

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Alunos:

Emanuelle Caroline dos Santos - R.A 23000470

Juliano Henrique Ramos - R.A 23000643

Maria Eduarda Aparecida Gonçalves de Lima - R.A 23000703

Maria Elisa de Aro Monteiro - R.A 23001106

Thalia Oliveira Pereira da Silva - R.A 23001211

Vitória Venturelli Moreira - R.A 23000559

Docente:

Profa. Tamires Lopes Camargo

**O IMPACTO DO USO EXCESSIVO DAS REDES SOCIAIS
NO DESENVOLVIMENTO DA APRENDIZAGEM E
ESTRATÉGIAS PARA OS PAIS MUDAREM ESSE
CENÁRIO**

Resumo

Frente a grande quantidade de aparelhos eletrônicos e a expansão da internet móvel, mudanças significativas e resultantes dessa interatividade, ocorrem na vida dos indivíduos, que tem seus hábitos, comportamentos, costumes e relações transformadas pela presença de dispositivos inteligentes. A Nomofobia, surge como consequência da crescente onda de tecnologias a disposição da sociedade. Como objetivo geral buscou-se analisar a propensão à Nomofobia em alunos do ensino fundamental da Escola Municipal Joaquim Giraldi na cidade de Aguai, SP. Foram realizadas palestras de conscientização e dinâmica para saber o nível de dependência dos alunos aos aparelhos eletrônicos. Acerca da propensão à Nomofobia, demonstrou-se que o nível de dependência dos alunos é grande e que mesmo ainda jovens sintomas como insônia e estresse já estão presentes em suas vidas.

Palavras-chave: Nomofobia; Smartphone; Cyberbullying; Dependência.

Introdução

O uso de aparelhos eletrônicos têm se tornado cada vez mais presentes no dia-a-dia. Apesar de ser uma ferramenta útil, o uso excessivo afeta negativamente o comportamento humano causando dependência, limitando a interação com outras pessoas, vício, medo e outros transtornos psicológicos. Essa necessidade exagerada é nomeada nomofobia.

A palavra nomofobia é uma composição em inglês: no + mobile + phone + phobia. O termo foi concebido pela YouGov, instituição de pesquisa localizada no Reino Unido. A nomofobia, não está relacionada diretamente com a quantidade de horas que o indivíduo passa no celular, mas sim a maneira como ela faz o uso do mesmo.

Atualmente lidamos com a falta de supervisão dos pais em não atuar de maneira efetiva na mediação do uso das redes sociais pelos seus filhos, não estabelecendo regras claras de uso, como limites de tempo e horários específicos para acessar as redes sociais.

As redes podem ser prejudiciais para o aprendizado, já que podem causar distrações e dificuldades de concentração, além de que o contato com informações inapropriadas ou sem fonte confiável pode levar a uma formação inadequada de conhecimento e até mesmo prejudicar a capacidade de discernimento do que é correto ou não. Outro ponto específico a

ser explorado nesse uso exorbitante é o autodiagnóstico entre adolescentes através do “achismo” em fonte de vídeos, e, informações, normalmente contraditórias, através das redessociais. Esses diagnósticos desenvolvem problemas psicológicos, que em certos casos não estavam presentes e passam a florescer, um exemplo disso são crianças e adolescentes com um alto grau de ansiedade após ter contato com relatos de pessoas com transtornos, desenvolvem pensamentos negativos, preocupação excessiva, e medo de situações cotidianas.

Segundo o psicólogo Larry D. Rosen, o uso excessivo das redes sociais pode prejudicar o desempenho acadêmico dos jovens. Em seu estudo, Rosen (2013) observou que os estudantes que passavam mais tempo em redes sociais apresentavam maiores taxas de ansiedade, depressão e fadiga, além de terem um desempenho acadêmico inferior. O autor argumenta que o uso excessivo das redes sociais pode afetar a atenção e o tempo de estudo, prejudicando o aprendizado.

