O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA VIDA SOCIAL DOS JOVENS

JACIARA FERREIRA DE MATOS

RESUMO

O presente artigo investiga de forma detalhada os impactos das redes sociais na vida social dos jovens, considerando suas dimensões individuais e coletivas de interação. Analisa-se como essas plataformas digitais transformam as formas de sociabilidade, a construção de identidade, o estabelecimento de vínculos e o desenvolvimento de competências sociais. Reconhece-se que as redes sociais não apenas ampliam oportunidades de comunicação e expressão, mas também trazem riscos, como exposição excessiva, cyberbullying e desafios à saúde mental, exigindo a mediação crítica de familiares, educadores e sociedade.

A discussão fundamenta-se em clássicos da sociologia e estudos contemporâneos sobre juventude e tecnologia, incluindo autores como Manuel Castells, Sherry Turkle e Sonia Livingstone. Além disso, incorpora pesquisas recentes que demonstram como a interconexão digital influencia comportamentos sociais e a percepção de pertencimento dos jovens.

O artigo apresenta uma análise ampla de diferentes ambientes frequentados pelos jovens

— escola, família, igreja e espaços de lazer — destacando os cuidados necessários e as estratégias de mediação que favorecem experiências seguras e significativas. A metodologia utilizada é de natureza bibliográfica e documental, com revisão crítica de literatura científica sobre sociabilidade digital, juventude e educação. Como resultado, evidencia-se que o uso das redes sociais, quando mediado de forma consciente, contribui para o desenvolvimento de competências sociais, cognitivas e emocionais, fortalecendo a autonomia e o protagonismo juvenil.

Palavras-chave: Redes sociais; Sociabilidade juvenil; Juventude e tecnologia; Educação digital; Interação social.

ABSTRACT

This article explores the impact of social media on the social life of young people, considering both individual and collective dimensions of interaction. It examines how digital platforms transform sociability, identity construction, social bonding, and the development of

social skills. Social media not only provide new opportunities for communication and self-expression but also introduce risks such as overexposure, cyberbullying, and mental health challenges, highlighting the need for critical mediation by families, educators, and society.

The discussion draws on classical and contemporary sociological studies on youth and technology, including scholars such as Manuel Castells, Sherry Turkle, and Sonia Livingstone. Furthermore, it incorporates recent research showing how digital interconnectedness affects social behaviors and young people's sense of belonging.

The study analyzes various environments frequented by young people — school, family, religious institutions, and leisure spaces — emphasizing the necessary precautions and strategies for mediated and safe experiences. A bibliographic methodology was adopted, including critical review of scientific literature on digital sociability, youth, and education. Results show that social media, when used consciously, can foster social, cognitive, and emotional skills, reinforcing autonomy and youth empowerment.

Keywords: Social media; Youth sociability; Youth and technology; Digital education; Social interaction.

1. INTRODUÇÃO

O impacto das redes sociais sobre os jovens configura-se como um fenômeno multifacetado, atravessando dimensões sociais, psicológicas e culturais. Essas plataformas

digitais ultrapassam o simples papel de entretenimento e se estabelecem como espaços significativos de sociabilidade, nos quais adolescentes e jovens adultos constroem suas identidades, cultivam amizades, compartilham interesses e acumulam o chamado capital social digital, como destaca Castells (2009) ao afirmar que a comunicação em rede transforma a forma como os indivíduos interagem e constroem relações sociais.

O tempo dedicado às redes sociais não é o único fator de influência; a maneira como os jovens interpretam o mundo, interagem com seus pares e desenvolvem competências comunicativas e sociais é igualmente afetada. Nesse sentido, a presença online molda a percepção de pertencimento, apropriação cultural e posicionamento social, revelando que as tecnologias digitais participam ativamente da construção da subjetividade juvenil (CASTELLS, 2009).

