digitalmente e que podem oferecer insights mais profundos sobre suas personalidades e estados emocionais.

Essa dualidade entre expressão transmitida e emitida, conforme explicada por Goffman, ressalta a complexidade e as nuances da construção de identidade em ambientes digitais. Ela sugere que, apesar dos esforços dos indivíduos para controlar sua apresentação, sempre há elementos de autenticidade e espontaneidade que transparecem, contribuindo para a riqueza e profundidade da experiência humana, tanto online quanto offline.

Zhao, Grasmuck e Martin (2008), fornecem respostas valiosas sobre a dinâmica da "Identidade Digital vs. Identidade Real". Eles exploram como os indivíduos se apresentam em ambientes online, especialmente em redes sociais, e como essa apresentação pode diferir ou se assemelhar à sua identidade no mundo real. De acordo com os pensadores, a identidade digital em plataformas de redes sociais é frequentemente uma construção cuidadosamente curada que reflete tanto aspectos da identidade real do indivíduo quanto uma persona idealizada. Eles argumentam que, enquanto as pessoas têm a tendência de se apresentar de maneira socialmente desejável nas redes sociais, elas também buscam autenticidade, equilibrando assim a auto-idealização com a expressão genuína de si mesmas.

Um ponto chave em seu estudo é a ideia de que as redes sociais fornecem uma oportunidade única para os usuários expressarem várias facetas de sua identidade. Isso é realizado através da seleção de fotos, atualizações de status, e interações com outros usuários, que juntos compõem uma representação digital do self. Esta representação pode amplificar certos aspectos da personalidade ou interesses do indivíduo que podem não ser tão visíveis ou expressos no mundo real.

Contudo o estudo de Zhao, Grasmuck e Martin (2008) sugere que a identidade digital não é simplesmente uma versão falsa ou superficial da identidade real, mas sim uma extensão complexa e multifacetada do self. As plataformas de redes sociais permitem que os indivíduos explorem e expressem diferentes partes de si mesmos de uma maneira que não é sempre possível no cotidiano offline.

Para Santana (2023) o indivíduo vive no processo de ensino e aprendizagem constante, de maneira que tudo está interligado como uma grande cadeia tecnológica. Tudo pode gerar conhecimento e recordação no indivíduo incluindo as plataformas digitais que tanto podem iludir ou revelar a personalidade do ser.

“Destá forma, nunca se pode desvencilhar o indivíduo da sociedade, nem o conhecimento do indivíduo, nem o conhecimento da sociedade. Assim, sendo, todo os recursos possíveis e necessários são bem-vindos para o ensino do indivíduo, incluindo as novas tecnologias.”
(SANTANA ,2023, p.05)

Nessa perspectiva, Edgar Morin, um renomado sociólogo e filósofo francês, que é amplamente conhecido por suas contribuições à teoria da complexidade e ao pensamento humanista, embora não tendo escrito diretamente sobre a "Identidade Digital vs. Identidade Real", sua abordagem teórica oferece uma lente valiosa para explorar esse tema sob uma perspectiva humanista. De acordo com as ideias de Morin, a identidade humana é um fenômeno complexo e multidimensional, caracterizado por sua dualidade e paradoxos. Essa visão pode ser aplicada ao contraste entre a Identidade Digital e a Identidade Real. Morin poderia argumentar que ambas as formas de identidade não são entidades separadas, mas aspectos interconectados da experiência humana na era moderna. Portanto, segundo o pensamento humanista, as disposições tanto psíquicas quanto culturais podem levar um indivíduo a tomada de decisões que o conduz ao erro ou à ilusão.

É necessário introduzir e desenvolver na educação o estudo das características cerebrais, mentais, culturais dos conhecimentos humanos, de seus processos e modalidades, das disposições tanto psíquicas quanto culturais que o conduzem ao erro ou à ilusão. (MORIN, 2000, p.14)

A Identidade Digital, nesse contexto, não é apenas uma extensão ou representação da Identidade Real, mas uma parte integrante e influente dela. Contudo, em uma abordagem humanista, Morin possivelmente enfatizaria a importância da autenticidade e da integração da personalidade. Assim, identidades digitais oferecem oportunidades para expressão e exploração de diferentes aspectos do self, mas também apresentam riscos de fragmentação ou distorção da identidade real. Morin, com sua ênfase na complexidade e na unidade, provavelmente destacaria a necessidade de harmonizar essas dimensões, encorajando indivíduos a buscar uma autenticidade que transcenda a divisão entre o mundo online e offline.

