

ESTUDOS JUNGUIANOS – UNIP

RAFAEL AUGUSTO BERTONI RODRIGUES

**A PERSONA ONLINE E OFFLINE DOS ADOLESCENTES SOB A ÓTICA DA
PSICOLOGIA ANALÍTICA DE ADOLESCENTES E JOVENS ADULTOS**

São Paulo

2026

RESUMO

A expansão das redes sociais intensificou performances identitárias em ambientes mediados por tecnologia, tornando mais visível a tensão entre adaptação social e interioridade. À luz da Psicologia Analítica, este artigo discute a persona como função psíquica de relação com o coletivo e investiga, em perspectiva teórico-analítica, como jovens entre 12 e 25 anos manejam continuidades e descontinuidades entre modos de apresentação online e offline. Parte-se da compreensão de que a adolescência constitui um período vital de reorganização psíquica, no qual pertencimento e diferenciação se intensificam e, por isso, a persona tende a ganhar centralidade. Por meio de estudo teórico-bibliográfico e leitura hermenêutica, articulam-se contribuições de Jung, autores junguianos contemporâneos e diagnósticos socioculturais da modernidade hipermediada. Argumenta-se que perguntar se a persona online e offline “são as mesmas” é menos produtivo do que investigar quais demandas de reconhecimento, visibilidade e controle atravessam diferentes arenas e quais custos psíquicos emergem quando a coerência performática substitui o diálogo com a alma e a simbolização. Podemos pensar que a diferença entre on e offline pode expressar flexibilidade adaptativa e experimentação, mas também pode sinalizar inflação da persona, intensificação da sombra e maior conflito na individuação quando a interioridade se empobrece.

Palavras-chave: persona; juventude; redes sociais; psicologia analítica; individuação.

INTRODUÇÃO

A juventude contemporânea se desenvolve em um cenário no qual a vida social e afetiva é continuamente atravessada por ambientes digitais. Ao lado de experiências presenciais, escola, família, amizades, esporte, trabalho, surgem ecossistemas de interação mediados por telas, plataformas e algoritmos, que operam como arenas de reconhecimento e pertencimento. Nesses espaços, formas de apresentação de si são convertidas em narrativas visuais e textuais, frequentemente avaliadas por métricas de visibilidade (curtidas, comentários, seguidores), o que tende a reforçar práticas de autocuradoria e gerenciamento de impressão.

Na Psicologia Analítica, a persona é compreendida como o conjunto de papéis, atitudes e formas de apresentação necessárias para que o indivíduo seja reconhecido na vida coletiva. Trata-se de um compromisso entre consciência individual e expectativas sociais, estruturado historicamente por valores culturais e por demandas situacionais. O problema se instala quando a persona deixa de ser mediação e passa a ser vivida como identidade integral, produzindo empobrecimento simbólico e deslocamento do eixo psíquico do diálogo interior para a administração da imagem.

Diante desse panorama, este artigo busca responder à seguinte questão: a persona que o jovem apresenta no mundo offline e no mundo online é a mesma, ou há descontinuidades relevantes associadas a demandas distintas de reconhecimento, pertencimento e controle de imagem? Como objetivo geral, pretende-se analisar a persona juvenil em ambientes digitais e presenciais sob a ótica da Psicologia Analítica, investigando continuidades, rupturas e custos psíquicos associados à manutenção de imagens sociais. Como objetivos específicos, busca-se: (a) apresentar o conceito de persona e suas armadilhas; (b) discutir a persona digital e o corpo virtual/avatars como interfaces de reconhecimento; (c) explorar a tensão persona-sombra no desenvolvimento juvenil; (d) discutir implicações clínicas, educacionais e socioculturais para o favorecimento de simbolização e individuação em contexto de hiperconexão.

O estudo é de natureza teórico-bibliográfica, com leitura hermenêutica de material cultural como apoio interpretativo. Não se pretende produzir generalizações estatísticas, mas construir compreensão simbólica a partir de conceitos junguianos e literatura recente sobre identidade digital. A estrutura do texto contempla fundamentação teórica, procedimentos metodológicos, análise comparativa entre persona online e offline e considerações finais.

1. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

1.1 O CONCEITO DE PERSONA NA PSICOLOGIA ANALÍTICA

A Psicologia Analítica compreende a psique como um campo dinâmico no qual consciência e inconsciente se relacionam por compensações, tensões e símbolos. Nesse contexto, a persona não é sinônimo de falsidade, mas uma função psíquica de adaptação ao coletivo: a forma pela qual o sujeito se torna legível e reconhecível socialmente. Em termos clássicos, Jung descreve a persona como um sistema complexo de relações entre a consciência e a sociedade, uma espécie de máscara social necessária para a vida comunitária (JUNG, 2013, §§245-246).

A utilidade da persona é evidente: ela protege o ego de exposições excessivas e oferece ao indivíduo um repertório de papéis que facilitam sua inserção em grupos, instituições e códigos culturais. Contudo, sua mesma eficácia torna-a perigosa quando confundida com a totalidade do sujeito. A identificação rígida com a persona pode produzir uma vida psíquica empobrecida e excessivamente dependente de aprovação externa, abrindo caminho para a dissociação entre o eu vivido e o eu apresentado.