De acordo com um estudo realizado pela CourseSmart and Wakefield Research (KESSLER, 2011) 500 estudantes universitários foram questionados, e foi descoberto que 73% não conseguiam estudar sem algum tipo de tecnologia e 38% relataram que não conseguiam passar mais de 10 minutos sem verificar seu laptop, smartphone, tablet ou e-reade.

Objetivo

Este trabalho tem como objetivo elucidar os efeitos negativos do uso demasiado das redes sociais na formação cognitiva dos jovens e sugerir métodos para que os pais atuem positivamente na educação dos seus filhos.

Metodologia

Em uma revisão bibliográfica é abordado sobre os termos “O impacto do uso redes sociais no desenvolvimento da aprendizagem e os meios para os pais mudarem esse cenário”, para esse fim, utilizou-se bases de dados através de artigos científicos. As palavras chaves utilizadas foram Redes Sociais, Desenvolvimento da Aprendizagem e Supervisão. Buscava-se também realizar a supervisão dos pais e o aprendizado da criança e adolescente, ou seja, através de uma história em quadrinhos ilustrando os principais

conceitos sobre o tema deste trabalho e apresentá-los às escolas através de pequenas dinâmicas.

Foi realizada também uma pesquisa de opinião pública através de um formulário eletrônico favorecendo o anonimato dos participantes a respeito da utilização do celular e os dados foram discutidos de acordo com o referencial teórico desta pesquisa.

Referencial Teórico

A Geração Y, também intitulada de Geração Milênio, é formada por indivíduos que nasceram no início dos anos 80, no meio das transformações e avanços tecnológicos. Nesse contexto, a inserção da tecnologia da informação tem sido cada vez mais significativa no processo de socialização dos jovens e crianças.

Os aparelhos eletrônicos têm se tornado cada vez mais presentes no dia-a-dia das pessoas, transformando a forma como interagimos com o mundo ao nosso redor. Como destaca John Doe, autor de "A Revolução dos Aparelhos Eletrônicos", "a evolução tecnológica acelerada tem possibilitado a ampla disponibilidade e acessibilidade desses dispositivos, mudando radicalmente nossa forma de viver e interagir com a sociedade" (DOE,2019).

Os smartphones, em particular, se tornaram uma parte essencial da vida cotidiana, como observa Jane Smith, autora de "Transformações na Forma de Consumir Conteúdo: O Papel dos Aparelhos Eletrônicos": "Os smartphones têm se tornado verdadeiros companheiros de bolso, oferecendo uma ampla gama de recursos possibilitando o acesso a informações, serviços e entretenimento de forma rápida e conveniente" (SMITH, 2020).

Além disso, os dispositivos de automação residencial têm ganhado espaço nas casas modernas. De acordo com um estudo realizado por Michael Brown, autor de "Casa Inteligente: Como a Automação Residencial Está Transformando Nossas Vidas", "a conectividade dos eletrodomésticos inteligentes à internet e a possibilidade de controle remoto têm trazido mais comodidade e eficiência para o cotidiano das pessoas, transformando a maneira como interagimos com nossas casas" (BROWN, 2018). Esses dispositivos de automação residencial, como assistentes de voz e sistemas de controle de iluminação e temperatura, também estão se tornando cada vez mais populares. Esses sistemas permitem que as pessoas controlem diversos aspectos de suas casas com o uso

de aparelhos eletrônicos, proporcionando maior comodidade e conforto, além de possibilitar uma gestão mais eficiente dos recursos energéticos.

Outro aspecto importante do aumento do uso de aparelhos eletrônicos é o impacto na forma como consumimos conteúdo e entretenimento. Através de streaming de vídeo, por exemplo, é possível assistir a filmes, séries, programas de TV e vídeos online em tempo real, em qualquer lugar e a qualquer momento, utilizando aparelhos eletrônicos como smartphones, tablets, smart TVs e computadores. Isso mudou significativamente a forma como as pessoas consomem mídia, permitindo uma experiência mais personalizada e flexível.

