

**INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA
LEONARDO DA CRUZ**

**AS MÍDIAS SOCIAIS COMO CAMPO DE EXPERIÊNCIA E SUA INFLUÊNCIA NA
CONSTITUIÇÃO DO *SELF***

**PONTA GROSSA
2023**

LEONARDO DA CRUZ

**AS MÍDIAS SOCIAIS COMO CAMPO DE EXPERIÊNCIA E SUA INFLUÊNCIA NA
CONSTITUIÇÃO DO *SELF***

Trabalho de conclusão de curso elaborado
como requisito a obtenção do título de
Bacharel, em Psicologia na Instituição de
Ensino Superior Sant'Ana.

Orientadora: Prof. Msc. Cristiane Ap. Costa

PONTA GROSSA

2023

*“Seja como você é.
De maneira que possa ver quem é.
Quem é e como é.
Deixe por um momento o que deve fazer.
E descubra o que realmente faz.
Arrisque um pouco, se puder.
Sinta seus próprios sentimentos.
Diga suas próprias palavras.
Pense seus próprios pensamentos.
Seja seu próprio ser.
Descubra.
Deixe que o plano pra você surja de dentro
de você.”*

Fritz Perls

RESUMO

As mídias sociais, por serem ferramentas de conexão poderosas, influenciam e moldam a maneira como os indivíduos se veem e se relacionam com os outros. Isso é evidenciado pela constante busca por reconhecimento e validação social nas plataformas, levando a uma representação idealizada de si mesmo. A presente pesquisa investigou os fenômenos das mídias sociais como campo de experiência e sua influência na constituição do self, sob a ótica da teoria gestáltica, uma abordagem que oferece uma perspectiva única para compreensão desta influência. Dentro da teoria gestáltica, o "self" é visto como um processo contínuo de percepção. Diferentes teóricos trazem diversas definições, como o conceito de "sistema de contato" e "potencial em ação". Estas definições destacam a natureza dinâmica do self e sua constante interação e adaptação ao ambiente. Os conceitos de "campo" e "contato" na Gestalt são cruciais para entender a relação do indivíduo com o ambiente. As mídias sociais, enquanto extensões da realidade, atuam como campos de experiência, moldando a interação entre os indivíduos e seu ambiente. Ao investigar a formação e estruturação do self, o estudo analisou artigos recentes que discutem a influência das mídias sociais sobre o comportamento de seus usuários através de uma revisão integrativa, com busca nas bases de dados SciELO, Periódicos Capes e LILACS. A pesquisa indicou que as mídias sociais desempenham um papel significativo na formação do self, atuando como campos de experiência e interferindo diretamente em sua constituição. Em conclusão, destaca-se a importância do entendimento das mídias sociais e sua influência na constituição do self à luz da teoria gestáltica. Estudar essa interseção é fundamental, dada a relevância crescente das mídias sociais na sociedade contemporânea e seus impactos na saúde mental.

Palavras-chave: Mídias sociais, Teoria de Campo, Self, Gestalt

ABSTRACT

Social media, as powerful tools of connection, influence and mold how individuals view themselves and relate to others. This is highlighted by the ongoing quest for recognition and social validation on these platforms, resulting in an idealized portrayal of oneself. The present research delves into the phenomena of social media as an experiential field and its bearing on the constitution of the self, using the Gestalt theory as a lens—a perspective that offers unique insights into this influence. Within the Gestalt framework, the "self" is seen as an uninterrupted perception process. Different theorists present varied definitions, such as the "contact system" and "potential in action." These emphasize the dynamic nature of the self and its perpetual interaction and adaptation to its surroundings. The notions of "field" and "contact" in Gestalt are pivotal in grasping the individual's rapport with the environment. Social media, extensions of our reality, act as experiential fields, molding interactions between individuals and their environment. In probing the establishment and structure of the self, the study scrutinized recent articles that shed light on social media's sway over user behavior. This integrative review tapped into databases like SciELO, Periódicos Capes, and LILACS. The findings suggest that social media hold a substantial role in the self's development, serving as experiential fields and having a direct hand in its makeup. In summation, the study accentuates the imperative of a nuanced comprehension of social media and its effects on the self's constitution, especially when viewed through the Gestalt theory. Exploring this nexus is crucial, given the escalating prominence of social media in contemporary society and its implications on mental well-being.

Keywords: Social Media, Field Theory, Self, Gestalt.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Fluxograma de estratégia de seleção dos estudos	26
--	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Número de referências encontradas nas bases de dados segundo os descritores	25
--	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Estudos selecionados para utilização na pesquisa (n=10)	27
--	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 O SELF PARA A ABORDAGEM GESTÁLTICA	12
2.1 CONCEITUANDO <i>SELF</i>	12
2.2 AS FUNÇÕES DO <i>SELF</i>	14
3 O CAMPO E O CONTATO NA GESTALT	17
3.1 O CAMPO	17
3.2 FRONTEIRA DO CONTATO	19
3.3 CICLO DE CONTATO	20
4 AJUSTAMENTO CRIATIVO	22
5 AS MÍDIAS SOCIAIS E ESTRUTURAÇÃO DO <i>SELF</i>	24
5.1 MÉTODO.....	24
5.2 RESULTADOS.....	25
5.3 AS MÍDIAS SOCIAIS COMO CAMPO DE EXPERIÊNCIA DO SER E SUA INTERFERÊNCIA NA ESTRUTURAÇÃO DO <i>SELF</i>	30
REFERÊNCIAS	42

1 INTRODUÇÃO

Embora os avanços tecnológicos tenham proporcionado benefícios em diversas áreas como pesquisa, comunicação e indústria, sua intersecção com o comportamento humano ainda suscita debates. Em um mundo cada vez mais interconectado, as transformações tecnológicas têm redefinido as fronteiras entre o real e o virtual, com implicações diretas em diversos domínios da vida social.

Dentro desta vasta gama de ferramentas comunicativas, as mídias sociais emergem como poderosos mecanismos de conexão, facilitando a disseminação de informações e aproximando diferentes usuários em ambientes virtuais. No entanto, a questão central emerge como a incessante interação com estas plataformas podem afetar o âmbito psicológico de seus usuários, e de que maneira a teoria gestáltica explica os fenômenos das mídias sociais como campo de experiência e sua influência na constituição do self.

A abordagem gestáltica proporciona uma ótica única para sondar este panorama. Neste contexto, a pesquisa propõe analisar como a teoria gestáltica interpreta os fenômenos das mídias sociais enquanto campo de experiência e sua influência na formação do self.

Em uma sociedade em constante mudança, é fundamental aprofundar nosso entendimento sobre as mídias sociais enquanto campos de experiência e inferência no contato. A crescente exposição às mídias sociais e seus potenciais implicações sobre o *self* justificam a relevância do presente estudo. A problematização destes impactos na sociedade contemporânea, representa uma necessidade social no campo da saúde mental, desta forma a pesquisa visa contribuir para a construção de conhecimento técnico-científico aos profissionais da área.

Realizado uma revisão integrativa, a qual permitiu a combinação de resultados tanto de pesquisas qualitativas quanto quantitativas, fornecendo uma visão ampla sobre este contexto. Tendo como temática “A interferência das mídias sociais na estruturação do self”, a partir do qual, foi elaborada a questão norteadora: Como a literatura discute a influência dos fenômenos das mídias sociais na constituição do self enquanto campo de experiência?

E posteriormente realizado uma busca em diferente banco de dados e qual foi analisada de maneira crítica e reflexiva, buscando identificar convergências, divergências e lacunas nos estudos já publicados. Os resultados foram categorizados conforme temas, e discutidos à luz do referencial teórico adotado.

Deste modo o estudo possibilitou um panorama atualizado e abrangente sobre o a interferência das mídias sociais na estruturação do *self*, e os resultados obtidos poderão servir como base para futuras pesquisas na área.

Na seção intitulada “O *self* para a abordagem gestáltica”, o *self* é definido por estudiosos do assunto, como um conceito complexo. Diferentes teóricos oferecem visões distintas sobre a natureza e a função do *self* na experiência humana. Segundo Távora (2014), o *self* é entendido como um processo contínuo de percepção que se mapeia a si mesmo, uma definição que se afasta da simplificação de "si mesmo". Perls, Hefferline e Goodman (1997) veem o *self* como um sistema de contato, uma fronteira dinâmica e flexível que forma figuras e fundos, adaptando-se conforme as necessidades orgânicas e estímulos do ambiente.

Em relação às funções do *self*, Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012) propõem que ele não é uma estrutura fixa, mas sim uma manifestação do "potencial em ação". Para Perls, Hefferline e Goodman (1997), características como espontaneidade e engajamento são centrais para a concepção de *self*. Essas características influenciam a forma como o *self* cria estruturas específicas, como o Ego, o Id e a Personalidade, que são vistas como suas principais funções.

A seção “O campo e o contato na Gestalt” contempla a definição dos conceitos de campo, fronteira de contato e ciclo de contato na qual a teoria proposta por Kurt Lewin, o campo é visto como uma totalidade de fatos interdependentes que determinam o comportamento humano. Esta perspectiva, apoiada por Joyce e Sills (2016) e Perls, Hefferline e Goodman (1997), sugere que o comportamento é influenciado pela interação dinâmica do indivíduo com seu ambiente, com o *self* humano emergindo como um constructo em constante redefinição através dessas interações.

A fronteira de contato, conforme descrito por Salomão et. al. (2014) e Rodrigues (2011), é um espaço mutável e relacional que define a interação entre o indivíduo e o ambiente. O Ciclo de Contato, detalhado por Ribeiro (2021), é uma sequência de fases que delineiam o fluxo contínuo de percepção e interação entre o indivíduo e seu ambiente.

O Ajustamento criativo como forma de transformação do *self*, é o assunto da seção “Ajustamento Criativo” do presente estudo. No qual, este é definido como uma resposta ativa e adaptativa dos indivíduos aos desafios do ambiente, enfatizando uma adaptação flexível que mantém a autenticidade individual. Conforme discutido

por Perls, Hefferline e Goodman (1997), todos os comportamentos se originam como formas de ajustamento criativo.

Por fim a seção “As mídias sociais e estruturação do *self*”, apresenta os resultados obtidos com a presente revisão, articulando os conceitos e as principais teorias da abordagem gestáltica com a atual literatura publicada em território nacional sobre as interferências das mídias sociais sobre a subjetividade e o comportamento humano.

