

O USO DA INTERNET E A RELAÇÃO COM O SENTIMENTO DE ANSIEDADE EM JOVENS ENTRE 18 A 25 ANOS.

MARGARIDA TERESA DE JESUS CEREJA*

THALITA LACERDA NOBRE**

* Psicóloga,
Universidade
Católica de Santos
(Programa de
Iniciação Científica)

** Professora Doutora do
Curso de Psicologia
da Universidade
Católica de Santos, .

RESUMO

Este artigo é resultado da pesquisa de Iniciação Científica, cujo o objetivo é compreender de que forma o uso da internet, pode estar relacionado ao sentimento de ansiedade entre jovens de 18 a 25 anos. A metodologia utilizada é a de pesquisa qualitativa de cunho exploratório, delimitada por levantamento bibliográfico. Na fundamentação teórica discutiu-se sobre o desenvolvimento emocional desta fase considerada por Erick Erikson como de idade adulta jovem, caracterizada pela crise entre intimidade e isolamento. Discutiu-se, ainda, sobre a ansiedade vivida durante este período de formação e o uso da internet como veículo para a comunicação, relacionamento interpessoal e satisfação das pulsões relacionadas ao reconhecimento social. Obteve-se como resultados a consideração de que a internet, como redes sociais, *messenger*, canais de vídeo, jogos online, sites, seria um veículo facilitador das interações sociais e da competição e cooperação úteis para o sujeito nesta etapa do desenvolvimento. Por outro lado, dificultaria a correspondência completa às exigências de interações sociais, o que levaria à ansiedade e a potencialização do sentimento de desamparo. Como conclusão da pesquisa, obteve-se que o período de formação e ingresso a vida adulta geram dúvidas quanto às identificações a serem realizadas pelo sujeito e a internet poderia trazer um livramento desta ansiedade, já que facilitaria o acesso às informações. Porém, este recebe uma vasta quantidade de dados, o que ampliaria o sentimento de não adaptação às demandas sociais. Assim, revela-se imprescindível a importância do trabalho do psicólogo na prevenção e tratamento dos distúrbios relacionados à ansiedade e ao uso da internet, levando à promoção de saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE

Psicologia do desenvolvimento, ansiedade, dependência, internet, jovem adulto.

INTRODUÇÃO

A internet já faz parte do dia a dia do homem moderno, ela facilita as tarefas cotidianas, traz entretenimento, ultrapassa as barreiras do espaço. Junto com esta grande evolução e desenvolvimento, o sentimento de ansiedade também vem aumentando e cada vez mais as pessoas são diagnosticadas com algum tipo de transtorno ou intensidade de ansiedade.

Neste sentido, o objetivo geral desta pesquisa é compreender de que **forma** o uso da internet pode estar relacionado ao sentimento de ansiedade. Os objetivos específicos são: verificar de que forma o uso da internet se relaciona com a ansiedade vivida por jovens adultos, compreender de que **forma** o uso da internet pode estar a serviço da satisfação pulsional do sujeito e pensar em formas de auxílio que o profissional psicólogo pode vir a oferecer para tais indivíduos.

Sendo assim, a relevância científica reside na consideração de que, caso observe-se que a internet tem relação com ansiedade, pode-se pensar em modos de auxiliar os psicólogos a discutirem qual o papel da Psicologia no trabalho com essa ansiedade. No que diz respeito à escolha do estudo para a faixa etária entre 18 e 25 anos, acredita-se que seja a fase de formação, de sedimentação da personalidade, em que o sujeito passa a ocupar de maneira ostensiva seu papel de inserção na sociedade. O jovem adulto (conforme são vistos os representantes desta idade) buscam firmar-se em seus lugares na sociedade, dependendo, também da aprovação do grupo social a que pertence.

No que diz respeito aos aspectos individuais, esta pesquisa pode servir para a discussão sobre a identidade do sujeito contemporâneo e as características relacionadas à ansiedade decorrente do uso da tecnologia, podendo estar relacionado ao sentimento de dependência e, em alguns casos, adição.

1. DESENVOLVIMENTO DA FAIXA ETÁRIA ENTRE 18 A 25 ANOS

1.1 Modelos do estágio normativo

Os modelos do estágio normativo sustentam que os adultos seguem uma sequência básica de mudanças psicossociais relacionadas à idade. As mudanças são normativas no sentido de que elas parecem ser comuns à maioria dos membros de uma população; e elas surgem em períodos sucessivos, ou estágios, às vezes marcados por crises emocionais que preparam o caminho para o desenvolvimento. O que é normativo depende das expectativas sobre o momento dos eventos da vida naquela cultura.