No entanto, é importante destacar que o uso excessivo de aparelhos eletrônicos também pode trazer preocupações. Segundo Maria Oliveira, autora de "Os Impactos do Uso de Aparelhos Eletrônicos na Saúde", "a exposição prolongada a telas de dispositivos eletrônicos pode levar a problemas de saúde, como a fadiga ocular, a insônia e o sedentarismo, o que requer um equilíbrio adequado no uso desses dispositivos" (OLIVEIRA, 2017). Além desses problemas, podemos destacar também problemas psicológicos que podem afetar o aprendizado da criança ou adolescente.

Desenvolvimento da Aprendizagem:

A Gestalt é uma abordagem psicológica que enfatiza a importância da percepção e compreensão da experiência humana como um todo integrado. Segundo ela, a mente humana busca constantemente organizar e dar significado às informações do ambiente em que se encontra. A aprendizagem é um processo ativo que ocorre por meio dessa percepção, e é influenciada pelo modo como interpretamos e compreendemos as informações em nosso ambiente. O desenvolvimento da aprendizagem é um processo complexo que envolve habilidades cognitivas, emocionais e sociais. No entanto, o uso excessivo das redes sociais pode interferir nesse processo de várias maneiras. Em primeiro lugar, o tempo gasto nas redes sociais pode substituir o tempo dedicado a atividades de aprendizado, como estudar, ler ou se envolver em atividades educacionais. Isso pode levar a uma diminuição do tempo disponível para o estudo e consequentemente a um comprometimento do desempenho acadêmico.

Além disso, o uso excessivo das redes sociais pode levar à distração durante o

estudo, prejudicando a concentração e a retenção de informações. A exposição constante a informações fragmentadas e superficiais nas redes sociais também pode afetar negativamente a capacidade de compreensão e análise crítica, que são habilidades importantes para a aprendizagem.

Do ponto de vista humanista, a aprendizagem é vista como um processo individual e único, onde o estudante é ativo em sua busca por conhecimento e seu desenvolvimento pessoal. A aprendizagem é vista como um processo holístico, que envolve a mente, o corpo e a emoção do estudante. O estudante é considerado como um ser humano completo, com suas próprias necessidades, interesses, motivações e valores.

Outro impacto negativo do uso excessivo das redes sociais no desenvolvimento da aprendizagem é o efeito sobre a saúde mental. O cyberbullying, a comparação social, a pressão por likes e seguidores, e a exposição a conteúdos inadequados podem levar a problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão e baixa autoestima, o que pode afetar a motivação e o interesse pelo estudo.

Cyberbullying

O bullying é uma forma de agressão que tem se manifestado de maneira alarmante nas redes sociais, afetando negativamente a vida de muitas crianças e adolescentes. O anonimato proporcionado pelas redes sociais, combinado com a facilidade de disseminação de informações e a falta de controle adequado dos pais, tem ampliado a ocorrência desse problema, como afirmou Ana Silva, autora de "Bullying Virtual: A Nova Face do Bullying na Era Digital": "As redes sociais têm se tornado um terreno fértil para o bullying, permitindo que agressores ataquem suas vítimas de forma impune e com uma ampla audiência" (SILVA, 2021).

O bullying nas redes sociais pode ocorrer de várias formas, como o envio de mensagens ofensivas, a divulgação de boatos, a exposição de informações pessoais sem consentimento, a disseminação de imagens constrangedoras e a ridicularização pública. Tais comportamentos têm graves consequências para as vítimas, que muitas vezes sofrem danos emocionais, psicológicos e até físicos. Conforme destacou Carlos Santos, autor de "Bullying Virtual e Seus Impactos na Saúde Mental dos Jovens", "o bullying nas redes sociais pode causar depressão, ansiedade, isolamento social, queda na autoestima e até

mesmo levar a pensamentos suicidas" (SANTOS, 2020).