No entanto, um vão evidente na literatura é a escassez de materiais que correlacionam a intervenção das mídias sociais com as teorias da abordagem gestáltica. Visando preencher essa lacuna, o estudo tem como objetivo investigar a influência das mídias sociais na construção do *self*, à luz das teorias do *Self*, *Campo* e *Contato*, segundo a Gestalt. Ademais, pretende-se analisar os efeitos gerados pelas mídias sociais em seus usuários e os ajustamentos criativos neste âmbito.

2 O SELF PARA A ABORDAGEM GESTÁLTICA

2.1 CONCEITUANDO SELF

Distintas abordagens da psicologia trazem conceituações sobre o *self*, no entanto a abordagem gestáltica apresenta uma definição complexa sobre o termo onde segundo Távora (2014) esta complexidade decorre da forma como esta se organiza como fenômeno à medida que se aproxima e se diferencia na dinâmica de contato e nas relações dos indivíduos em suas interações com o mundo. Com isso a autora ilustra que um dos principais desafios na sua conceituação é a de descrever de forma consistente e flexível a forma e as funções de *self* sem que esta seja reducionista, diferenciando seu entendimento da ideia de *self* como “personalidade”, “natureza-base” ou “si mesmo”.

Para Perls, Hefferline e Goodman (1997) *self* pode ser entendido como o sistema de contato, sendo “a fronteira-de-contato em funcionamento; sua atividade é formar figuras e fundos” (p.49). Para os autores o *self* é um sistema dinâmico e flexível que se altera conforme as necessidades orgânicas e os estímulos presentes no ambiente.

Nesta perspectiva o *self* tem o papel de integrador, nas palavras dos autores “é a unidade sintética [...] É o artista da vida. É só um pequeno fator na interação total organismo/ambiente” (Perls, Hefferline e Goodman, p.49, 1997), no entanto

este pequeno fator assume a reponsabilidade de encontrar e fazer significados os quais se tornam referencia durante o desenvolvimento.

Corroborando com esta visão complexa do entendimento de *self* Robine (2006), em seu livro intitulado “O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-Terapia”, apresenta um questionamento frente a concepção apresentada por Perls, Hefferline e Goodman, colocando que a leitura apresentada por estes se tornou simples o que pode ser uma problemática quanto à possibilidade deste entendimento esconder a complexidade resultando em uma pobreza semântica e conceitual.

Segundo Ribeiro (2016) *self* é uma estrutura processual, e se trata de um sistema da personalidade na qual ocorre a identificação do indivíduo sendo responsável por facilitar a autopercepção. Para o autor podemos definir *self* como

[...] uma estrutura cujo processo pretende revelar o íntimo funcionamento da personalidade ou da pessoa. É também um processo na e da pessoa, que indica um jeito peculiar e restrito de funcionamento... Como não existe processo em estado puro, *self* não pode ser pensado apenas como processo. É um atributo da personalidade, que ajuda em sua estruturação. (Ribeiro, p.170, 2016)

Compreendendo a complexidade para definição única do termo Távora (2014), ilustra em seu texto distintas definições que combinadas se aproximam de uma conceituação completa, a autora assim como Ribeiro, traz uma perspectiva de *self* como um processo ativo e permanente de percepção que mapeia a si mesmo, no entanto discorda do autor quanto a ideia de que *self* seria apenas uma forma de compreensão de “si mesmo”.

Távora (2014) apresenta a concepção de *self*, para Wheeler o qual possui o entendimento deste como um processo básico de integração no campo, onde o contato produz o “si mesmo”, do contrario não haveria a possibilidade desta constituição, ou seja, “*self* abrange uma abertura progressiva da experiencia que alguém tem de si para a experiência que os outros têm dele” (p.70).

A autora discorre o entendimento de *self* para o autor Spagnulo Lobb, onde relata as habilidades do organismo de fazer contato com o ambiente, discorrendo sobre o processo de desenvolvimento humano como uma “capacidade relacional mesmo diferenciada [...] em direção a uma competência para o contato com o outro” (p.71). Nesta compreensão a autora realiza a descentralização do *self* e passa a entender este de maneira dinâmica e que passa por diferentes crivos por meio do contato nos campos.

Para Robine (2006), o *self* na abordagem gestáltica se distancia das demais por defini-la não apenas como uma entidade estrutural, mas como “sistema de contato”, sendo *self* responsável pela operação básica de ação no campo o ato de ‘contatar’.

Segundo o autor o *self* “não é apenas o artesão ativo da solução, nem de seu produto passivo, mas adota progressivamente uma ‘voz média’ para crescer na direção de uma solução” (p.41), este entendimento só foi possível devido a elaboração da Teoria do Self e da esquematização das funções *self*, onde para Perls, Hefferline e Goodman (1997) o *self* é espontâneo engajado na situação sem assumir um papel ativo ou passivo.

2.2 AS FUNÇÕES DO SELF

Em consonância com os autores fundadores da Gestalt-terapia os autores Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012) apresentam o *self* não como estrutura fixa e que sobretudo pode ser entendido como “a realização do potencial”, onde cada nova experiência no campo organismo/meio realizam uma espécie de espontaneidade engajada.

Espontaneidade e engajamento seriam as principais características do *self* colocada por Perls, Hefferline e Goodman (1997) na qual a primeira assume a “o sentimento de estar atuando no organismo/ambiente que está acontecendo, sendo não somente seu artesão ou seu artefato, mas crescendo dentro dele” (p.182), nesta concepção Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012) articula seus estudos sobre o *self* pontuando a espontaneidade como “não se tratando de uma ação do sujeito sobre si mesmo, mas da gênese desse sujeito na ação” (p.43) esta colocação dos autores concebe uma perspectiva fenomenológica desta característica trazendo ela para um local de redução ontológica de seu entendimento.

Deste modo a espontaneidade assume uma posição neutra dentre as polaridades ativas ou passivas, não é diretiva nem autodiretiva, ou seja, se torna segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) uma “imparcialidade criativa”, um desinteresse no sentido de “unidade anterior (e posterior) à criatividade e à passividade, contendo ambas” (p.182).

Sendo o engajamento segundo Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012) a “relação com a constatação de que não temos sensação de nós próprios ou de outras coisas a não ser em determinada situação” (p.44) os autores colocam que esta

característica ilustra como as experiências vivenciadas no campo não são estáticas e sim mutáveis, vez que, “é sempre no campo organismo/meio que, espontaneamente, eu me experimento como self, o que não significa que eu me experimente sempre da mesma maneira” (p.44).

Partindo destas características o *self* cria estruturas específicas para diferentes propósitos, deixando de lado ou fixando alguns de recursos exercitando conjuntamente as demais. Desta maneira podem ser mencionadas três estruturas: o Ego, o Id e a Personalidade, as quais seriam identificadas como as “funções do *self*” (Perls, Hefferline e Goodman, 1997).

Enquanto aspectos do *self* num ato simples espontâneo, o Id, o Ego e a Personalidade são as etapas principais do ajustamento criativo: o Id é o fundo determinado que se dissolve em suas possibilidades, incluindo as excitações orgânicas e as situações passadas inacabadas que se tornam conscientes, o ambiente percebido de maneira vaga e os sentimentos incipientes que conectam o organismo ao ambiente. O Ego é a identificação progressiva com as possibilidades e a alienação destas, a limitação e a intensificação do contato em andamento, incluindo o comportamento motor, a agressão, a orientação e a manipulação. A Personalidade é a figura criada na qual o *self* se transforma e assimila ao organismo, unindo-a com os resultados de um crescimento anterior. Obviamente, tudo isso é somente o próprio processo de figura/fundo, e em um caso simples assim não há necessidade de dignificar as etapas com nomes especiais. (Perls, Hefferline e Goodman, p.184, 1997)

Os aspectos estrutural e processual do *self*, são caracterizados como abrangentes e permanentes de campo e adaptação criadora. Nesta concepção posta por Perls, Hefferline e Goodman, o Ego assume como estrutura central do *self*, no entanto sua análise não deve ser observada desassociada as demais estruturas.

Apresentando esta indissociação das estruturas de *self*, Robine (2006, p.61) discorre que estas “a não ser por razões de ordem retórica, umas podendo ser privilegiadas em relação às outras, dependendo do momento da experiência”. No entanto, o Ego assume esta posição central vez que as funções id e personalidade são manifestadas por meio desta.

Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), concebem a função id como sendo responsável pela “sobrevivência anônima e não localizada [...] de hábitos sensomotores e languageiros que, de maneira autônoma, instalam-se como fundo de nossos comportamentos” (p.49). Ou seja, pode ser entendido como responsável pela “retenção” e “repetição” de hábitos que representam para os autores “a “manifestação” invisível do mundo em mim, “generalidade” de minha inserção na vida dos semelhantes e das coisas, a “ambiguidade” permanente de minha

existência” (p.52) o que segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) pode ser entendido como “concretude de nossa experiencia”.

Para Belmino (2020) o id seria a ligação intrínseca do indivíduo com o mundo, sendo “pensado como esse atravessamento afetivo das minhas relações e dos rastros e restos que meus encontros deixam” (p.118), vez que a cada nova experiencia vivenciada utilizaremos conhecimentos e habilidades adquiridas anteriormente, mas que devido nos termos do autor “ineditismo” das situações exigem um ajustamento que resulta no novo, deste modo a função Id para o autor não seria do sujeito, mas sim do campo e ou da situação (p.116).

A função Personalidade de acordo com Belmino (2020), é “das instituições, da cultura e das identidades sociais” (p.120) sendo a dimensão transparece do ser, por meio da qual os indivíduos definem quem são. Por meio desta conceituação o autor corrobora como os autores Perls, Hefferline e Goodman (1997) que concebem o entendimento da personalidade como sendo “essencialmente uma réplica verbal do *self*, é o que responde a uma indagação ou a uma auto-indagação. [...] é transparente, é inteiramente conhecida, porque é o sistema do que foi reconhecido” (p.188) sendo assim é a dimensão identitária dos indivíduos.

Para Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), é por meio da função Personalidade que o *self* adquire o que eles chamam de “*status humano*” (p.58), por meio do desenvolvimento de conhecimentos filosóficos, científicos e religiosos. E também constitui a vida moral, os valores éticos e as instituições. Segundo os autores a função Personalidade é também “a capacidade do sistema *self* para replicar, reescrever a si mesmo (p.58).

Desta forma a função Personalidade são as “construções culturais que nos identificam, que nos organizam e nos dão contorno e limite. Sendo a replica verbal do *self* a função personalidade é nossa ligação com a sociedade, com a cultura e com a história” (Belmino, p.124, 2020). Podendo ser entendido como

correspondente à nossa capacidade para representar nossas próprias vivências de contato. Não apenas isso: trata-se de nosso poder para reconhecer nessas representações, nossa identidade objetiva, nossa figura estabilizada, da qual, então possamos a fruir (Muller-Granzotto e Muller-Granzotto, p.57, 2012).