De acordo com Erik Erikson, a faixa entre 18 e 25 anos, corresponde ao sexto estágio do desenvolvimento psicossocial, marcado pelos opostos entre intimidade e isolamento. De acordo com que Papalia (2013) descreve sobre essa consideração do autor: “se os adultos jovens não conseguem assumir compromissos pessoais profundos com os outros, dizia Erikson, eles correm o risco de tornarem-se excessivamente isolados e absorvidos em si mesmos.” (2013, p. 489) Isso significa que haveria uma necessidade de comprometer-se com os afazeres sociais e com as demandas do meio em que vive que garantiria o não isolamento excessivo, mas a confrontação constante entre o próprio Eu do indivíduo e o Eu dos outros. A intimidade

estaria ligada ao conhecimento de si próprio e o estabelecimento de vínculos duradouros e necessários para o desenvolvimento.

Papalia (2013) complementa ainda que os integrantes deste grupo etário também necessitam de isolamento, em alguns momentos, para reflexão acerca de suas vidas. E, “à medida que trabalham para resolver demandas conflitantes de intimidade, competitividade e distância, eles desenvolvem um sentido ético (...)” (2013, p. 489). Este sentido é de fundamental importância para a base do pensamento e atitudes do mundo adulto, pois também preparam o jovem para o convívio com o sacrifício e o compromisso que perpassam as relações humanas maduras. O jovem adulto estaria confrontado com um desejo de relacionamentos mais profundos e menos “descartáveis”, que estariam a serviço somente da experimentação de sua sexualidade e capacidade de sedução diante do outro.

De acordo com Erikson apud Papalia (2013), na etapa jovem adulta, a experimentação de sacrifício e compromisso residiria na formação de um forte sentido do self que prepararia para o estabelecimento de uma “(...) melhor posição para fundir sua identidade com a de uma outra pessoa.” (2013, p. 489). Para isso ocorrer, o jovem deve sentir que seus intentos de tornar-se pertencente e importante para a sociedade (representada pelos outros do grupo em que faz parte) trouxeram resultado. Assim, o isolamento para a compreensão acerca do seu próprio Eu e a consequente intimidade disposta a ser vivida estariam na pauta fundamental das vivências desta etapa e, nesse sentido, podemos pensar como a internet poderia ser mediadora desses sentimentos experimentados durante essa idade.

A hipótese que podemos construir é a de que a medida em que haveria uma necessidade de resposta do meio a respeito de sua adequação ao meio, o jovem utilizaria a internet como ferramenta que, ao mesmo tempo, tranquilizaria, já que seria um importante anteparo entre seu Eu e o Eu do outro, também poderia ser fonte de ansiedade, já que traz inúmeros outros estímulos que levariam à dificuldade do sentimento de pertença e intimidade. Em outras palavras: hipotetizamos que o excesso de informação poderia levar ao excesso de exigência ao próprio Eu do indivíduo que, por sua vez, levaria a ansiedade e dificuldade de estabelecimento de intimidade.

2. O QUE É ANSIEDADE

Segundo Regis et al., (2016), o nível de ansiedade vem aumentando de forma significativa nos indivíduos devido às grandes mudanças sociais, econômicas, científicas, culturais, entre outras mudanças que vêm tornando a vida da população em geral mais complexa, mais competitiva. As mudanças tecnológicas trazem, como consequência, a necessidade de novas adaptações para satisfazer essas novas demandas.

Os mesmos autores ainda, definem o conceito e sintomatologia da ansiedade, segundo eles:

A ansiedade é uma emoção ou estado de humor negativo caracterizada por apreensão e preocupação antecipada quanto ao futuro que produz alterações em níveis distintos nos indivíduos. As sensações e desgostos provenientes da ansiedade são caracterizadas por: sintomas fisiológicos como aumento da frequência cardíaca (FC), sudorese, tremores e desmaio; sintomas afetivos como impaciência, frustração, nervosismo e irritabilidade; sintomas cognitivos como falta de concentração, hipervigilância para ameaça, memória deficiente, distorções cognitivas e medo; sintomas

comportamentais como fuga, esquiva, agitação, busca de segurança e dificuldade para falar. (REGIS et al., 2016, p.93)

Além disso a ansiedade também é uma resposta emocional, tal qual o medo, porém os autores ressaltam uma relevante diferenciação:

Enquanto a ansiedade é uma resposta orientada ao futuro e é caracterizada por percepções de incontrollabilidade e imprevisibilidade sobre eventos principalmente perigosos, o medo é uma resposta ao perigo presente, à uma ameaça iminente que serve de alerta ao indivíduo e pode apontar a necessidade de uma ação defensiva. O medo torna-se uma avaliação acerca do perigo real, enquanto a ansiedade é um estado de sentimento que se torna desagradável quando o medo é evocado (REGIS et al., 2016, p. 93)

Assim, a ansiedade estaria relacionada ao medo habita o desconhecido pelos seres humanos. O pensamento traria a evocação desse sentimento a cada vez que se associa uma experiência a um perigo iminente.

Do ponto de vista das teorias psicodinâmicas, de acordo com Zimerman (2001), a angústia ou ansiedade são dois termos considerados sinônimos, porém alguns autores defendem que há uma distinção entre os dois. Alguns autores referem-se a ansiedade como uma ânsia não reconhecida, seria um afeto que nem sempre está manifesto clinicamente, como um anseio. Já a angústia seria a condição de sempre existir uma sintomatologia de medos, como por exemplo, medo de morrer, de tornar-se insano, taquicardia, entre outros.

Para melhor compreensão do tema será considerado o que Freud defende em sua segunda teoria da angústia, segundo o autor, em “Inibições, Sintomas e Angústia” (1926), a angústia sinal corresponde a ideia de que diante de situações vividas como perigosas, o sujeito reage “generalizando”, acreditando que qualquer situação que se associe ao perigo seja igualmente assustadora, merecendo, portanto ser evitada. Nas palavras de Freud, o sinal noticiaria: “„Estou esperando que uma situação de desamparo sobrevenha ou “A presente situação me faz lembrar uma das experiências traumáticas que tive antes. Portanto, previrei o trauma e me comportarei como se ele já tivesse chegado, enquanto ainda houver tempo para pô-lo de lado.” (1926, edição em CR-ROM).

Freud ressalta ainda que a angústia vinculada “(...) a expectativa pertence à situação de perigo, ao passo que sua indefinição e falta de objeto pertencem à situação traumática de desamparo” (1926, edição em CD-ROM). Essa consideração traz a notícia de que, diante do sinal, a ansiedade despertada gera desprazer, incômodo diante do perigo iminente do desamparo, o que leva o sujeito à evitação de algumas situações. Correlacionando esse conceito com o uso da tecnologia, podemos hipotetizar que, por ser um meio que traz bastante informações sobre a vida em sociedade, o não estar conectado poderia propiciar um sentimento de desamparo, de abandono, que precisaria ser evitado.

Laplanche e Pontalis (1986) complementam que a angústia (ante um perigo real) é um termo utilizado por Freud para descrever uma angústia mediante a certas situações que remetem a um perigo exterior, que naquele momento para determinada pessoa consisti em uma ameaça real.

Moore e Fine (1992), conceituam, ainda, o sentimento de ansiedade, como:

Afeto ou estado emocional desprazeroso caracterizado por sentimentos de antevisão desagradável: um senso de perigo iminente. Sua intensidade e duração variam de modo considerável. A ansiedade tem correlatos fisiológicos e psicológicos; as manifestações fisiológicas comuns são aceleração

dos ritmos cardíaco e respiratório, tremor, suor, diarreia e tensão muscular; a ansiedade é psicologicamente experienciada, com auto-absorção apreensiva como um sentimento de estar impotente quando defrontado com um perigo iminente vago ou desconhecido. O sentimento pode ser acompanhado ou inteiramente substituído pelas sensações corporais. A ansiedade, que se relaciona a um perigo inconsciente, deve ser distinguida do medo, que constitui uma reação a um perigo externo e realístico conscientemente reconhecido. (MOORE; FINE, p.17, 1992).

Segundo os mesmos autores, o conceito de ansiedade na Psicanálise é de suma importância pois diversos sintomas neuróticos surgem na tentativa de evitar passar por este estado emocional tão desprazeroso. A ansiedade, para a segunda teoria freudiana representaria como uma reação do ego a uma ameaça contra o indivíduo, como uma tentativa de sobrevivência do ego. Por isso, entende-se que ela deva existir, já que se trata de uma proteção, porém, pode-se pensar que as demandas sociais da atualidade, principalmente quando relacionadas ao período do desenvolvimento em que se encontra o jovem adulto, trariam uma ansiedade maior. O sujeito estaria confrontado, o tempo todo, com o perigo do desamparo e isso poderia levar a busca de satisfação patológica.