Hopcke enfatiza que a persona se constitui em zonas de fronteira, onde o sagrado e o profano se tocam: de um lado, a exigência social de forma, etiqueta e desempenho; de outro, a necessidade subjetiva de sentido e autenticidade. A persona, nesse sentido, não é mero disfarce, mas um lugar simbólico de negociação identitária, que pode tanto favorecer a individuação quanto bloqueá-la quando se torna a única “pele” possível (HOPCKE, 1995).

Stein amplia a discussão ao lembrar que não existe uma única persona, mas múltiplas faces que se atualizam em diferentes contextos: família, escola, grupos de amigos, trabalho, espaços religiosos ou de lazer. A questão clínica e cultural não é eliminar a persona, mas flexibilizá-la e reconhecer sua natureza parcial, de modo que o sujeito possa transitar entre papéis sem perder o vínculo com a interioridade (STEIN, 2019).

1.2 JUVENTUDE, RECONHECIMENTO E CONSTRUÇÃO IDENTITÁRIA

A juventude, aqui compreendida como etapa de intensas reorganizações psíquicas, é atravessada por tarefas de separação e pertencimento: ao mesmo tempo em que o sujeito busca autonomia, precisa de referências coletivas para sustentar sua imagem de si. Esse movimento

amplia a importância da persona, pois é por meio dela que o jovem testa papéis, valores e estilos, colhendo respostas do ambiente.

Em ambientes digitais, tais respostas tendem a ser aceleradas e quantificadas. A interação não depende apenas de presença corporal ou de um grupo limitado, mas de uma audiência potencialmente ampla, com retorno imediato e rastreável. Isso pode favorecer experimentação e criatividade, mas também reforçar a lógica do “eu como projeto”, um eu administrado, otimizado e calibrado para aceitação.

Nesse sentido, a pergunta sobre equivalência entre persona online e offline envolve reconhecer que o jovem não atua no vazio: ele negocia expectativas de pares, família, escola e subculturas digitais. A consistência entre contextos pode indicar integração e coerência; porém, também pode sinalizar rigidez e dependência de aprovação. Do mesmo modo, diferenças entre on e offline podem expressar plasticidade adaptativa, ou uma cisão que protege o sujeito de angústias, vergonha e insegurança.

Para aprofundar esse quadro, é necessário conceituar a adolescência não apenas como faixa etária, mas como momento estrutural do desenvolvimento psíquico: um tempo de transição, crise e reorganização, no qual se intensificam as tarefas de separação, elaboração de limites e construção de pertença. Frankel descreve a adolescência como período crucial e turbulento, em que traumas, fantasias e experimentações expressam uma urgência de autorrealização e de redefinição do vínculo com o mundo, urgência que frequentemente se manifesta em oscilações entre grandiosidade e desamparo, pertencimento e isolamento (FRANKEL, 2021).

Na visão junguiana, essa transição pode ser compreendida como um campo de tensão entre o arquétipo do puer/puella (impulso de abertura, possibilidade e idealização) e a necessidade de enraizamento na realidade, com suas perdas e responsabilidades. A cultura contemporânea, ao oferecer estímulos contínuos e promessas de liberdade sem contrapartidas, tende a prolongar e a estetizar esse estado, favorecendo formas de “adolescência perpétua”. Keith, Polette e Baumlin (2009) exploram como imaginários midiáticos e práticas culturais podem manter o sujeito em circuitos de excitação, consumo e promessa de recomeço, dificultando a passagem simbólica para a maturidade, passagem que, psicologicamente, exige suportar frustrações, renunciar a imagens ideais e construir sentido além da aprovação.

1.3 A PERSONA DIGITAL: CORPO VIRTUAL, AVATAR E PERFORMANCE

A persona em redes sociais é constituída por escolhas de linguagem, estética, narrativa e ritmo de exposição. A curadoria de imagens e o recorte do cotidiano criam uma espécie de “biografia editada”, na qual certos afetos, conflitos e ambiguidades são omitidos. A persona digital, portanto, não se reduz a um perfil: ela envolve uma ecologia de símbolos (fotos, stories, legendas, filtros, memes, playlists), que compõem um corpo virtual e comunicam pertencimentos.

Souza descreve o avatar e o corpo virtual como interfaces que corporificam uma persona no ciberespaço, permitindo ao sujeito experimentar identidades, estilos e posicionamentos por meio de signos digitais. Esse corpo virtual pode funcionar como espaço de jogo e elaboração, mas também como armadura contra vulnerabilidades, especialmente quando a validação externa se torna o principal regulador afetivo (SOUZA, 2020).

A cultura da transparência e da performance reforça a sensação de que o sujeito “deve” ser visível e coerente, como se a existência dependesse de uma presença pública contínua. Nesse ambiente, a persona tende a se fortalecer como centro de gravidade psíquico, pois é ela que recebe retorno social e garante pertencimento. Han destaca como a lógica da exposição pode produzir cansaço e autoexploração, convertendo subjetividade em vitrine (HAN, 2017). Turkle, por sua vez, aponta impactos sobre a qualidade do vínculo, quando a mediação tecnológica substitui encontros e complexidades por conexões gerenciáveis (TURKLE, 2017).