Neste entendimento o Id assume a função de ligação primária com o mundo pertencendo ao campo ou a situações, atrelado ao os efeitos que outro possui sobre o indivíduo, e a Personalidade é concebida como a dimensão identitária do sujeito,

mas que possui ligação direta com as questões sociais, históricas e culturais sendo assim uma parcela intersubjetiva, logo a subjetividade e a individualidade estariam fora da concepção gestáltica do ser? Esta é a função do Ego, responsável pela relação entre os campos, o que tornam o indivíduo singular através de seus atos (Belmino, 2020).

Para Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), essa seria a função traz o princípio da individuação, sendo responsável por introduzir o indivíduo neste sistema *self*, por meio dos ajustamentos criativos (p.53), onde cada ato e deliberação do Ego, seria “a inscrição de uma figura em um campo genérico de tensão” (p.55).

Podemos entender então a função Ego como sendo segundo Belmino (2020) “o ato de relacionar-se como mundo” (p.126), assim as funções id e personalidade são sempre o fundo que possibilitam a ação no campo.

É como se em cada experiência, esse fundo de afetivo e de hábito orientado pelo efeito de outros em mim, e a nossa identidade construída na cultura, se encontram em um enlace de nossos atos, ou seja, nossos modos de diferenciação e ação frente o mundo. Por isso, é em ato que nós nos construímos, e não na fantasia identitária (Belmino, p.125, 2020).

Desta maneira é através do ato na função Ego que produzimos “uma novidade (criatividade) perante o já dado (ajustamento)” (p.125), sendo assim o ego para Gestalt sempre é esta ação de abertura resultante das mudanças e do movimento da vida, por meio da capacidade de identificação e alienação frente ao campo pensando em transformação e criação (Belmino, 2020).

3 O CAMPO E O CONTATO NA GESTALT

3.1 O CAMPO

Podemos conceituar campo a partir dos princípios postulados por Kurt Lewin em sua obra intitulada “Teoria do Campo em ciência social” (1965), onde o mesmo concebia o entendimento do comportamento humano com base no contexto ao qual o sujeito está inserido no campo onde “uma mudança de algum estado de um campo em determinada unidade de tempo (dx/tx) (p.13). Deste modo o autor conceitua o campo como sendo

Denominamos campo a uma totalidade de fatos existentes que são concebidos como mutuamente interdependentes [...]. O conceito de campo psicológico como um determinante de comportamento supõem que tudo que afeta o comportamento num determinado tempo deveria ser representado no campo existente naquele momento, e são partes de um campo presente só aqueles que fatos que podem influenciar no comportamento (Kurt Lewin, p.269, 1965)

A Teoria de Campo proposta por Kurt Lewin se destaca por sua visão dinâmica e holística dos fenômenos psicológicos, onde a noção de que o comportamento humano não pode ser compreendido isoladamente, mas sim como parte de um campo dinâmico. Este campo, segundo Lewin (1965), é composto por todos os fatores, tanto internos quanto externos, que influenciam o indivíduo em um dado momento.

Desta maneira, a análise do comportamento humano deve considerar a totalidade desse campo, que é em constante mudança e reconfiguração. Esse campo vital é um conjunto dinâmico de interações e inter-relações entre o indivíduo e seu ambiente imediato. O comportamento (B) possível de um indivíduo, segundo Lewin, é uma função (f) da totalidade dos fatores coexistentes, ou seja, de sua pessoa (P) e seu ambiente ou meio (ME), representado pela equação $B = f(P, E)$ (Kurt Lewin, p.75 – 83, 1975).

Joyce e Sills (2016), afirmam que deste modo os indivíduos nunca serão fundamentalmente isolados ou independentes, ou seja, estará sempre em constante contato e conectado a todas as outras coisas existentes no ambiente. Assim, podemos compreender o self humano como uma entidade emergente deste campo dinâmico. Ou seja, o self não é algo estático ou preexistente, mas sim um constructo que se forma e se redefine continuamente através das interações do indivíduo com seu ambiente e com os demais elementos presentes no seu campo.

Perls, Hefferline e Goodman (1997), propõe uma visão holística do ser humano, onde a figura e o fundo estão em constante relação e co-determinação. Nesta perspectiva, o campo é percebido como agente ativo na constituição do self, moldando, influenciando e sendo influenciado por ele, o *self*, portanto, não é um mero produto de influências passivas, mas sim um agente ativo que dá forma e significado ao campo em que está inserido.

Assim, o campo oferece uma perspectiva rica e profunda sobre a constituição do self humano, na qual a interconexão e interdependência entre o indivíduo e seu ambiente, bem como a natureza dinâmica e co-constitutiva da identidade humana resultam na formação e modificação do indivíduo. Esta visão desafia noções tradicionais de self e enfatiza a importância do contexto e da experiência na formação da identidade pessoal. (Belmino, p.97, 2020)

Portanto, Lewin propõem por meio de sua teoria uma compreensão das experiências vivenciadas, partindo do contexto no qual a situação ocorre com foco no presente.

3.2 FRONTEIRA DO CONTATO

A fronteira de contato, conforme elucidado por Salomão et. al. (2014), refere-se ao limite entre o indivíduo e o ambiente, onde ocorrem as interações e as trocas, sendo concebido o termo fronteira em decorrência da Teoria de Campo, onde é apresentado o conceito de “fronteiras do eu” elemento regulatório nas interações organismo/ambiente.

Podemos conceituar a fronteira como um espaço dinâmico e mutável que permite ao indivíduo discernir entre "eu" e "não-eu". Segundo Salomão et. al. (2014, p. 47), “a fronteira de contato é uma das pedras angulares da Gestalt-terapia”. Neste espaço, o indivíduo pode entrar em contato com as experiências, promovendo crescimento e desenvolvimento que resultantes das trocas realizadas neste campo.

Rodrigues (2011) complementa essa visão ao ressaltar que a fronteira de contato é um fenômeno relacional, ou seja, não se trata apenas de um limite físico, mas também de um espaço psicológico e emocional. Sendo um conceito importante para a compreensão da interação do indivíduo com o mundo e de como ele vivencia e processa suas experiências.

A fronteira de contato, segundo Ribeiro (2021), é a margem de encontro entre o indivíduo e o ambiente, sendo a zona de troca e interação, mais do que um simples limite, ela representa a capacidade do indivíduo de conectar-se com o mundo externo, enquanto simultaneamente mantém sua individualidade e integridade. Essa fronteira é permeável e dinâmica, permitindo que o indivíduo se relacione com o ambiente, absorva o que é necessário e rejeite o que não é.

Salomão et. al, (2014), destaca que fronteira de contato é a superfície que separa o indivíduo do meio ambiente e, ao mesmo tempo, o conecta a ele, é nesta fronteira que as trocas acontecem é o local onde o indivíduo sente, reconhece, reage e se adapta. Uma fronteira de contato saudável, segundo a autora é aquela que permite uma troca equilibrada, onde o indivíduo pode absorver e ser influenciado pelo ambiente, ao mesmo tempo em que mantém sua autonomia e sentido de self.

Dentro da Gestalt, a fronteira de contato assume um papel de destaque devido ser responsável pela compreensão do funcionamento saudável e adaptativo dos indivíduos. Interrupções ou bloqueios nesta fronteira podem levar a problemas em como o indivíduo se relaciona com o mundo e consigo mesmo. Por exemplo, uma fronteira muito rígida pode impedir a pessoa de fazer conexões significativas com os outros ou com novas experiências, enquanto uma fronteira muito permeável pode fazer com que o indivíduo se sinta oprimido ou consumido pelo ambiente externo (Rodrigues, 2016).

Para Perls, Hefferline e Goodman (1997), estes bloqueios podem ser compreendidos como "interrupções" ou "mecanismos de defesa" que ocorrem nesse limite. Eles detalham várias formas como os sujeitos interrompem ou distorcem o processo de contato para proteger o self, como projeção, introjeção, retroflexão e deflexão.

Nesta perspectiva os autores Perls, Hefferline e Goodman (1997), apontam que essa fronteira não seria um limite estático, mas um espaço em constante movimento e reconfiguração, moldado pelas experiências e interações do indivíduo através dos seus ajustamentos criativos. Para os autores a experiência é a função dessa fronteira, em suas palavras “as totalidades de experiência não incluem “tudo”, mas são estruturas unificadas definidas” (p.41), o contato assim assume um papel de realidade simples e primeira.

3.3 CICLO DE CONTATO

Tendo estabelecido o fundamento da Fronteira de Contato como o espaço dinâmico onde o indivíduo encontra e interage com o mundo externo, e compreendendo esta como um processo contínuo de experiência e interação. O Ciclo de Contato surge como um termo conceitual que descreve a sequência de eventos e interações que ocorrem na Fronteira de Contato, delineando o fluxo de percepção, ação e conclusão de crescimento e desenvolvimento da subjetividade humana.

Para Ribeiro (2021), o ciclo seria um “instrumento fenomenológico de acessar a realidade do outro a partir do olhar processual de como ele cresce ou interrompe seu ajustamento criativo” (p.41). Assim, viver é estar em contante contato o autor concebe o contato como sendo uma “questão energética, como uma força presente no ser que é responsável pelo movimento dos corpos” (p.46).

Ao explorar o Ciclo de Contato, Ribeiro (2016) destaca sua natureza cíclica e a maneira como ele articula as diferentes fases da experiência humana. Do surgimento de uma necessidade à sua satisfação e retirada, o Ciclo de Contato é uma jornada contínua de interação entre o indivíduo e seu ambiente. Rodrigues (2011) discorre sobre o Ciclo de Contato como um conceito fundamental na abordagem da Gestalt que descreve o fluxo dinâmico da experiência vivida, desde o surgimento de uma necessidade ou sensação até sua satisfação e retirada.

Jorge Ponciano Ribeiro, em sua obra "O Ciclo do Contato" (2021), aprofunda-se nesse conceito, trazendo uma compreensão detalhada de suas etapas e nuances. Para o autor, o ciclo de contato não é apenas um modelo teórico, mas uma representação viva do movimento humano em direção ao crescimento e autopercepção. Ele descreve uma sequência de fases que ocorrem sempre que um indivíduo em interação com o ambiente (contato) busca meios para um ajustamento.

As fases do Ciclo de Contato, conforme delineado por Ribeiro (p.109, 2021), são:

Fluidez: processo pelo qual me movimento, localizo-me no tempo e no espaço, deixo posições antigas, renovo-me, sinto-me mais solto e espontâneo e com vontade de criar e recriar minha própria vida.