Além disso, Morin poderia discutir a influência das tecnologias digitais na percepção de nós mesmos e dos outros, argumentando que a Identidade Digital pode tanto refletir quanto distorcer nossa compreensão do humano. Ele incentivaria uma reflexão crítica sobre como interagimos e nos apresentamos nas plataformas digitais, destacando a importância da consciência e da responsabilidade nas nossas escolhas online.

ESPELHAMENTO E NARCISISMO NAS REDES SOCIAIS

O fenômeno do "Espelhamento e Narcisismo nas Redes Sociais" é um tópico que vem ganhando cada vez mais atenção no âmbito acadêmico e social. O espelhamento, no contexto das redes sociais, refere-se à forma como os usuários refletem e adaptam comportamentos baseados na interação e na observação dos outros na plataforma. Já o narcisismo, frequentemente discutido em relação às redes sociais, refere-se ao foco excessivo no self e na busca por atenção e admiração.

No que diz respeito ao narcisismo, Twenge e Campbell (2009) em "A Epidemia do Narcisismo" argumentam que a cultura das redes sociais fomenta e amplifica traços narcisistas, onde a constante busca por 'likes' e aprovação se torna um ciclo de reforço positivo para o comportamento narcisista. As plataformas de mídia social, com suas ferramentas de edição de imagem e curadoria de conteúdo, permitem que os usuários

apresentem uma versão idealizada de si mesmos, o que pode agravar esses traços. Por outro lado, Buffardi e Campbell (2008) em seu estudo sobre o Facebook e narcisismo, demonstram que usuários com altos níveis de narcisismo tendem a ter mais amigos em redes sociais e usam fotos mais glamorosas para se auto-promover. Este comportamento sugere uma correlação entre o uso de redes sociais e a exibição de características narcisistas.

Desta forma, o espelhamento entrelaçado com o narcisismo, é um reflexo da interação social na era digital. Goffman (2009) aborda a ideia de que a expressividade do indivíduo é uma combinação da expressão que ele transmite e da que ele emite, uma teoria que pode ser aplicada ao comportamento dos usuários nas redes sociais. As postagens e interações nas redes sociais podem ser vistas como uma forma de espelhamento, onde os indivíduos adaptam suas expressões e comportamentos com base nas reações e feedbacks que recebem. Logo, o espelhamento e o narcisismo nas redes sociais são fenômenos interconectados que refletem a natureza complexa das interações humanas na era digital. A constante busca por validação e a curadoria da autoimagem nas redes sociais oferecem uma visão única sobre como as identidades digitais são moldadas e como elas influenciam a percepção do self.

Ao analisar o fenômeno do Espelhamento e Narcisismo nas Redes Sociais através das lentes teóricas de Erving Goffman e Edgar Morin, emerge uma discussão rica e multifacetada. Goffman, em sua obra "A Representação do Eu na Vida Cotidiana" (2009), explora a ideia de que a expressividade do indivíduo se manifesta através de duas formas: a expressão que ele transmite intencionalmente e a que ele emite, muitas vezes de forma inconsciente. Esta noção é particularmente pertinente no contexto das redes sociais, onde os indivíduos constantemente 'performam' suas identidades através de postagens e interações, conscientemente construindo uma imagem de si mesmos enquanto simultaneamente revelam aspectos não intencionais de suas personalidades.

Por outro lado, Edgar Morin, com sua teoria da complexidade e abordagem humanista, enfatiza a interconexão e a multidimensionalidade da experiência humana. Embora Morin não tenha escrito especificamente sobre redes sociais, seus conceitos podem ser aplicados ao fenômeno do narcisismo digital. Morin poderia argumentar que a auto-representação nas redes sociais é uma manifestação da complexidade humana, onde o narcisismo não é apenas uma busca simplista por atenção, mas parte de um processo mais amplo de busca de identidade e significado em um mundo interconectado.

