



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO (UNIVS)
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

JUSSARA ANGELIM BRASIL

ENTRE LIKES E SEGUIDORES: as redes sociais na formação da identidade adolescente

JUSSARA ANGELIM BRASIL

ENTRE LIKES E SEGUIDORES: as redes sociais na formação da identidade adolescente

Trabalho de conclusão de curso, apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como requisito para obtenção de aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão de curso (TCC2), sob a orientação da professora M^a Samara Rocha Magalhães Diógenes.

Ic6/CE
2025

JUSSARA ANGELIM BRASIL

ENTRE LIKES E SEGUIDORES: as redes sociais na formação da identidade adolescente

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como requisito para obtenção de aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão de curso (TCC2), sob a orientação da professora M^a Samara Rocha Magalhães Diógenes.

Aprovada em: ___/___/_____

BANCA EXAMINADORA

M^a Samara Rocha Magalhães Diógenes
Professora Orientadora

M^a Thamires Pereira Alves
Professora Avaliadora 1

Maria Eniana Araújo Gomes Pacheco
Professora Avaliadora 2

ENTRE LIKES E SEGUIDORES: as redes sociais na formação da identidade adolescente

Jussara Angelim Brasil¹
M^a Samara Rocha Magalhães Diógenes²

RESUMO

A adolescência é amplamente reconhecida como um período crucial de transformação biopsicossocial, no qual o indivíduo passa por várias mudanças físicas, psicológicas e sociais. Nessa abordagem, a identidade é compreendida como o resultado da interação entre fatores biológicos e sociais, que se integram por meio das experiências vividas. Nesse contexto, as redes sociais digitais passam a ocupar um papel central no processo de construção identitária durante a adolescência, funcionando como espaços de visibilidade, interação e pertencimento. Com base nessa compreensão, este estudo teve como objetivo, compreender de que maneira as interações nas redes sociais podem influenciar o processo de construção da identidade na adolescência. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada por meio das bases LILACS e Periódicos CAPES. A amostra final foi composta por oito artigos, publicados de 2019 a 2025. A análise seguiu as etapas propostas por Bardin, organizando os achados em três categorias principais. A análise apontou que as redes sociais têm um papel muito importante na formação da identidade pessoal e social dos adolescentes. Elas influenciam diretamente como os jovens se percebem, se comportam e se relacionam com os outros. O ambiente virtual, por um lado, oferece novas formas de expressão e de se sentir parte de algo, mas, por outro, traz desafios importantes para o crescimento emocional e psicológico deles. Conclui-se que, para os adolescentes, construir uma identidade na era das redes sociais requer o desenvolvimento de habilidades emocionais e digitais que favoreçam a distinção entre a autoexpressão autêntica e a pressão por aceitação social

Palavras chaves: Adolescência; Redes Sociais; Identidade Social.

ABSTRACT

Adolescence is widely recognized as a crucial period of biopsychosocial transformation, during which individuals undergo significant physical, psychological, and social changes. In this perspective, identity is understood as the result of the interaction between biological and social factors, integrated through lived experiences. Within this context, digital social networks play a central role in the process of identity construction during adolescence, serving as spaces for visibility, interaction, and belonging. Based on this understanding, this study aimed to comprehend how interactions on social media can influence the process of identity formation among adolescents. This research consisted of an integrative literature review, conducted through the Google Scholar and SciELO, CAPES databases. The final sample comprised eight articles published between 2019 and 2025. Data analysis followed Bardin's content analysis framework, organizing the findings into three main categories. The results indicated that social networks play a significant role in shaping both the personal and social identity of adolescents. They directly influence how young people perceive themselves, behave, and interact with others. The virtual environment, while providing new opportunities for expression and a sense of belonging, also presents important emotional and psychological challenges for adolescent development.

Keywords: Adolescence; Social Networks; Social Identity.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é amplamente reconhecida como um período crucial de transformação biopsicossocial, no qual o indivíduo passa por várias mudanças físicas, psicológicas e sociais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a adolescência corresponde à segunda década da vida, abrangendo a faixa etária dos 10 aos 20 anos. Essa definição também é adotada pelo Ministério da Saúde do Brasil (Brasil, 1990; OMS, 2023).

Bock (2007), define que o período da adolescência é considerado a fase de transição entre a infância e a vida adulta, marcada por intensas transformações físicas (biológicas), emocionais, sexuais e sociais. Durante esse período, o indivíduo busca se adaptar às expectativas culturais da sociedade em que está inserido, ao mesmo tempo que enfrenta os desafios do próprio crescimento.

Quiroga e Vitale (2013), determinam a adolescência como um movimento em direção à construção da individualidade, sendo estabelecida uma distinção nítida entre os conceitos de puberdade e adolescência, considerando a puberdade como o período caracterizado pelas transformações biológicas significativas, como alterações corporais e hormonais, enquanto a adolescência envolve os aspectos psicossociais que acompanham esse processo.

Erikson (1976) foi um dos principais teóricos responsáveis por consolidar a compreensão da adolescência como uma fase específica e essencial do desenvolvimento humano. Com base no conceito de moratória, ele descreve esse período como a transição entre a infância e a vida adulta, marcada por incertezas, conflitos de identidade e dificuldades na definição de papéis sociais. Assim, a adolescência é vista como um estágio singular, em que o indivíduo busca construir uma identidade própria enquanto lida com pressões de ordens social, familiar e pessoal (Erikson, 1976).

A partir dessa perspectiva científica, especialmente com as contribuições da adolescência, é definida como um momento crucial para a formação da identidade. Nessa abordagem, a identidade é compreendida como o resultado da interação entre fatores biológicos e sociais, que se integram por meio das experiências vividas. Durante esse estágio,

os adolescentes enfrentam uma crise interna associada ao processo de construção de si mesmos e à projeção do seu futuro (Erikson, 1976).

De acordo com Erikson (1972), a construção da identidade envolve o processo de definir quem se é, quais os valores que se consideram fundamentais e quais as direções que deseja seguir ao longo da vida. Para esse teórico, a identidade é compreendida como uma concepção de si próprio, fundamentada em um conjunto de valores, crenças e objetivos com as quais o indivíduo se compromete de forma significativa. A formação dessa identidade é influenciada por múltiplos fatores, incluindo aspectos intrapessoais, interpessoais e influências culturais.

Neste sentido, as interações nas redes sociais surgem como um novo e potente fator de influência, presente principalmente na adolescência, quando o pertencimento a grupos e a validação social assumem grande importância. Fialho e Sousa (2019) destacam que o advento das novas tecnologias tem provocado alterações significativas nos modos de vida da sociedade contemporânea, impactando de maneira ainda mais intensa os adolescentes usuários de redes sociais.

Promovendo um espaço contínuo de exposição, comparação e construção de imagens de si mesmo, permitindo experimentar diferentes formas de se expressar, ao mesmo tempo que estão sujeitos às expectativas e julgamentos do outro. Dessa forma, esses ambientes virtuais podem tanto reforçar, quanto desafiar a construção da identidade, sendo uma extensão dos processos já descritos por Erikson (1976) porém agora mediados por tecnologias e dinâmicas sociais em constante transformação.

Nesse contexto, as redes sociais digitais passam a ocupar um papel central no processo de construção identitária durante a adolescência, funcionando como espaços de visibilidade, interação e pertencimento. A partir da teoria da identidade social, proposta por Henri Tajfel (1981), compreende-se que a identidade do indivíduo é construída não apenas por atributos pessoais, mas também pela sua inserção e identificação com grupos sociais.

