



A AUTOAFIRMAÇÃO NOS AMBIENTES SOCIAIS.

LUCY KELLY ROCHA DOS SANTOS

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo abordar a discussão sobre o comportamento de alguns indivíduos que se utilizam do distúrbio da autoafirmação como mecanismo de inserção social e alcance de diversos objetivos. Utilizando da metodologia de pesquisa bibliográfica e quantitativa. Este artigo tem como finalidade expor esses objetivos recortando o lado positivo e negativo da autoafirmação.

PALAVRAS-CHAVE: Autoafirmação destrutiva. Autoafirmação. Inserção social.

ABSTRACT: *The article has as its theme the discussion on the concept of self-affirmation goals that can be used for the mechanism of social insertion and achievement of different goals. Using the methodology of bibliographic research the quantitative. This article aims to expose these objectives, cutting out the positive and negative sides of self-affirmation.*

KEYWORDS: *Destructive self-assertion. Self-affirmation. Social insertion.*



INTRODUÇÃO

Esse artigo trata de vários ambientes sócias que são impostos regras de comportamento para que aquele meio aceite aquele indivíduo. Em busca de inserção social e vários outros motivos o sujeito desenvolve a necessidade de autoafirmação trazendo várias características citadas e aponta nesse artigo. Buscando pontos positivos e negativos dentro desse comportamento tem como objetivo a clareza e percepção de algo usado a muito tempo e que persiste até a atualidade.

Abordo quatro âmbitos sociais que a autoafirmação é utilizada e desenvolvida tentando demonstrar que ela pode ser um distúrbio psicológico ou um mecanismo de busca de autoestima.

A vida profissional, religiosa e acadêmica configura alguns âmbitos social que todo indivíduo frequenta e convive em sociedade. Tenho como objetivo demonstrar a busca de aceitação em cada um desses ambientes sociais.

1. AUTOAFIRMAÇÃO PROS E CONTRAS

A autoafirmação na medida certa não é sinal de nenhum distúrbio psicológico, apesar de ter uma conotação negativa, porém se faz necessária na vida de qualquer indivíduo com autoestima dentro da normalidade, segundo o site IBND é preciso conhecer e reafirmar os próprios propósitos para ter uma vida plena e estimulante. E na fase adulta, a autoafirmação se manifesta através de critérios da sociedade, uma pessoa se caracteriza por escolher uma forma de ser e planejar o seu comportamento. Auto afirmar uma personalidade é um processo psicológico que acontece através de aspectos sociais e pessoais da vida de cada um. Porém em excesso, pode trazer vários sinais que devem ser analisados com cuidado levando a autoafirmação destrutiva.

A autoafirmação destrutiva pode ser um distúrbio que demonstra carência afetiva. Segundo o site IBND esse distúrbio cria um ego exagerado responsável pela falta real de amor próprio e de aceitação de si mesmo, formando pessoas que necessitam sempre mostrar suas “qualidades” reforçadas a todo momento e para serem bem quistas socialmente, escondendo assim a falta de amor próprio.

O site psicologia do Brasil diz

A necessidade de autoafirmação patológica anda por um caminho destrutivo. É aquele que não desenvolve as nossas potencialidades. Mas degenera a psique, podendo provocar distúrbios, ou seja, uma deficiência psicológica com repercussão na área emocional e interpessoal.



A autoafirmação destrutiva se configura como uma enorme carência afetiva, que alguns sujeitos têm, de estar em evidência para ter suas qualidades reforçadas a todo o momento, escondendo a falta de amor-próprio. Isso significa a substituição instantânea do pensamento pela ação, onde não se consegue dominar o caráter impulsivo, gerando a incapacidade de raciocinar. Ela transforma-se em uma manifestação neurótica de se destacar diante dos outros, para ser respeitado, aprovado e enaltecido.

Quando um indivíduo, dentro deste perfil, deseja se inserir em determinado grupo social que trará status ele age objetivando mostrar que é melhor que os demais, buscando aceitação daquele grupo social. Esse indivíduo leva essa busca para vários âmbitos sociais de sua vida como por exemplo o profissional, o pessoal, o acadêmico entre outros.

Diante de um consumo desenfreado a sociedade impõe a ideia de que apenas os mais bem sucedidos podem alcançar o sucesso fazendo com que se venda a autoafirmação porém desencadeando consequências perigosas como a angústia como resposta a um perigo real ou imaginário, sendo resultado de um fluxo incontrolável de excitações de origem interna ou externa prejudicando suas próprias vidas em todos os sentidos.