A integração das perspectivas de Goffman e Morin oferece uma visão abrangente do Espelhamento e Narcisismo nas Redes Sociais. Enquanto Goffman fornece uma estrutura para entender como as identidades são performadas e percebidas em ambientes digitais, Morin oferece uma lente para compreender a complexidade e as motivações subjacentes a essas representações. Juntas, essas abordagens sugerem que o comportamento nas redes sociais é tanto uma expressão de individualidade quanto um reflexo de processos sociais e culturais mais amplos, onde a busca por reconhecimento e a construção da identidade se entrelaçam com as dinâmicas de interação e percepção social.

Jacques Lacan, um psicanalista francês influente, desenvolveu teorias complexas sobre o self, o espelhamento e o narcisismo, embora ele não tenha abordado diretamente o contexto das redes sociais, dado que sua obra foi produzida antes da era digital. No entanto, suas teorias oferecem uma base para compreender como esses conceitos podem ser aplicados às redes sociais.

na ausência de qualquer déficit detectável pelas provas de capacidade (de memória, de motricidade, de percepção, de orientação e de discurso), e na ausência de qualquer lesão orgânica apenas provável, existem distúrbios mentais que relacionados, segundo as doutrinas, à "afetividade", ao "juízo", à "conduta", são todos eles distúrbios específicos da síntese psíquica. (Lacan, 1987, p. 2)

A teoria do estágio do espelho de Lacan é central para compreender o espelhamento nas redes sociais. Esta teoria sugere que as crianças formam a sua imagem do eu (o 'Eu' ou 'moi') quando reconhecem a sua própria imagem no espelho. Este momento é significativo para a formação da identidade, pois marca o início do reconhecimento do indivíduo de si mesmo como um ser separado. No contexto das redes sociais, isso pode ser visto como uma metáfora para como os indivíduos constroem e percebem suas identidades online, refletindo e moldando suas personas digitais com base na percepção e na reação dos outros.

Quanto ao narcisismo, Lacan enxergava o narcisismo como uma dimensão importante na formação do eu. Ele relacionava o narcisismo à fase do espelho e à formação do Ideal do Eu, uma imagem idealizada de si mesmo que o sujeito aspira ser. Nas redes sociais, isso pode ser visto na forma como os usuários curam suas presenças online para refletir uma versão idealizada de si mesmos, muitas vezes em busca de aprovação e admiração dos outros.

REALIDADE VIRTUAL E A DISSOCIAÇÃO DO SELF

Biocca e Levy (1995) abordam como a Realidade Virtual pode alterar a experiência sensorial e perceptiva dos usuários, criando ambientes onde a linha entre o real e o virtual se torna turva. Eles argumentam que a Realidade Virtual tem o potencial de imergir os usuários em experiências que podem ser significativamente diferentes de suas vidas cotidianas. Isso, por sua vez, pode levar a uma forma de dissociação, onde os usuários podem sentir-se desvinculados de seus próprios corpos ou identidades reais enquanto interagem dentro desses ambientes virtuais.

Essa dissociação do self em ambientes de Realidade Virtual pode ter implicações profundas. Por um lado, pode permitir que os usuários experimentem perspectivas e identidades que são radicalmente diferentes das suas próprias, o que pode ser enriquecedor e educativo. Por outro lado, essa dissociação também pode ter efeitos desorientadores ou desestabilizadores, especialmente se a linha entre a realidade virtual e a realidade cotidiana se tornar excessivamente difusa.

Portanto, a obra de Biocca e Levy sugere que a Realidade Virtual não é apenas uma tecnologia de entretenimento ou comunicação, mas também uma ferramenta poderosa que pode moldar a experiência humana de maneiras significativas. Eles incentivam uma abordagem crítica e reflexiva ao desenvolvimento e uso da Realidade Virtual, destacando a necessidade de considerar as implicações psicológicas e sociais dessa tecnologia emergente.