Esse cenário se articula a diagnósticos sociológicos e filosóficos da contemporaneidade, que ajudam a explicitar o pano de fundo coletivo no qual a persona digital se intensifica. Em Modernidade líquida, Bauman descreve uma configuração social marcada por fluidez de vínculos, instabilidade de referências e valorização da adaptabilidade constante; o sujeito é convocado a “manter-se em movimento”, atualizando-se para não se tornar obsoleto (BAUMAN, 2001). Em Vida para consumo, essa lógica se radicaliza: identidades e relações passam a ser tratadas como mercadorias, e o próprio eu tende a ser gerido como produto a ser mostrado, comparado e escolhido (BAUMAN, 2008).

Byung-Chul Han, por sua vez, descreve uma dinâmica de hiperexposição e de aceleração comunicacional que tende a reduzir a experiência a dados e reação imediata. Em No enxame, o autor sugere que o espaço digital favorece agregações rápidas e voláteis, com baixa densidade narrativa e escassa sustentação de alteridade; a presença se organiza por ondas de atenção e indignação, mais do que por laços estáveis (HAN, 2018). Em A crise da narração, Han retoma a

importância da narrativa como forma de amarração de sentido, indicando que a perda de histórias compartilhadas e de temporalidade mais lenta empobrece a experiência, tornando-a fragmentada e episódica (HAN, 2023). Em termos psicológicos, tal contexto cria condições favoráveis para a hipertrofia da persona, pois a visibilidade torna-se critério de existência e pertença.

A ampliação do “eu público” não é, por si, patológica. O ponto decisivo é se a persona digital permanece reconhecida como forma parcial e contextual, ou se é vivida como a única identidade legítima. Quando a pessoa passa a existir prioritariamente para manter uma imagem, o eu interior torna-se um ruído a ser silenciado, e conteúdos recalcados tendem a retornar sob a forma de ansiedade, irritação, vergonha e colapsos de sentido.

Um ponto decisivo, aqui, é recolocar a diferença entre adaptação consciente e vida simbólica. Jung descreve, nas Obras Completas (v.5), dois modos de pensamento: o pensamento dirigido, que opera por meio da linguagem, da lógica e da comunicação, favorecendo a adaptação ao meio externo; e o pensamento fantasia, que se expressa por imagens simbólicas, mitos, sonhos e narrativas espontâneas, conectando a consciência a camadas mais antigas da psique (JUNG, 2013, §§4-46).

À luz dessa distinção, pode-se levantar uma hipótese clínica e cultural: a persona online, ao depender de produção constante de linguagem, imagem e resposta, tende a reforçar o pensamento dirigido em ambiente virtual, intensificando a orientação para o exterior. A pergunta, então, torna-se inevitável: em que medida o diálogo com a alma, isto é, a abertura para o pensamento fantasia e para a simbolização, fica prejudicado quando a atenção é capturada por ciclos de exposição, comparação e métricas? Se o pensamento fantasia é uma via privilegiada de compensação e de orientação do Self, a redução de tempo psíquico para sonho, silêncio e imaginação pode empobrecer a capacidade de elaboração, tornando a persona mais rígida e a sombra mais pressionada a retornar por sintomas.

1.4 PERSONA, SOMBRA E O CUSTO PSÍQUICO DA COERÊNCIA PERFORMÁTICA

A psicologia analítica compreende a sombra como o conjunto de aspectos não reconhecidos pelo ego, frequentemente incompatíveis com a imagem consciente que o sujeito sustenta. A sombra inclui impulsos, afetos, fragilidades, agressividades, desejos e contradições que não cabem na autoimagem ou na persona. Quanto mais uma persona é construída para ser “impecável”, mais provável é que a sombra seja empurrada para bastidores psíquicos, aumentando a pressão interna.

Em ambientes digitais, onde a comparação social é contínua e o registro é permanente, a tendência à idealização pode crescer. O jovem aprende rapidamente quais conteúdos recebem aprovação e quais geram rejeição. Assim, conteúdos sombrios, tristeza, inveja, inadequação, raiva, ambivalência, podem ser negados ou convertidos em performances aceitáveis. O custo dessa coerência artificial é um distanciamento do afeto genuíno e uma fragilização da capacidade de simbolização.

A tensão persona-sombra não se resolve por “autenticidade total” em redes sociais, pois a exposição indiscriminada também pode ser uma forma de persona (uma autenticidade performada). O ponto é sustentar uma ética psíquica: reconhecer limites de exposição e, ao mesmo tempo, preservar espaços internos de elaboração (diário, terapia, arte, grupos de confiança), onde contradições possam ser metabolizadas simbolicamente.

Quando essa metabolização falha, podem emergir fenômenos de dissociação cotidiana: um eu que funciona e aparece, e outro que sofre e se retrai. Em termos junguianos, o risco é o sujeito perder contato com o eixo organizador do Self e passar a se orientar apenas por sinais externos de validação, o que empobrece o processo de individuação.