Ao mesmo tempo, a sociabilidade digital apresenta potencial educativo e formativo, pois pode apoiar a aprendizagem, a criatividade e o fortalecimento de vínculos afetivos. Turkle

(2012) ressalta que as redes sociais criam uma ambivalência: "Estamos cada vez mais conectados, mas muitas vezes sentimos falta de proximidade emocional real" (TURKLE, 2012, p. 45). Essa observação evidencia o paradoxo da comunicação mediada digitalmente, que aproxima pessoas geograficamente distantes, mas pode comprometer a empatia e a capacidade de comunicação presencial.

Livingstone et al. (2014) argumentam que a participação online não deve ser analisada de forma isolada, sendo necessário considerar o contexto sociocultural em que os jovens estão inseridos. Desigualdades no acesso à tecnologia, diferentes níveis de competência digital e a presença ou ausência de supervisão adulta influenciam significativamente a experiência online. Assim, a compreensão das redes sociais exige uma análise que contemple não apenas o comportamento individual, mas também as condições estruturais e culturais que moldam essas interações.

Além disso, a relação entre juventude e redes sociais deve ser estudada de maneira interdisciplinar. Estudos em sociologia da juventude, psicologia do desenvolvimento e educação digital convergem para a compreensão de que essas plataformas não são neutras, mas sim mediadoras de processos de aprendizagem, socialização e construção identitária (LIVINGSTONE et al., 2014). O ambiente digital, portanto, funciona como um espaço de experimentação social, onde os jovens vivenciam normas, valores e práticas que impactam seu desenvolvimento integral.

A adolescência e a juventude são períodos de intensa construção identitária, e as redes sociais desempenham papel central nesse processo. Castells (2009) reforça que a identidade digital não substitui a vivência presencial, mas complementa a experiência social, permitindo que os jovens explorem múltiplos papéis e interações de forma simbólica. Nesse sentido, compreender as redes sociais implica analisar como a cultura digital se articula com a vida cotidiana, influenciando percepções, expectativas e relações sociais.

Outro aspecto relevante é que o uso das redes sociais envolve riscos e desafios que exigem atenção crítica. Turkle (2012) enfatiza que, embora os jovens estejam constantemente conectados, há impactos potenciais na capacidade de atenção, empatia e no desenvolvimento de relações interpessoais profundas. Por isso, a mediação de pais, educadores e outros atores sociais torna-se essencial para orientar a experiência digital de forma saudável e construtiva.

Diante desse cenário, este artigo propõe-se a analisar os efeitos das redes sociais na vida social dos jovens, abordando práticas de socialização, cuidados necessários em diferentes contextos — como família, escola e comunidade — e estratégias para promover experiências digitais responsáveis e enriquecedoras. O objetivo é compreender como essas plataformas podem ser utilizadas de maneira crítica, fortalecendo competências sociais e emocionais e contribuindo para o desenvolvimento integral da juventude contemporânea.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Redes sociais como espaços de sociabilidade juvenil

As redes sociais funcionam como uma extensão digital das interações cotidianas, proporcionando aos jovens espaços para expressar quem são, compartilhar vivências e fortalecer laços sociais significativos. Segundo Castells (2009), a chamada "sociedade em rede" cria novas formas de participação, nas quais a comunicação imediata e o intercâmbio de informações aumentam o capital social dos indivíduos. Ele enfatiza, entretanto, que nem todos os jovens possuem acesso equitativo às tecnologias e nem desenvolvem as mesmas habilidades digitais, o que pode resultar em exclusão ou participação desigual, reforçando a necessidade de políticas públicas que garantam inclusão digital efetiva.

Além de serem canais de comunicação, as redes sociais influenciam a maneira como os adolescentes percebem normas sociais, expectativas culturais e papéis sociais. A interação digital não ocorre isoladamente da vida real; pelo contrário, ela se entrelaça com experiências presenciais, moldando percepções de pertencimento, autoestima e identidade coletiva. Livingstone e Smith (2014) destacam que os jovens precisam desenvolver competências para navegar nesse ambiente, reconhecendo tanto oportunidades de aprendizado quanto potenciais riscos sociais e psicológicos.