Assim, as redes sociais ampliam as possibilidades de afiliação, oferecendo múltiplos espaços onde o adolescente pode experimentar diferentes papéis, buscar reconhecimento e afirmar sua pertença a determinados coletivos. Essa dinâmica intensifica os desafios descritos por Erikson (1968) ao inserir a formação da identidade em um ambiente de constante comparação, validação externa e construção de autoimagem mediada por filtros tecnológicos e expectativas sociais.

Considerando esse contexto observa-se que as redes sociais vão além de ampliar a comunicação entre adolescentes, elas se fortalecem como espaços de socialização e experimentação de identidade. Embora oportunizem expressões e pertencimento, também

impõem padrões idealizados de comportamentos, aparência e estilo de vida. Considerando essas transformações, a pesquisa busca responder: De que maneira as interações nas redes sociais podem influenciar o processo de construção da identidade na adolescência?

A escolha da temática surgiu a partir do interesse em compreender as pressões enfrentadas pelos adolescentes na construção de suas identidades, especialmente diante das interações e posicionamentos que desenvolvem por meio das redes sociais.

Além disso, esse interesse foi intensificado pela experiência de estágio da autora junto a esse público, a qual despertou o desejo de compreender de forma mais ampla como os diferentes contextos sociais e digitais participam, em interação com os próprios adolescentes, da construção de suas identidade.

A relevância social desta pesquisa está diretamente ligada à importância de compreender as influências que as redes sociais exercem sobre os adolescentes em um momento tão sensível quanto a construção da identidade. Assim, a pesquisa se mostra socialmente importante por lançar luz sobre um fenômeno contemporâneo que se configura como uma interação mútua, que ao mesmo tempo em que as redes sociais podem influenciar sobre o desenvolvimento das novas gerações, também são constantemente ressignificadas e transformadas pelas formas como os adolescentes as utilizam, revelando assim a complexibilidade dessa relação.

Diante dessa problemática, esta pesquisa propõe a realização de uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de compreender de que maneira as interações nas redes sociais podem influenciar o processo de construção da identidade na adolescência.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 COMPREENDENDO A ADOLESCÊNCIA À LUZ DA PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO

A adolescência é considerada uma das fases mais complexas do desenvolvimento humano, por representar um período de transição entre a infância e a vida adulta, marcada por importantes mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, (Bock, 2007). Papalia e Feldman (2013), destacam que esse período é marcado pelo início da puberdade e é caracterizado pelo amadurecimento das capacidades cognitivas, além da busca pela identidade, sendo essencial para o desenvolvimento da autonomia e da compreensão de si mesmo.

Segundo Quiroga e Vitalle (2013), a adolescência deve ser compreendida como um fenômeno mais amplo do que apenas as mudanças biológicas típicas da puberdade. Os autores enfatizam que essa fase envolve transformações psíquicas e sociais fundamentais para a formação da individualidade. Enquanto a puberdade se refere às alterações fisiológicas e hormonais, a adolescência abrange aspectos subjetivos ligados ao crescimento pessoal e social. Trata-se, portanto, de um momento em que o indivíduo passa a reformular a forma como se percebe, como vê os outros e como compreende o mundo à sua volta.

Essa fase é marcada pela transição entre os referenciais da infância e as responsabilidades da vida adulta, incluindo a reavaliação de valores previamente aceitos, a busca por autonomia, a construção da identidade e o estabelecimento de vínculos com diferentes grupos sociais, em um processo de pertencimento e autoafirmação.

Sob a ótica da psicologia do desenvolvimento, Piaget (1972) compreende a adolescência como o estágio das operações formais, no qual o indivíduo adquire a capacidade de raciocínio abstrato, de elaborar hipóteses e de compreender conceitos complexos. Nesse período, o adolescente passa a refletir criticamente sobre si mesmo, desenvolver planos para o futuro e questionar normas sociais estabelecidas, construindo, assim, novas formas de interpretar a realidade.

Vigotski (1996) propõe uma perspectiva histórico-cultural, na qual o crescimento psicológico do indivíduo está intrinsecamente ligado às interações sociais e à mediação cultural. Para o autor, a adolescência não deve ser vista apenas como um período de crises internas, mas como uma fase de reorganização das funções psicológicas superiores, em que o jovem amplia sua capacidade de reflexão crítica, generalização e consciência de si mesmo. A linguagem, os signos e a participação em práticas culturais desempenham papel central nesse processo, permitindo ao adolescente elaborar novos significados, questionar padrões estabelecidos e projetar-se no futuro. Assim, o desenvolvimento da identidade é inseparável do contexto social, evidenciando a importância da relação dialética entre o indivíduo e a sociedade.

Nesse contexto, Erikson (1976) reconhece a adolescência como etapa essencial do desenvolvimento psicossocial, caracterizada por mudanças externas e internas, nas quais o sujeito enfrenta o desafio de construir uma identidade consistente. O autor introduz o conceito de moratória psicossocial para descrever esse período como uma fase de exploração, em que o adolescente busca integrar suas experiências passadas com seus objetivos futuros, sendo influenciado pelas pressões sociais, familiares e culturais. Quando vivenciada de maneira saudável, essa etapa contribui para o desenvolvimento de uma identidade estável,

contudo, se o processo é interrompido ou mal resolvido, pode resultar em incertezas e dificuldades na definição dos papéis sociais e pessoais do indivíduo.

Complementando essa perspectiva, Bock (2007) ressalta que a adolescência deve ser compreendida também como uma construção histórica e social, influenciada pelas condições do ambiente em que o indivíduo está inserido. Os conflitos vivenciados nesse período não são apenas de ordem interna, mas também refletem contradições sociais, expectativas culturais e as exigências impostas pela sociedade. Compreender a adolescência, portanto, exige reconhecer que o processo de construção identitária está intrinsecamente relacionado às relações sociais e às condições de vida do adolescente, o que torna essa fase um momento decisivo da subjetividade.

2.2 FORMAÇÃO DA IDENTIDADE NA PERSPECTIVA PSICOSSOCIAL

A construção da identidade é um dos processos mais importantes vivenciado durante a adolescência, etapa marcada por intensas transformações nos aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Erikson (1972), por meio de sua teoria do desenvolvimento psicossocial, destacou a formação da identidade como a principal tarefa dessa fase, sendo essencial para que o indivíduo se torne um adulto maduro e consciente de si. Para o autor, construir uma identidade implica definir quem se é, quais os valores desejam seguir, quais caminhos pretende trilhar e quais metas almeja alcançar. Essa identidade corresponde a uma organização integrada do “eu”, formada por um conjunto de crenças, princípios e objetivos com os quais a pessoa se compromete de maneira significativa.

Segundo Ferreira (2003), é durante esse processo de construção da identidade que o adolescente começa a desenvolver suas primeiras concepções de quem é e quem deseja se tornar. Essas definições iniciais são profundamente influenciadas pelo contexto em que o indivíduo está inserido, incluindo fatores familiares, culturais, sociais e institucionais, o que torna essa etapa fundamental para o desenvolvimento psicossocial.

De acordo com a teoria psicossocial de Erikson (1979), esse processo pode seguir dois caminhos: o polo positivo no qual o adolescente faz escolhas conscientes sobre seus valores e metas, buscando uma sensação de continuidade e pertencimento em seu contexto cultural; e o polo negativo, marcado pela difusão da identidade, em que o adolescente enfrenta dificuldades para se conhecer e se posicionar, resultando em insegurança e falta de direção. Assim, o percurso mais saudável é aquele que o adolescente, com apoio de seu meio social, consegue fortalecer sua identidade de forma coesa e estável.