3. O USO DA INTERNET – NORMAL E PATOLÓGICO

Marteletto, (2010) conceitua e delimita o conceito de internet que foi utilizado para análise desta pesquisa de iniciação científica, apontando os principais aspectos que permeiam as interações e atividades relacionadas ao uso da internet. Demonstrando que a internet é um espaço que promove a interação social, comunicação e sociabilidade, além de diminuir distâncias e quebrar barreiras geográficas. Tornando-se assim, um fator significativo na vida desses jovens adultos, que de acordo com Erick Erickson, estão passando pela fase de isolamento e intimidade.

A Internet, chamada “rede das redes”, caracteriza-se por dois aspectos principais. Primeiro, é um grande acervo de dados e de informações aberto a múltiplas escritas, consultas, leituras, usos e apropriações. Segundo, é uma arena ampliada geograficamente e socialmente para interação, comunicação e sociabilidade. Portanto, atua como suporte de atividades cooperativas em escala mundial, organizadas no âmbito de comunidades massivamente interativas como a Wikipedia, os coletivos de desenvolvedores de softwares livres, os blogs, os jogadores em rede ou as plataformas relacionais, como Facebook, MySpace, etc. (MARTELETO, 2010, p.32).

Fortim e Araujo (2013), reforçam a ideia de que a internet seria um fato significativo na vida dos indivíduos, explicando que em meados da década de 90 (do século XX), com as grandes mudanças tecnológicas e com a inserção da internet na vida dos indivíduos, foram surgindo novos comportamentos relacionados a esta grande inovação tecnológica. A questão do vício em internet torna-se um fator relevante e um novo paradigma na vida dos usuários. De acordo com os autores, o uso patológico da internet se definiria da seguinte forma:

Os principais problemas relatados se referem à dependência psicológica, que inclui um desejo irresistível de usar a rede, com incapacidade de controlar seu uso; irritação quando não conectados e euforia assim que conseguem acesso. Têm obsessão pela vida virtual, não se importando pela vida presencial, como o sono, a alimentação, os relacionamentos offline. A preferência pela vida virtual em detrimento da presencial, pode trazer

muitas consequências negativas, tais como colocar em risco relacionamentos importantes casamentos, relações entre pais e filhos, etc.), prejuízos escolares e do trabalho (FORTIM; ARAUJO, 2013, p. 294).

Estes sintomas relatados por Fortim e Araujo (2013) fazem parte do quadro de Transtorno de Controle de Impulso, sobre o código F63.9, no CID - 10, pertencendo a uma categoria residual que ainda aguarda validação. Os mesmos autores, ainda complementam que este transtorno também é visto como uma dependência comportamental.

Griffiths (2000) define a dependência comportamental da internet a partir de seis critérios fundamentais, são eles: saliência, modificação de humor, tolerância, abstinência, conflito e recaída. O primeiro diz respeito à saliência no sentido do indivíduo “salientar”, destacar sempre o objeto internet em suas tarefas cotidianas. Seu uso passa a ser uma das ações primordiais em seu dia-a-dia.

O critério seguinte, relaciona-se às mudanças de comportamento associadas ao uso da internet. Para esse autor, como uma droga, o uso compulsivo da internet possibilitaria ao indivíduo uma sensação excitante ou tranquilizante. Nesse ponto, pode-se pensar que a ansiedade poderia levar o sujeito ao uso compulsivo em busca de tranquilização.

A tolerância poderia ser discutida como uma espécie de “quantidade” necessária de realização do comportamento de estar conectado a internet para se sentir apaziguado. Isso varia de sujeito para sujeito. Sendo assim, quanto menor a tolerância à estar desconectado, maior tenderiam a ser os sintomas de abstinência (GRIFFITHS, 2000).

Os aspectos relacionados ao conflito e à recaída estão relacionados ao tempo gasto na internet e a tendência à repetição do comportamento de utilizar a internet compulsivamente, mesmo depois de um período significativo privado (Griffiths, 2000). É importante contextualizar esse estudo do ano 2000, quando as conexões de internet ainda eram, em grande parte analógicas. Atualmente, os smartphones e outras plataformas encontram-se, em sua maioria, sem necessidade de conexão. A internet tem sido levada, inclusive, para os objetos do dia-a-dia. Conhecida como “internet das coisas”, esta forma de tecnologia da informação e comunicação tem se presentificado mais e mais.