O uso das redes também permite aos adolescentes explorar diferentes aspectos de sua personalidade em um contexto mais seguro e flexível. Plataformas digitais oferecem a possibilidade de experimentar identidades, testar ideias e compartilhar interesses com pares que possuem afinidades, criando uma rede de apoio social que transcende limitações geográficas. Como observa Turkle (2012), essas interações podem aproximar indivíduos de diferentes localidades, embora nem sempre substituam a qualidade das relações face a face.

Contudo, o ambiente virtual não é neutro; ele impõe desafios éticos e emocionais que exigem orientação. A exposição constante a comparações, julgamentos e padrões idealizados pode afetar a autoestima e a saúde mental dos jovens, tornando a supervisão e a mediação de adultos fundamentais. Livingstone (2016) ressalta que a participação online deve ser acompanhada por orientação crítica, incentivando hábitos digitais responsáveis, capacidade de filtrar informações e interação respeitosa com os outros usuários.

As redes sociais também desempenham papel central na construção de capital social digital, permitindo que jovens conectem-se a grupos de interesse, participem de debates e criem projetos colaborativos. Castells (2009) enfatiza que esse tipo de engajamento promove habilidades de comunicação, colaboração e liderança, fundamentais para a vida

adulta. No entanto, a desigualdade no acesso a tecnologias e a diferenciação nas competências digitais podem reproduzir formas de exclusão social, evidenciando a necessidade de estratégias educativas que democratizem a participação online.

Por fim, compreender o impacto das redes sociais na vida dos jovens exige uma abordagem interdisciplinar, articulando sociologia, psicologia e educação digital. É necessário avaliar como a sociabilidade virtual se relaciona com a offline, os desafios emocionais envolvidos e as oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento de competências. Assim, as redes podem ser vistas não apenas como espaços de lazer, mas como ambientes formativos, nos quais o jovem constrói identidade, fortalece vínculos e desenvolve habilidades críticas para atuar de maneira consciente e ética no mundo digital (Livingstone & Smith, 2014; Turkle, 2012; Castells, 2009).

2.2 Cuidados na escola

A escola assume uma função central na orientação do uso das redes sociais pelos jovens, atuando como mediadora entre a vida digital e o desenvolvimento socioemocional. Conforme Livingstone e Smith (2014), programas educativos que abordam temas como cyberbullying, ética online, privacidade digital e pensamento crítico são essen-

ciais para preparar os estudantes a interagirem de forma segura e consciente nas plataformas digitais. Essa atuação preventiva contribui para reduzir riscos e fortalecer competências digitais necessárias para a vida acadêmica e social.

Além disso, a instituição escolar oferece oportunidades de aprendizado formal sobre cidadania digital, promovendo debates e reflexões sobre direitos, deveres e limites na esfera online. De acordo com Turkle (2012), a mediação pedagógica permite que os jovens compreendam melhor os impactos de suas ações virtuais e desenvolvam empatia, reduzindo comportamentos impulsivos ou prejudiciais nas interações digitais. Assim, a escola não apenas transmite informações técnicas, mas contribui para a formação ética e social dos alunos.

O papel do professor é fundamental nesse processo, atuando como mediador da socialização online. Ao incentivar a análise crítica de conteúdos consumidos e compartilhados, os educadores promovem habilidades cognitivas, como raciocínio crítico e capacidade de argumentação, além de favorecer a comunicação interpessoal e a colaboração. Livingstone (2016) ressalta que a presença ativa dos adultos no acompanhamento das atividades digitais fortalece a segurança emocional e a responsabilidade dos jovens durante a navegação.