Marcia (2009) ampliou a teoria psicossocial de Erikson ao propor uma explicação mais detalhada do desenvolvimento da identidade, baseada em dois elementos fundamentais: a exploração e o comprometimento. A exploração refere-se ao processo em que o adolescente questiona, investiga e experimenta diferentes possibilidades de vida, em uma busca ativa por autoconhecimento. Já o comprometimento ocorre quando, após essa fase exploratória, o adolescente faz escolhas conscientes e passa a assumir responsabilidades por elas, conferindo direção e estabilidade à sua identidade.

Considerando que a formação da identidade envolve tanto decisões conscientes quanto influências externas, é essencial compreender a complexidade desse processo, especialmente no que diz respeito às crises vivenciadas durante a adolescência. Nesse sentido, Erikson (1988) concebe a crise de identidade. Já o comprometimento ocorre quando, após essa fase exploratória, o adolescente faz escolhas conscientes e passa a assumir responsabilidades por elas, conferindo direção e estabilidade à sua identidade.

No plano psíquico, a identidade engloba conteúdos conscientes e inconscientes, e sua crise pode provocar desde insegurança e fragilidade emocional até projeções idealizadas sobre o futuro. Trata-se de uma etapa natural do desenvolvimento, que ocorre quando o sujeito alcança uma certa maturidade física, cognitiva e social. No aspecto social, a identidade é construída por meio da interação com a comunidade e dos modelos culturais disponíveis. Já sua dimensão psichistórica, evidencia que esses modelos são moldados por contextos históricos específicos, influenciando a profundidade e a forma como a crise é vivenciada. Em alguns cenários, ela pode ser percebida como um processo de transformação; em outros, pode nem ser reconhecida como crise.

Além disso, a compreensão da identidade não se esgota na perspectiva de Erikson, autores contemporâneos ampliam essa discussão ao situar a identidade como um fenômeno dinâmico e relacional. Bauman (2005), por exemplo, ao abordar a modernidade líquida, defende que a identidade deixou de ser algo fixo e imutável, passando a assumir caráter fluido e transitório. Em sociedades marcadas pela instabilidade e pela multiplicidade de opções, a identidade não é mais um destino, mas um processo de escolhas sucessivas, em que o sujeito transita por diferentes papéis e pertencimentos, experimentando possibilidades identitárias de forma contínua.

Diante do exposto, compreende-se que a construção da identidade na adolescência é um processo dinâmico, atravessado por aspectos individuais, familiares, sociais e culturais, conforme evidenciado nas contribuições de Erikson (1976) e Marcia (2009). No entanto, para além da dimensão intrapsíquica, é fundamental considerar também as influências

coletivas e grupais nesse processo, especialmente em uma fase marcada pela necessidade de pertencimento e reconhecimento social.

Nesse sentido, a teoria da identidade social, proposta por Tajfel e Turner (1979), amplia a compreensão da identidade ao destacar o papel das interações sociais e da inserção em grupos na constituição do self. Assim, torna-se necessário analisar como as relações sociais, os vínculos grupais e os processos de categorização influenciam a forma como o adolescente se percebe e é percebido, sobretudo em contextos contemporâneos mediados pelas redes sociais.

2.3 TEORIA DA IDENTIDADE SOCIAL: FUNDAMENTOS E CONTRIBUIÇÕES

A Teoria da Identidade Social foi desenvolvida por Henri Tajfel e posteriormente expandida por John Turner, com o propósito de compreender como os indivíduos constroem sua identidade a partir dos grupos sociais aos quais pertencem. De acordo com, Tajfel e Turner (1979), a identidade social corresponde à parte do autoconceito que deriva do conhecimento que o indivíduo possui sobre sua pertença a um ou mais grupos sociais, justamente com o valor emocional e simbólico atribuído a essa vinculação.

Sob essa perspectiva, Lousã (2000) acrescenta que a identidade social é formada não apenas a partir das características e atributos que definem determinado grupo ou categoria social, mas também do significado avaliativo atribuído a essa pertença. Esse significado inclui a carga valorativa — positiva ou negativa — associada ao grupo, bem como o envolvimento emocional ligado ao reconhecimento desses atributos e julgamentos sociais. Esses componentes são considerados fundamentais para a constituição de uma identidade social sólida.

Ainda segundo Lousã (2000), os indivíduos tendem a buscar ou manter uma identidade social positiva. Na teoria da identidade social, essa positividade é alcançada por meio de processos de comparação entre grupos sociais, sendo que essas comparações se tornam relevantes apenas quando realizadas em dimensões socialmente significativas e carregadas de valor simbólico.

Para Tajfel (1982), os aspectos centrais para o sentimento de pertencimento a um grupo estão presentes quando o indivíduo se identifica com esse grupo e, ao mesmo tempo, é reconhecido pelos outros como um de seus membros. Nesse contexto, o favorecimento do grupo de pertencimento (*ingroup*) não se limita ao reconhecimento da posição que o sujeito

ocupa em determinada categoria social, mas envolve também os significados emocionais e valorativos que ele atribui a essa pertença.

Com o avanço das tecnologias de informação e a popularização das redes sociais digitais, o processo de construção da identidade passou a ocorrer também em ambientes virtuais, nos quais as dinâmicas de pertencimento, reconhecimento e comparação social se intensificam. Nesse novo cenário, as interações online se configuram como espaços relevantes de afirmação identitária, especialmente entre adolescentes, que se encontram em uma fase de intensa busca por pertencimento e validação social.

As redes sociais tornam-se, assim, uma extensão simbólica dos grupos sociais, mediando a maneira como os indivíduos se percebem e são percebidos. Como apontam Castells (2003) e Goffman (1999), os ambientes digitais não apenas reproduzem relações sociais, mas criam novas formas de representação de si, nas quais a identidade é constantemente construída, performada e negociada diante do olhar do outro.

2.4 REDES SOCIAIS E A CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE NA ADOLESCÊNCIA

Souza e Cunha (2019), destacam que, com a evolução do século XXI, a internet e as mídias digitais assumiram um papel central nas relações sociais contemporâneas, tornando-se praticamente indispensáveis no cotidiano da sociedade — especialmente entre os adolescentes. Entre suas principais contribuições, destaca-se a ampliação das formas de comunicação, agora mediadas por ligações e e-mails, mas sobretudo pelas redes sociais digitais. Essas plataformas não só encurtaram distâncias, como também transformaram os modos de interação, expressão e pertencimento, configurando-se como espaços fundamentais na vivência juvenil (Milani, 2012).

Nesse contexto, as interações nas redes sociais surgem como um fator potente sobre o processo de construção da identidade, especialmente na adolescência fase em que o pertencimento a grupos e a validação social assumem grande relevância Neto e Tavares (2019). Fialho e Sousa (2019), afirmam que o advento das novas tecnologias provocou alterações significativas nos modos de vida da sociedade contemporânea, impactando com intensidade em particular os adolescentes, que são os principais usuários desses meios.

Esses ambientes digitais promovem uma exposição constante, favorecendo a comparação social e a construção de autoimagens. Permitem, por um lado, a experimentação de diferentes formas de expressão; por outro, submetem os jovens às expectativas e

julgamentos de seus pares. Assim, as redes sociais podem tanto reforçar quanto desafiar o desenvolvimento de uma identidade autêntica.

Diante desse cenário, observa-se que os adolescentes vêm transformando suas formas de pensar, interagir e estabelecer vínculos sociais. Vasconcelos (2015) aponta que essas mudanças refletem não apenas a evolução tecnológica, mas também alterações nas normas, valores sociais e nos próprios processos de construção da identidade.