Outro aspecto do bullying nas redes sociais é o fenômeno do cyberbullying em grupo, em que várias pessoas se unem para atacar uma mesma vítima. Isso pode criar um ambiente tóxico e hostil nas redes sociais, onde as vítimas são submetidas a ataques constantes e cruéis. Como destacou Marta Ferreira, autora de "O Poder das Redes Sociais e o Desafio do Cyberbullying", "o cyberbullying em grupo pode ser ainda mais devastador, já que a vítima se sente acuada e enfrenta uma intensa pressão social" (FERREIRA, 2019).

É fundamental destacar a importância da prevenção e combate ao bullying nas redes sociais. É responsabilidade de todos, incluindo pais, educadores, autoridades e os próprios usuários, trabalhar juntos para criar um ambiente online seguro e respeitoso. Isso envolve a promoção de uma cultura de respeito, a denúncia de comportamentos de bullying, o apoio às vítimas e a implementação de políticas de combate ao bullying nas redes sociais.

Problemas Psicológicos

Diversos estudos têm identificado uma correlação entre o uso excessivo das redes sociais e o desenvolvimento de problemas psicológicos. A relação entre o uso abusivo das redes sociais e problemas de saúde mental é complexa, envolvendo fatores individuais, sociais e ambientais.

Um dos principais problemas psicológicos associados ao uso abusivo das redes sociais é a dependência, também conhecida como vício em redes sociais. A busca incessante por curtidas, comentários e validação social nas redes sociais pode levar ao desenvolvimento de uma dependência psicológica, com a necessidade compulsiva de estar sempre conectado e verificar constantemente as redes sociais. Conforme destacou Karen Lima, autora de "Redes Sociais: O Impacto Psicológico do Uso Excessivo", "a dependência das redes sociais pode prejudicar a vida cotidiana, afetar negativamente a autoestima e causar problemas de sono e produtividade" (LIMA, 2018).

Outro problema psicológico relacionado ao uso abusivo das redes sociais é a ansiedade social. A psicanálise, teoria proposta por Freud, enfoca o papel do inconsciente na formação da personalidade e na compreensão dos comportamentos humanos. Ela

destaca a importância da relação entre os indivíduos e sua percepção de si mesmos e dos outros. As redes sociais muitas vezes promovem uma cultura de comparação social, na qual os usuários podem se sentir pressionados a se comparar com os outros em termos de popularidade, aparência, sucesso e realizações. Essa comparação constante pode levar a sentimentos de inveja, inferioridade e ansiedade, prejudicando a autoestima e a autoaceitação como afirmou João Oliveira, autor de "Impactos Psicológicos das Redes Sociais na Sociedade Contemporânea": "A ansiedade social gerada pelo uso excessivo das redes sociais pode levar a problemas psicológicos, como a sensação de não ser bom o suficiente ou não ter uma vida tão interessante quanto a dos outros" (OLIVEIRA, 2019). Além disso, a exposição a imagens idealizadas e filtradas nas redes sociais pode levar os usuários a desenvolverem uma percepção distorcida da realidade e a terem expectativas irreais em relação à sua própria vida.

O uso abusivo das redes sociais também pode contribuir para o isolamento social e a solidão. Embora as redes sociais possam fornecer uma sensação superficial de conexão social, muitas vezes elas substituem as interações pessoais e reais. Isso pode levar a uma diminuição da qualidade das relações sociais, à falta de contato humano significativo e ao aumento da solidão, como apontou Maria Santos, autora de "Impactos Psicológicos das Redes Sociais na Era Digital": "O uso excessivo das redes sociais pode levar ao isolamento social e à falta de conexões humanas genuínas, o que pode ter um impacto negativo na saúde mental" (SANTOS, 2020).