Esse debate encontra respaldo em pesquisas junguianas recentes que articulam tecnologia e interioridade. Souza (2020) investiga relações entre corpo virtual, avatar e persona no ciberespaço, propondo que a mediação tecnológica não é neutra: ela reorganiza hábitos de atenção, formas de presença e modos de reconhecimento, podendo favorecer tanto experimentação simbólica quanto defesas de endurecimento da persona. Em diálogo com a Psicologia Arquetípica, o autor sugere que, quando o corpo virtual passa a substituir a experiência encarnada como principal lugar de validação, o sujeito corre o risco de empobrecer a escuta do pathos e de reduzir complexidades psíquicas a performances gerenciáveis (SOUZA, 2020).

1.5 INDIVIDUAÇÃO E MASSIFICAÇÃO: DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS

Ao discutir a vida moderna, Jung alerta para os perigos da massificação e da substituição do juízo interno por adesões coletivas. Em *Presente e futuro*, ao refletir sobre a sociedade de massa, o autor aponta a “mentalidade de massa” como risco para a singularidade psíquica e para a responsabilidade individual (JUNG, 2013, §535).

Na mesma obra, Jung afirma que a resistência à massificação organizada depende da capacidade do indivíduo de organizar-se em sua própria individualidade, em nível comparável ao

poder organizativo do coletivo (JUNG, 2013, §540). Essa formulação é especialmente relevante para a vida digital, em que tendências, modas e narrativas virais oferecem pertencimento imediato, porém podem reduzir a complexidade subjetiva a slogans e performances.

A individuação, nesse horizonte, não significa rejeição do social, mas relação mais consciente com ele. Para jovens, isso implica reconhecer que a persona , online e offline , é necessária, mas não é suficiente para sustentar uma vida com sentido. O trabalho simbólico envolve ampliar repertórios internos (imaginação, arte, mito, espiritualidade, reflexão), de modo que o sujeito possa se orientar por valores que indiquem direção, e não apenas por aprovação.

Complementarmente, estudos sobre cultura digital têm recolocado o problema da interioridade em tempos de hiperconexão, indicando a necessidade de recuperar espaços de presença, reflexão e elaboração simbólica. Essa perspectiva ajuda a evitar moralizações simplistas do digital e, ao mesmo tempo, sustenta a hipótese de que um modo de vida permanentemente conectado pode afetar a qualidade do contato consigo e com a profundidade da experiência (TURKLE, 2011).

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo teórico-bibliográfico, com enfoque qualitativo e interpretativo. A pesquisa se baseia em literatura da Psicologia Analítica e em produções contemporâneas sobre identidade digital, corpo virtual e cultura da performance. O corpus teórico orienta uma leitura hermenêutica, entendida como interpretação de sentidos e imagens que emergem em práticas sociais e em material cultural.

Trata-se de um estudo de referencial teórico, de natureza bibliográfica, com enfoque qualitativo e interpretativo. A revisão foi conduzida nas bases Portal de Periódicos CAPES, SciELO, PePSIC e BVS-Psi, complementada por buscas em catálogos de editoras e bases acadêmicas de ampla cobertura. Utilizaram-se, em português e inglês, combinações de palavras-chave como: “persona” AND “redes sociais”; “persona digital”; “adolescência” AND “psicologia analítica”; “sombra” AND “identidade”; “Jung” AND “fantasy thinking”; “tecnologia” AND “alma”; “individuação” AND “juventude”. Foram priorizados autores da Psicologia Analítica e interlocuções contemporâneas sobre cultura digital e subjetividade (Jung; Stein; Hopcke; Frankel; Hollis; Hillman; Turkle; Haidt; Bauman; Han), além de pesquisa acadêmica nacional pertinente ao tema.

3. ANÁLISE COMPARATIVA: PERSONA ONLINE E OFFLINE

3.1 CONTINUIDADES E DESCONTINUIDADES ENTRE ON E OFFLINE

A comparação entre persona online e offline tende a provocar uma dicotomia enganosa: como se existisse um “eu real” no presencial e um “eu falso” no digital. Do ponto de vista junguiano, ambos são campos de relação com o coletivo e exigem formas de persona. A questão clínica e cultural é a qualidade dessa mediação: quanta flexibilidade, quanta consciência e quanto espaço interno resta para a elaboração de afetos e contradições.

Em muitos casos, observa-se continuidade entre on e offline: preferências, valores e estilos são expressos em ambos os contextos, variando apenas o grau de exposição. A diferença de linguagem pode refletir adequação contextual e não fragmentação. Em outros casos, a descontinuidade é maior: o jovem adota uma persona digital hipersocial, segura e performática, enquanto no presencial apresenta retraimento, insegurança e medo de avaliação. Essa discrepância pode indicar que o digital opera como armadura simbólica, encobrindo aspectos sombrios não integrados.

A análise, portanto, não deve perguntar apenas “são iguais?”, mas “o que é possível e o que é proibido em cada arena?”. O offline pode permitir intimidade e ambivalência em círculos restritos; o online pode exigir brilho, humor, estética e resposta rápida. Quando o conjunto de exigências se torna rígido, instala-se uma economia psíquica de controle: o sujeito precisa vigiar gestos, falas, imagens e afetos para permanecer aceitável. Essa vigilância contínua frequentemente produz exaustão e perda de espontaneidade.