Sensação: processo pelo qual saio do estado de frieza emocional, sinto melhor a mim mesmo e às coisas, estou mais atento aos sinais que meu corpo me manda ou produz, sinto e até procuro novos estímulos.

Conscientização: processo pelo qual me dou conta de mim mesmo de maneira clara e reflexiva, estou mais atento ao que ocorre em minha volta, percebo-me relacionando com mais reciprocidade com pessoas e coisas.

Mobilização: processo pelo qual sinto necessidade de mudar, de exigir meus direitos, de separar minhas coisas das dos outros, de sair da rotina, de expressar meus sentimentos exatamente como sinto e de não ter medo de ser diferente.

Ação: processo pelo qual expresso mais confiança nos outros, assumo responsabilidade pelos meus atos, identifico em mim mesmo as razões de meus problemas, ajo em nome próprio sem medo da minha ansiedade.

Interação: Processo pelo qual me aproximo do outro sem esperar nada em troca, ajo de igual para igual, dou pelo prazer de dar, convivo com as necessidades do outro sem esperar retribuição, sinto que estar e relacionar-me com o outro me ajuda a me perceber como pessoa.

Contato Final: processo pelo qual sinto a mim mesmo como fonte própria de prazer, nutro-me do que gosto e do que quero sem intermediários, relaciono-me com as pessoas de maneira direta e clara, e uso minha energia para usufruir com os outros o prazer do momento.

Satisfação: processo pelo qual vejo que o mundo é composto de pessoas, que o outro pode ser fonte de contato nutritivo, que o prazer e a vida podem ser divididos, que pensar em possibilidades é pensar em crescimento, que é possível desfrutar compartilhando e que o mundo fora de nós pode ser fonte de prazer.

Retirada: processo pelo qual saio das coisas no momento em que sinto que devo sair, percebendo que o que é meu e o que é dos outros; aceito ser diferente para ser fiel a mim mesmo, amo o "eu" e aceito o "nós" quando me

convém, procuro o novo e convivo com o velho de maneira crítica e inteligente. (Ribeiro, p.109, 2021)

No entanto vale ressaltar que o Ciclo de Contato não é apenas uma sequência linear de eventos, mas uma dança intrincada de conscientização, ação e reflexão, onde interrupções ou "gestalts inacabadas" neste ciclo podem levar a conflitos internos ou bloqueios.

[...] todo contato é criativo e dinâmico. Ele não pode ser rotineiro, estereotipado ou simplesmente conservador porque tem que enfrentar o novo, uma vez que só este é nutritivo. Por outro lado, o contato não pode aceitar a novidade de forma passiva ou meramente se ajustar a ela, porque a novidade tem de ser assimilada. Todo contato é ajustamento criativo do organismo e ambiente. (Perls, Hefferline e Goodman, p.44, 1997)

Deste modo Moraes e D'Acri (2014), apontam o *self* como a força que forma a Gestalt no campo, sendo responsável por formar figura e fundo. Sendo assim compreendido como um sistema de contatos que realiza a integração de funções perceptivo-proprioceptivas, motor-musculares e necessidades orgânicas, ou seja, ele é "o próprio funcionamento da fronteira de contato. É o integrador. "É o artista da vida"" (p.37).

É através do *self* que ocorrem os processos de ajustamento criativo e quando pensamos nele como centro do ciclo de contato se torna nas palavras de Ribeiro (2021) "a expressão mais afirmativa de seu aspecto relacional" (p.104). Sendo o ciclo uma totalidade em movimento não sendo fixado ou fixo em temporalidade, ou em espacialidade, concebido desta maneira como um sistema *self*-eu-mundo em contínuo ajustamento.

4 AJUSTAMENTO CRIATIVO

O Ajustamento Criativo refere-se à maneira dos indivíduos de se adaptarem e responderem aos desafios e mudanças de seu ambiente de maneira flexível e adaptativa. Não se trata de uma reação passiva ao mundo, mas de uma resposta ativa e co-criativa que permite ao indivíduo manter sua integridade e autenticidade, mesmo em face de circunstâncias adversas ou desafiadoras. Perls, Hefferline e Goodman (1997), argumentam que todos os comportamentos, mesmo aqueles considerados disfuncionais ou problemáticos, começam como formas de ajustamento criativo. No entanto, se esse comportamento se tornar rígido e inflexível ao longo do tempo, pode levar a bloqueios de contato.

No centro da teoria Gestáltica está a crença na capacidade inerente do ser humano de se adaptar ao seu ambiente, o Ajustamento Criativo refere-se exatamente a essa capacidade. Trata-se segundo Ribeiro (2016) do processo pelo qual os indivíduos de maneira espontânea e instintivas, encontram em si, no meio ou em ambas maneiras de se auto-regular.

Ajustar-se significa usar soluções antigas, presentes e disponíveis no organismo, buscar novas ou permitir ao organismo encontra-las no contato corpo-meio ambiente para que o viver seja funcional e viável [...]Viver exige um ajustamento criativo permanente.(Ribeiro, p.64 – 67, 2016)

Para Cardella (2014) o ser humano é um ser de fronteiras, onde viver em comunidade é viver em fronteira, ou seja, “estar com o outro sem deixar de ser si mesmo e para se tornar si mesmo” (p.107). Segundo a autora o ajustamento criativo pode ser entendido como “uma criatividade que ajusta e um ajustamento que cria, polaridades que se inter-relacionam e compõem a totalidade” (p.112).

Perls, Hefferline e Goodman (1997), afirmam que o trabalho da psicologia nesta concepção seria o estudo dos ajustamentos criativos, pois estes seria a capacidade do sujeito de subjetivar e se apropriar das experiências que ocorrem no campo. Trata-se de uma dialética de mudanças contínuas que combinam o novo e velho resultante em uma nova configuração, ou seja, é a flexibilidade é a transformação.

Nesta visão Cardella (2014) aponta que o ajustamento sem a criatividade resulta na cristalização é uma adaptação excessiva, e quando temos a criatividade desconectada do ajustamento se resulta no anarquismo sem funcionalidade.

Robine (2006), aborda o *self* no campo dinâmico de presença ativa, correlacionado com as dimensões temporais e espaciais, operando em uma fronteira definida, guiado por etapas temporais assim como proposto por Perls, Hefferline e Goodman, para realização do ajustamento, sendo estas etapas: pré-contato, contato, contato final e pós-contato. O pré-contato representa o início da interação; a etapa de contato é quando a conexão efetivamente ocorre; o contato final seria o momento em que o objetivo de interação é alcançado e a gestalt se fecha; e o pós-contato é o momento de retirada, marcando o fim do contato anterior e sinalizando a necessidade de um novo equilíbrio entre figura e fundo.

Assim, quando há contato com a necessidade e as circunstâncias, percebemos que a realidade é flexível e pode ser transformada, recriada; para tanto, é preciso exercer nossos poderes de orientação e manipulação, ou seja, transformar potencialidades em realizações para viabilizar a recriação da realidade. O processo de ajustamento criativo implica, então,

agressão e destruição, para nos apoderarmos das velhas estruturas e altera-las, para assimilá-las. Não é negar as velhas estruturas, mas ser capaz de transformá-las, tornando-as singularizadas, vivas e presentificadas. (Cardella, p. 115, 2014)

A concepção de Ajustamento Criativo emerge do entendimento gestáltico de que os seres humanos estão em constante processo de formação e reformação de gestalts estando intrinsecamente ligado ao conceito de *awareness*.

A *awareness* que refere-se à capacidade do indivíduo de estar plenamente presente e ter uma compreensão clara de suas experiências atuais é “estar consciente de que está consciente não como um ato cognitivo apenas, mas como algo integrador e transformador” (Ribeiro, p.75, 2016). Ou seja, através dela o indivíduo pode reconhecer velhos padrões de ajustamento que não funcionais e, com essa percepção, pode adaptar-se de maneiras novas e mais eficazes, deste modo, a conceito de ajustamento criativo oferece uma visão fundamentalmente otimista e afirmativa do potencial humano.

5 AS MÍDIAS SOCIAIS E ESTRUTURAÇÃO DO SELF

5.1 MÉTODO

Realizada revisão integrativa, método que permite a combinação de resultados tanto de pesquisas qualitativas quanto quantitativas, fornecendo uma visão ampla sobre o tema em questão. Tendo como principal vantagem proporcionar uma análise abrangente da literatura disponível, possibilitando a identificação de lacunas do conhecimento que ainda não foram abordadas ou que precisam de maior investigação (Souza et al, 2010).

O tema da presente revisão é “A interferência das mídias sociais na estruturação do self”. A partir dele, foi elaborada a seguinte questão norteadora: Como a literatura discute a influência dos fenômenos das mídias sociais na constituição do self enquanto campo de experiência?

Estabelecendo os seguintes critérios de inclusão para a seleção dos estudos artigos publicados nos últimos 8 anos, na língua portuguesa e que abordam diretamente a questão de pesquisa. Tendo como critérios de exclusão estudos que não estavam integralmente disponíveis, artigos que não se enquadravam diretamente no tema proposto.

Deste modo a busca pelos artigos foi realizada nas bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), Periódicos Capes e Literatura Latino-americana e

do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) utilizando dos descritores: Mídias Sociais, Redes Sociais, Psicologia, Self, Autoimagem e Alienação, e delimitando período de publicação (2015 – 2023).

A avaliação dos artigos quanto aos critérios de inclusão e exclusão foi realizada por um revisor independente, seguindo os passos: (1) análise dos títulos de todos os estudos identificados, (2) exame dos resumos dos estudos filtrados no passo anterior, (3) leitura completa dos textos selecionados a partir do passo anterior. Depois de excluir os artigos que não se adequavam aos critérios estabelecidos, procedeu-se ao fichamento de todos os artigos que formaram a base de análise deste estudo, registrando as seguintes informações: autor(es), ano de publicação, objetivo do estudo, metodologia, principais resultados e conclusões.

A análise realizada posteriormente de forma crítica e reflexiva, busca identificar convergências, divergências e lacunas nos estudos, permitiu uma visão estruturada e sintetizada dos estudos selecionados e os resultados estão categorizados conforme temas, e discutidos à luz do referencial teórico adotado.