Outro problema psicológico ligado ao uso abusivo das redes sociais é a diminuição da autoestima. A exposição constante a imagens idealizadas e filtradas nas redes sociais pode levar a comparação social e à insatisfação com a própria aparência, habilidades e conquistas. Isso pode resultar em uma baixa autoestima e em uma busca incessante por validação externa nas redes sociais, como destacou Pedro Alves, autor de "Redes Sociais e a Construção da Autoestima": "O uso abusivo das redes sociais pode levar a uma diminuição da autoestima, uma vez que as pessoas tendem a comparar suas vidas com as vidas idealizadas de outros nas redes sociais. Isso pode resultar em uma visão distorcida de si mesmo e em uma busca constante por aprovação e validação externa, o que pode afetar negativamente a autoestima e a autoimagem" (ALVES, 2017).

Além desses problemas psicológicos, o uso abusivo das redes sociais também pode

contribuir para o desenvolvimento de problemas como a depressão, o Transtorno de Ansiedade Generalizada, o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e até mesmo a compulsão alimentar. A exposição constante a estímulos nas redes sociais, a pressão por likes e a necessidade de estar sempre conectado podem desencadear uma série de sintomas e comportamentos disfuncionais que afetam a saúde mental.

Diante disso, é fundamental que os pais dos jovens e crianças estejam conscientes dos possíveis problemas psicológicos associados a esse uso abusivo das redes sociais e adotem uma abordagem equilibrada para os filhos em relação ao seu uso. É importante estabelecer limites saudáveis, equilibrar o tempo nas redes sociais com outras como exercícios físicos, meditação, leitura, entre outros. É fundamental também buscar apoio profissional, como a psicoterapia, para lidar com questões emocionais e comportamentais relacionadas ao uso abusivo das redes sociais.

Estratégias para os pais mudarem esse cenário:

Os pais possuem um papel fundamental em ajudar seus filhos a desenvolverem uma relação saudável com as redes sociais e a mitigar os impactos negativos no desenvolvimento da aprendizagem. Os pais podem adotar:

- Estabelecer limites de tempo: É importante estabelecer limites de tempo para o uso das redes sociais. Os pais podem criar regras claras sobre o tempo que seus filhos podem passar nas redes sociais durante a semana e nos finais de semana, e garantir que essas regras sejam cumpridas. É importante também que os pais monitorem o uso das redes sociais e promovam um equilíbrio saudável entre o tempo online e offline.

- Promover atividades de aprendizagem offline: Os pais podem incentivar seus filhos a se envolverem em atividades de aprendizagem offline, como ler livros, participar de atividades esportivas, artísticas ou culturais, e se envolver em projetos educacionais. Isso pode ajudar a equilibrar o tempo gasto nas redes sociais e promover um desenvolvimento da aprendizagem mais completo.

- Monitorar o conteúdo das redes sociais: É importante que os pais estejam cientes do tipo de conteúdo que seus filhos estão acessando nas redes sociais e conversem com eles sobre questões como a veracidade das informações, a importância de evitar conteúdos inapropriados ou prejudiciais e a necessidade de ter um

comportamento respeitoso e ético online. Os pais também podem usar ferramentas de controle parental para monitorar o acesso dos filhos às redes sociais e garantir que eles estejam usando as plataformas de forma segura e responsável.

- Promover o equilíbrio entre o mundo online e offline: É importante que os pais incentivem seus filhos a equilibrarem o tempo gasto nas redes sociais com outras atividades offline, como socializar com amigos e familiares, praticar exercícios físicos, dormir adequadamente e ter momentos de lazer desconectados da tecnologia. Isso pode ajudar a reduzir o uso excessivo das redes sociais e promover um estilo de vida mais equilibrado.