1.1 AUTOAFIRMAÇÃO NAS REDES SOCIAIS

Nos dias atuais temos o ambiente das redes sociais para a perpetuação da auto estima destrutiva, a exposição da vida que antes era privada se tornou pública através de um simples click. A busca incessante por curtidas e visualizações traz a auto afirmação desmedida em um mar de membros que são íntimos/desconhecidos para dentro da vida perfeita e ideal desse indivíduo sem personalidade, sem autoconhecimento e sedento por aceitação, chamados de influenciadores digitais.

Com tanta exposição e seguidores os influenciadores digitais não precisam ter nenhuma profissão ou habilidade para conseguir arrecadar recursos cada vez mais altos e exorbitantes. Tornando um meio de vida rentável e proporcionando a si mesmo a classificação de milionários, pois na indústria do consumo e a venda do falso sucesso faz com que a ideia de realização pessoal é aquela vida perfeita, porém irreal e inalcançável.

Este distúrbio acontece através de fotos, selfies e vídeos em busca de aprovação dos internautas através de ativação de notificação, compartilhamento ou seguidores. Enganado a si próprio esses youtubers não cansam de postar consumo de objetos de desejos de todos, como viagens, comidas refinadas, roupas caríssimas, corpos ideais e tantas outras coisas. Estamos em um patamar que se uma pessoa buscar conhecer ou se relacionar com alguém é só stalking a rede social do outro, ou baixar algum aplicativo de relacionamento.

Pessoas que desenvolvem esse distúrbio, segundo o site psicologia do Brasil são pessoas

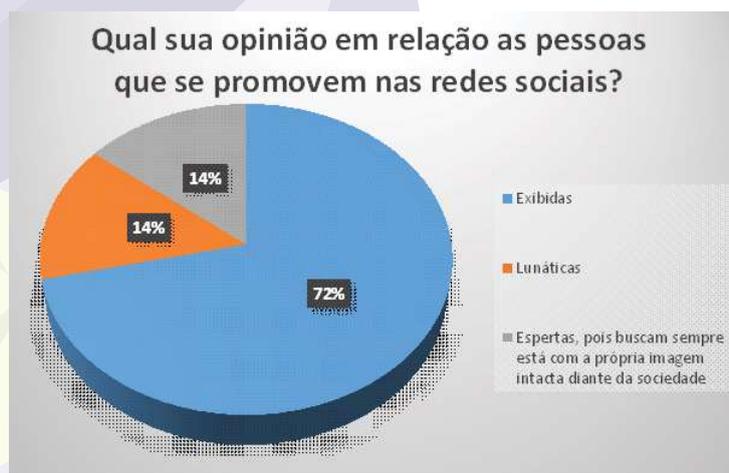


alienadas do mundo, tendo como objetivo agradar a si mesmo e aos outros. É um recurso que o inconsciente desses indivíduos utiliza para compensar o seu medo de perder espaço na vida pessoal e social. Aliás, espaço que nem eles mesmos sabem qual é.

Esses indivíduos estão fragmentando suas personalidades, expondo suas vidas, intimidades e assim se tornando vulgar e fazendo que seus seguidores desejem metas inalcançáveis e objetos super modernos transformando o desejo em vício.

A revista Super Interessante diz que a metade do planeta está nas redes sociais, somando mais de 3,5 milhões de usuários entre 16 à 34 anos, representando a maior fatia desse bolo. Causando impacto profundo aos jovens que estão apenas construindo a própria identidade as redes sociais demonstram fatos irreais e ilusórios de vidas perfeitas e autoafirmação de influenciadores sem filtros, que os levam a desejar cenários enganosos, os conduzindo ao afastamento de suas famílias e as suas referências primárias os deixando mais expostos e vulneráveis. Esse jovens “compram” imagens de influenciadores que só vedem o que tem de melhor em suas vidas reais ou inventadas.

Realizando uma pesquisa quantitativa com o objetivo de levantar essa pauta sobre auto afirmação nas redes sócias, questionei a um grupo de pessoas entre vinte e vinte cinco anos, estudantes ou trabalhadores, sobre a utilização das redes sociais e se nessas redes sociais utilizadas pelos mesmo possuem influenciadores ou youtubers que praticam a auto afirmação e 100% deles nos dois casos responderam que sim. Também questionei a opinião de cada um deles sobre as pessoas que se provem nas redes sociais e quais os objetivos dessas pessoas. Eles responderam o seguinte:



Grande parte dos entrevistados que estão em 72% acreditam que as pessoas que se promovem nas redes sociais são exibidas.