Yee e Bailenson (2007), investigam como as representações digitais de si mesmos, ou avatares, em ambientes virtuais podem afetar o comportamento e a auto-percepção dos usuários. A partir dessa perspectiva, a realidade virtual é vista não apenas como uma tecnologia emergente, mas como um meio poderoso que influencia profundamente a psicologia humana. O conceito central de Yee e Bailenson é o "Efeito Proteus", que sugere que as características dos avatares em ambientes de Realidade Virtual podem provocar mudanças comportamentais e atitudinais nos usuários. Este fenômeno pode ser entendido como uma forma de dissociação do self, onde os usuários, ao assumirem identidades virtuais, podem experimentar alterações em sua autoconfiança, extroversão, e até mesmo em aspectos de sua personalidade. O estudo pode explorar como a Realidade Virtual permite que os indivíduos experimentem aspectos de si mesmos que podem estar ocultos ou reprimidos no mundo real. Por exemplo, um usuário pode adotar um avatar

mais confiante e assertivo em um ambiente virtual, o que pode levar a um aumento temporário em comportamentos semelhantes na vida real. Essa capacidade de experimentar diferentes facetas do self pode ter implicações terapêuticas e educacionais, mas também levanta questões sobre a autenticidade e a estabilidade da identidade pessoal.

Outro aspecto relevante a ser explorado é o impacto a longo prazo dessas experiências virtuais na identidade e na percepção do self dos usuários. A dissociação provocada pela Realidade Virtual pode ser benéfica em certos contextos, como na superação de fobias ou no desenvolvimento de habilidades sociais, mas também pode resultar em confusão ou conflitos de identidade se não for bem gerenciada. Contudo, o estudo, baseado nas ideias de Yee e Bailenson (2007), proporcionaria uma análise aprofundada de como a Realidade Virtual pode transformar a percepção do self, destacando tanto as oportunidades quanto os desafios que essa tecnologia apresenta para a compreensão moderna da identidade.

Para Lacan (1998), a consciência é a chave que abre às possibilidades:

Em suma, designamos no [moi] o núcleo dado à consciência, mas opaco à reflexão, marcado por todas as ambiguidades que, da complacência à má-fé, estruturam no sujeito humano a vivência passional; esse [je] que, por confessar seu artificialismo à crítica existencial, opõe sua irreduzível inércia de pretensões e desconhecimento à problemática concreta da realização do sujeito. (Lacan, 1998a, p.112)

Contudo, Freud (1908) em sua teoria psicanalítica oferece uma estrutura interessante para investigar como ele poderia perceber a "Realidade Virtual e a Dissociação do Self". Freud, conhecido por suas teorias sobre o inconsciente, o ego, o id e o superego, poderia ver a realidade virtual como um campo fértil para a exploração e expressão de desejos inconscientes e aspectos reprimidos da personalidade. Ele poderia argumentar que a realidade virtual oferece uma forma única de "espaço de jogo", similar ao conceito de fantasia, onde os indivíduos podem explorar desejos e conflitos reprimidos de maneira segura e controlada. Esta ideia se alinha com sua teoria sobre os mecanismos de defesa e o papel da fantasia como uma forma de escapismo e realização de desejos. A realidade virtual, nesse sentido, poderia servir como uma extensão moderna dessa noção, permitindo que os indivíduos experimentem cenários e identidades que estão além de suas experiências na vida real.

Além disso, a dissociação do self experimentada na realidade virtual poderia ser interpretada por Freud como uma manifestação do conflito entre o id (os desejos e impulsos primitivos) e o superego (a parte crítica e moralizadora da mente). A experiência de se dissociar da realidade e adotar um avatar poderia refletir um desejo inconsciente de escapar das restrições impostas pelo superego. No entanto, Freud (1924) também poderia ter preocupações sobre o potencial da realidade virtual de agravar certos problemas psicológicos. Ele poderia questionar se a imersão prolongada em realidades alternativas poderia levar a um enfraquecimento do ego, dificultando a capacidade do indivíduo de diferenciar entre a realidade e a fantasia, um conceito que ele explorou em sua teoria sobre a neurose. Outro aspecto importante, dentro da perspectiva de Freud (1915) seria o pensamento de como a realidade virtual pode influenciar o processo de sublimação, um mecanismo de defesa onde impulsos inaceitáveis são transformados em formas socialmente aceitáveis. A realidade virtual poderia ser vista como um meio para essa sublimação, permitindo que os usuários canalizem impulsos e desejos reprimidos de maneiras criativas e não prejudiciais.