Outro aspecto relevante é a integração entre atividades presenciais e virtuais, permitindo que os estudantes pratiquem suas habilidades sociais em contextos digitais de maneira supervisionada. Programas que estimulam debates, criação de conteúdos educativos ou projetos colaborativos online proporcionam experiências enriquecedoras, ampliando o repertório social dos jovens e promovendo a construção de vínculos significativos. Castells (2009) enfatiza que essas experiências contribuem para o aumento do capital social digital e para o desenvolvimento de competências de liderança e cooperação.

A escola também deve promover estratégias que incentivem o equilíbrio entre o tempo online e offline, prevenindo efeitos negativos do uso excessivo das redes sociais, como ansiedade, isolamento ou queda na autoestima. Turkle (2012) alerta que, sem mediação, os jovens podem se tornar dependentes das interações virtuais, o que compromete o desenvolvimento de habilidades interpessoais face a face. Nesse sentido, a instituição educacional exerce papel de facilitadora, orientando hábitos saudáveis e conscientes no ambiente digital.

Por fim, a atuação da escola como mediadora do uso das redes sociais se apresenta como componente indispensável para o desenvolvimento integral dos jovens. Além de fornecer conhecimentos técnicos, éticos e socioemocionais, a escola contribui para que os estudantes se tornem cidadãos críticos, conscientes e capazes de interagir de maneira segura e responsável tanto no mundo digital quanto no presencial (Livingstone & Smith, 2014; Turkle, 2012; Castells, 2009). Essa abordagem integrada reforça a relevância da educação digital como parte fundamental do currículo e da formação juvenil.

2.3 Cuidados na família

A família desempenha um papel crucial na orientação do uso das redes sociais pelos jovens, sendo responsável por supervisionar, apoiar e mediar experiências digitais. Conforme Livingstone (2016), a supervisão equilibrada contribui para que os adolescentes desenvolvam senso crítico, aprendam a identificar informações falsas e interajam de forma ética e respeitosa nas plataformas online. Esse acompanhamento é fundamental para garantir que o ambiente digital seja seguro e educativo.

Estabelecer regras claras e limites quanto ao tempo e às atividades online é uma das estratégias essenciais para promover o uso saudável das redes sociais. Pais e responsáveis podem, por exemplo, definir horários específicos para acessar plataformas digitais e discutir os conteúdos consumidos, incentivando reflexões sobre consequências e responsabilidades. Segundo Turkle (2012), orientações consistentes ajudam os jovens a compreender melhor o impacto de suas ações digitais na vida pessoal e social.

O diálogo aberto entre pais e filhos é outro elemento central na mediação familiar. Conversas frequentes sobre experiências virtuais permitem que os adolescentes expressem sentimentos, dúvidas e desafios

relacionados ao mundo digital. Livingstone e Smith (2014)

destacam que esse tipo de interação fortalece vínculos afetivos, promove confiança e ajuda os jovens a desenvolver autonomia e consciência crítica no uso das tecnologias.
Incentivar hábitos digitais saudáveis é igualmente importante, incluindo atividades offline, participação em esportes, leitura e momentos de convivência familiar. Essas práticas equilibram o tempo de exposição às telas e reduzem riscos associados ao uso excessivo das redes sociais, como dependência, ansiedade e isolamento social (Twenge, 2019). A família, nesse sentido, atua como mediadora entre o mundo online e o offline, promovendo experiências integradas e enriquecedoras.
Além de supervisionar o comportamento digital, a família pode atuar como modelo de uso responsável das redes sociais. Quando os pais demonstram ética, respeito e autocontrole no ambiente virtual, os jovens tendem a internalizar esses comportamentos e a aplicar princípios semelhantes em suas próprias interações online. Castells (2009) reforça que as relações de referência e exemplo são determinantes para o desenvolvimento do capital social e das competências digitais.
Por fim, a atuação da família é indispensável para o desenvolvimento integral dos jovens no contexto digital. Ao combinar supervisão, diálogo, orientação ética e incentivo a hábitos saudáveis, os responsáveis fortalecem não apenas a segurança online, mas também competências socioemocionais essenciais para a vida cotidiana. Assim, o ambiente familiar contribui para que as redes sociais sejam utilizadas de forma consciente, enriquecedora e complementar às interações presenciais, promovendo autonomia, empatia e protagonismo juvenil (Livingstone, 2016; Turkle, 2012; Castells, 2009).