De acordo com Fortim e Araujo (2013), pode-se encontrar na literatura alguns sintomas que são categorizados como vício em internet. Suas consequências são negativas para a vida do sujeito, já que este vício propicia que ele veja a internet como a atividade mais importante de sua vida, cria-se uma visão equivocada como se nada fosse possível sem a internet, dominando assim os pensamentos e sentimentos, levando o indivíduo ao isolamento, dando exclusividade às interações sociais. O indivíduo viciado em internet, uma vez conectado, tem dificuldade em interromper essa conexão, o que o faz passar mais tempo que o esperado, inventando diversas desculpas para não se desconectar, conseqüentemente aumentando o tempo de uso, sua dependência e sua culpa quando perde compromissos ou deixa de realizar atividades de sua responsabilidade.

Conseqüência disso, existem outros prejuízos relevantes para a vida deste indivíduo em diversos setores, como explicam os mesmos autores:

As consequências negativas estão relacionadas a prejuízos no trabalho, como faltas, baixo rendimento, colocando em risco de demissão ou em situações constrangedoras pela incapacidade de controlar o uso. Também são contabilizados prejuízos financeiros, às vezes por compras de itens virtuais; outras vezes, a dependência é a própria compra online (FORTIM; ARAUJO, 2013, p. 295).

Os autores comentam, ainda que outra consequência bastante observada é a atitude de negligência consigo e com outras pessoas, uma vez que o uso da internet passa a ser visto como prioridade. Isso gera conflitos nos relacionamentos interpessoais. Fortim e Araujo (2013) comentam:

O uso excessivo faz com que o usuário descuide de relacionamentos familiares importantes, tais como o casamento, relação entre pais e filhos, relacionamentos com amigos que não os virtuais. Também são aumentados sintomas de abstinência, como as alterações do humor, irritabilidade, impaciência, inquietude, tristeza, ansiedade. Em casos extremos existe grande agitação motora, agressividade ou irritabilidade, ao não se conseguir a conexão. (FORTIM; ARAUJO, 2013, p.295).

Isso corresponde a dizer que pode haver um grande empobrecimento em diversas áreas da vida do indivíduo uma vez que se torna dependente do uso da internet.

Young e Abreu (2011), explicam que o uso da internet não é algo recente, não é novidade as condições de fácil acesso, baixo custo, significativa interatividade, atividades prazerosas, anônimas e capazes de distorcer o tempo proporcionadas pela internet. Porém a intensidade, disponibilidade e acessibilidade deste veículo aumentaram consideravelmente com o uso de smartphones e demais plataformas de acesso.

A respeito das condições de uso da internet relacionadas à dependência, ou outras nomenclaturas com este mesmo significado, Young e Abreu (2011), esclarecem alguns fatores que podem ser utilizados como indicadores sobre um indivíduo que apresenta dependência relacionada à internet, segundo eles:

O ponto principal do padrão dependente ou compulsivo envolveria não apenas a presença de tolerância (exigindo mais tempo de conexão, graus maiores ou variados de conteúdo estimulante, ou uso mais frequente), como também a presença de alguma forma de padrão de abstinência. Esse padrão de abstinência envolve um estado de maior excitação e desconforto psicológico e fisiológico quando separado de internet. (YOUNG; ABREU, 2011, p. 171).

Abreu e Young (2011), ressaltam que estes comportamentos de tolerância e, de alguma forma, de abstinência sempre presentes descritos acima, foram resultados de observações e relatos subjetivos de muitos pacientes apresentando este caso clínico de dependência da internet.

Outro critério importante envolve usar a internet para propósitos psicoativos ou intoxicantes, de modo a alterar o humor ou a consciência. Com relação à internet, há dois componentes intoxicantes. O primeiro é a elevação da dopamina ou actual hit, e o segundo é a intoxicação, na forma do desequilíbrio ou evitação no restante da vida da pessoa. Isso se manifestaria como 172 Kimberly S. Young, Cristiano Nabuco de Abreu & cols. um impacto em uma ou mais esferas importantes da vida (relacionamentos, trabalho, desempenho acadêmico, saúde, finanças ou situação legal). (YOUNG; ABREU, 2011, p. 171-172).