A influência das interações digitais torna-se evidente na formação subjetiva dos jovens, interferindo diretamente na maneira como percebem a si mesmos e ao outro. Compreender como os adolescentes participam desses espaços virtuais e como essas vivências online afetam sua autoimagem é fundamental para a análise dos desafios contemporâneos associados à identidade juvenil.

Além disso, com a intensa digitalização das relações, os influenciadores digitais passaram a ocupar um lugar de destaque como referências de comportamento, consumo e estilo de vida. Segundo Soares, et. al. (2023), esses sujeitos exercem forte influência sobre os adolescentes ao projetarem modelos idealizados de existência. Ao utilizarem as redes como forma de entretenimento e socialização, os jovens encontram nelas um espaço de refúgio e experimentação identitária, muitas vezes pautado por representações distorcidas da realidade.

Embora essa dinâmica possa parecer inofensiva, torna-se preocupante quando o uso dessas plataformas se dá de forma excessiva e desregulada, favorecendo o surgimento de transtornos emocionais e insatisfações pessoais. Nesse processo, a identidade é moldada de forma vulnerável, influenciada por padrões externos muitas vezes inalcançáveis.

Por fim, como destacam Oliveira e Santos (2022), as redes sociais digitais, ao mesmo tempo que ampliam as possibilidades de expressão e pertencimento, também exercem uma influência profunda e, por vezes, prejudicial sobre o desenvolvimento da identidade na adolescência. A exposição contínua a modelos idealizados, somada às comparações constantes, pode fragilizar a construção de uma autoimagem segura, gerando inseguranças e dúvidas quanto ao próprio valor. Dessa forma, compreender os efeitos das redes sociais nesse processo é essencial para fomentar uma vivência digital mais crítica, consciente e equilibrada, contribuindo para o desenvolvimento saudável da identidade entre os adolescentes.

3 METODOLOGIA

Essa pesquisa adota uma abordagem qualitativa, voltada à compreensão de fenômenos sociais a partir dos significados atribuídos pelos sujeitos. Segundo Creswell (2010), esse tipo de investigação busca explorar e compreender o sentido que indivíduos ou grupos conferem a questões de natureza humana ou social, exigindo do pesquisador uma postura reflexiva e interpretativa. Os dados analisados são predominantemente textuais, visuais e audiovisuais, sem ênfase em tratamentos estatísticos.

O estudo possui caráter exploratório, com o objetivo de ampliar o conhecimento sobre a temática e favorecer uma aproximação inicial e aprofundada do objeto investigado (Gil, 2019; Sampieri; Collado; Lucio, 2013).

Adota-se, ainda, uma revisão integrativa de literatura, contemplando estudos experimentais e não experimentais, o que possibilita uma compreensão ampla do tema, a definição de conceitos, a revisão de teorias e a análise de aspectos metodológicos relevantes (Sousa, 2010).

Essa revisão integrativa foi desenvolvida em seis etapas: definição do tema e da problemática; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; seleção das informações extraídas dos estudos; análise crítica dos dados; interpretação dos resultados; e, por fim, a apresentação e síntese do conhecimento produzido.

Foram definidos como critérios de inclusão artigos científicos publicados em língua portuguesa, disponíveis na íntegra e com acesso gratuito nas bases de dados SciELO, LILACS e Periódicos CAPES, que abordassem diretamente a temática proposta na revisão integrativa e respondessem à questão de pesquisa, contemplando estudos empíricos, teóricos ou de revisão, revisados por pares e publicados nos últimos cinco anos (2019-2025).

Foram excluídos trabalhos não disponíveis na íntegra, com acesso restrito, duplicados entre as bases, escritos em outros idiomas, bem como dissertações, teses, monografias, capítulos de livros, anais de eventos, resumos expandidos e documentos institucionais. Também foram excluídos artigos que não tratassem especificamente da temática central da pesquisa ou apresentassem dados desatualizados em relação ao objeto de estudo.

A busca pelos artigos científicos foi realizada na base de dados da CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), seguindo etapas sistemáticas para garantir a relevância e a atualidade das produções selecionadas. Na busca inicial, foram identificados 1.376 artigos, os quais passaram por um filtro temporal, limitando o período de publicação entre 2019 e 2025, como considerando os critérios de

inclusão. Após essa primeira filtragem, restaram 20 estudos.

Em seguida, aplicaram-se descritores específicos para refinar a pesquisa. Na primeira seleção por descritores, utilizou-se o termo “Adolescência AND identidade”, resultando em 1.720 publicações, das quais 10 atenderam aos critérios propostos. Posteriormente, com o descritor “Adolescência AND redes sociais”, foram encontrados 866 estudos, sendo 6 selecionados. Por fim, com o descritor “Identidade AND redes sociais”, foram identificados 790 artigos, dos quais 4 permaneceram na amostra.

Após essa etapa, aplicaram-se os critérios de exclusão, que consideraram a duplicidade, a inadequação ao tema e a não conformidade com os critérios de elegibilidade. Com isso, 5 estudos foram excluídos. Dessa forma, a seleção final resultou em 8 artigos que atenderam plenamente aos critérios estabelecidos, compondo o corpus final de análise utilizado nesta pesquisa.

Os estudos selecionados foram submetidos à análise de conteúdo, conforme o referencial metodológico proposto por Bardin (2011), que possibilita identificar, categorizar e interpretar de forma sistemática os significados presentes nos textos, favorecendo uma compreensão aprofundada das evidências encontradas na literatura.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados obtidos nesta revisão integrativa permitem visualizar um panorama consistente sobre as relações entre redes sociais e a formação da identidade na adolescência. De forma geral, os oito artigos selecionados convergem ao indicar que as plataformas digitais exercem influência significativa tanto na ampliação das possibilidades de expressão e pertencimento quanto na intensificação de desafios ligados à comparação social, autoimagem e saúde emocional.

Para melhor organização da análise, a tabela a seguir apresenta o processo de seleção e os estudos incluídos nesta pesquisa, sintetizando autores, ano de publicação e principais enfoques temáticos. Esses dados constituem a base para a discussão que se seguirá, na qual os achados serão articulados às contribuições teóricas já exploradas na fundamentação, permitindo compreender como os modelos clássicos de formação identitária se atualizam no cenário digital contemporâneo.

A tabela 1 sintetiza os artigos selecionados para análise, organizando-os por autor, ano, título e objetivo. Essa sistematização permite visualizar os enfoques adotados nas diferentes produções científicas, facilitando a identificação das convergências e especificidades que serão

discutidas nos tópicos seguintes.

Tabela 1 – Artigos analisados no estudo

Artigo	Autores	Ano	Título	Objetivo
A1	CALLEGARIO, Julia Kayná; PIZATO, Elaine Cristina Gardinal.	2024	Redes sociais e os impactos na subjetividade dos adolescentes: uma revisão bibliográfica	Analisar o impacto das redes sociais no cotidiano dos adolescentes e quais os sinais para identificar problemáticas advindas do uso excessivo.
A2	LIMA, Júlia Maria de Souza; SILVA, Mayara Silvana da; GÁRCIA, Melissa	2024	Efeitos da influência da tecnologia na saúde mental e no desenvolvimento social de adolescentes: uma revisão sistemática da literatura	Analisar os efeitos da influência tecnológica na saúde mental e no desenvolvimento social de adolescentes.
A3	SILVA, Hannah Lupato; DELLA MEA, Cristina Pilla.	2023	Uso de rede sociais e autoimagem em adolescentes: uma revisão narrativa	Descrever os principais impactos das redes sociais na autoimagem de adolescentes
A4	DE OLIVEIRA, Douglas Batista et al.	2021	Identities fragmentárias dos adolescentes na globalização: uma revisão integrativa	Analisar a produção científica que considere os impactos da globalização na construção da identidade de adolescentes.