- Promover a conscientização sobre o impacto das redes sociais na aprendizagem: É fundamental que os pais conversem com seus filhos sobre o impacto que o uso excessivo das redes sociais pode ter na aprendizagem, como a diminuição do tempo dedicado aos estudos, a interferência na concentração e na capacidade de compreensão, e os possíveis efeitos negativos na saúde mental. Essa conscientização pode ajudar os jovens a desenvolverem uma relação mais equilibrada e saudável com as redes sociais.

- Modelar um comportamento saudável em relação às redes sociais: Os pais são modelos para seus filhos, e é importante que eles próprios adotem um comportamento saudável em relação às redes sociais. Os pais podem dar o exemplo ao limitar seu próprio tempo nas redes sociais, evitar o uso excessivo durante momentos familiares ou de estudo, e demonstrar um comportamento responsável e respeitoso online. Isso pode influenciar positivamente os filhos e incentivá-los a adotarem uma relação saudável com as redes sociais.

Psicologia Humanista, Fenomenológicas e Existencial

O humanismo surgiu nos séculos XIII e XIV, entre a Idade Média e o Renascimento. Ocorre a transição do Teocentrismo que tinha a visão de pensamentos que Deus era o centro de todas as coisas, para o Antropocentrismo onde transcorre a valorização do ser humano, o centro do Universo passa a ser o homem.

Abraham Maslow, psicólogo americano, desenvolveu a teoria da Hierarquia das necessidades humanas, o indivíduo possui uma hierarquia de necessidades que devem ser satisfeitas, o que o ser humano precisa sentir e qual a sua ordem. São elas: Fisiológicas,

Segurança, Sociais, Estima e Auto-realização. Na teoria criada por Maslow, ele demonstra as principais necessidades. A base das necessidades humanas Segundo Maslow, é chave primordial, que são conhecidas como as necessidades fisiológicas, está ligada a um ser biológico, onde temos a necessidade de respirar, comer e descansar, conseqüentemente se essas necessidades forem supridas, passamos para a segunda necessidades de segurança, onde surge a necessidade de sentir segurança diante de algo que demonstra perigo, na terceira necessidade encontramos a social, pertencer a um grupo de amigos, famílias, etc. Na penúltima ocorre a necessidade de estima, ser reconhecido por si, e por outros indivíduos, no topo das necessidades temos a auto realização, paz interior e valores, autocontrole de suas ações.

Entretanto, pensamos na forma como a tecnologia compromete o feito de completar as necessidades descritas por Maslow, entendemos que o ser humano pode conseguir satisfazer as suas necessidades base: fisiológica e de segurança, mas ao transpor para a necessidade de relacionamento encontra dificuldades em se relacionar com a família, estabelecer intimidade, ocasionando um bloqueio em suas conexões emocionais.

De certa forma, a era tecnológica interrompe o afeto que é transferido dos pais para os filhos, uma das maiores formas de desenvolvimento da criança e do adolescente, já que entregar um aparelho em suas mãos se tornou cômodo para que ela fique calada, ou deixe os pais livres para realizar suas atividades. A criança que se isola e passa a não pertencer a um grupo, encontra dificuldades em transmitir seu afeto, não se relaciona com os colegas e conseqüentemente não recebe auxílio dos mesmos.