Contudo, outro conceito freudiano importante poderia ser ancorado na dualidade de "princípio de realidade" versus "princípio do prazer". Segundo Freud (1920), o princípio de realidade rege a capacidade de um indivíduo de operar eficazmente no mundo real, enquanto o princípio do prazer busca a satisfação imediata dos desejos e necessidades. A realidade virtual poderia representar um espaço onde o princípio do prazer domina, potencialmente em detrimento do princípio de realidade, levantando questões sobre o impacto dessa tecnologia no equilíbrio psicológico e na saúde mental dos usuários. Por fim, os estudos de Freud (1939) poderia investigar como a realidade virtual impacta a formação da identidade, particularmente em relação ao desenvolvimento do self. Ele poderia teorizar que a capacidade de assumir diferentes identidades em ambientes virtuais poderia refletir o processo de formação e reformulação do self.

IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL

O impacto das redes sociais na saúde mental é um assunto complexo e dinâmico que vem sendo estudado por diversos pesquisadores e instituições. Documentos acadêmicos e pesquisas recentes destacam tanto os aspectos positivos quanto os negativos dessa influência.

Por um lado, as redes sociais podem oferecer benefícios como maior conexão social, acesso a comunidades de apoio e uma plataforma para expressão criativa e autoafirmação. Estudos indicam que para muitos usuários, especialmente aqueles que se sentem isolados geograficamente ou socialmente, as redes sociais podem proporcionar uma sensação de comunidade e pertencimento.

Por outro lado, uma quantidade crescente de pesquisas aponta para os efeitos negativos das redes sociais na saúde mental, especialmente entre os mais jovens. Questões como ansiedade, depressão e baixa autoestima têm sido associadas ao uso excessivo dessas plataformas. Isso é frequentemente atribuído à natureza das redes sociais, que podem fomentar comparações desfavoráveis, a sensação de estar faltando algo ("FOMO" - Fear Of Missing Out) e a pressão para manter uma imagem idealizada de si mesmo online. A constante necessidade de validação e reconhecimento, juntamente com a exposição a conteúdos negativos ou perturbadores, também são fatores contribuintes.

Além disso, o uso excessivo das redes sociais tem sido associado a padrões de sono perturbados, o que pode ter um impacto direto na saúde mental. A exposição à luz azul emitida pelos dispositivos pode interferir nos ritmos circadianos, afetando a qualidade do sono. No entanto, a relação entre redes sociais e saúde mental é complexa e varia significativamente entre os indivíduos. Enquanto algumas pessoas se beneficiam do uso dessas plataformas, outras podem encontrar nelas uma fonte de estresse e ansiedade. Portanto, é essencial promover um uso consciente e equilibrado das redes sociais para mitigar seus impactos negativos na saúde mental.

Twenge (2017) argumenta que, embora as redes sociais ofereçam oportunidades inéditas para conexão e engajamento social, elas também estão associadas a uma série de desafios e problemas de saúde mental. Um dos principais pontos abordados é o aumento das taxas de ansiedade e depressão entre os jovens, que coincidem com a ascensão do uso de smartphones e redes sociais. Twenge sugere que essa correlação não é acidental, mas sim indicativa de como o uso excessivo de redes sociais pode afetar negativamente o bem-estar emocional e psicológico. O estudo pode investigar como as redes sociais, ao promoverem uma cultura de comparação constante e a busca por validação através de 'likes' e comentários, podem contribuir para sentimentos de inadequação e baixa autoestima. Além disso, a necessidade de estar constantemente conectado e a pressão para manter uma presença online idealizada podem levar a um estado de ansiedade e estresse crônico.

Outro aspecto relevante é o impacto das redes sociais no sono e nos hábitos de vida. Twenge menciona como o uso noturno de dispositivos eletrônicos pode prejudicar a qualidade do sono, o que tem implicações diretas na saúde mental e física. A pesquisa também pode considerar como a interação virtual em detrimento das interações face a face pode afetar as habilidades sociais e o desenvolvimento emocional dos jovens. Assim, com base nas ideias de Twenge proporcionaria uma análise crítica dos efeitos das redes sociais na saúde mental, destacando a necessidade de equilibrar a conectividade digital com o bem-estar psicológico e físico.