A5	DE SOUZA, Valentina Bezerra; DA SILVA CHAGAS, Jennyfer Amanda Alves; DE CARVALHO JUNIOR, Stelio Novais	2023	A Exposição de Adolescentes ao Facebook: Uma Revisão Sistemática	Analisar a exposição de adolescentes ao Facebook as implicações dessa exposição para a formação do Self.
A6	DE ALENCAR, Maria Isabella Pereira; OLIVEIRA, Maria Eduarda Bonfim.	2025	A influência das mídias sociais na construção da autoimagem do adolescente: uma revisão de literatura	Analisar o impacto das mídias sociais na autoimagem dos adolescentes e desenvolver estratégias de intervenção para promover melhores autoimagens nesse grupo.
A7	SILVA, Ana Lúcia Rodrigues	2025	A influência da mídia na imagem corporal e autoestima de adolescentes: uma revisão narrativa	Analisar a influência da exposição à mídia na percepção da imagem corporal e na autoestima de adolescentes.
A8	ALMEIDA, Tainá Ulli Carvalho de	2022	A influência da comparação social na apresentação de si de adolescentes na rede social digital Instagram	Analisar como o processo de comparação social dos adolescentes repercute na construção das suas apresentações de si na rede social digital Instagram.

Ao longo deste estudo, discutiu-se como as interações nas redes sociais influenciam o processo de construção da identidade na adolescência, considerando os múltiplos significados e experiências compartilhadas nesse ambiente virtual. As análises evidenciaram que o uso das redes não se limita a um espaço de socialização, mas configura-se como um campo simbólico de autoexpressão, reconhecimento e pertencimento, no qual os adolescentes constroem, negociam e reconfiguram aspectos de si mesmos diante do olhar do outro.

Esses resultados permitiram compreender que a identidade, nesse contexto, é marcada por um dinamismo contínuo, atravessado por fatores socioculturais, afetivos e tecnológicos. O comportamento on-line, as interações em comunidades virtuais e as formas de exposição pessoal revelaram nuances significativas sobre os modos contemporâneos de ser e de se relacionar.

Dessa forma, foram definidas três categorias de discussão que sintetizam os principais eixos interpretativos do estudo: (4.1) A identidade em construção: o papel das

interações sociais no ambiente digital; (4.2) A imagem idealizada de si: performance, aparência e pertencimento; e (4.3) Validação e reconhecimento: o impacto das interações digitais na autoestima e na autoimagem. Cada uma dessas categorias será analisada à luz da teoria do desenvolvimento da adolescência e da teoria da identidade social, buscando compreender de que modo os processos de interação digital influenciam a constituição subjetiva e social do adolescente contemporâneo.

4.1 A identidade em construção: o papel das interações sociais no ambiente digital

No A1, Callegario e Pizato (2024), destacou-se que as redes sociais influenciam significativamente na formação da subjetividade dos adolescentes, funcionando como espaços de socialização, expressão e reconhecimento, ou seja, conforme as autoras, as plataformas digitais configuram-se como extensões do convívio social, nas quais os adolescentes projetam versões de si e experimentam papéis sociais. Por um lado, essas plataformas ajudam a explorar e mostrar diferentes identidades. Por outro, a exposição contínua a conteúdos prejudiciais, informações incorretas e a cultura do imediatismo pode causar efeitos negativos, como distorções da realidade, questões de saúde mental e dificuldades na construção de uma identidade firme.

Dessa forma, ao relacionarmos as ideias de Callegario e Pizato (2024) com a Teoria da Identidade Social Henri Tajfel (1979), fica claro que a formação da identidade dos adolescentes nas redes sociais está muito ligada à busca por pertencimento e reconhecimento em determinados grupos online. Nos ambientes digitais, os jovens costumam adotar comportamentos, linguagens e estilos que reforçam sua ligação com comunidades específicas, procurando validação através de curtidas, comentários e seguidores. Isso mostra que a identidade social está sempre sendo negociada e reformulada por meio das interações simbólicas nesses espaços. Assim, o mundo virtual se torna um lugar onde os adolescentes podem experimentar diferentes aspectos de si mesmos, mas também se tornam mais vulneráveis, já que a necessidade de aceitação pode gerar pressões para se encaixar e acabar prejudicando a autenticidade do "eu" que estão construindo.

Conforme os achados da pesquisa, identificou-se que nos estudos de Lima, Silva e Garcia (2024) e Silva e Della Mea (2023), há um consenso entre eles, ao afirmarem que a imagem no qual os adolescentes têm de si mesmos é bastante influenciada pelo que eles assistem, compartilham e veem nas mídias digitais. As autoras explicam que o espaço virtual funciona como um “espelho simbólico”, onde o jovem vai formando e reformando sua identidade com base na opinião dos outros.

Essa rotina de se comparar com os demais pode acabar distorcendo a forma como ele se enxerga, causando insegurança e uma necessidade constante de aprovação dos colegas. Nesse contexto, a autoimagem torna-se um elemento central na construção da identidade adolescente. A necessidade de pertencimento, bem como a aceitação social impulsionam os jovens a transformarem suas aparências e comportamentos de acordo com os padrões virtuais.

De acordo com a Teoria da Identidade Social de Henri Tajfel (1979), os resultados apresentados por Lima, Silva e Garcia (2024), assim como por Silva e Della Mea (2023), podem ser entendidos a partir da necessidade que os adolescentes têm de pertencer e serem reconhecidos socialmente. Tajfel explica que a identidade de uma pessoa se forma, em parte, ao se identificar com certos grupos sociais e ao valor que ela atribui a essa participação. Assim, o comportamento dos jovens nas redes sociais pode ser visto como uma maneira de buscar integração e reconhecimento dentro de grupos virtuais, onde a aprovação é demonstrada por meio de curtidas, comentário

O conceito de “espelho simbólico”, conforme proposto por Lima, Silva e Garcia (2024), assim como por Silva e Della Mea (2023, refere-se ao processo de comparação social que orienta a construção da autoimagem e da identidade, fenômeno amplamente discutido por Tajfel (1979) em sua teoria da identidade social. Segundo o autor, o indivíduo avalia a si mesmo com base na posição e no status que ocupa em relação aos outros, o que pode favorecer sentimentos de pertencimento, mas também gerar pressões para a conformidade a determinados padrões sociais.

Essa dinâmica pode resultar em vulnerabilidades emocionais, uma vez que a percepção de si passa a depender excessivamente do reconhecimento e das opiniões externas. Desse modo, a teoria de Tajfel constitui um referencial relevante para compreender como a busca por aceitação e pertencimento, especialmente nas redes sociais, influencia a formação identitária e o autoconceito dos adolescentes na contemporaneidade.

Retornando ao A1, Callegario e Pizato (2024) reforça uso constante das redes sociais se transforma em um fator determinante na maneira como os adolescentes constroem suas percepções sobre si e sobre o mundo. As autoras observam que o ambiente digital atua como um espaço de expressão e experimentação identitária, permitindo que o jovem explore diferentes versões de si mesmo e busque pertencimento em diversos grupos sociais.

Por sua vez, no A4, Oliveira *et al.* (2021) eles ampliam a discussão ao relacionar esse fenômeno da influência das mídias digitais na construção da identidade adolescente com a globalização e a formação de identidades mais fragmentadas. Para esses autores, o ambiente digital, cheio de informações rápidas e referências culturais variadas, ajuda a criar identidades

mais flexíveis e menos fixas. O adolescente, ao navegar por diferentes comunidades online, costuma adotar discursos e comportamentos variados, mostrando como a identidade na nossa época é plural e passageira.

