

COMO A TECNOLOGIA PODE IMPACTAR NOSSAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES? – UMA PERSPECTIVA PSICANALÍTICA.

Há muito se sonhava com o dia em que o humano dominaria a tecnologia com maestria e grande poder, porém o que vemos nos assusta. Não precisamos das palavras de grandes especialistas para entendermos que o que acontece no presente e evolui a cada dia é que, ao contrário do que esperávamos, pelo menos o que uma boa parte da população esperava, é que a tecnologia é que está exercendo controle e poder sobre nós.

Evidentemente que por trás desse controle todo, existem algumas pessoas ambiciosas que foram encantadas, hipnotizadas pelo poder e lucram muito ao soltar as rédeas do manejo tecnológico. É nítido que essas pessoas, que dominam as “big techs”, não estão nenhum pouco preocupadas com os males que elas podem causar na vida das pessoas e no planeta. O lucro e o poder exercem uma força ludibriante no ser humano, dissociando-o totalmente da realidade.

As maiores vítimas são crianças e adolescentes, pois na era digital, os smartphones, computadores e vídeos games se tornaram extensões de seus corpos, o que, sem o devido controle e domínio, estão produzindo grandes danos para seu desenvolvimento cognitivo, emocional e social.

Pensando por uma ótica psicanalítica, é necessário pensarmos sobre como as redes sociais e os jogos afetam as estruturas psíquicas, a subjetividade e as relações objetais, importantes para o desenvolvimento humano e a construção de uma mente suficientemente saudável.

Adolescentes e, principalmente, crianças, ainda não possuem um cérebro totalmente formado, amadurecido, o que dificulta uma percepção mais assertiva da realidade. O cérebro que ainda está longe do seu potencial máximo de amadurecimento, que acontece por volta dos 25 anos, quando se constitui por completo o córtex pré-frontal, responsável pela regulação emocional, pode fazer com que crianças e adolescentes se tornem dependentes da tecnologia a ponto de não desejarem gastar energia com a interatividade do que é real, tornando-se adultos cognitivamente limitados, pouco sociáveis, ansiosos, depressivos ou com outros transtornos difíceis de se reverterem.

O grande neurologista e psicanalista Sigmund Freud, já havia nos alertado em seus estudos sobre o princípio do prazer. Suas pesquisas revelaram que, ainda na infância, a pessoa já procura a satisfação imediata dos seus desejos, tentando evitar a todo o custo o desprazer. Somente a inserção do sujeito na realidade, poderá produzir tolerância sobre as frustrações e paciência para esperar as gratificações. Isso só é possível pelo amadurecimento cerebral, ou seja, conforme o sujeito vai se adaptando à realidade externa.

A “inserção do sujeito”, segundo a psicanálise, quando bem conduzida pelos cuidadores primários, ou seja, os pais, avós ou babá, proporcionará saúde emocional suficientemente boa para toda a vida. O psicanalista Winnicott foi sempre enfático sobre a importância da criança brincar livremente e de forma criativa para que tenha um desenvolvimento psíquico bem estruturado para lidar com as demandas da infância, adolescência e vida adulta.

O problema é que as novas gerações de pais não estão conseguindo educar seus filhos sem cederem às pressões do mercado de tecnologia, que investe muito dinheiro para influenciar o consumo de crianças. Com isso, a tolerância às frustrações, a sociabilização e a criatividade ficam comprometidas devido a substituição do lúdico pelos estímulos imediatos e rápidos das telas, causando dependência, baixa autoestima, ansiedade, depressão e outros sintomas.

Hoje, as clínicas estão cheias de adolescentes super conectados, porém sofrendo de solidão e com grande dificuldade em estabelecer laços afetivos reais e significativos. Outra preocupação são as comparações produzidas pela exposição nas redes sociais, criando a ilusão de que todos estão felizes, bonitos, saudáveis e financeiramente bem estabilizados, menos “EU”.

A busca por validação externa está deixando adolescentes extremamente neuróticos. A autocobrança no empenho pela performance acadêmica e estética também tem gerado angústia e infelicidade extrema. Muitos adolescentes não estão aproveitando essa fase tão importante para a construção da identidade e da autonomia, tornando-se mais perdidos e confusos. A pressão dos pais, da sociedade e da mídia, está impedindo os adolescentes de viverem sua juventude com leveza e liberdade, inviabilizando a experiência única da idade, necessária para a formação de uma psiquê saudável e suficientemente livre de conflitos emocionais.

Na psicanálise, acredita-se que o vazio criativo, ou seja, o tempo de fazer nada, sem compromisso e sem telas é fundamental na elaboração e simbolização dos conflitos. Sem isso, as crianças e adolescentes podem apresentar enorme dificuldade no processo de construção do próprio sujeito e tornarem-se irritados, com dificuldades para dormir e com vários sintomas psicossomáticos.

Mas o que os pais podem fazer?

Proibir o uso de tecnologia não é a melhor solução, mas é necessário, quando os pais não conseguem impor limites, principalmente quando o assunto é celular e redes sociais. Já é senso comum entre especialistas que celular e redes sociais só devem ser liberados após os 13, 14 anos.

O assunto sobre o acesso e exposição de crianças e pré-adolescentes nas redes sociais virou o tema da vez nas mídias sociais e na TV, isso depois que o

influenciador digital Felca ganhou incrível notoriedade após postar um vídeo denunciando a adultização de crianças.

Para concluir, podemos dizer que não existe uma idade certa para liberar telas para as crianças, no entanto, os pais precisam ficar atentos aos filhos, observar se apresentam mudanças no comportamento e impor limites claros. É necessário que as crianças tenham alternativas de atividades e brincadeiras longe das telas. O ócio e o tédio também são extremamente necessários, como já foi dito anteriormente.

A presença dos pais na vida dos filhos, as conversas em família, ler histórias para estimular o desejo pela leitura é fundamental para o seu desenvolvimento e o interesse pelas atividades fora das telas.

“Brincando, pode-se dizer tudo, até mesmo a verdade” - Sigmund Freud

“Brincar é muito importante, pois enquanto estimula o desenvolvimento intelectual da criança, também ensina, sem que ela perceba, os hábitos necessários ao seu crescimento” – Jean Piaget

"É no brincar, e somente no brincar, que o indivíduo, criança ou adulto, pode ser criativo e utilizar sua personalidade integral" – Donald Winnicott

Escrito por Alvaro Santos - Psicanalista