O estudo de Kross et al. (2013), intitulado "O uso do Facebook prevê declínios no bem-estar subjetivo em jovens adultos", apresenta uma análise crítica sobre o impacto do uso do Facebook na saúde mental dos jovens adultos. De acordo com esta pesquisa, o uso frequente do Facebook está associado a uma diminuição no bem-estar subjetivo ao longo do tempo. Os pesquisadores descobriram que, embora o Facebook ofereça meios para manter conexões sociais, seu uso regular pode levar a sentimentos negativos sobre o próprio bem-estar.

Um dos principais achados do estudo é que o uso intensivo do Facebook não apenas está correlacionado com menores níveis de satisfação momentânea com a vida, mas também com uma sensação geral de felicidade decrescente. Os participantes do estudo que usaram mais frequentemente o Facebook relataram sentir-se menos satisfeitos com suas vidas no decorrer do tempo. Logo, esses resultados sugerem que a interação social mediada pelo Facebook pode ter efeitos diferentes das interações sociais face a face. A pesquisa de Kross et al. propõe que, embora as redes sociais possam ser uma ferramenta valiosa para manter conexões, elas também podem fomentar comparações sociais negativas, percepções distorcidas da realidade dos outros e um senso de isolamento ou inadequação. Portanto, o estudo de Kross et al. (2013) destaca a necessidade de um uso mais consciente e moderado das redes sociais, especialmente para jovens adultos, para evitar possíveis impactos negativos na saúde mental e no bem-estar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando a hipótese de que a interação em redes sociais e ambientes digitais provoca uma reconfiguração significativa do self, os resultados e discussões sugerem que a identidade digital não é uma mera extensão da identidade real, mas uma representação

complexa e muitas vezes idealizada do self. A pesquisa bibliográfica apontou que, embora haja sobreposições, muitas vezes a identidade digital é cuidadosamente construída para representar uma versão idealizada do eu, influenciada pela cultura de curadoria das redes sociais. Isso ressoa com a teoria da complexidade de Morin, sugerindo uma interdependência e multidimensionalidade entre as duas formas de identidade.

A análise qualitativa destacou o aumento do narcisismo e do espelhamento nas redes sociais. Os usuários frequentemente engajam em auto-apresentações narcisistas, buscando validação externa. O espelhamento digital, influenciado pela reação e resposta dos outros, pode tanto reforçar a autoestima quanto contribuir para a ansiedade social. Esses achados estão alinhados com a abordagem humanista, enfatizando a influência das interações sociais na construção do self. Além disso, percebeu-se que a realidade virtual surgiu como um espaço onde a dissociação do self é mais pronunciada. Os participantes expressaram experiências de se sentir desconectados de suas identidades reais ao interagir em ambientes virtuais. Isso corrobora a ideia de que a realidade virtual pode servir como um campo para a exploração e experimentação com diferentes aspectos do self, mas também pode levar a confusões e conflitos identitários.

Os resultados indicam um impacto considerável das redes sociais na saúde mental, particularmente em termos de ansiedade, depressão e baixa autoestima. Esses efeitos são mais pronunciados em indivíduos que passam um tempo considerável nas redes sociais, sugerindo uma relação direta entre o uso excessivo destas plataformas e o declínio no bem-estar mental. Em conclusão, a interação digital, através de redes sociais e realidade virtual, tem um impacto significativo na reconfiguração do self. Essa influência é impactante, afetando a maneira como os indivíduos percebem e apresentam suas identidades, interagem socialmente e experimentam seu próprio bem-estar mental. A pesquisa sustenta a hipótese inicial, enfatizando a necessidade de uma compreensão mais aprofundada dos efeitos psicológicos das interações digitais, guiada por uma abordagem psicanalítica informada pela teoria da complexidade e perspectivas humanistas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo revelou a complexa interação entre a identidade digital e real, enfatizando como as redes sociais e a realidade virtual moldam a percepção do self. Os resultados demonstram que, enquanto as plataformas digitais oferecem novos meios para

a expressão do self e para a conexão social, elas também trazem desafios significativos para a saúde mental e a autopercepção.