Para Oliveira *et al.* (2021) estar em contato com várias referências culturais e receber uma quantidade constante de informações pelas redes sociais ajuda a criar identidades mais flexíveis e menos fixas. Nesse cenário, a ideia de Henri Tajfel é muito importante, pois ele diz que "a identidade social de uma pessoa vem do seu conhecimento de fazer parte de um grupo social, junto com o valor e o significado emocional que essa pertença tem para ela" (1979, p. 60).

Com isso, fica claro que o adolescente, ao passar por diferentes comunidades online, vai moldando e reformulando sua identidade o tempo todo, com base no reconhecimento e na validação dos grupos que ele quer fazer parte. Dessa forma, o ambiente digital, cheio de interações variadas e de trocas rápidas de símbolos e mensagens, reforça a ideia de que a identidade social hoje é algo dinâmico e relacional, cada vez mais dependente das conexões e dos sentidos que atribuímos nesse espaço virtual.

Nesse contexto, nota-se que as interações sociais no espaço digital espelham, bem como também moldam a identidade dos adolescentes. O meio virtual caracteriza-se como um espaço simbólico onde se relacionam pertencimento, reconhecimento e visibilidade, tendo influência direta sobre o processo de construção da subjetividade dos adolescentes. Desse modo, os estudos analisados apontam uma convergência ao evidenciar que as redes sociais assumem uma dupla função: por um lado, potencializam a socialização e a manifestação da individualidade; por outro, geram pressões sociais e emocionais que podem fragilizar o desenvolvimento identitário equilibrado.

4.2 *A imagem idealizada de si: performance, aparência e pertencimento*

Verificou-se nos resultados do A5 que os ambientes das redes sociais digitais, acaba sendo fundamental na construção da identidade dos adolescentes. Eles têm o desejo de se sentir parte de um grupo e de serem aceitos socialmente, o que os leva a ajustar sua aparência e comportamento de acordo com os padrões valorizados online. Segundo Souza, Chagas e Carvalho Junior (2023), plataformas como o Facebook funcionam como verdadeiras vitrines onde os jovens exibem suas personalidades, criando apresentações cuidadosamente planejadas para conquistar aprovação e reconhecimento. Essa troca faz com que o “eu” se torne algo como

um produto simbólico, mediado por curtidas e comentários, aumentando ainda mais a busca por uma imagem idealizada e socialmente aceita.

De Alencar e Oliveira (2025) destacam que as redes sociais exercem grande influência sobre a forma como os adolescentes percebem a si mesmos, especialmente em relação à beleza, ao sucesso e à felicidade. A constante exposição a corpos e estilos de vida idealizados leva os jovens a comparações contínuas entre a realidade e as imagens apresentadas online, gerando sentimentos de inadequação e baixa autoestima. Nesse contexto, muitos adolescentes passam a buscar afirmação por meio de métricas digitais, como curtidas e número de seguidores, construindo uma imagem online que nem sempre reflete sua realidade, mas sim um "eu desejado" que desejam mostrar ao mundo.

Para Vigotski (1996), a adolescência não é apenas um período de crises internas, mas uma fase de reorganização das funções psicológicas superiores, em que o jovem amplia sua capacidade de reflexão crítica, consciência de si mesmo e compreensão do mundo. Assim, a construção da identidade online pode ser vista como parte desse processo de mediação cultural, em que o adolescente experimenta, negocia e expressa diferentes dimensões de si mesmo dentro de um ambiente social e simbólico específico.

De Alencar e Oliveira (2025) destacam que as redes sociais têm uma grande influência na forma como os adolescentes enxergam a si mesmos, especialmente em relação à beleza, ao sucesso e à felicidade. Quando eles estão sempre vendo conteúdos que mostram corpos e estilos de vida considerados ideais, acabam fazendo comparações constantes entre o que é real e o que é exibido na internet. Essa comparação pode fazer com que se sintam inadequados ou com baixa autoestima. Por isso, muitos jovens passam a buscar se afirmar por meio de métricas digitais, como o número de seguidores ou curtidas. Dessa forma, a imagem que eles constroem online muitas vezes não corresponde à realidade, sendo mais uma representação de um "eu desejado" que eles querem mostrar ao mundo.

Ao relacionar os estudos de Souza, Chagas e Carvalho Junior (2023) e de Alencar e Oliveira (2025) com a Teoria da Identidade Social de Tajfel (1982), podemos entender que a formação da identidade dos adolescentes nas redes sociais está muito ligada ao desejo de serem reconhecidos e de se sentirem parte de um grupo. Segundo Tajfel (1982), a identidade social aquela parte da nossa autoimagem que vem do fato de sabermos que fazemos parte de um grupo social, além do valor e das emoções que associamos a essa pertença. Nesse sentido, as redes sociais funcionam como ambientes simbólicos onde os jovens buscam constantemente aprovação e integração em grupos virtuais, muitas vezes ajustando sua aparência, suas palavras e seus comportamentos para se encaixar nos padrões mais valorizados.

De acordo com Souza, Chagas e Carvalho Junior (2023), as plataformas digitais funcionam como verdadeiras vitrines onde as pessoas podem mostrar quem são. Nelas, o “eu” é apresentado como um produto simbólico, que recebe curtidas e comentários, influenciando a forma como nos vemos. Já Alencar e Oliveira (2025) destacam que essa constante comparação e busca por aceitação acabam fortalecendo a criação de um “eu idealizado”, que é moldado pelas expectativas da sociedade e pelos modelos de sucesso que circulam na internet. Com base na teoria de Tajfel (1982), podemos entender que a identidade digital dos adolescentes está sempre sendo negociada e reformulada através das interações com os outros e dos julgamentos coletivos. Isso mostra como as relações em grupo têm um papel importante na formação do autoconhecimento e da autoestima nessa fase da vida.

Nessa mesma direção, no A7, Silva (2025), aponta que a mídia e as redes sociais ajudam a criar padrões de beleza e corpo que muitas vezes são impossíveis de alcançar. Isso é especialmente verdadeiro entre os adolescentes, que estão passando por uma fase importante de formação da identidade. Quando eles veem constantemente imagens de corpos perfeitos e rotinas de vida idealizadas, isso reforça estereótipos que podem afetar a autoestima e a maneira como eles percebem sua própria aparência. A autora ressalta que, ao internalizar esses padrões, muitas pessoas podem ficar insatisfeitas com o próprio corpo, ter uma autoimagem distorcida e até desenvolver problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão.

Ao relacionar a teoria psicossocial de Erikson (1979) com as considerações de Silva (2025), percebe-se que o processo de construção da identidade na adolescência é profundamente afetado pelas influências culturais e midiáticas. Para Erikson (1979), essa etapa é marcada pela busca de coerência entre quem o indivíduo é e o que deseja ser, o que pode resultar tanto em um fortalecimento identitário quanto em uma crise de indefinição. Nesse sentido, as redes sociais se tornam um cenário simbólico onde essas disputas internas se intensificam, já que, como destaca Silva (2025), os jovens são constantemente expostos a padrões de beleza, sucesso e estilo de vida inatingíveis.

Ao internalizar esses modelos idealizados, muitos adolescentes acabam vivenciando o polo negativo descrito por Erikson — a difusão da identidade — caracterizada pela insegurança, comparação constante e perda de referência pessoal. Assim, a construção do “eu” passa a depender cada vez mais da aprovação externa, o que fragiliza o desenvolvimento de uma identidade autêntica e estável.