Um risco clínico relevante, em cenários de presença cronicamente online, é a redução de espaços de “descida” psíquica, movimentos de katabasis nos quais o sujeito se retira do circuito de visibilidade para encontrar riquezas do submundo: luto, sombra, memória, silêncio, sonho. Hillman, ao discutir o sonho e o mundo das trevas, propõe que a psique não se sustenta apenas por ascensão, eficiência e clareza; há valores anímicos no que é noturno, lento e subterrâneo, e a recusa sistemática desse domínio empobrece a alma (HILLMAN, 2010).

Nesse sentido, vale formular uma pergunta prática para o tema deste artigo: se a persona online demanda continuidade de conexão, em quais momentos, e por quais suportes simbólicos, o jovem se autoriza a desligar? O desligar produz alívio ou ativa uma nostalgia ansiosa do online, como se o sujeito perdesse seu lugar no coletivo? A insistência em permanecer conectado pode ser lida, em chave junguiana, como tentativa defensiva de manter o pensamento dirigido em

funcionamento contínuo, evitando o encontro com imagens e afetos que emergiriam no silêncio. Retomar Jung (OC v. 5) ajuda a sustentar teoricamente essa hipótese: sem tempo para pensamento fantasia, o diálogo com a alma tende a ficar empobrecido (JUNG, 2013, §§4-46).

3.2 PERSONA E REDES SOCIAIS

A persona, enquanto interface de adaptação, torna-se particularmente sensível em redes sociais, pois o sujeito não é apenas visto: ele é comparado, arquivado e mensurado. O jovem aprende a regular sua exposição conforme sinais de aprovação, o que pode produzir um deslocamento de centro: em vez de agir a partir de valores internos, passa a agir a partir de previsões sobre a reação alheia.

Nesse contexto, a persona digital pode operar como uma “versão editada” do eu. A edição não é necessariamente patológica; ela é parte da vida social. Contudo, quando a edição é permanente e total, o sujeito perde acesso à complexidade afetiva e ao direito de contradição. A persona se hipertrofia e o ego pode tornar-se dependente de reconhecimento contínuo, aumentando fragilidade diante de críticas.

A presença de métricas e a possibilidade de curadoria ampliam a sedução da persona: é possível produzir uma imagem de competência, beleza, humor e popularidade que não corresponde ao vivido. Quando a distância entre vivido e exibido cresce, tende a surgir sentimento de impostura, ansiedade e retraimento, não por “falsidade moral”, mas por empobrecimento do diálogo interno.

Para sustentar teoricamente essa discussão, é útil explicitar que o problema não é “internet versus realidade”, mas os modos de presença que a tecnologia institui. A dissertação de Souza (2020) fornece um arcabouço direto para pensar persona, avatar e corpo virtual em termos arquetípicos, indicando como o ciberespaço pode operar como palco de projeções e de experimentação identitária. Além disso, reflexões junguianas brasileiras têm articulado a questão do sofrimento psíquico contemporâneo às condições de simbolização na cultura digital, o que reforça a necessidade de pensar limites, ritual e narratividade como operadores psíquicos.

Entre essas contribuições, Araújo discute a relação entre tecnologia e subjetividade a partir do referencial junguiano, destacando desafios para a interioridade e para o trabalho simbólico quando a experiência se reduz à lógica de desempenho e de visibilidade (ARAÚJO, 2024).

3.3 SOMBRA E OS CONFLITOS DA IMAGEM PÚBLICA E PRIVADA

A sombra aparece com frequência na zona de atrito entre imagem pública e experiência privada. O que não cabe na persona, inveja, raiva, ciúme, tristeza, medo de exclusão, pode emergir em condutas impulsivas, em comentários agressivos, em ataques anônimos, ou mesmo em retraimento e autossabotagem. Em redes sociais, a sombra também se manifesta por projeções: o sujeito atribui ao outro características que não reconhece em si, alimentando polarizações e conflitos.

A vida digital intensifica esse fenômeno por criar ambientes de baixa responsabilidade relacional: é possível reagir rapidamente, sem ver o impacto no rosto do outro. Além disso, a comparação permanente favorece a ativação de complexos ligados a inferioridade e pertencimento. Nesses momentos, a persona pode ser mobilizada como defesa: “parecer bem” para não “sentir mal”.

A integração simbólica implica reconhecer a sombra como parte do humano e construir espaços de elaboração. Na juventude, isso pode ser favorecido por vínculos confiáveis, experiências criativas e processos de reflexão que não reduzam a vida psíquica a performance. Quando a sombra é negada, ela tende a governar por trás, rompendo a estabilidade da persona e intensificando o sofrimento.

Para aprofundar a dinâmica da sombra neste contexto, Hollis lembra que a sombra não é apenas “o negativo”, mas tudo aquilo que foi excluído do campo da consciência para que uma identidade viável se sustentasse. Quanto mais estreita a autoimagem, e, por extensão, quanto mais rígida a persona pública, maior tende a ser a energia psíquica acumulada nos conteúdos dissociados, que retornam por projeções, reações desproporcionais, compulsões e crises de sentido. Em ambiente digital, a sombra pode encontrar saídas rápidas e pouco elaboradas por meio de ataques, cinismo, cancelamentos ou retraimento silencioso, o que aumenta a urgência de práticas de elaboração simbólica e responsabilização afetiva (HOLLIS, 2015).