2.4 Cuidados em igrejas e instituições religiosas

Espaços religiosos e instituições de fé desempenham um papel significativo na socialização dos jovens, funcionando como ambientes seguros para interações presenciais e virtuais. Segundo Putnam (2000), a participação em comunidades de fé fortalece vínculos sociais, promovendo engajamento, confiança e senso de pertencimento, elementos que também podem ser estendidos às atividades online. Ao oferecer orientação ética, essas instituições ajudam os jovens a refletir sobre comportamentos e atitudes no ambiente digital.
A mediação realizada por líderes religiosos e educadores desses espaços é essencial para que as experiências virtuais se mantenham construtivas e respeitosas. Turkle (2012) argumenta que a orientação em ambientes de socialização digital reduz riscos associados a interações superficiais ou prejudiciais, promovendo empatia e compreensão nas relações online. Assim, grupos religiosos podem ser ferramentas de educação moral e ética no contexto digital.

Participar de comunidades religiosas online permite que os jovens desenvolvam valores de solidariedade, cooperação e respeito à diversidade. Livingstone (2016) destaca que ambientes mediados, que incentivam a reflexão ética, contribuem para a formação de cidadãos digitais conscientes e socialmente responsáveis. Nessas experiências, é possível integrar ensinamentos morais com habilidades práticas de convivência online.
Além disso, esses espaços oferecem suporte emocional e social, fortalecendo vínculos afetivos e promovendo o bem-estar psicológico. Twenge (2019) aponta que ambientes comunitários estruturados contribuem para reduzir a ansiedade e sentimentos de isolamento que podem surgir do uso excessivo das redes sociais, fornecendo contextos de interação seguros e significativos para os jovens.
A reflexão sobre cidadania digital e responsabilidade ética é potencializada em grupos religiosos, permitindo que os adolescentes compreendam o impacto de suas ações online. Castells (2009) observa que a comunicação mediada por redes digitais é uma extensão das interações sociais tradicionais, e valores éticos internalizados em comunidades de fé podem orientar comportamentos positivos nesse ambiente. Assim, os jovens aprendem a equilibrar liberdade digital com

princípios de respeito e tolerância.
Por fim, as instituições de fé atuam como mediadoras da experiência digital juvenil, oferecendo orientação, supervisão e exemplos de comportamento ético. Elas contribuem para que o uso das redes sociais seja consciente, seguro e enriquecedor, promovendo a integração entre práticas online e valores comunitários. Dessa forma, a participação em grupos religiosos digitais fortalece não apenas habilidades sociais e comunicativas, mas também a construção de uma identidade ética e responsável no mundo virtual (Putnam, 2000; Livingstone, 2016; Turkle, 2012; Castells, 2009).

2.5 Cuidados em outros ambientes sociais

Os jovens participam de uma variedade de espaços sociais, tanto presenciais quanto digitais, que vão desde centros culturais, clubes e associações, até fóruns online e grupos de interesse específico. Esses ambientes oferecem oportunidades de interação, aprendizagem e expressão pessoal, mas também apresentam desafios em termos de segurança, convivência e ética digital (Livingstone & Smith, 2014). O contato com diferentes contextos sociais permite aos adolescentes experimentar papéis variados e desenvolver habilidades sociais importantes para sua formação integral.
A socialização nesses espaços exige a aquisição de competências de negociação e resolução de conflitos. Segundo Putnam (2000), a participação em redes sociais, formais ou informais, contribui para o desenvolvimento do capital social, permitindo que os jovens aprendam a colaborar, compartilhar recursos e estabelecer relacionamentos saudáveis. A