Os estudos analisados convergem ao deixar em evidência que as redes sociais funcionam como meios de visibilidade e validação, onde o adolescente aprende a negociar sua identidade por meio da imagem. A constante procura por pertencimento é mediada pela

performance visual e pela aceitação a padrões estéticos que asseguram suas aprovações dentro das comunidades virtuais. Deste modo, a imagem que eles têm de si, passa a ser não só uma representação pessoal para se tornar uma construção coletiva, moldada pelas expectativas e ações do outro.

Esse cenário reflete o ambiente digital espaço que favorece a formação de identidades performáticas e idealizadas, de modo que a aparência e aceitação se tornam dimensões indissociáveis. O desafio contemporâneo consiste em oportunizar práticas educativas e sociais que incentivem o uso crítico das redes e a valorização da autenticidade, de maneira que os adolescentes consigam reconhecer-se para além dos filtros e das métricas de popularidade.

4.3 Validação e reconhecimento: o impacto das interações digitais na autoestima e na autoimagem

Na contemporaneidade, as redes sociais são lugares muito importantes para que os adolescentes possam construir e mostrar quem são. Eles têm o desejo de serem vistos, valorizados e aceitos, e isso faz com que busquem constantemente reconhecimento online, através de curtidas, comentários e compartilhamentos. Essa realidade muda a forma como o adolescente se enxerga e como vê os outros, pois estar visível na internet passa a ser visto como algo que demonstra seu valor social. Dessa forma, as interações digitais deixam de ser apenas formas de comunicação e passam a funcionar como espelhos simbólicos, onde cada um observa e avalia sua importância dentro do grupo social.

No A8, Almeida (2022) afirma o processo de comparação social como parte fundamental nesse fenômeno. Essa pesquisa analisa o comportamento de adolescentes no Instagram, como resultado verifica-se que a maneira como cada um se apresenta nas redes está muito ligada à opinião dos outros. Os jovens criam e ajustam sua imagem com base no tipo de reconhecimento que desejam receber, o que faz com que eles fiquem sempre atentos ao que pensam de si mesmos. Essa vigilância constante faz com que usar as redes sociais se torne quase um exercício de performance de quem eles são, onde o valor pessoal é avaliado pela quantidade de interações positivas que recebe.

Deste modo as interações digitais, portanto, passam a funcionar como meios de validação social. Cada curtida ou comentário é subjetivado como uma forma de aprovação, e a ausência dessas reações pode ser entendida como rejeição. Esse processo colabora para que a autoestima dos adolescentes se torne instável e dependente de fatores externos, atrelando o sentimento de bem-estar ao engajamento conquistado nas redes sociais. Conforme destaca

Almeida (2022), essa lógica de reconhecimento pode acarretar em fragilidade emocional, ou seja, o adolescente tende a vincular sua autopercepção à aceitação momentânea do público virtual.

Além disso, no A7 reforça que a busca por validação leva os adolescentes a se promoverem e a criarem uma imagem idealizada de si mesmos. Eles costumam editar, filtrar e controlar cuidadosamente o que compartilham nas redes sociais, com o objetivo de estar de acordo com os padrões de beleza, estilo e comportamento que veem por lá. Essa prática pode dar uma sensação rápida de pertencimento, mas também causa conflitos internos, porque a imagem que eles mostram nem sempre corresponde à realidade que vivem. Assim, o “eu digital” começa a competir com o “eu real”, gerando tensões entre ser verdadeiro e parecer perfeito. (SILVA, 2025).

Ao relacionar os estudos de Silva (2025) e Soares *et al.* (2023), dá para perceber que ambos mostram como a busca por validação e o consumo de modelos idealizados nas redes sociais influenciam bastante a formação da identidade dos adolescentes. Silva (2025) explica que os jovens começam a criar um “eu digital” bem cuidado, editado para parecer de acordo com as expectativas sociais de beleza, sucesso e comportamento. Já Soares *et al.* (2023) acrescentam que os influenciadores digitais reforçam esses padrões ao mostrar estilos de vida e formas de existir que parecem perfeitas.

Por isso, o adolescente, ao tentar se encaixar nessas imagens, acaba transformando sua autoimagem em uma espécie de vitrine para receber aprovação social. Isso cria uma tensão entre o que ele realmente é e o que parece ser, entre o ser e o parecer, entre o real e o idealizado. Essa situação torna a identidade algo instável e vulnerável, sempre influenciada pelos olhares dos outros e por comparações constantes, o que pode gerar sentimentos de inadequação, insatisfação e fragilidade.

Nesse cenário, ficar se comparando com influenciadores e colegas aumenta a sensação de inadequação e insegurança. Quando os adolescentes comparam suas vidas reais com as versões idealizadas que veem nas redes, muitas vezes acabam achando sua própria rotina menos interessante ou suficiente. Essa percepção distorcida pode afetar a autoestima, gerar ansiedade e deixar as pessoas insatisfeitas com sua aparência e sua posição social. Como afirma Almeida (2022), a busca constante de ser aceito no meio virtual intensifica o medo de exclusão e reforça a dependência da aprovação do outro sobre si, constituindo um ciclo de vulnerabilidade emocional.

Por outro lado, é importante perceber que o mesmo ambiente digital que pode afetar a autoestima também traz oportunidades de se expressar e se sentir mais fortalecido. Muitos

adolescentes usam as redes sociais para explorar são, compartilhar suas opiniões encontrar grupos de apoio, especialmente aqueles que não se sentem acolhidos em seus ambientes presenciais. Assim, as redes sociais podem ser vistas como espaços onde é possível resistir e uma imagem positiva de si mesmo, desde que o uso seja feito de forma consciente e equilibrada. O grande desafio é incentivar práticas que valorizem o diálogo, o respeito e a sinceridade, ao invés de buscar constantemente validação externa

Assim, os resultados de Almeida (2022) mostram que a validação digital tem um lado ambíguo. Por um lado, ela pode ajudar a criar um sentimento de pertencimento e reconhecimento, mas, por outro, também pode levar à dependência emocional e à insegurança pessoal. Os adolescentes, que estão passando por uma fase de formação da identidade, são especialmente vulneráveis a esses efeitos, já que nas redes sociais eles vivem uma rotina de avaliação e comparação constante. Por isso, é fundamental que a família e a escola atuem juntos na educação para o uso consciente das mídias, incentivando reflexões sobre autoestima, identidade e os limites do reconhecimento virtual.

Ao relacionar os achados de Almeida (2022) com a Teoria da Identidade Social discutida por Lousã (2000), percebe-se que o processo de comparação social observado entre os adolescentes no ambiente digital está profundamente vinculado à necessidade de pertencimento e reconhecimento coletivo. Conforme Lousã (2000), a identidade social não se constrói apenas a partir das características individuais, mas também do significado avaliativo e emocional atribuído à pertença a determinados grupos.

De acordo com Almeida (2022), os jovens costumam ajustar suas postagens e aparências de acordo com a reação das outras pessoas. Isso mostra como o reconhecimento externo vira uma parte importante da forma como eles se veem. As redes sociais, por serem espaços públicos de visibilidade, aumentam essa tendência, transformando a interação em um processo contínuo de busca por validação social.

Assim, o valor que eles atribuem a si mesmos passa a depender de curtidas, comentários e seguidores, reforçando a ideia de Lousã (2000) de que o julgamento social e os valores atribuídos a ele ajudam a formar a identidade. Por isso, o “eu” adolescente, que está sempre observando e se comparando, acaba sendo influenciado pelas percepções e expectativas dos grupos aos quais deseja pertencer.