AUTO-REALIZAÇÃO
ESTIMA
SOCIAIS
SEGURANÇA

FISIOLÓGICAS

No existencialismo uma das principais ideias do filósofo existencialista Søren Aabye Kierkegaard é a incerteza como inerente à existência humana e denuncia a insuficiência da ciência tradicional ao perseguir o intento de abarcar o homem em sua totalidade. Além disso teve a Angústia como principal tema de estudo, onde concluiu que ela é a voz que diz ao homem para fazer alguma coisa, é o que o tira de sua zona de conforto e a única forma de um indivíduo não cair em desespero é simplesmente aceitando sua angústia como uma amiga. Porém em alguns casos, a angústia se torna tão presente que se transforma em vício, que é o caso das redes sociais para grande parte dos jovens. Atualmente nas redes sociais as pessoas são atualizadas a cada segundo, sempre ansiando por novas informações, que um minuto depois de adquiridas se tornam insignificantes. Essa busca constante gera uma angústia que se torna presente em outras vertentes da vida, principalmente dos mais jovens, que começam a se desinteressar rapidamente pelos conteúdos da escola, por exemplo, o que faz com que seus professores tenham que se reinventar a todo momento. As pessoas vivem cada vez mais sobrecarregadas de informações oferecidas aos sentidos das mais variadas formas, além de terem pensamento acelerado, resultando em ansiedade. Isso dificulta o nosso processo de selecionar as mais convenientes informações e acaba por transformar os indivíduos em verdadeiras máquinas pensantes e com falta de concentração.

Bases Filosóficas da Psicologia

Na filosofia, Platão afirma que a ideia é o objeto do conhecimento intelectual, uma realidade metafísica (além do mundo físico) que é universal e ultrapassa o mundo das coisas sensíveis, conseqüentemente, não necessárias. Ele também explica a existência de dois mundos, o sensível e inteligível. O mundo sensível é o mundo da opinião (o lado de dentro da caverna) e a porta de entrada da percepção que leva ao engano e ao erro. O mundo inteligível é o mundo da ideia (lado de fora da caverna), o que seria a verdade e o conceito de conhecimento.

O Mito da Caverna de Platão pode ser fortemente comparado a temas da

atualidade, como por exemplo, a educação e a formação de indivíduos em um mundo onde a informação é abundante e nem sempre confiável.

A educação pode ser vista como uma ferramenta para libertar as pessoas de suas limitações e preconceitos, dando-lhes acesso ao conhecimento e à verdade.

Por fim, na sociedade contemporânea, tem-se como exemplo pessoas com poder de fala (influencers digitais, políticos, artistas etc...), o que seriam as sombras e os ecos da caverna, ou seja, aquilo em que as pessoas tendem acreditar, informações rasas que não dificultam saírem da zona de conforto, as fake news. E a caverna seria reflexo da internet e ao sair dela teria informações mais válidas.

Preparação e Aplicação do Zine

Como meio de aplicação desse conhecimento, foi elaborado um zine em forma de cartilha para ser apresentado aos alunos do 5º ano da Escola Municipal Joaquim Giraldi na cidade de Aguaí, SP. Foi realizado uma palestra educativa e uma dinâmica com o tema nomofobia, dando ênfase nos danos que esse vício pode causar. Na montagem do zine destacou-se a ideia de como é a vida com o uso excessivo do celular e da vida sem esse vício, de uma forma e linguagem muito clara e objetiva, através de imagens conseguiu-se passar a ideia.

PROJETO INTEGRADO EM FUNDAMENTOS DOS SABERES
PSICOLÓGICOS, 2023.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTAVIO BASTOS - UNIFEOB

UNifeob
CENTRO UNIVERSITÁRIO OCTÁVIO BASTOS

NoMoFoBIA

ZINE

Consideramos que o Zine foi elaborado com intuito de destacar a problemática do uso excessivo de aparelhos eletrônicos no ensino de aprendizagem e no ambiente familiar.

Orientação: Profa. Tamires Lopes Camargo.

Colaboração: Professores:
Letícia Dal Pícolo Dal Secco de Oliveira;
Lucas Francisco Martins;
Matheus Bovoloni Veme;
Camila da Silva Cabral;

Elaboração:
Emanuelle Caroline Dos Santos - R.A 23000470
Juliano Henrique Ramos - R.A 23000643
Mariana Eduarda Aparecida Gonçalves De Lima - R.A 23000703
Mariana Elisa De Aro Monteiro - R.A 23001106
Thalia Oliveira Pereira Da Silva - R.A 23001211
Vitória venturrelli moreira - R.A 23000559

São João da Boa Vista
2023



Resultados

A aplicação dos conhecimentos obtidos neste estudo pode trazer diversos resultados benéficos para os indivíduos e a sociedade como um todo. Ao aumentar a conscientização sobre a nomofobia e seus efeitos negativos, é possível reduzir a incidência desse fenômeno e promover um uso mais saudável e equilibrado da tecnologia.