presença em ambientes diversificados favorece o entendimento de diferentes perspectivas, fortalecendo a empatia e o respeito às normas coletivas.
Nos contextos digitais, é fundamental que os jovens aprendam a equilibrar a vida online e offline. Turkle (2012) alerta que o excesso de interação virtual pode enfraquecer habilidades de comunicação face a face, dificultando a expressão emocional e a construção de vínculos significativos. Portanto, o uso consciente de plataformas digitais deve ser orientado, garantindo que a participação online complemente, e não substitua, as experiências presenciais.
A mediação de adultos, sejam professores, familiares ou líderes de grupos, é essencial para a segurança e o desenvolvimento social dos jovens nesses ambientes. Livingstone (2016) enfatiza que orientação, supervisão equilibrada e diálogo aberto ajudam a prevenir riscos como cyberbullying, exposição a conteúdos prejudiciais e práticas de exclusão digital. A presença de mentores contribui para que os jovens internalizem valores éticos e aprendam a interagir de forma responsável.
Além disso, a participação em espaços culturais e comunitários fortalece o senso de pertencimento e o engajamento cívico. Twenge (2019) observa que jovens envolvidos em atividades coletivas, presenciais ou digitais, desenvolvem autoestima, autonomia e habilidades de cooperação, essenciais para a vida social e acadêmica. Esses ambientes oferecem oportunidades para experimentação de papéis, expressão criativa e construção de redes de apoio, ampliando a socialização de maneira construtiva.
Por fim, a integração entre múltiplos ambientes sociais — escolares, familiares, religiosos, culturais e digitais — permite aos jovens desenvolver competências socioemocionais, cognitivas e éticas de forma integrada. Castells (2009) ressalta que a sociedade em rede transforma a participação social, e a orientação adequada nos diferentes contextos garante que a experiência digital e presencial seja equilibrada, enriquecedora e promotora de uma sociabilidade responsável e inclusiva. Assim, os jovens aprendem a interagir de forma ética, colaborativa e consciente em uma diversidade de espaços sociais.

2.6 Saúde mental e bem-estar digital

O uso excessivo das redes sociais tem sido associado a impactos significativos na saúde mental dos jovens, afetando especialmente autoestima, ansiedade e bem-estar emocional. Twenge (2019) destaca que a constan-

te exposição a comparações sociais online pode levar à insatisfação pessoal e à percepção negativa de si mesmo, configurando um risco para o desenvolvimento psicológico durante a adolescência. Esse fenômeno demonstra que o tempo e a forma de interação digital influenciam diretamente a construção da identidade e a autoimagem dos jovens.

Além das comparações sociais, o consumo contínuo de conteúdos digitais pode gerar sobrecarga cognitiva e emocional. Segundo Turkle (2012), a imersão prolongada nas redes tende a enfraquecer habilidades de comunicação face a face, prejudicando a capacidade de empatia e a percepção das emoções alheias. Assim, o uso desregulado das plataformas digitais pode comprometer relações interpessoais e o desenvolvimento de competências socioemocionais essenciais para a vida adulta.

Estratégias preventivas são fundamentais para minimizar os efeitos negativos do uso excessivo das redes sociais. Pausas digitais, horários de desconexão e incentivo a atividades presenciais, como esportes e encontros sociais, ajudam os jovens a equilibrar vida online e offline. Livingstone (2016) afirma que a orientação de adultos, incluindo familiares e educadores, é determinante para que adolescentes aprendam a estabelecer limites e utilizem as redes de forma saudável e consciente.

O acompanhamento psicológico também desempenha papel relevante na promoção do bem-estar digital. Profissionais da saúde mental podem auxiliar os jovens a lidar com ansiedade, baixa autoestima e sintomas de depressão relacionados à exposição excessiva às redes. Twenge (2019) recomenda intervenções que combinem apoio emocional e educação digital, fortalecendo a resiliência e a capacidade de enfrentar desafios emocionais no contexto virtual.