Tabela 1 -Número de referências encontradas nas bases de dados segundo os descritores

Descritores	Bases de dados	Número de artigos encontrados
Mídias Sociais	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	3679
(Mídias Sociais) AND (Psicologia)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	397
(Mídias Sociais) AND (Autoimagem)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	20
(Mídias Sociais) AND (Self)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	220
(Mídias Sociais) AND (Alienação)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	24
(Redes Sociais) AND (Autoimagem)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	50
(Redes Sociais) AND (Alienação)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	31
(Redes Sociais) AND (Psicologia)	SciELO, Periódicos CAPES, LILACS	996
Total		5417

Fonte: Elaborado pelo autor (2023)

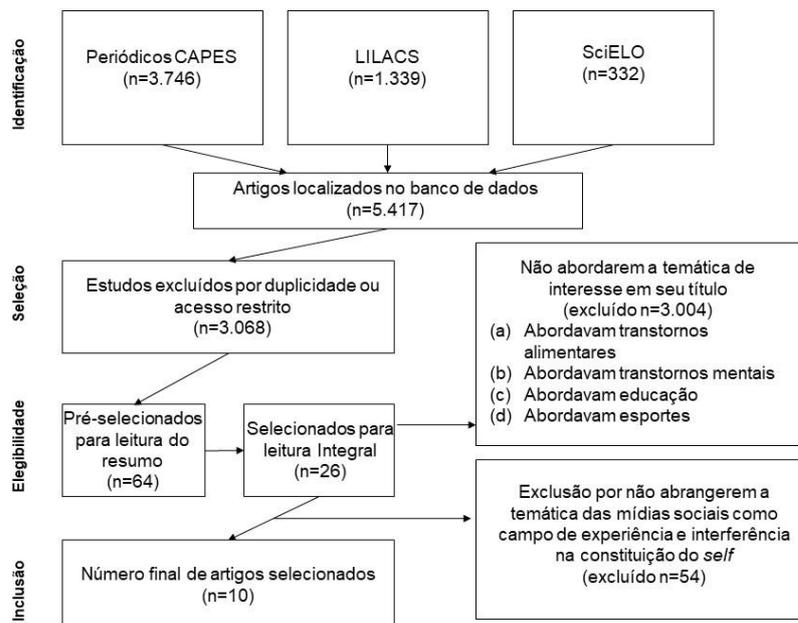
5.2 RESULTADOS

Durante as buscas nas bases de dados identificou-se um total de 5.417 artigos. Sendo a base com maior número de artigos a Periódicos CAPES (3.746), seguida pela LILACS (1.339) e SciELO (332). Na primeira etapa da análise,

excluíram-se 2.349 artigos duplicados e que possuíam acesso restrito. Posteriormente, foram excluídos 3.004 artigos, sendo o principal motivo da exclusão o fato de não abordarem a temática de interesse em seu título. Restaram 64 artigos para leitura de seu resumo e, após essa leitura, 38 artigos foram excluídos, por não abordarem o objetivo do presente estudo, totalizando 26 artigos para leitura integral dos quais foram excluídos 16 por não abrangerem a temática das mídias sociais como campo de experiência e interferência na constituição do *self* resultando em 10 artigos que compuseram a análise e discussão do presente estudo. A Figura 1 apresenta o fluxograma de estratégia de seleção dos estudos.

Dos artigos selecionados com relação a temática das mídias sociais como campo de experiência este foram classificados a autoria, ano de publicação, objetivo do estudo, metodologia, principais resultados e conclusões (Quadro 1).

Figura 1 - Fluxograma de estratégia de seleção dos estudos.



Fonte: Elaborado pelo autor (2023)

Quadro 1 - Estudos selecionados para utilização na pesquisa (n=10).

Autores e Ano	Objetivo	Metodologia	Resultados
Rosa et. al. (2021)	Analisar a percepção de jovens brasileiros acerca de possíveis repercussões das redes sociais na subjetividade dos usuários.	Pesquisa com base na metodologia qualitativa, utilizando-se de entrevistas semiestruturadas e os dados obtidos foram analisados por meio da técnica da Zona de Sentidos.	Os resultados mostram que as redes sociais moldam significativamente a percepção de mundo e identidade dos usuários, usando recursos atraentes que garantem engajamento contínuo.
Hage et. al. (2019)	Identificar os estilos de uso e compreender os significados atribuídos por jovens adultos às fotografias de autorretratos postadas nas redes sociais em uma perspectiva de identidade narrativa.	Estudo Etnográfico online ou Netnografia, utilizando o método misto sequencial explanatório, a investigação combinou dados quantitativos e qualitativos.	O Instagram é visto como plataforma de expressão livre, mas influenciada por opiniões externas, onde as postagens refletem temas de privacidade, memória e ideais de beleza e felicidade. Mesmo com a sensação de liberdade nas postagens, há uma sensação subjacente de estar sendo observado e julgado pelos outros.
Germano et. al. (2018)	Analisar as percepções dos usuários sobre as próprias imagens escolhidas para representar “quem são” e está representação do eu e sua relação com as novas “tecnologias do olhar”.	Estudo exploratório de cunho qualitativa por meio de análise interpretativa tematicamente das respostas coletadas por meio de questionário.	O estudo evidencia que uso de imagens no Facebook desempenha papel decisivo na construção da identidade pessoal como forma de expressar diversão, felicidade e autenticidade, focando no estilo de vida, não na história pessoal.

<p>Pereira et. al. (2018)</p>	<p>Compreensão das novas formas de comunicação, relacionamento e informatização nas redes sociais.</p>	<p>Pesquisa adotou a metodologia de revisão bibliográfica.</p>	<p>Conclui-se que na era pós-moderna, a digitalização transformou comunicação, relacionamentos e vivências. Esse cenário tecnológico trouxe impactos na psique e nas relações sociais, realçando individualismo e fragilidade, mas também oferece potenciais benefícios.</p>
<p>Souza et. al. (2017)</p>	<p>Compreensão da relação das mídias sociais no processo individual de construção si na contemporaneidade.</p>	<p>Pesquisa adotou a metodologia de revisão bibliográfica, através da ótica fenomenológica existencial.</p>	<p>As mídias sociais influenciam significativamente a autoimagem e interações humanas contemporâneas. Enquanto propiciam conexões, também podem intensificar angústias e desafios existenciais, exigindo contínua reinvenção individual em busca de sentido.</p>
<p>Castanho et. al. (2017)</p>	<p>A influência dos meios de comunicação – mídia-internet – na construção de subjetividades de jovens universitários.</p>	<p>Pesquisa com abordagem epistemológica qualitativa desenvolvida em duas etapas aplicação de questionário e espaço de conversação na modalidade do grupo focal.</p>	<p>Os jovens utilizam celulares e aplicativos em um cenário que marca uma contraposição entre as realidades real e virtual. Embora influenciados pela mídia diariamente em diferentes esferas, mas afirmam resistirem a apelos consumistas, considerando a internet indispensável.</p>

<p>Germano et. al. (2017)</p>	<p>Analisar as novas formas de narração de si na denominada Era Digital, mapeando a natureza das narrativas enquanto relatos autobiográficos.</p>	<p>Ensaio teórico, a partir de pesquisa de cunho bibliográfica;</p>	<p>A era digital transformou a narrativa pessoal, priorizando a performance e validação social nas redes. Essa exposição constante questiona a autenticidade e complexifica a compreensão da identidade contemporânea.</p>
<p>Schiavi et al. (2016)</p>	<p>Investigar a percepção dos usuários sobre emoções, vivências e relações presentes no uso das redes sociais.</p>	<p>Pesquisa qualitativa, de delineamento exploratória, com coleta de dados foi através de questionários sócio demográfico e entrevista semiestruturada</p>	<p>Demonstrou-se que as pessoas usam diariamente plataformas sociais, buscando momentos felizes e construindo um mundo ideal virtual. Concluindo que essas ferramentas alteram as relações, promovendo conexão constante, conforto, sensação de proximidade e evitando a solidão.</p>
<p>Rosa et. al. (2016)</p>	<p>Analisar os sentidos e os significados atribuídos pelos jovens usuários das redes sociais aos ambientes concebidos como real e virtual.</p>	<p>Pesquisa qualitativa com base na abordagem interacionista simbólica com coleta de dados através de entrevistas semiestruturada.</p>	<p>Evidenciou-se que os participantes veem duas categorias como distintas devido às suas especificidades. As vivências subjetivas criam um continuum entre esses ambientes, tornando suas fronteiras indistintas.</p>

Cassia (2016)	Investigar as motivações os sujeitos a se inserirem nas redes sociais e compartilhar parte de sua intimidade.	Pesquisa com base na metodologia qualitativa, utilizando-se de entrevistas semiestruturadas.	O estudo mostra a utilização das redes sociais para compartilhar a vida pessoal e aumentar sua visibilidade. Onde a exposição gradualmente molda uma subjetividade voltada à aceitação nas redes.
---------------	---	--	---

Fonte: Elaborado pelo autor (2023)

O período com maior número de estudos publicados foi entre 2016 e 2017 (n=6; 60%), e dentre os estudos avaliados os mais antigos foram publicados no ano de 2016. As publicações tiveram enfoque predominantemente exclusivo na metodologia quantitativa (n=6; 60%), com exceção de três artigos de cunho bibliográfico e um que teve enfoque misto (Hage et. al. 2019).

Dos estudos de metodologia quantitativa e mista (n=7; 70%) possuíam amostras de com faixas etárias de 18 a 30 anos, de ambos os sexos. A mídia social mais avaliada pelos pesquisadores foi a plataforma Facebook (n=2; 20%), seguida pelo Instagram (n=1; 10%). Estudos que não analisaram uma mídia social específica, mas o uso das mesmas e seus impactos na subjetividade humana totalizaram (n=7; 70%)

Os estudos de cunho qualitativo utilizaram-se de diferentes ferramentas para coleta de dados sendo as principais entrevistas semiestruturadas isoladamente (n=3; 30%), seguido questionários fechados isolados (n=2; 20%), possuindo também artigos que fizera combinações de técnicas para coleta: questionários e entrevistas semiestruturadas (n=1;10%) e questionários e grupo focal (n=1; 10%).

5.3 AS MÍDIAS SOCIAIS COMO CAMPO DE EXPERIÊNCIA DO SER E SUA INTERFERÊNCIA NA ESTRUTURAÇÃO DO *SELF*

Durante a análise foi possível evidenciar o quanto as mídias sociais estão presentes nas experiências humanas atuais, assumindo deste modo um local de destaque como campo de experiência do ser. Estas evidências podem ser identificadas nos estudos que ilustram a utilização destas tecnologias em diferentes

âmbitos da vida cotidiana como para fins acadêmicos, pesquisa, compras online, ambiente de trabalho e conexão entre familiares e amigos (Castanho et. al., 2017).