3.4 BUSCA POR PERTENCIMENTO E FRAGMENTAÇÃO DO EU

A adolescência e o início da vida adulta são marcados por intensa busca de pertencimento. Em termos simbólicos, trata-se de uma necessidade de inscrição no coletivo: ser visto, ser validado, ser reconhecido como alguém que “tem lugar”. Plataformas digitais oferecem pertencimento rápido

por meio de comunidades, trends e microgrupos identitários, o que pode ser positivo quando amplia redes de apoio e expressão.

Entretanto, quando a pertença depende exclusivamente de alinhamento performático, o eu pode se fragmentar. O jovem aprende a alternar personagens para agradar públicos distintos, perdendo continuidade interna. Nessa situação, a coerência não é construída por valores, mas por adaptações sucessivas. O resultado pode ser um sentimento de vazio, como se não existisse um “alguém” por trás da persona, apenas estratégias.

Do ponto de vista da individuação, o desafio é sustentar tensões: pertencer sem se dissolver; diferenciar-se sem se isolar; expor-se sem se consumir. Isso requer limites de exposição, alfabetização emocional e contato com símbolos que organizem o sentido. A cultura contemporânea, porém, tende a oferecer símbolos rápidos e descartáveis, o que reforça o risco de efemeridade identitária.

Retomando Frankel, a adolescência pode ser entendida como um período em que o psiquismo “testa” limites e fantasias, buscando novos contornos de identidade ao mesmo tempo em que se confronta com perdas inevitáveis. Quando a cultura oferece reconhecimento sobretudo via performance e consumo, esse teste pode ser sequestrado por lógicas externas, e o jovem pode confundir aprovação com orientação interna. A persona digital, então, deixa de ser instrumento e se torna destino: uma moldura que organiza o valor de si, com pouco espaço para ambivalência, para erro e para o trabalho simbólico que favorece maturação (FRANKEL, 2021).

4. DISCUSSÃO: IMPLICAÇÕES CLÍNICAS, EDUCACIONAIS E SOCIAIS

No campo clínico, a distinção entre persona (como função) e persona (como identidade) oferece um critério prático: quanto mais o sujeito se sente obrigado a sustentar uma imagem, menos energia psíquica resta para sentir, simbolizar e integrar contradições. O trabalho analítico tende a favorecer a ampliação de linguagem para afetos e a criação de um espaço interno onde conteúdos de sombra possam ser reconhecidos sem colapso do ego. Em termos contemporâneos, isso inclui discutir limites de exposição, ritmos de conexão e o lugar do silêncio como condição para elaboração, sem reduzir o digital a “vilão”, mas reconhecendo seu poder de moldar hábitos de atenção e comparação.

Em consonância com essa cautela, Argollo, Argollo e Carvalho Neto (2023) propõem compreender as relações homem-máquina para além da polaridade bem-mal, articulando contribuições de Jung sobre tecnologia e psiquismo, a ideia derridiana de hospitalidade ao estrangeiro e a noção latouriana de mediação. Essa perspectiva permite tratar a tecnologia como ambiente simbólico e relacional, com riscos e potencialidades, deslocando o foco da moralização para a pergunta clínica e educativa sobre como o sujeito se apropria das mediações. Para este estudo, isso reforça a hipótese de que a persona online não é apenas uma máscara individual, mas uma prática de mediação sustentada por plataformas, métricas e expectativas coletivas, o que torna a literacia digital e a regulação cultural parte do cuidado com a vida psíquica.

Em termos de profundidade, isso implica recolocar o valor do recolhimento como operador psíquico: não como fuga social, mas como condição para que imagens do inconsciente, sonhos, fantasias e afetos difíceis possam ser metabolizados. Sem intervalos de desconexão, a pessoa tende a permanecer em regime de pensamento dirigido, com pouca disponibilidade para o pensamento-fantasia, o que pode empobrecer a sensação de sentido e aumentar a dependência de validação externa (JUNG, 2013, §§ 4-46).

Na perspectiva de Hillman, o recolhimento não se reduz a uma técnica de “desligar” estímulos, mas se liga à recuperação do modo imaginal de apreender a experiência, no qual a psique volta a produzir imagens capazes de sustentar elaboração e significado. Nessa chave, valorizar práticas simbólicas — como sonho, arte e escrita — favorece uma reanimação do sentido ao devolver densidade à experiência e permitir que o mundo interno volte a ter lugar na vida cotidiana (HILLMAN, 2010).

A amarração entre ambos permite situar o recolhimento como uma condição de possibilidade para a vida simbólica: em Jung, como abertura para a emergência e elaboração de conteúdos que não se organizam pelo pensamento dirigido; em Hillman, como reinstauração do olhar imaginal que torna tais conteúdos psicologicamente fecundos. Assim, intervalos de desconexão deixam de ser entendidos como moralização do digital e passam a ser compreendidos como um cuidado com o ritmo psíquico, preservando espaço interno para metabolização afetiva e para a construção de sentido.