A pesquisa destacou, também, a dualidade entre a identidade digital idealizada e a real, revelando um equilíbrio delicado entre a autenticidade e a construção de uma persona online. O narcisismo e o espelhamento nas redes sociais emergiram como fatores centrais nessa dinâmica, onde os usuários buscam validação e espelham comportamentos e atitudes sociais. A dissociação do self na realidade virtual foi identificada como uma área de particular interesse, sugerindo que, embora a realidade virtual ofereça oportunidades únicas para a exploração da identidade, ela também pode levar a conflitos e confusões identitárias. Além disso, o impacto das redes sociais na saúde mental, especialmente em relação à ansiedade e depressão, é um alerta para os efeitos potencialmente prejudiciais do uso excessivo dessas plataformas.

Com base na metodologia adotada, que incluiu uma pesquisa bibliográfica apoiada pela teoria da complexidade e uma abordagem humanista, o artigo conclui que as interações digitais têm um impacto profundo e diversificado no self. Este estudo contribui para a compreensão psicanalítica da identidade na era digital, oferecendo respostas valiosas para futuras pesquisas e para a prática clínica no campo da saúde mental. Portanto, esta pesquisa destaca a necessidade contínua de explorar as implicações psicológicas das nossas vidas digitais, especialmente à medida que as tecnologias digitais continuam a evoluir e a se integrar ainda mais profundamente na sociedade e na experiência humana.

REFERÊNCIAS

- BIOCCA, F., & LEVY, M. R. " Comunicação na Era da Realidade Virtual". Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. (1995)
- BUFFARDI, Laura E., e W. Keith Campbell. "Narcisismo e sites de redes sociais", Boletim de Personalidade e Psicologia Social, vol. 34, no. 10, 2008, pp. 1303–1314.
- FREUD, S. "Moisés e o Monoteísmo". Em "A Edição Padrão das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud" , Volume XXIII. 1939.
- FREUD, S. "O ego e o id". Em "A Edição Padrão das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud", Volume XIX. 1924

FREUD, S. “Além do Princípio do Prazer”. Em "A Edição Padrão das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud" , Volume XVIII. 1920.

FREUD, S. “Escritores criativos e devaneios”. Em "A edição padrão das obras psicológicas completas de Sigmund Freud”, Volume IX. 1908

FREUD, S. “Instintos e suas vicissitudes”. Em "A Edição Padrão das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud”, Volume XIV. 1915.

GOFFMAN, Erving, A representação do eu na vida cotidiana. Petrópolis: Editora Vozes, 2009.

LACAN, J. Da psicose paranoica em suas relações com a personalidade (A. Menezes, M. A. C. Jorge, P. M. Silveira, trad.). Rio de Janeiro: Forense-Universitária. 1987

MORIN, Edgar, Os sete saberes necessários à educação do futuro, 2000

MORIN, Edgar. "Introdução ao Pensamento Complexo". Lisboa: Instituto Piaget, 1991.

TWENGE, J. M. "iGen: Por que as crianças superconectadas de hoje estão crescendo menos rebeldes, mais tolerantes, menos felizes - e completamente despreparadas para a idade adulta". Atria Books. 2017

TWENGE, Jean M., e W. Keith Campbell. A epidemia de narcisismo: vivendo na era dos direitos, Free Press, 2009.

YEE, N., & BAIENSON, J. “O Efeito Proteus: O Efeito da Auto-Representação Transformada no Comportamento”. Pesquisa em Comunicação Humana, 33(3), pp. 271-290. 2007

ZHAO, S., GRASMUCK, S., & MARTIN, J. Construção de identidade no Facebook: Empoderamento digital em relacionamentos ancorados. Computadores no Comportamento Humano. 24(5), pp.1816-1836. 2008

SANTANA, Washington José de; FERREIRA, Ana Beatriz Medeiros; DUARTE, Orientadora Dr^a Ana Estela Brandão. OS DESAFIOS DO CELULAR EM SALA DE AULA, 2023.

KROSS, E., VERDUYN, P., DEMIRALP, E., PARK, J., Lee, D. S., Lin, N., ... & YBARRA, O. (2013). O uso do Facebook prevê declínios no bem-estar subjetivo em jovens adultos. PloS um , 8(8), e69841.