Um dos principais campos que se identificou mudanças foi o campo relacional, onde a interação humana foi intensificada e expandida, permitindo a troca de informações e ideias em escala global. Tornaram-se extensões de nossos relacionamentos, modificando fundamentalmente a maneira como interagimos (Pereira et. al., 2028).

A natureza dos relacionamentos humanos se transformou os vínculos, se tornaram mais flexíveis e volúveis. A facilidade de estabelecer e encerrar conexões em plataformas digitais reflete a natureza efêmera e fluida dos relacionamentos modernos, assim tornando as relações facilmente substituíveis (Pereira et. al., 2028).

Esta concepção é ampliada quando observado a extensão dos contextos nos quais estas plataformas podem estar inseridas na sociedade aponta em pesquisas onde sua utilização pode ser evidenciada em movimentos sociais como forma de mobilização das massas e também para questões políticas onde eleitores e candidatos se aproximam (Souza et. al., 2017).

Outras evidências dos estudos analisados que sofreram modificações com a utilização das mídias sociais foram os medos humano da separação e solidão. Os quais as mídias sociais proporcionando, por meio da comunicação constante, a ilusão de conexão, mas que não é o suficiente para extinção destes sentimentos (Rosa et. al., 2020). Frente o fato que todos estão unidos, mas não literalmente juntos, destacando a ideia de que, embora conectados virtualmente, há uma ausência física e mesmo quando interagem virtualmente, estão essencialmente sozinhas em seus espaços físicos (Rosa et. al., 2016).

Podemos assim, identificar que as mídias sociais se caracterizam como um campo de experiência dos indivíduos, como colocado pela teoria gestáltica. Alvim et. al. (2009), aponta o campo como tudo aquilo que age sobre o comportamento em um determinado momento, contemplando os fatores da realidade física como psicológica. Assim, entende-se a situação em sua totalidade com distinção entre organismo e meio.

Belmino (2020), aponta que o campo propõe uma visão detalhada e aprofundada da formação do *self* humano, evidenciando a ligação e a reciprocidade entre o ser e seu meio, além da característica fluida e colaborativa da identidade

humana que conduz ao desenvolvimento e adaptação do indivíduo. Essa perspectiva contesta conceitos convencionais sobre o *self*, realçando a relevância do ambiente e das vivências na construção da identidade individual.

Para além de campo de experiências as mídias sociais assumem um lugar de fronteira de contato compreendida por Karpen (2018), como o espaço-tempo que concebe com a diferença e a oportunidade de criação e expansão dos indivíduos. É na interseção entre o organismo e o ambiente, que a evolução se dá por meio da integração com o desconhecido. Uma vez compreendido, isso modifica-se elementos do *self*.

Os estudos que compuseram o escopo da presente pesquisa ilustram as mídias sociais como este campo de experiência e fronteira de contato, trazendo tais plataformas como uma extensão da vida real (Rosa et. al., 2016), usadas para expressar sentimentos, projetos e ideias, muitas vezes destacando a positividade e a felicidade (Hage et. al., 2019), onde a divulgação de informações pessoais, especialmente através de fotos, é vista como uma maneira de obter reconhecimento e validação social, com a funcionalidade "curtir" desempenhando um papel central (Cassia, 2016), e esta reação positiva de seus amigos estimula a postagem conteúdos semelhantes (Germano et. al, 2018).

Bem como, levantando os questionamentos e reflexões sobre a forma como as pessoas apresentam e percebem a si mesmas online (Germano et. al, 2018). E sobre as interações no mundo real e virtual na qual a superficialidade nas relações não apenas reflete a ausência de sinais não verbais, como expressões faciais e linguagem corporal, mas também está ligada à ideia de que as pessoas, em sua busca por proteger sua privacidade, tendem a compartilhar informações mais gerais e menos íntimas online (Rosa et. al., 2016).

Assim, as mídias sociais são vistas como uma extensão da realidade, que ajudam a manter conexões e promovem interações contínuas entre o virtual e o real que ocorre através de textos e imagens, permitindo conexões e interações (Rosa et. al. 2016). Estas plataformas são vistas nos estudos analisado como reflexo da sociedade, possibilitando troca de crenças, valores e emoções (Rosa et al., 2020). Na qual a relação entre o indivíduo e o mundo virtual reflete a natureza fluida e transitória da sociedade contemporânea. As mídias sociais, enquanto ferramentas de conexão, também apresentam desafios relacionados à autenticidade, profundidade e qualidade das interações (Schiavi et. al, 2016).

Corroborando com o entendimento gestáltico de fronteira de contato postulado por Perls, Hefferline e Goodman (1997), onde está fronteira não é um marco imutável, mas sim um campo sempre em fluxo e reestruturação, influenciado pelas vivências e conexões do sujeito mediante seus ajustes criativos. A vivência é a essência dessa fronteira, eles afirmam que o conjunto de experiências não engloba "tudo", mas são configurações coesas e determinadas. Dessa forma, o contato se destaca como uma realidade básica e primordial.

Para Alvim (2019), a experiência de contato que, originária da relação presente, busca a capacidade adaptável de mudar e superar padrões estabelecidos de existência. No entanto, esses padrões que formam experiências únicas são produzidos no campo ou na situação social mais ampla.

Karpen (2018), apresenta que a transformação e desenvolvimento ocorrem por meio de um processo distinto que se desenrola ao longo do tempo ao identificar e atender necessidades manifestadas na fronteira de contato. Mediante ajustamentos criativos no ambiente, o indivíduo procura a maneira mais eficaz de realizar o fechamento da gestalten, ou seja, da necessidade presente, através do contato, ocorre a assimilação e o desenvolvimento.

Frente as estas necessidades presentes, que promovem o processo de contato e a mudança, as mídias sociais podem ser colocadas pelos artigos estudados como fonte destas necessidades, vez que, funcionam como veículos poderosos de comunicação, impactando diretamente o modo como os indivíduos percebem a si mesmos e ao mundo ao seu redor, nas quais personalidades digitais não apenas entretêm, mas também influenciam comportamentos determinando tendências e padrões. (Souza et. al., 2017). O que corrobora com a visão de que as mídias sociais, são um vasto e interativo conteúdo, não apenas de entretenimento, mas modelam as relações dos usuários (Rosa et. al., 2020) e a internet, apesar de suas vantagens, é percebida como potencialmente influenciadora e manipuladora (Castanho et. al., 2017).

Alguns autores apontam que estas mídias incentivam o compartilhamento constante de vivências pessoais e transformaram-se em palcos, onde cada indivíduo desempenha um papel, buscando reconhecimento e validação dos demais usuários, reformulando o conceito de privacidade (Germano et. al., 2017) Por meio do qual, o compartilhamento instantâneo de momentos da vida real com sua rede de contatos virtuais, desfaz as barreiras entre o online e o offline (Schiavi et. al., 2016) e amplia a

pressão para respostas instantâneas e a necessidade constante de validação através de curtidas e comentários (Souza et. al., 2017).

Assim as mídias sociais exercem uma influência profunda na vida moderna devido à capacidade de participação ativa, compartilhamento de conteúdo, interação e como fonte de lazer (Cassia, 2016), onde a subjetividade dos usuários funciona como um elo que liga o virtual ao real, mesclando as fronteiras entre eles e tornando a distinção entre os dois cada vez mais tênue demonstrando as diferentes formas de presença (Rosa et. al, 2016).

Enquanto o mundo real é frequentemente associado à presença física, o mundo virtual é reconhecido pela expressão da identidade individual, ainda que em um ambiente intangível. (Rosa et. al, 2016). No qual muitos usuários sofrem influências e pressão para projetar uma “vida perfeita”, intensificando comparações e potencialmente minando a autoestima (Rosa et. al. 2020).

Trazendo as necessidades como motivadoras do contato para abordagem gestáltica e este contato sendo o *self*, Silva et. al. (2015), discorre sobre a existência de uma interligação entre eu-mundo e eu-outro, destacando que o *self* representa este contato. O autor o caracteriza como um conjunto de interações, o "eu" é transferido do domínio interno da psique para o ambiente, não sendo visto como uma entidade, mas como um processo que acontece ao longo do tempo, uma manifestação espontânea e inventiva.

Frazão (1995) conceitua *self* como a expressão utilizada para descrever uma totalidade da pessoa em equilíbrio e interação com seu ambiente. O *self* é interpretado pela autora como o conjunto intrincado de contatos essenciais para ajustamento com o campo; representa um continuum ajustamento criativo do ser humano ao seu ambiente interno e externo. Com base nesta definição, percebemos que uma operação saudável se baseia na capacidade de *awareness* e interação, sendo fundamental para a fluidez na constituição de *Gestalten*.

Em concordância com esta concepção de *self* como processo de contato os autores Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), apontam o *self* como a vivência de contato entre o presente e o que não está presente; uma vivência que desencadeia uma gama de estruturas fenomenológicas, denominadas funções de contato. Entre essas funções estão a função id, função ego (ou de ação) e função personalidade.

Logo, pode ser compreendido que o *self* é o contato no campo e como as mídias sociais são fatores existentes no campo estas agem sobre *self* de diversas formas como ilustrado nos estudos analisado, ao mesmo tempo que oferecem plataformas para a expressão pessoal, também refletem as complexidades da identidade e subjetividade contemporâneas (Germano et. al., 2017). Ofertando inúmeras oportunidades de conexão e expressão, em contrapartida levantam questões cruciais sobre privacidade, subjetividade e a natureza mutável do *self* na sociedade moderna (Cassia, 2016).

Para muitos, o ambiente virtual oferece uma plataforma para expressar sentimentos livremente, sem as inibições comuns das interações face a face. Entretanto, a natureza instantânea e "editável" do online permite que os usuários controlem e modifiquem suas expressões e reações, o que pode resultar em experiências emocionais distorcidas (Schiavo et. al. 2016). Apresentando os usuários contentes e em ambientes distintos do comum, eles tendem a moldar sua autoimagem de maneira mais sutil do que direta, "expressando" através das imagens, em vez de "afirmar" claramente sua identidade (Germano et. al, 2018).

A autopercepção e a autoimagem têm sido profundamente influenciadas pela presença dominante das mídias sociais. O desejo de apresentar uma versão idealizada de si mesmo, em contraste com a realidade, é uma questão contemporânea, esse descompasso entre o eu-real e o eu-ideal pode levar a frustrações e conflitos internos (Souza et. al. 2017).

Diferentes autores em seus estudos empíricos analisados na presente revisão apontaram como um dos principais impactos nos usuários esta distorção entre a realidade concreta e as postagens realizadas nas mídias sociais, essa percepção é acentuada pela ideia de que as emoções postadas embora possam ser autênticas, são diferentes daquelas experienciadas em interações reais (Rosa et. al, 2016).