A partir dessa ótica, a persona digital pode ser tomada como um “texto” psíquico: quais imagens se repetem, quais afetos são evitados, que tipo de reconhecimento é buscado, e quais custos emergem quando o sujeito se afasta do vivido para manter uma narrativa. Quando o contraste entre presença pública e experiência privada é grande e doloroso, a hipótese de dissociação cotidiana se torna mais plausível, indicando a necessidade de fortalecer vínculos concretos e práticas simbólicas (arte, escrita, sonhos) como vias de integração.

Na interface com educação e família, torna-se relevante considerar que a adolescência é também um tempo de ritos, ainda que muitas sociedades contemporâneas tenham perdido rituais explícitos de passagem. Em redes sociais, parte dessa função ritual pode ser “substituída” por práticas de exposição, aprovação e pertencimento a microcomunidades. O risco é que a validação rápida cumpra o papel de iniciação sem oferecer sustentação simbólica para ambivalências e frustrações inerentes ao crescimento.

Assim, intervenções preventivas podem priorizar alfabetização emocional e digital: reconhecimento de estados internos, manejo de comparação, construção de limites e cultivo de experiências presenciais que ampliem repertórios de identidade para além da imagem. Quando o jovem dispõe de comunidades de pertencimento que toleram contradições, a persona tende a flexibilizar; quando o pertencimento depende de performance, a persona se endurece e a sombra cresce por trás.

Em diálogo com debates recentes, Haidt (2024) propõe que infância e adolescência passaram por uma “grande reconfiguração” nas últimas décadas, marcada pela transição de uma infância mais orientada ao brincar presencial para uma infância “baseada no celular”, com efeitos relevantes sobre atenção, sono, sociabilidade e saúde mental. Para os propósitos deste artigo, sua contribuição é recolocar a presença virtual como um ambiente de exposição contínua, comparação social e pressão por desempenho, condições que tendem a intensificar a gestão da imagem e o

investimento em aceitação, sobretudo em fases em que pertencimento e reconhecimento ocupam lugar central na economia afetiva (HAIDT, 2024).

Enquanto, Frankel (2021) descreve a adolescência como período de reorganização psíquica e urgência de autorrealização, no qual o sujeito é convocado a diferenciar-se, sustentar tensões internas e reposicionar-se diante do mundo coletivo. Nessa tarefa, a energia psíquica mobilizada para afirmação e pertencimento pode ser desviada para formas de validação externa que empobrecem a vida simbólica, dificultando a elaboração de conflitos e a construção de um eixo interno mais estável, especialmente quando a experiência é reduzida a indicadores de aprovação e resposta imediata (FRANKEL, 2021).

A articulação entre ambos permite compreender que a “infância baseada no celular” não opera apenas como fator ambiental, mas como um campo que oferece soluções rápidas para demandas desenvolvimentais legítimas. A partir de uma leitura junguiana, esse campo pode favorecer uma inflação da persona ao reforçar performances socialmente premiadas e, simultaneamente, intensificar tensões com conteúdos relegados à sombra, na medida em que o jovem aprende a ajustar-se ao olhar do outro em detrimento de processos de simbolização e reflexão que sustentam a maturação psíquica. Assim, a presença virtual aparece menos como causa única e mais como dispositivo que captura a busca por pertencimento e autorrealização, reconfigurando as condições pelas quais a individuação pode ser experienciada na adolescência.

Para os propósitos deste artigo, a contribuição central de Haidt é a descrição da presença virtual como ambiente de exposição contínua, comparação social e pressão por desempenho, elementos que podem favorecer inflação da persona e intensificação de conflitos com a sombra, sobretudo em fases desenvolvimentais em que pertencimento e aprovação são necessidades psíquicas fortes. Ao mesmo tempo, é importante manter cautela interpretativa: correlações culturais amplas não substituem análise simbólica caso a caso, e o digital não opera isoladamente de fatores familiares, escolares e socioeconômicos. Ainda assim, o debate recoloca uma pergunta essencial para a Psicologia Analítica: quais condições de vida favorecem simbolização e individuação, e quais condições favorecem adaptação defensiva e empobrecimento da interioridade?

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A questão sobre equivalência entre persona online e offline, quando tratada sob a ótica da Psicologia Analítica, desloca-se da busca de “verdade” identitária para a investigação de funções psíquicas e custos de adaptação. A persona é necessária e inevitável; jovens precisam dela para testar papéis, pertencer e se reconhecer. O problema emerge quando a persona, especialmente a digital, com sua lógica de visibilidade e comparação, se torna a principal fonte de orientação e valor.

Argumentou-se que diferenças entre on e offline podem significar plasticidade adaptativa e experimentação saudável. Contudo, discrepâncias muito acentuadas, associadas a sofrimento, podem indicar dissociação e inflacionamento da persona como defesa contra insegurança, vergonha e medo de exclusão. Em tais casos, conteúdos de sombra tendem a intensificar-se, seja por projeções e conflitos, seja por retraimento, vazio e exaustão.

A análise apoiada em bibliografia sugere que o ponto decisivo não é eliminar a persona digital, mas recuperar espaços internos de elaboração. A individuação, nesse contexto, implica sustentar tensões: pertencer sem se dissolver e diferenciar-se sem perder vínculo. Jung alerta para os riscos da mentalidade de massa e ressalta a necessidade de organização da individualidade como forma de resistência psíquica (JUNG, 2013, §§535, 540).