Os mesmos autores, afirmam que existem indivíduos que utilizam a internet para obterem prazeres psicoativos ou intoxicantes. Ou seja, utilizam afim de sentirem as sensações trazidas pela elevação de dopamina, alterando assim seu humor ou até mesmo seu estado de consciência. Além disso, a internet também contribuiria para que o indivíduo adquirisse algum tipo de desequilíbrio ou até mesmo evitação de sua própria vida ou de algumas áreas desta.

Se o uso de internet não está influenciando nenhuma área importante da vida, provavelmente não constitui um problema que mereceria ser chamado de dependência. Muitas pessoas não abusam dessas tecnologias a ponto de sofrer consequências sérias, mas passam a experienciar um desequilíbrio de vida. É importante que isso seja salientado: mesmo que a dependência de internet não seja diretamente uma dependência capaz de causar lesão estrutural, a maioria dos efeitos prejudiciais se deve aos desequilíbrios criados pelo tempo excessivo gasto com a tecnologia. (YOUNG; ABREU, 2011, p. 172).

Os autores explicam ainda que, pode-se considerar o uso da internet como abusivo, como uma dependência, quando este uso afeta alguma área importante da vida deste indivíduo, quando usar a internet se torna um dificultador em alguma área, que impede o indivíduo de executar suas tarefas por precisar estar sempre conectado à internet. Os mesmos, completam dizendo que muitas pessoas não abusam seriamente dessas tecnologias a ponto de atrapalhar efetivamente suas vidas porém, podem sofrer algumas instabilidades de vida. O uso excessivo da internet pode ser prejudicial e levar a desequilíbrios causados pelo tempo excessivo dispendido em atividades com dispositivos eletrônicos.

Fortim e Araujo (2013), discutem que o uso abusivo da internet ocorre da seguinte forma:

Os usuários se utilizam de diversos aplicativos na internet, mas apontam um ou no máximo três deles como atividades consideradas como abusivas. Por exemplo, podem se utilizar de redes sociais, MSN, jogos, mas apontam que o uso problemático é o de pornografia (FORTIM; ARAUJO, 2013, p.301).

Os autores comentam que a pesquisa realizada por eles tratou-se do seguinte, selecionaram uma amostra de usuários que se diziam viciados em internet, e categorizaram de acordo com os principais usos abusivos. Os dados coletados foram classificados de acordo com o que cada usuário foi relatando.

Fortim e Araujo (2013) realizaram uma pesquisa qualitativa para compreender a vivência do uso patológico da internet, a partir de autorrelatos de 189 sujeitos que se consideravam “viciados de internet”. A pesquisa trouxe resultados significativos e revelou que o principal uso abusivo da internet é utilizado para comunicação, navegação e para fins sexuais.

4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A internet já faz parte do dia-a-dia do homem moderno, simplificando as tarefas cotidianas, trazendo entretenimento, ampliando a capacidade de compartilhamento de informações entre populações distintas. Permite a organização do conteúdo e o relacionamento interpessoal em rede, teia de transmissão de conteúdo que modifica a concepção de barreiras compreendidas pela realidade não virtual.

Porém, apesar de servir como ferramenta útil para a comunicação humana ultrapassando barreiras geográficas através das redes sociais e demais plataformas de uso, também pode-se conjecturar que sua utilização pode estar associada ao sentimento de ansiedade. A hipótese que pode-se construir é a de que a dependência tecnológica poderia amplificar o sentimento de desamparo, provocando assim ou intensificando o sentimento de ansiedade no indivíduo que a utiliza frequentemente.

Estudou-se que o jovem adulto, entre os 18 a 25 anos, está em um estágio do desenvolvimento psicossocial marcado por isolamento e intimidade, de acordo com a teoria de Eric Erickson. Portanto, sentiria a necessidade de interação social, de se comprometer com os afazeres sociais e também do isolamento, porém não de forma excessiva levando-o a exclusão, e afastamento dos demais, mas sim como uma confrontação constante com o próprio “Eu” do indivíduo e o “Eu dos outros. Isto seria a questão da intimidade, que está intrinsecamente ligada ao autoconhecimento, reflexão sobre suas atitudes, sobre sua vida. Ambos os fatores de isolamento e de intimidade levariam este jovem ao estabelecimento de vínculos sociais duradouros.

Neste sentido, se a conexão com a internet, traria para os sujeitos que vivem em sociedades urbanas, uma sensação de “calmaria” quanto ao não saber e a evitação da exclusão do grupo social, pode-se pensar, por outro lado, que seu uso colocaria em cena a questão central do desamparo, despertando o sentimento de fuga de um possível sentimento de exclusão e desconsideração por parte do social.