Com uma tendência para postar imagens que se alinham aos ideais de beleza e felicidade, influenciados pela expectativa percebida dos seguidores (Hage et. al., 2019), os usuários escolhem imagens com base em valores estéticos ou expressivos, portanto, buscam representar-se como pessoas bonitas e felizes, desejando ser reconhecidas dessa forma. Apresentando-se de uma forma idealizada, realçando suas qualidades e ocultando pontos fracos (Germano et. al, 2018).

Quando nos debruçamos sobre a estruturação do *self* por meio de suas funções. Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), colocam a função id relacionada aos padrões motores e linguísticos estabelecidos anteriormente, que ressurgem no presente como estímulo, orientando afetivamente para ações futuras.

Esta concepção primeiramente colocada por Perls, Hefferline e Goodman (1997) como a “concretude de nossa experiencia”. Reafirmada por Belmino (2020), quando cada nova experiencia no campo utiliza de habilidades adquiridas e o novo exigem um ajustamento que resulta nas transformações, assim, o Id não seria do sujeito, mas sim do campo e ou da situação.

Como pode ser observado nas mídias que as versões idealizadas da realidade, são moldadas para atrair o olhar alheio. A felicidade, por exemplo, parece ser validada apenas quando é exibida e reconhecida pelos outros, o surgimento da "selfie" é emblemático desta era, simbolizando a necessidade de autoafirmação constante e validação social (Germano et. al. 2017).

A interação nas mídias sociais, impulsionada pelo desejo de reconhecimento e visibilidade, tem moldado a maneira como os indivíduos percebem a si mesmos e aos outros (Cassia, 2016). E a maioria dos usuários percebeu que suas imagens foram bem recebidas, o que é indicado pelo número de curtidas e comentários (Germano et. al., 2018).

No que tange a função ego está referindo-se à ação em si, como discorrem os autores Muller-Granzotto e Muller-Granzotto (2012), as ações realizadas pelo nosso corpo presente, ajustando criativamente ao passado com as oportunidades futuras proporcionadas pelo ambiente atual em que nos encontramos é de responsabilidade da função ego.

Tenório (2012), apresenta que no pleno desempenho da "função ego", o self é experimentado e se revela como um "eu" lógico, proativo, resoluto e ciente. Ele possui a habilidade de realizar ajustamentos criativos ao definir com clareza suas limitações, ao identificar as necessidades do ambiente, e ao selecionar respostas mais adequadas para atendê-las. Ele diferencia o que é inerente a "ele" e ao "outro", discernindo entre o que é prejudicial e benéfico ao seu ser. Em sequência, decide ampliar ou restringir suas fronteiras, acolher (identificar) ou rejeitar (alienar) influências externas, visando sua estabilidade, autodesenvolvimento e evolução. Esse é um comportamento saudável, marcado pela consolidação das delimitações e

da "função ego" do self, pelo ajustamento criativo e pelo contato contínuo com o "outro" e consigo.

Para as mídias essa função do *self* de vivenciar e manifestar, por meio das ações, como um "eu" racional e consciente, torna-se deturpado pela necessidade contínua de aprovação como colocado pelos estudos. A influência profunda e transformadora que essas plataformas têm sobre a formação da identidade dos usuários e a maneira como eles percebem e se relacionam com si e com o mundo, muitos da geração digital moldam suas vidas reais com base em suas experiências em plataformas (Rosa et. al., 2016).

No ambiente online, as fronteiras entre sujeito e objeto se confundem, transformando o consumidor em uma mercadoria. Esta dinâmica de "mostrar e ser visto" leva à objetificação dos indivíduos, onde eles se tornam produtos em vitrines virtuais, prontos para serem consumidos ou descartados (Pereira et. al., 2018).

Observa-se a necessidade da "presença" de outro sujeito para dar sentido à publicação, a interatividade na construção e manutenção identitária pode ser acompanhada nos argumentos para a partilha de imagens, onde essas, uma vez objeto de aprovação ou desaprovação social, são ajustadas segundo as respostas dos seus contatos (Germano et. al., 2018).

A função personalidade é entendida como uma representação imaginada das interações anteriores segundo Belmino (2020), está ligada às instituições, à cultura e às identidades sociais refletindo a essência do ser, servindo como um meio pelo qual os indivíduos determinam sua própria identidade. Esta interpretação alinha-se com a visão de Perls, Hefferline e Goodman (1997), que veem a personalidade como uma expressão verbal do self, respondendo a questionamentos externos e internos. Essa manifestação é clara e totalmente compreendida, uma vez que representa o que foi reconhecido e aceito, ela atua como a dimensão identitária de cada indivíduo.

Desta maneira as mídias apresentam interferências significativas sobre esta função do *self*, através desta "performance" diária que alimentada pela necessidade de afirmação e pertença, pelo qual o botão "curtir" tornou-se um indicador de aceitação e o "eu" online é moldado tanto pela percepção pessoal quanto pela resposta dos observadores (Germano et. al., 2017).

No entanto, o risco é que esse "eu" digital se distancie do verdadeiro ser, gerando uma dualidade entre o real e o virtual, está tensão entre autenticidade e performance coloca em questão a verdadeira natureza da identidade na era digital

(Germano et. al., 2017). Alguns estudos apontam que muitos usuários consideram suas vidas virtuais mais satisfatórias do que suas vidas offline. Em contrapartida, a capacidade de "edição" nas interações online possibilita que os indivíduos projetem uma versão idealizada de si mesmas, o que pode culminar em relações superficiais e efêmeras (Schiavi et. al, 2016).

São plataformas onde os usuários projetam identidades narrativas, muitas vezes influenciadas por normas culturais e sociais (Hage et. al., 2019). E a validação constante por meio de curtidas ou comentários tornou-se um indicador vital de autoestima. Este comportamento, infelizmente, pode levar a representações exageradas de si mesmos, onde as realidades são distorcidas para atender às expectativas percebidas da comunidade online (Rosa et. al., 2020).

Assim, as mídias sociais moldam condutas e capturam a atenção dos usuários com conteúdo interessantes e recompensas intermitentes, remodelando as noções de intimidade, identidade e dinâmica social (Rosa et. al., 2020). As mídias sociais, apesar de seus inúmeros benefícios e oportunidades, apresentam desafios significativos relacionados à identidade, relações humanas e bem-estar mental (Souza et. al., 2017). Enquanto a exposição tornou-se norma, ainda é imperativo refletir sobre as implicações desse fenômeno em nossa compreensão do self e da interação social (Germano et. al., 2017).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve por objetivo realizar uma revisão integrativa do corpo de pesquisas que investigaram os fenômenos das mídias sociais como campo de experiência do ser e sua influência na constituição do *self*. Esta revisão integrativa da literatura apontou, que as mídias sociais se caracterizam como um campo de experiência significativo para seus usuários gerando impacto sobre o estado de humor, autoestima e identidade desses indivíduos, variáveis que possuem relação direta com a constituição do *self*.

A metodologia adotada para o presente estudo permitiu aproximar e correlacionar diferente pesquisas com as teorias gestálticas resultando em uma análise crítica e reflexiva, identificando convergências, divergências e lacunas nos estudos acerca da temática. Possibilitando um panorama atualizado e abrangente sobre o a interferência das mídias sociais na estruturação do *self*, ampliando o escopo técnico científico sobre temática.

A relação entre a vida real e a virtual, como demonstrado pelos estudos analisados, é tão intensa que delinea, remodela e, em muitos aspectos, redefine relações sociais e fatores constituintes do *self*.

A exposição quase incessante às mídias sociais moldou as experiências humanas contemporâneas, assumindo um protagonismo no campo de experiência do ser humano. Ao explorar o complexo ecossistema de interações nas mídias sociais, observamos que elas não apenas espelham as relações da vida real, mas também apresentam novas dimensões nas relações, muitas das quais são efêmeras, editáveis e, idealizadas distanciando-se da realidade vivências por seus usuários.

Essas plataformas, por sua natureza, incentivam a constante exposição e compartilhamento de vivências pessoais. No entanto, os desafios relacionados à autenticidade e à profundidade dessas interações não podem ser ignorados. A distinção entre o eu-real e o eu-ideal, frequentemente distorcida em busca de validação social, leva a impactos significativos sobre o *self*.

Nesse contexto, a abordagem gestáltica fornece uma visão única para entender o *self* no ambiente das mídias sociais. Possuindo a concepção de *self*, como o processo de contato e a modulação a partir das experiências no campo, podemos conceber que as mídias sociais assumem um lugar ativo sobre sua estruturação, vez que por meio destas plataformas as diferentes estruturas constituintes do *self* (Id, Ego e Personalidade) são transformadas através do contato estabelecido. Assim, estas funções do *self*, interagem constantemente no ambiente das mídias sociais, ajustando-se, adaptando-se e redefinindo-se com base nas experiências vivenciadas nesse espaço.

Onde a partir das introjeções de padrões sociais, estes usuários manipulam suas identidades para manutenção e defesa destas novas formas de validação social, tornando-os parte do próprio *self*. Assim, esta constante exigência da perfeição bloqueia a capacidade de ajustamentos criativos e aumentando as chances de frustrações destes indivíduos.

Um elemento crítico evidenciado é a busca constante por reconhecimento e validação. Em uma sociedade baseada em validações sociais e compartilhamento de vidas ideais, o "curtir" torna-se uma moeda de validação social, os indivíduos, muitas vezes, moldam sua autoimagem e autoexpressão para se alinharem às expectativas percebidas de seus pares virtuais. Desta maneira, vamos

gradativamente rompendo as diferenças entre o real e o virtual, e nos afastando da vivacidade do contato.

Esta interação constante entre o indivíduo e o "outro" digital leva a uma reconfiguração contínua do self, impulsionada pela necessidade de ajustamento criativo. Manipulando o meio para manter o padrão e buscar aprovação, as imagens publicadas, desvinculadas de nosso contentamento pessoal, moldam a personalidade ao integrar elementos externos não plenamente absorvidos, preservando a fidelidade ao padrão estabelecido.

Outro aspecto significativo é a redefinição da privacidade. Em uma era onde o compartilhamento é regra, as fronteiras entre o privado e o público tornam-se cada vez mais tênues, desafiando nossas noções convencionais de privacidade.

Enquanto as mídias sociais oferecem uma plataforma rica para expressão, conexão e interação, elas também apresentam desafios significativos em termos de construção de identidade, relacionamentos e saúde mental. As implicações deste fenômeno na sociedade contemporânea são vastas e multifacetadas. Portanto, é essencial aprofundar nossa compreensão e reflexão sobre as influências das mídias sociais no *self*, especialmente quando pensamos sobre relevância crescente dessas plataformas em nossa vida cotidiana.