Em uma cultura orientada à performance, a resistência pode se traduzir em limites de exposição, educação emocional e valorização de processos simbólicos arte, mito, sonho e escrita além de práticas de recolhimento que favoreçam a *katábasis* e a reanimação do sentido, recolocando o símbolo como mediador de elaboração psíquica e de retomada de interioridade (HILLMAN, 2010).

Por fim, permanece um questionamento que pode orientar leituras futuras: quando o jovem precisa sustentar personas muito diferentes entre si, ou quando a persona digital se torna a principal fonte de valor, isso favorece ou intensifica conflitos no processo de individuação? Em outras palavras, a multiplicação de máscaras pode ser sinal de plasticidade adaptativa e criatividade simbólica, ou pode indicar inflação da persona e maior distância do Self, tornando mais difícil sustentar a tensão necessária para que novos sentidos emergjam.

Como limites do estudo, destaca-se a ausência de investigação empírica direta com jovens. Pesquisas futuras podem articular entrevistas, grupos focais ou estudos de caso clínico

(resguardados eticamente) para aprofundar como jovens nomeiam suas personas e como vivenciam tensões entre performance e interioridade em diferentes plataformas e contextos.

Com as interlocuções acrescentadas, pode-se afirmar que a pergunta sobre persona online/offline deve ser situada entre duas forças: primeiro as tarefas desenvolvimentais da adolescência, que exigem experimentação, pertencimento e diferenciação; e segundo as condições sociotécnicas da modernidade líquida e do “enxame” digital, que aceleram a exposição e enfraquecem narrativas densas. Quando a vida psíquica fica capturada por pensamento dirigido e por métricas de visibilidade, o diálogo com a alma tende a empobrecer e o processo de individuação pode tornar-se mais conflitivo, pois a sombra cresce no que não pode ser vivido e simbolizado. Assim, permanece o questionamento que orienta o fechamento deste trabalho: as personas múltiplas, sobretudo quando cronicamente online, favorecem plasticidade adaptativa e criatividade simbólica, ou intensificam a cisão entre persona e Self, dificultando a integração necessária para que a individuação avance?

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Ceres Alves de. A inteligência artificial e o desenvolvimento neuropsicológico de crianças e adolescentes. *Self - Revista do Instituto Junguiano de São Paulo*, v. 9, e001, 2024. DOI: 10.21901/2448-3060/self-2024.vol09.197. Disponível em: <<https://self.ijusp.org.br/self/article/view/197>>. Acesso em: 10 fev. 2026.
- ARGOLLO, Rita Virginia; ARGOLLO, Lahiri Lourenço; CARVALHO NETO, José Pedro de. Relações homem-máquina: diálogos com Jung, Derrida e Latour. *Memorare*, Tubarão, v. 10, n. 2, p. 136-153, jun./dez. 2023. DOI: 10.59306/memorare.v10e22023136-153. Disponível em: <<https://doi.org/10.59306/memorare.v10e22023136-153>>. Acesso em: 10 fev. 2026.
- BAUMAN, Zygmunt. *Modernidade líquida*. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.
- BAUMAN, Zygmunt. *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria*. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
- FRANKEL, Richard. *A psique adolescente: perspectivas junguianas e winnicottianas*. Petrópolis: Vozes, 2021.
- HAN, Byung-Chul. *A sociedade da transparência*. Petrópolis: Vozes, 2017.
- HAN, Byung-Chul. *No enxame: perspectivas do digital*. Petrópolis: Vozes, 2018.
- HAN, Byung-Chul. *A crise da narração*. Petrópolis: Vozes, 2023.
- HAIDT, Jonathan. *A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais*. Tradução: Lígia Azevedo. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.
- HILLMAN, James. *O sonho e o mundo das trevas*. Petrópolis: Vozes, 2010.
- HOLLIS, James. *A sombra interior: o lado oculto da personalidade*. São Paulo: Cultrix, 2015.
- HOPCKE, Robert H. *Persona: where sacred meets profane*. Boston: Shambhala Publications, 1995.
- JUNG, C. G. *Símbolos da transformação*. Petrópolis: Vozes, 2013. (Obras completas de C. G. Jung, v. 5).
- JUNG, C. G. *O eu e o inconsciente*. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 2013. (Obras completas de C. G. Jung, v. 7).
- JUNG, C. G. *Presente e futuro*. 8. ed. Petrópolis: Vozes, 2013. (Obras completas de C. G. Jung, v. 10/1).
- KEITH, Sally Porterfield; POLETTE, Keith; BAUMLIN, Tita French (org.). *Perpetual adolescence: Jungian analyses of American media, literature, and pop culture*. Albany: State University of New York Press, 2009.
- SOUZA, Helton Marculino de. *Tecnologia e psicologia arquetípica: relações entre corpo virtual, avatar e a persona no ciberespaço*. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia) , Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2020.
- STEIN, Murray. *Map of the soul: persona , our many faces*. Asheville, NC: Chiron Publications, 2019.

TURKLE, Sherry. *Alone together: why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books, 2011.