Com este intuito, a presente pesquisa obteve alguns dados interessantes sobre a ansiedade despertada nos sujeitos jovens, que encontram-se em término de formação de personalidade e em trânsito de adquirirem a percepção de seus espaços na sociedade. Estes sujeitos, de acordo com o que percebemos ao longo do trabalho, tendem a utilizar amplamente as redes sociais digitais. Isso porque, conforme pudemos obter, estes tendem a estar mais voltados a vida social e ao sentimento de pertencimento a um ou mais grupos sociais. A internet funcionaria como um impulsionador e facilitador dessas relações necessárias de acordo com este período de desenvolvimento.

Porém, ao mesmo tempo que a internet traria sensação de pertencimento, por outro lado, pode elevar o sentimento de estar “perdendo algo”, gerando, portanto, a ansiedade de exclusão. O indivíduo se sentiria “perdendo algo”, por haver uma vasta gama de informações sendo bombardeadas a cada segundo na internet, são diversos os estímulos, diferentes sensações, expressões, comunicações destinados a estes indivíduos através da internet. O que causaria o sentimento de não dar conta de todos esses estímulos ao mesmo tempo concomitantemente, reforçando assim o sentimento de “estar perdendo” algo de atual que foi lançado na *web*.

Em relação ao uso da internet através do jovem percebeu-se que ocorre a todo e qualquer momento. A internet não é algo novo na vida contemporânea desses jovens porém a intensidade de uso é um fator que aumentou muito nos últimos anos, através de avanços tecnológicos. Atualmente tornou-se uma tarefa difícil controlar e delimitar o tempo de uso da internet para estes jovens, já que através dos smartphones e demais plataformas de uso, a presença da internet passou a ser de no mínimo 24 horas por dia. Ela se faz fortemente presente em nossas escolas, locais de trabalho, locais de lazer, em nossas residências, e até mesmo em momentos que sempre foram considerados de intimidade, agora tornam-se momentos vinculados ao uso da internet. Realizar tarefas e estar sempre “online”, totalizando assim sempre neste “acúmulo de tarefas”, tudo muito rápido e ao mesmo tempo, sempre tendo que dar conta de responder mensagens e atualizar status nas redes pode contribuir com o aumento do sentimento de ansiedade.

As condições em que os jovens mais usam a internet, de acordo com as pesquisas levantadas neste artigo são: para comunicação, navegação pela web e para fins sexuais. Condições estas, que também estão presentes no estágio de desenvolvimento psicossocial em que o jovem adulto se encontra às voltas com o paradoxo entre intimidade e isolamento. A internet seria uma das ferramentas utilizadas para vivenciar estes afazeres sociais, às vezes

de uma maneira mais benéfica, conseguindo administrar essa gama de estímulos e sensações propiciadas pela internet. Outras vezes, sentindo desconforto e desamparo, por haver uma vasta gama de estímulos externos no mundo online e offline, que não raras vezes, não conseguem ser satisfeitas simultaneamente e com a mesma velocidade de transformação e evolução tecnológica dos dias atuais, levando assim à angústias e ao sentimento crescente de ansiedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Obeve-se como resultados finais a consideração de que a utilização da internet proporcionaria a satisfação das pulsões relacionadas ao reconhecimento social. Ao passo que o impedimento do uso pode se constituir como um fator gerador de ansiedade, somando-se a isso, temos a população de jovens adultos como vulnerável ao sentimento de ansiedade inerente a esta condição.

De acordo com o levantamento que pudemos realizar, a ansiedade seria uma resposta a qualquer estado de ameaça ao que já é conhecido e adaptado. Obtivemos que o período de formação e ingresso a vida adulta geram dúvidas quanto às identificações que o sujeito pode realizar em sua organização psíquica. Por essa razão, o uso da internet e, especificamente, das redes sociais digitais, ao mesmo tempo que prometeria uma tranquilização no que tange ao sentimento de pertencimento pode atuar como potencializador do sentimento de ansiedade. A tranquilização viria do livramento da ansiedade, já que poderia trazer uma série de informações e impossibilitar que o indivíduo tivesse acesso a tudo, inclusive a vida alheia, porém, a enxurrada com que os dados são oferecidos ampliariam mais e mais o sentimento de não ser bom o suficiente.

Diante dos resultados obtidos, gostaríamos de dar continuidade realizando pesquisa de campo com entrevistas e ampliação do entendimento acerca da ansiedade em jovens em relação à organização ou não de seus ideais e modelos identificatórios que podem vir a estabelecer.

