



Novos Pátios

Redes Sociais e a construção da autoimagem dos adolescentes

“É importante que os adolescentes e jovens sejam acompanhados e que possam conversar sobre sua relação com as mídias. Escola e família precisam estar atentas para perceber quando o uso das redes sociais passa a ser prejudicial para as novas gerações.”

Ir. Márcia Koffermann, FMA / Foto: istock - Electra K.Vasileiadou

Desde o surgimento dos meios de comunicação de massa, especialmente com a televisão, percebe-se o fortalecimento de padrões de beleza e de comportamento ideais a que grande parte da população tenta se adequar e corresponder. Com o crescimento das mídias digitais e das tecnologias de edição e correção de imagens, esses padrões de beleza passam agora pelos sistemas de filtros e aplicativos disponíveis nos aparelhos celulares e nas próprias redes sociais, como é o caso do Instagram.

Diante disso, muitas pessoas começam a ter sérios problemas em relação a sua autoimagem e desejam corrigir a própria aparência para corresponder aos modelos e padrões criados por eles mesmos através das tecnologias utilizadas.

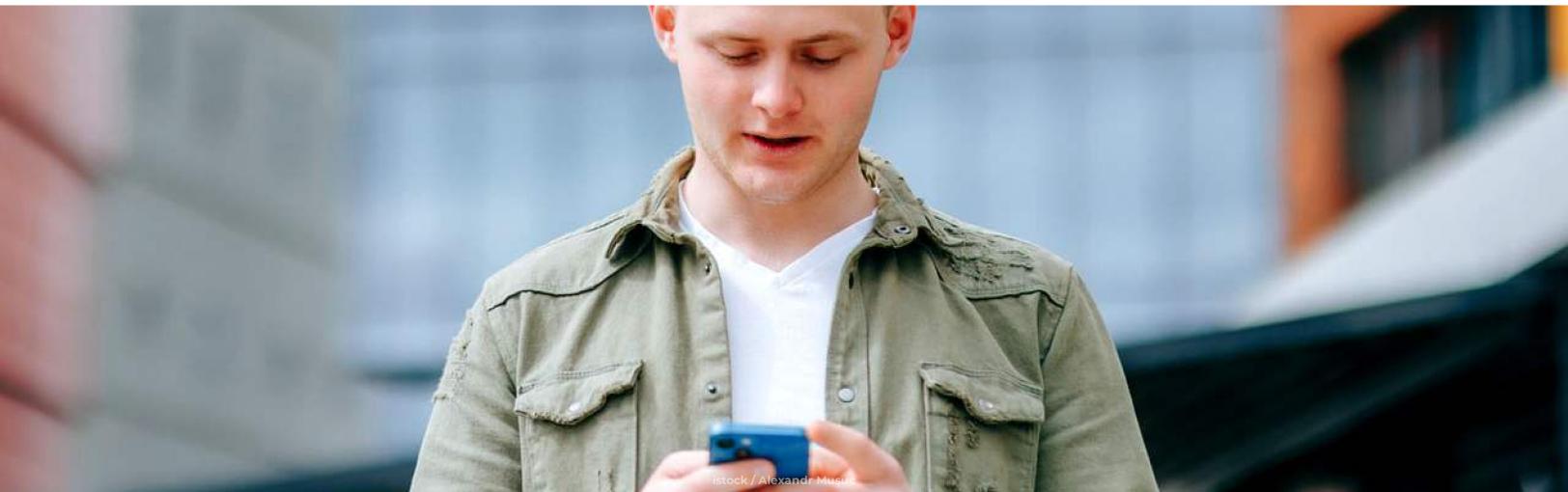
Dismorfia corporal

Esse problema é mais fortemente identificado entre as jovens adolescentes que, devido à superexposição nas redes sociais, começam a valorizar problemas estéticos minimamente perceptíveis ou até inexistentes. Isso é o que chamamos de *dismorfia corporal*. Embora seja mais comum entre as meninas no que diz respeito ao próprio rosto, pode acontecer também entre os meninos, geralmente associada à questão da musculação. Há vários estudos que apontam o uso frequente de *selfies* em redes sociais como uma das principais causas da *dismorfia*.

Esse é um problema novo, pois antes os padrões de beleza impostos pela mídia, vinham de fora, de pessoas reais, que tinham características corporais específicas como altura, peso, estilo de cabelo, maquiagem ou outros aspectos estéticos. Agora, o que vemos, no entanto, é um padrão criado pelos próprios indivíduos que, ao compararem inúmeras fotos pessoais e utilizarem diversas formas de aplicação, criam um modelo de beleza ideal para si mesmos. Não é incomum encontrar adolescentes ou jovens que querem fazer procedimentos estéticos para que tenham na aparência real uma maior semelhança com a imagem que criaram de si mesmos.

Educação integral

Além disso, muitos adolescentes e jovens acabam desenvolvendo problemas em relação à saúde mental por sentirem-se mal com a sua autoimagem, evitando fazer fotos, escondendo o rosto, o corpo ou parte dele para não se sentirem constrangidos diante dos outros. Isso pode gerar problemas como dificuldade de relacionamento, ansiedade, depressão, transtornos obsessivos-compulsivos, transtornos alimentares, entre outros que vêm sendo estudados.



No mundo atual, viver longe das mídias digitais é quase impossível.

Diante dessa realidade, é importante que os adolescentes e jovens sejam acompanhados e que possam conversar sobre sua relação com as mídias. Escola e família precisam estar atentas para perceber quando o uso das redes sociais passa a ser prejudicial para as novas gerações, desenvolvendo ações preventivas para que não cheguem a esses quadros patológicos. O processo educativo precisa considerar a pessoa como um todo e ser pensado a partir de sua integralidade em todos os aspectos da vida; e a relação com as mídias digitais é um aspecto muito importante para os adolescentes e jovens.

Apoio da família e da escola

Em relação à família, é importante que os pais acompanhem os filhos nas redes sociais, vejam o que publicam e com que periodicidade. Precisam estar atentos e perceber quando começa a haver uma superexposição e quando o tempo gasto nos ambientes virtuais é demasiado grande. É importante que os pais conversem com os filhos sobre suas publicações, que os ajudem a construir uma imagem positiva de si mesmos e compreendam que não precisam encaixar-se em padrões criados por outros ou por eles mesmos.

Da mesma forma, nos ambientes educativos é importante desenvolver atividades e reflexões a respeito da atuação dos estudantes nas mídias digitais, a partir de um ponto de vista crítico. É fundamental que existam itinerários formativos que abordem as relações entre as pessoas e com as tecnologias nos espaços midiáticos, e que se reflita sobre até que ponto esses espaços influenciam o comportamento pessoal, a visão de mundo, a relação com o outro e consigo mesmo.

No mundo atual, viver longe das mídias digitais é quase impossível. Mais cedo ou mais tarde, os adolescentes e jovens vão estar inseridos nesses espaços. Mas, para que possam agir como cidadãos conscientes e como pessoas integradas e felizes, precisam ser preparados para isso. Assim, é uma necessidade e uma responsabilidades das escolas e obras educativas em geral pensar em processos sistemáticos de educação midiática. E isso só será realmente eficaz se contar com o apoio e parceria da família.



Baixe esta matéria em PDF



Reveja
Publicidade



A seguir
História