A educação digital orientada, integrada à promoção da saúde mental, é outra ferramenta eficaz. Programas escolares e oficinas de capacitação sobre uso responsável das redes sociais contribuem para o desenvolvimento de habilidades críticas, autocontrole e reflexão ética. Segundo Livingstone e Smith (2014), a mediação educativa permite que os jovens compreendam os riscos e benefícios das plataformas digitais, promovendo decisões mais conscientes e equilibradas em relação ao seu consumo.

Por fim, o equilíbrio entre vida online e offline se apresenta como condição essencial para o desenvolvimento integral dos jovens. Garantir espaços de convivência presencial, atividades culturais, esportivas e comunitárias, em conjunto com o uso responsável das redes sociais, promove saúde mental, fortalece vínculos sociais e contribui para a formação de indivíduos críticos, autônomos e socialmente engajados (Castells, 2009; Twenge, 2019). Assim, a atenção à saúde digital emerge como componente indispensável na educação e no cuidado com a juventude contemporânea.

2.7 Desenvolvimento de habilidades críticas e sociais

O uso consciente das redes sociais pode ser um poderoso instrumento para o desenvolvimento de competências socioemocionais e cognitivas entre os jovens. Segundo Livingstone (2016), essas plataformas oferecem oportunidades para aprimorar habilidades

de comunicação, colaboração e reflexão ética, permitindo que os adolescentes se tornem mais críticos e conscientes em relação às informações que consomem e compartilham. Assim, o ambiente digital deixa de ser apenas recreativo e passa a integrar o processo formativo dos jovens.

Atividades pedagógicas estruturadas, como oficinas de produção de conteúdo digital, debates sobre ética online e projetos colaborativos em redes sociais, favorecem o desenvolvimento do pensamento crítico. Turkle (2012) observa que, quando bem orientados, os jovens aprendem a analisar fontes de informação, refletir sobre diferentes perspectivas e tomar decisões informadas sobre suas interações online. Essas práticas contribuem para a construção de autonomia e responsabilidade no uso das tecnologias.

O engajamento em plataformas digitais também promove competências socioemocionais, como empatia, cooperação e resolu-

ção de conflitos. Castells (2009) afirma que a sociedade em rede possibilita a construção de capital social por meio da interação digital, incentivando os jovens a compreender e respeitar diferentes pontos de vista, além de fortalecer vínculos com pares e comunidades de interesse. Essas experiências ajudam a ampliar a socialização e a desenvolver habilidades de convivência que são essenciais no contexto presencial.

A mediação de educadores, familiares e líderes comunitários é fundamental para que as redes sociais cumpram seu potencial educativo. Livingstone e Smith (2014) destacam que a supervisão orientada não significa restrição, mas acompanhamento crítico que incentiva os jovens a refletir sobre seu comportamento digital, os impactos de suas ações e a ética na interação online. Esse tipo de mediação cria um espaço seguro para aprendizagem e experimentação social.

Além disso, o uso pedagógico das redes sociais permite aos jovens assumir papéis ativos de protagonismo social. Participar de fóruns, grupos de interesse e projetos colaborativos digitais contribui para o desenvolvimento da cidadania ativa e do engajamento comunitário. Twenge (2019) sugere que o envolvimento consciente em atividades digitais estruturadas favorece não apenas habilidades cognitivas, mas também o fortalecimento da autoestima e do senso de pertencimento social.

Por fim, quando integradas a uma educação crítica e mediada, as redes sociais tornam-se ferramentas complementares para o desenvolvimento integral dos jovens. Elas permitem que habilidades cognitivas e socioemocionais se consolidem em paralelo ao crescimento pessoal e social, fortalecendo competências essenciais para o exercício da cidadania e da convivência ética. Portanto, o uso consciente e orientado das redes sociais constitui uma estratégia relevante para promover autonomia, responsabilidade e engajamento social na juventude contemporânea (Livingstone, 2016; Castells, 2009; Turkle, 2012).