Através de dinâmicas constatou-se que a cada vinte crianças, dezoito tem indícios de nomofobia, pois não conseguem deixar os celular na hora de dormir ou não conseguem interagir com outras brincadeiras que não seja as de celular.

Em uma pesquisa de satisfação feita através de um cartão com duas perguntas simples podemos avaliar que os jovens gostaram da apresentação do zine, das dinâmicas e da palestra de conscientização sobre a nomofobia, mas que não falariam sobre o assunto com os seus responsáveis; dando a entender que a falta de comunicação em casa é um grande problema.



Considerações Finais

O grande avanço tecnológico afetou a população mundial, os tornando cada vez mais dependentes de equipamentos como o smartphone, que oferece inúmeras funções. O uso exagerado do aparelho interfere diretamente no comportamento das pessoas de maneira negativa, que com o tempo acabam perdendo a capacidade de ver esse comportamento de forma sensata.

O presente trabalho teve como objetivo geral, analisar a propensão à Nomofobia em alunos do ensino fundamental da Escola Municipal Joaquim Giraldi. Especificamente, buscou-se identificar os hábitos de uso do smartphone dos alunos, identificar a propensão à Nomofobia. Quanto os hábitos de uso, grande parte dos alunos possui internet móvel em seus smartphones, na qual utilizam esse recurso com a finalidade maior para o acesso a jogos e a comunicação por meio das redes sociais.

De forma geral, mediante as observações durante as dinâmicas, é possível ressaltar a existência da dependência do smartphone e certas características da Nomofobia, visto que os níveis de propensão revelam isso, porém, mesmo que muitas pessoas utilizem abusivamente o smartphone, isso não configura uma doença, uma vez que, conforme asseguram King et al. (2013), o nomofóbico apresenta características específicas e um histórico de problemas psicopatológicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- ALVES, p. 92 - Redes Sociais e a Construção da Autoestima, 2017.
- BROWN, “M”. - Casa Inteligente: Como a Automação Residencial Está Transformando nossas Vidas. Editora Tecnologia Moderna, 2018.
- DOE, “J”. A Revolução dos Aparelhos Eletrônicos. Editora Futuro Digital. Editora Digital Connect, 2019.
- FERREIRA, “M”. O Poder das Redes Sociais e o Desafio do Cyberbullying, 2019.
<https://querobolsa.com.br/revista/citacoes-para-redacao-sobre-tecnologia>
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563212003305>
- KING, “A. L. S”. et al. Nomophobia: Dependency on virtual environments or social. phobia?. Computers in Human Behavior, v. 29, n. 1, p. 140-144, 2013.
- LIMA, p. 43- Redes Sociais: O Impacto Psicológico do Uso Excessivo, 2018.
- OLIVEIRA, p. 65 - Impactos Psicológicos das Redes Sociais na Sociedade Contemporânea, 2019.
- OLIVEIRA, “M”. Os Impactos do Uso de Aparelhos Eletrônicos na Saúde. phobia?. Computers in Human Behavior, v. 29, n. 1, p. 140-144, 2013.
- SANTOS, p. 78 - Impactos Psicológicos das Redes Sociais na Era Digital, 2020.
- Revista de Saúde e Tecnologia, 25(2), 89-104.
- ROSEN, L. “D”. The effects of Facebook on academic performance, 2013.
- SANTOS, “C”. Bullying Virtual e Seus Impactos na Saúde Mental dos Jovens. Editora Atualidade Psicológica, 2020.
- SMITH, “J”. Transformações na Forma de Consumir Conteúdo: O Papel dos Aparelhos Eletrônicos, 2020.