Surge então a questão de se tais comportamentos podem ser vistos como um ajuste criativo em relação ao ambiente ou como uma manifestação neurótica destes usuários. Nesse contexto, uma conduta interpessoal com características neuróticas sugere que a personalidade é formada por percepções distorcidas sobre a identidade do indivíduo.

No entanto, é importante destacar que o indivíduo não é meramente um receptor passivo, mas sim um produto da interação organismo/ambiente. Mesmo ao permanecer nesta constante replicação de padrões sem questionar, opta por manter sentimentos de desconexão com aquilo que absorve. Quando confrontado com o desapontamento e a constante busca por perfeição e ideias inalcançáveis de felicidade, beleza e bem estar pleno impostas por estas plataformas, ele pode reconhecer, através de sua própria agitação, a capacidade de abandonar estes comportamentos disfuncionais e buscar novas abordagens mais alinhadas às suas necessidades, ou seja, ajustar-se criativamente frente aos estímulos do campo.

Estas discussões centradas nas reflexões sobre identidade, cultura e o papel das mídias sociais na constituição do *self* tanto individual, quanto seus impactos

sobre fatores coletivos estão ganhando espaço na literatura. No entanto, a notável ausência de pesquisas no contexto nacional sobre o impacto das redes sociais na constituição do *self*, quando aproximado das concepções da abordagem gestáltica, o que indica a urgência de aprofundar investigações nesse campo, a fim de expandir nossa compreensão da temática.

REFERÊNCIAS

- ALVIM, Monica Botelho. A Gestalt-Terapia na Fronteira: Alteridade e Reconhecimento como Cuidado. **Estud. pesquis. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 19, n. spe, p. 880-895, dez. 2019 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000400003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 out. 2023.
- ALVIM, Mônica Botelho; RIBEIRO, Jorge Ponciano. O lugar da experimentação no trabalho clínico em Gestalt-terapia. **Estud. pesquis. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 9, n. 1, abr. 2009 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 out. 2023.
- BELMINO, Marcus Cezar de Borba. Fundamentos da clínica gestáltica: Compreendendo a experiência a partir do olhar fenomenológico. *In*: BELMINO, Marcus Cezar de Borba. **Gestalt terapia e Experiência de Campo: dos fundamentos à prática clínica**. 1. ed. Jundiaí: Paco, 2020. cap. 2, p. 94 - 130.
- CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos *et al.* Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. *In*: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais**. 1. ed. São Paulo: Summus, 2014. v. 2, cap. 6, p. 104 - 130.
- CÁSSIA, M. A. DE. ENTRE CURTIR E COMPARTILHAR: UM OLHAR SOBRE A VISIBILIDADE, PRIVACIDADE E SUBJETIVIDADE CONTEMPORÂNEA NAS REDES SOCIAIS VIRTUAIS. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 1, n. 1, p. 176 - 198, 30 nov. 2016. . Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/13592>. Acesso em: 20 set. 2023.
- CASTANHO, Marisa Irene Siqueira; ZORZIM, Terezinha José Inácio. Internet, cultura do consumo e subjetividade de jovens. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei , v. 12, n. 1, p. 36-53, abr. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 01 out. 2023.
- D'ACRI, Gladys. Contato: funções, fases e ciclo de contato. *In*: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais**. 1. ed. São Paulo: Summus, 2014. v. 2, cap. 2, p. 31 - 46.
- FRAZAO, Lilian Meyer. **Psicol. USP**, São Paulo , v. 6, n. 2, p. 144-149, 1995 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771995000200011&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 16 out. 2023
- GERMANO, Idilva Maria Pires et al. A DIFUSÃO DAS REDES SOCIAIS DIGITAIS E AS NOVAS EXPRESSÕES DO EU. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, v. 8, n. 2, p. 53 - 62, 1 ago. 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-877158>. Acesso em: 16 set. 2023.

GERMANO, Idilva Maria Pires et al. Eu no facebook: percepções de usuários sobre imagens pessoais compartilhadas na rede. **Psicologia em revista**, Belo Horizonte, v.24, n.2, p. 482–505, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2018v24n2p482-505>. Acesso em: 30 set. 2023.

HAGE, Zakiee Castro Mufarrej; KUBLIKOWSKI, Ida. Estilos de uso e significados dos autorretratos no Instagram: Identidades narrativas de adultos jovens brasileiros. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, [S. l.], v. 19, n. 2, p. 522–539, 2019. DOI: 10.12957/epp.2019.44285. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/44285>. Acesso em: 30 set. 2023.

JOYCE, Phil; SILLS, Charlotte. Fenomenologia e Teoria de Campo. *In*: JOYCE, Phil; SILLS, Charlotte. **Técnicas em Gestalt**. Petrópolis: Vozes, 2016. cap. 2, p. 30 - 47.

KARPEN, Magaly Fernandes Santiago. Des-envolver humano: ampliação de campo para Gestalt-Terapia. **Rev. NUFEN**, Belém , v. 10, n. 2, p. 108-126, ago. 2018 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912018000200008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 out. 2023. <http://dx.doi.org/10.210.26823/RevistadoNUFEN.vol10.n02ensaio37>.

LEWIN, K. **Teoria de campo em ciência social**. São Paulo: Pioneira, 1965.

LEWIN, K. **Teoria dinâmica da personalidade**. São Paulo: Cultrix, 1975. p. 75 - 83.

MULLER-GRANZOTTO , Marcos Jose; MULLER-GRANZOTTO , Rosane Lorena. Teoria do self como fenomenologia da experiência clínica: O self como sistema de contatos. *In*: MULLER-GRANZOTTO , Marcos Jose; MULLER-GRANZOTTO , Rosane Lorena. **Clínicas Gestálticas: Sentido ético, político, e antropológico da teoria do self**. 1. ed. São Paulo: Summus, 2012. cap. 1, p. 39 - 44.

MULLER-GRANZOTTO , Marcos Jose; MULLER-GRANZOTTO , Rosane Lorena. Funções de campo no sistema self. *In*: MULLER-GRANZOTTO , Marcos Jose; MULLER-GRANZOTTO , Rosane Lorena. **Clínicas Gestálticas: Sentido ético, político, e antropológico da teoria do self**. 1. ed. São Paulo: Summus, 2012. cap. 2, p. 45 - 60.

PEREIRA, D. R.; DE OLIVEIRA, F. A. F. REDES SOCIAIS: AS RELAÇÕES NO CENÁRIO PÓS-MODERNO. **Revista Uningá**, [S. l.], v. 55, n. 3, p. 140–149, 2018. DOI: 10.46311/2318-0579.55.eUJ127. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/127>. Acesso em: 01 out. 2023.

PERLS, Frederick; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. **Gestalt-Terapia**. 3. ed. São Paulo: Summus, 1997. 266 p.

RIBEIRO, J. P. **Vade-mécum de Gestalt-Terapia: Conceitos Básicos**. 3. ed. São Paulo: Summus, 2016.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. Campos e ciclo de contato. *In*: RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo de Contato**. 9. ed. rev. São Paulo: Summus, 2021. cap. 3, p. 67 - 166.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. Ciclo de contato. *In*: RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo de Contato**. 9. ed. rev. São Paulo: Summus, 2021. cap. 2, p. 41 - 66.

ROBINE, J. M. (2006). **O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus.

RODRIGUES, Hugo Elidio. Aqui e agora e contato: Contato e funções de contato. *In*: RODRIGUES, Hugo Elidio. **Introdução à Gestalt-terapia**: Conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. 8. ed. Petrópolis: Vozes, 2011. cap. 4, p. 62 - 67.

RODRIGUES, Hugo Elidio. Ciclo de Contato: Mecanismo de evitação de cotato. *In*: RODRIGUES, Hugo Elidio. **Introdução à Gestalt-terapia**: Conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. 8. ed. Petrópolis: Vozes, 2011. cap. 9, p. 120 - 122.

ROSA, G. A. M. E .; SANTOS, B. R. DOS .; FALEIROS, V. DE P.. Opacidade das fronteiras entre real e virtual na perspectiva dos usuários do Facebook. **Psicologia USP**, v. 27, n. 2, p. 263–272, maio 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-656420130026>. Disponível em:

ROSA, Gabriel Artur Marra et al. Percepção de Jovens Brasileiros sobre as Repercussões das Redes Sociais na Subjetividade. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 37, p. e37349, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102.3772e37349>. Acesso em: 01 out. 2023.

SALOMÃO, Sandra *et al.* Fronteira de contato. *In*: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia**: Conceitos fundamentais. 1. ed. São Paulo: Summus, 2014. v. 2, cap. 3, p. 47 - 62.

SCHIAVI, Aline; LORENTZ, Marta. Sites de Redes Sociais na Contemporaneidade: Percepções dos Usuários Sobre Emoções, Vivências e Relações. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 8, n. 2, p. 133-141, dez. 2016. ISSN 2175-5027. Disponível em: <https://seer.atitus.edu.br/index.php/revistapsico/articloe/view/1207>. Acesso em: 01 out. 2023.

SILVA, Thatiana Caputo Domingues da; BAPTISTA, Camilla Santos; ALVIM, Mônica Botelho. O contato na situação contemporânea: um olhar da clínica da gestalt-terapia. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 21, n. 2, p. 193-201, dez. 2015. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672015000200008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 16 out. 2023.

SOUZA, G. de; FREITAS, T. G. de; BIAGI, C. R. A RELAÇÃO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOIMAGEM NA CONTEMPORANEIDADE. **Akrópolis - Revista de Ciências Humanas da UNIPAR**, [S. l.], v. 25, n. 2, 2018. DOI: 10.25110/akropolis.v25i2.6426. Disponível em: <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/akropolis/article/view/6426>. Acesso em: 16 set. 2023.

SOUZA, M. T. DE .; SILVA, M. D. DA .; CARVALHO, R. DE. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102–106, jan. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>. Acesso: 22 ago. 2023.

TÁVORA, Claudia Baptista *et al.* Self e suas funções. *In*: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (org.). **Gestalt-terapia**: Conceitos fundamentais. 1. ed. São Paulo: Summus, 2014. v. 2, cap. 4, p. 63 - 87.

TENORIO, Carlene Maria Dias. As psicopatologias como distúrbios das funções do self: uma construção teórica na abordagem gestáltica. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia , v. 18, n. 2, p. 224-232, dez. 2012 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000200013&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 18 out. 2023.