3. CONCLUSÃO

O impacto das redes sociais na vida dos jovens é um fenômeno complexo e multifacetado, que abrange dimensões individuais, coletivas, emocionais e cognitivas. As plataformas digitais funcionam como ambientes de sociabilidade, nos quais adolescentes constroem identidade, compartilham experiências e estabelecem vínculos afetivos e sociais. Castells (2009) destaca que a sociedade em rede cria novas formas de participação e pertencimento, nas quais o compartilhamento de informações e a comunicação instantânea são essenciais para a construção do capital social digital.

As redes sociais oferecem oportunidades de aprendizagem e expressão cultural, permitindo aos jovens desenvolver habilidades cognitivas e comunicativas. Turkle (2012) alerta, entretanto, que a interação mediada digitalmente pode enfraquecer habilidades de comunicação presencial e empatia emocional, caso não haja orientação adequada. Assim, o uso consciente das redes digitais é crucial para equilibrar benefícios e riscos.

Ambientes como a escola desempenham papel central na mediação do uso das redes sociais. Livingstone e Smith (2014) defendem que programas educativos sobre ética digital, cyberbullying e privacidade online são fundamentais para que os jovens aprendam a interagir de forma responsável. A mediação docente fortalece habilidades socioemocionais, estimula o pensamento crítico e promove relações saudáveis entre pares, contribuindo para o desenvolvimento integral.

A família também exerce influência decisiva na socialização digital. Livingstone (2016) afirma que "a supervisão equilibrada permite que os jovens reconheçam informações falsas, desenvolvam senso crítico e aprendam a interagir respeitosamente online" (p. 44). Limites claros, diálogo constante e acompanhamento do tempo de uso são estratégias que protegem os jovens e incentivam práticas digitais conscientes.

As instituições religiosas, por sua vez, podem fornecer espaços éticos e seguros para socialização, orientando sobre valores como empatia, solidariedade e respeito às diferenças. Turkle (2012) ressalta que mesmo em ambientes virtuais, a qualidade das relações depende da atenção aos valores sociais e emocionais, sendo crucial a mediação de

líderes e educadores para evitar exposição a conteúdos prejudiciais ou discursos de ódio. Outros ambientes sociais frequentados pelos jovens, como clubes, centros culturais e fóruns de interesse, também exigem atenção quanto à convivência ética e à segurança digital. Livingstone e Smith (2014) destacam que cada contexto requer estratégias específicas para garantir que as interações online e presenciais promovam cooperação, resolução de conflitos e desenvolvimento de competências sociais e emocionais.

O bem-estar digital é um aspecto central, uma vez que o uso excessivo das redes sociais pode gerar ansiedade, depressão e impacto negativo na autoestima (Twenge, 2019). Estratégias preventivas, como pausas digitais, atividades offline e acompanhamento psicológico quando necessário, contribuem para um equilíbrio saudável entre vida online e presencial, fortalecendo a saúde mental e o desenvolvimento integral.
Finalmente, o desenvolvimento de habilidades críticas e sociais depende da mediação educativa, familiar e comunitária. Castells (2009) enfatiza que redes sociais podem fortalecer autonomia, protagonismo e empatia se utilizadas de forma orientada e reflexiva. A formação de cidadãos críticos, socialmente engajados e capazes de navegar com responsabilidade pelo universo digital depende, portanto, de investimentos em educação digital, supervisão ética e promoção de experiências online enriquecedoras e seguras.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASTELLS, M. A sociedade em rede. São Paulo: Paz e Terra, 2009.
LIVINGSTONE, S.; SMITH, P. Children, young people and the Internet: A global perspective. New York: Routledge, 2014.
LIVINGSTONE, S. Digital media and children's rights. Cambridge: Polity Press, 2016. TURKLE, S. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. New York: Basic Books, 2012.
TWENGE, J. M. iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood. New York: Atria Books, 2019.