Em síntese, as interações na internet têm um papel importante na formação da autoestima e da maneira como os adolescentes se veem. Quando eles estão sempre expostos às redes sociais e buscam aprovação online, isso pode alterar a forma como percebem a si mesmos, tornando sua identidade mais ligada à opinião dos outros e à visibilidade que têm nas

plataformas. Por isso, entender como a validação digital afeta os jovens é essencial para criar estratégias educativas e de apoio psicológico que ajudem os adolescentes a desenvolverem uma autoimagem mais saudável, verdadeira e menos dependente do que os outros pensam.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste trabalho teve como objetivo compreender, a partir da literatura de que maneira as interações nas redes sociais podem influenciar o processo de construção da identidade na adolescência. A análise apontou que as redes sociais têm um papel muito importante na formação da identidade pessoal e social dos adolescentes. Elas influenciam diretamente como os jovens se percebem, se comportam e se relacionam com os outros.

O ambiente virtual, por um lado, oferece novas formas de expressão e de se sentir parte de algo, mas, por outro, traz desafios importantes para o crescimento emocional e psicológico deles. A busca por aceitação e reconhecimento nas plataformas digitais se torna um processo complicado, cheio de contradições entre o desejo de ser verdadeiro consigo mesmo e a vontade de atender aos padrões perfeitos que muitas vezes são apresentados online.

Além disso, destacou que as redes sociais têm um papel ambíguo na nossa vida. Por um lado, elas permitem que a gente se expresse, compartilhe ideias e se conecte com outras pessoas. Por outro, também criam padrões que podem limitar a forma como nos vemos e como nos relacionamos com os outros. Entender esse lado duplo é importante para que possamos usar as mídias digitais de uma maneira mais consciente, ética e humanizada.

Entre as limitações identificadas neste estudo, destaca-se o número restrito de bases de dados consultadas e o recorte temporal delimitado aos últimos cinco anos, o que pode ter reduzido o alcance de produções relevantes sobre o tema. Além disso, o foco exclusivo em publicações em língua portuguesa pode ter excluído contribuições internacionais capazes de ampliar a compreensão sobre o fenômeno investigado.

Diante disso, sugere-se que pesquisas futuras explorem outras bases de dados, incluam produções em diferentes idiomas e adotem abordagens empíricas, especialmente estudos qualitativos com adolescentes, que permitam compreender de forma mais aprofundada as experiências subjetivas associadas ao uso das redes sociais e à construção da identidade. Investigações longitudinais e comparativas também podem contribuir para identificar mudanças geracionais e culturais na forma como os jovens constroem sua autoimagem em ambientes digitais.

Conclui-se que, para os adolescentes, construir uma identidade na era das redes sociais requer o desenvolvimento de habilidades emocionais e digitais que favoreçam a distinção entre a autoexpressão autêntica e a pressão por aceitação social. Além disso, é fundamental que a formação de uma autoimagem positiva seja resultado de um esforço conjunto entre família, escola e comunidade, com ações que fortaleçam o jovem diante dos

desafios relacionados à aparência, à comparação social e à exposição constante nas mídias digitais. Compreender criticamente esses aspectos é essencial para promover um uso mais consciente, ético e humanizado das redes, contribuindo para o desenvolvimento saudável e integral da identidade na adolescência.

REFERÊNCIAS

BOCK, Ana Mercês Bahia. A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. **Revista da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 63–76, jan./jun. 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100007>. Acesso em: 20/10/2025

CASTELLS, Manuel. **A galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade**. Zahar, 2003.

ERIKSON, Erik Homburger. Crescimento e crises. In: MILLON, Theodore (org.). **Teorias da psicopatologia e personalidade**. Interamericana, 1979.

ERIKSON, Erik Homburger. **Identidade, juventude e crise**. Zahar, 1972.

FIALHO, Lia Machado Fiuza; SOUSA, Francisca Genifer Andrade de. Juventudes e redes sociais: interações e orientações educacionais. **Revista Exitus**, Santarém, v. 9, n. 1, p. 202–231, jan./mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.24065/2237-9460.2019v9n1id721>. Acesso em: 19/10/2025

FORMIGLI, Vera Lúcia Almeida; COSTA, Maria Conceição Oliveira; PORTO, Lauro Antonio. Avaliação de um serviço de atenção integral à saúde do adolescente. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 831–841, jul./set. 2000. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/v16n3/2968.pdf>. Acesso em: 21/10/2025

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. Atlas, 2002.

GIL, Luciana Pires. **O sentido da adolescência numa perspectiva sócio-histórica: um estudo com um profissional que utiliza a arte-educação no trabalho com adolescentes**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, p. 123, 2007. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/17212>. Acesso em: 21/10/2025

MILANI, Débora Raquel da Costa. **Contemporaneidade e educação: mídias digitais nas culturas juvenis**. Tese (Doutorado em Educação Escolar) – Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Araraquara, 2012. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/entities/publication/07112680-3430-450e-911e-37ba2a4923f9>. Acesso em: 20/10/2025.

OLIVEIRA, Kaio Eduardo de Jesus; PORTO, Cristiane de Magalhães; SANTOS, Edméa Oliveira dos (orgs.). **Memes e educação na cibercultura**. Editus, 2022. DOI: <https://doi.org/10.7476/9786586213911>. Acesso em: 25/10/2025

QUIROGA, Fernando Lionel; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. O adolescente e suas representações sociais: apontamentos sobre a importância do contexto histórico. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 863–878, 2013. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312013000300011>. Acesso em: 20/10/2025

SANTROCK, John W. **Adolescência**. 14. ed. McGraw Hill - Artmed, 2014.

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena; AZNAR-FARIAS, Maria; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 8, p. 107-115, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2003000100012>. Acesso em: 23/10/2025

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena; AZNAR-FARIAS, Maria; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Adolescência através dos séculos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 26, n. 2, p. 227–234, abr./jun. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000200004>. Acesso em: 23/10/2025

SCHOEN-FERREIRA, Teresa Helena; AZNAR-FARIAS, Maria; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Desenvolvimento da identidade em adolescentes estudantes do ensino médio. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 22, n. 3, p. 326–333, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722009000300002>. Acesso em: 23/10/2025

SILVA, Danila Gomes Freire da; GONDIM, Liberalina Santos de Souza. Tecnologia e adolescência: influência nas relações interpessoais e na construção de identidade. **Revista Construção Psicopedagógica**, v. 32, n. 33, p. 90–104, 2022. DOI: <https://doi.org/10.37388/CP2022/v32n33a04>. Acesso em: 20/10/2025

SOARES, Wellington Danilo; SIQUEIRA, Rafela Ribeiro; MENDES, Daniela Ribeiro; HOTT, Katia Pina Sepulveda. Impacto dos influenciadores digitais na autopercepção e estado nutricional de adolescentes. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 15, n. 89, p. 123–134, 2021. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2223>. Acesso em: 21/10/2025

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1 Pt 1, p. 102–106, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>. Acesso em: 20/10/2025

TAFLA, Tally Lichtensztejn *et al.* Métodos de pesquisa científica: conceitos e definições. **Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 30–43, jul./dez. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/cadernosdisturbios.v22n2p30-43>. Acesso em: 20/10/2025

TAJFEL, Henri. **Human groups and social categories: studies in social psychology**. Cambridge University Press, 1981.

VERÍSSIMO, Ramiro. **Desenvolvimento psicossocial (Erik Erikson)**. RV Productions,

2002. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/9133/2/13864.pdf>.
Acesso em: 25/10/2025.

VITALLE, Maria Sylvia de Souza; MEDEIROS, Élide Helena Guidolina da Rocha.
Adolescência: uma abordagem ambulatorial. Editora Manole Saúde, 2008.