Conforme gráfico acima 31% dos entrevistados acreditam que o objetivo da busca por likes e visualizações é de expor suas próprias vidas e também 31% dos entrevistados acreditam que o objetivo é de tentar influenciar o comportamento e o consumo dos seguidores.

Assim, como podemos observar diante do resultado de minha pesquisa, os entrevistados dentro do perfil jovem e responsável consome redes sociais com a consciência de que os influenciadores tem como objetivo influenciar seus consumos e comportamentos e de também expor suas vidas perfeitas e inalcançáveis.

1.2 AUTOAFIRMAÇÃO NO AMBIENTE SOCIAL E RELIGIOSO

O ambiente religioso é uma escolha de cada um desempenhando até um estilo de vida e comportamento de cada um. Dentro daquela realidade seus integrantes precisam desempenhar uma postura imposta por aquela sociedade, trazendo uma imagem para si de acordo com que se espera de todos daquele meio.

Com tantos critérios a serem seguidos e expectativas a serem realizadas o indivíduo retém o desejo de aceitação temendo a rejeição e se utilizam da autoafirmação de retidão, moral e civilidade. Com o discurso de que eu sou, eu tenho, desenvolvem cargos de liderança com influência e autoridade sob os demais integrantes daquela comunidade.

E importante relatar que nem todas as religiões e religiosidades são respeitadas perante a sociedade. Vítimas de preconceitos seus integrantes chegam a omitir que fazem parte delas e não se auto afirmam.

Me utilizando da metodologia de pesquisa quantitativa, questionei um público alvo com



perfil religioso atuante sobre auto afirmação social e 100% deles responderam que já presenciaram a prática de auto afirmação em seu ambiente social e os mesmos 100% de entrevistados disseram que estes mesmos praticantes de auto afirmação ou são colegas, ou amigo, ou vizinho, ou familiares.

Questionei também em relação ao sentimento deles e suas atitudes em relação a estes praticantes e eles responderam da seguinte forma:



Como podemos ver no gráfico acima, 60% das pessoas entrevistadas se sentem mal de escutar tanta auto afirmação, porém ficam constrangidas de sair de perto da pessoa.

Conforme os dados acima expostos a seguir, 50% dos entrevistados saem de perto quando a pessoa que pratica auto afirmação chega em seu ambiente social, pois falta paciência para tanta auto afirmação.



1.3 AUTOAFIRMAÇÃO PROFISSIONAL

A vida profissional de qualquer indivíduo tem extrema importância, pois traz a sensação de auto realização e em algumas situações leva o sujeito a cargos importantes dentro da organização, fazendo com que o este tenha poder e riqueza em relação aos demais componentes daquele ambiente social. Porém para alcançar tal posição nem todos se utilizam de competência profissional e sim de autoafirmação.

A possibilidade disto acontecer diz Stefania Giannoni, psicóloga, Executive Coach, Especialista em Desenvolvimento de Pessoas e diretora da SLG Consultoria Empresarial, a pessoa que quer parecer superior aos colegas, chamar a atenção para si, internamente pode denotar insegurança. “A pessoa precisa provar que é boa, que é melhor do que os outros, quando na realidade é possível que esta pessoa tenha baixa autoestima. Este tipo de comportamento pode ser resultado de um complexo de inferioridade, em alguns casos”, explica a psicóloga. “É normal quando a pessoa age assim em função do contexto onde quer se inserir. Uma questão de sobrevivência quando aparência e certo nível de status faz parte da persona necessária para o trabalho. É importante manter uma mente equilibrada para não se deixar envolver demais por esse tipo situação e não perder o controle da própria personalidade”, enfatiza a consultora.

Esse comportamento é muito encontrado nos ambientes corporativos e utilizados com vários objetivos além dos citados anteriormente.



Realizei uma pesquisa quantitativa e questionei se os entrevistados convivem no ambiente profissional com pessoas que se utilizam de auto afirmação e 87% responderam que sim e apenas 13% disseram que não. Também questionei quais os ambientes que os entrevistados conviviam com pessoas que praticavam auto afirmação e 37% responderam no ambiente pessoal, 50% no ambiente profissional e 13% no ambiente acadêmico. Demonstrando que a maioria convive com este tipo de comportamento de colegas ou gestores diariamente no ambiente profissional.

Alguns de meus questionamentos na pesquisa foram em relação a opinião das pessoas sobre auto afirmação e os sentimentos em relação a essa prática, assim elaborei as seguintes perguntas: qual a opinião sobre pessoas que praticam auto afirmação e como o entrevistado se sentiu quando alguém pratica auto afirmação no seu meio social dela? As respostas foram as seguintes:



Como podemos constatar 38% dos entrevistados acreditam que pessoas que praticam auto afirmação tem como objetivo se promover e 57% deste escutam tudo, sem terem um bom ou um mal sentimento sobre a ação do praticante de auto afirmação e 29% tem um mal sentimento sobre esta mesma ação, porém ficam constrangidos de se afastar do ambiente conforme gráfico a seguir.