Assim, revela-se imprescindível a importância do trabalho do psicólogo na prevenção e tratamento dos distúrbios relacionados à ansiedade e ao uso da internet, levando à promoção de saúde mental.

REFERÊNCIAS

- FORTIM, I.; ARAUJO, C. A. de. Aspectos psicológicos do uso patológico de internet. *Bol. - Acad. Paul. Psicol.*, São Paulo, v. 33, n. 85, p. 292-311, dez. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2013000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 02 ago. 2017.
- FREUD, S.. (1926). Inibições, sintomas e ansiedade. ESB. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- GRIFFITHS, M.. Does Internet and Computer “Addiction” Exist? Some Case Study Evidence. *Cyberpsychol Behav*, 3 (2), pp.211-218, 2000. Disponível em: <<https://doi.org/10.1089/109493100316067>>. Acesso em: 04 jun. 2017.
- LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. *Vocabulário da psicanálise*. Tradução de Pedro Tamem. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- MARTELETO, R. M.. *Redes Sociais, mediação e apropriação de informações: situando campos, objetos e conceitos na pesquisa em Ciência da informação*. Rio de Janeiro: Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde da Fundação Oswaldo Cruz. Instituto Brasileiro de Informação em

Ciência e Tecnologia / Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2010.

MOORE, B. E. ; FINE, B. D. *Termos e Conceitos Psicanalíticos*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

PAPALIA, Diane E. *Desenvolvimento humano*. Porto Alegre: AMGH, 2013.

REGIS at al. Ansiedade, depressão e doença cardiovascular em jovens adultos: uma revisão da literatura. *Canoas: Revista Saúde e Desenvolvimento*. Unilasalle, vol. 4, n. 1, 2016. Disponível em: <http://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento>. Acesso em: 18 jul. 2017.

ZIMERMAN, David E. *Fundamentos Psicanalíticos: teoria, técnica e clínica*. Porto Alegre: Artmed, 1999.

_____. *Vocabulário Contemporâneo de Psicanálise*. Porto Alegre: Artmed, 2001.

YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. de. *Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento*. Porto Alegre: Artmed, 2011.

BIBLIOGRAFIA

COELHO JR., N. E.. A noção de objeto na psicanálise freudiana. *Ágora* (Rio J.), Rio de Janeiro, v. 4, n. 2, p. 37-49, Dec. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-14982001000200003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 26 abr. 2017.

GIL, A. C.. *Como elaborar Projetos de Pesquisa*. São Paulo, 5ed, Atlas, 2010.

NOBRE, T. L.. *Histeria: Uma análise freudiana de Madame Bovary*. Curitiba: Juruá, 2012.

_____. *Coco Chanel: A força de vida como positividade na histeria feminina*. São Paulo: Zagodoni, 2016.

PADILHA NETTO, N. Kl.; CARDOSO, M. R.. *Sexualidade e pulsão: conceitos indissociáveis em psicanálise?*. *Psicol. estud.*, Maringá , v. 17, n. 3, p. 529-537, Sept. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722012000300018&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 25 abr. 2017.

ABSTRACT

This work is the result of the Scientific Initiation research, whose objective is to understand how the use of the Internet, can be related to the anxiety feeling among young people from 18 to 25 years old. The methodology used is qualitative research of an exploratory nature, delineated by a bibliographical survey. In the theoretical foundation, we discussed the emotional development of this phase considered by Erick Erikson as a young adult, characterized by the crisis between intimacy and isolation. We also discussed the anxiety experienced during this period of training and the use of the Internet as a vehicle for communication, interpersonal relationship and satisfaction of the drives related to social recognition. We obtained as results the consideration that the internet would be a vehicle facilitator of social interactions and of the competition and cooperation useful to the subject at this stage of development. On the other hand, it would hamper full correspondence to the demands of social interactions, which would lead to anxiety and the potentialization of the feeling of helplessness. As conclusion of the research, it was obtained that the period of formation and entrance into adult life generate doubts as to the identifications to be made by the subject and the internet could bring a release of this anxiety, since it would facilitate the access to the information. However, it receives a vast amount of data, which would increase the feeling of non-adaptation to social demands. Thus, the importance of the psychologist's work in the prevention and treatment of disorders related to anxiety and internet use, leading to the promotion of mental health, is essential.

KEYWORDS

Developmental Psychology, Anxiety, Internet, dependency, Young Adult.