REFERÊNCIAS

BRASIL. R7 Tecnologia e Ciências Redes sociais são mais prejudiciais à saúde mental dos jovens. 2022a. Disponível em: <<https://noticias.r7.com/tecnologia-e-ciencia/redes-sociais-sao-mais-prejudiciais-a-saude-mental-dos-jovens-28032022>>. Acessado em 17 agosto 2022.

BRASIL. Super Abril. 2019a. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/tecnologia/metade-do-planeta-esta-nas-redes-sociais-que-ja-somam-35-bilhoes-de-usuarios/>> Acessado em 10 de agosto 2022.

BRASIL. Super Abril. 2018a Disponível em: <<https://www.psicanaliseclinica.com/o-que-e-superego-conceito-e-funcionamento/>> Acessado em 12 de agosto 2022.

BRASIL. IBND. 2020a. Disponível em: <<https://www.ibnd.com.br/blog/o-que-e-a-autoafirmacao-aprenda-a-lidar-positivamente-com-isso.html>>. Acessado em 12 de agosto 2022.

BRASIL. Psicologia do Brasil. 2022a. Disponível em: <<https://www.psicologiasdobrasil.com.br/o-ego-exagerado-necessidade-de-autoafirmacao>>. Acessado em 12 de agosto 2022.

BRASIL.. Carreira & Sucesso 2021a. Disponível em <<https://www.catho.com.br/carreira-sucesso/carreira/uncategorized/a-autoafirmacao-em-excesso>> Acessado em 12 de agosto 2022.



ANEXO I - QUESTIONÁRIO DE PESQUISA QUANTITATIVA DE AMBIENTES DIVERSOS.

Auto afirmação nas Redes Sociais

Você utiliza as redes sociais?

Sim

Não

Você se depara com muitas pessoas que se auto afirmam nas redes sociais?

Sim

Não

Qual sua opinião em relação as pessoas que se promovem nas redes sociais?

Exibidas

Lunáticas

Espertas, pois buscam sempre está com a própria imagem intacta diante da sociedade

Você acredita que essa busca por visualização e likes de pessoas que se auto afirmam nas redes sociais tem que objetivo?

O objetivo é de sempre terem muitos seguidores as admirando.

O objetivo é a busca de patrocínio de alguma empresa.

O objetivo é para expor suas próprias vidas.

O objetivo é de tentar influenciar o comportamentos e consumo dos seguidores.

O objetivo é de se expor apenas por diversão.

Autoafirmação no ambiente social

Você já presenciou alguém no seu ambiente social que praticam auto afirmação?

Sim

Não

Você possui algum amigo, vizinho, colega ou familiar que praticam auto afirmação



Sim

Não

Como você se sentiu quando alguém pratica auto afirmação próximo a você? Qual a sua atitude?

Mal e deixa a pessoa falando sozinha

Bem, fico perto da pessoa, pois gosto de ouvir alguém se auto afirmando

Mal, mas fico perto ouvindo tudo, pois fico constrangida de sair de perto

Nunca ninguém praticou auto afirmação próximo a mim

Você tem alguém em seu meio social que quando vai chegando perto, você pensa...

Adoro essa pessoa, vou ficar aqui perto só para ouvi ele se auto afirmar

Lá vem ele, vou sair enquanto é tempo, pois não tenho paciência pra tanta

Não penso em nada quando as pessoas chegam perto mim, mesmo que seja uma pessoa que goste de se auto afirmar

Auto afirmação no ambiente profissional

Você convive com alguém que prática auto afirmação?

Sim

Não

Qual o ambiente social que você convive com pessoas que praticam auto afirmação?

Pessoal

Profissional

Acadêmico

Redes sociais

Qual sua opinião sobre pessoas que praticam auto afirmação?

Pessoais inseguras.

Pessoas que querem se promove.

Pessoas que tem esse comportamento sem perceber o que praticam



Não tenho nenhuma opinião sobre o assunto

Como você se senti quando alguém pratica auto afirmação no seu meio social?

Se senti mal e se afasta.

Se senti bem e apoia o que a pessoa fala sobre si mesma.

Fica perto e escuta tudo o que a pessoa fala sobre si mesma, mas não fala nada.

Se senti mal, mas fica constrangido de se afastar naquele momento.

