

O IMPACTO PSICOLÓGICO DO NARCISISMO NAS REDES SOCIAIS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.5591225300512>

Data de aceite: 22/07/2025

Rachel Raiany de Souza Lima

Psicóloga jurídica e social. Especialista em Transtornos psicológicos em crianças e adolescentes, Psicologia Jurídica e Avaliação Psicológica, Neuropsicologia, Psicologia Organizacional e Terapia de casais e família

Marcelo Oliveira da Silva

Psicólogo clínico

Esse artigo tem como finalidade desenvolver uma comunicação mais fluida e flexível, compreendendo o impacto direto na saúde mental.

Utilizando uma metodologia bibliográfica e explicativa, este estudo analisa os principais fatores que desencadeiam a formação de características narcisistas na infância e adolescência, bem como os impactos disso no processo de socialização, autoestima e saúde mental. Observa-se que a ausência de mecanismos reguladores e a falta de acompanhamento familiar ou institucional contribuem para a internalização de padrões distorcidos de sucesso e reconhecimento. A pesquisa alerta para a importância de intervenções preventivas que fortaleçam o senso de identidade real, empatia e habilidades de enfrentamento nos jovens.

PALAVRAS-CHAVE: Redes sociais. Autoimagem. Transtorno de personalidade.

RESUMO: A sociedade contemporânea é marcada por transformações tecnológicas aceleradas que influenciam diretamente os modos de existir, pensar e se relacionar, especialmente entre os mais jovens. As redes sociais, ao oferecerem ferramentas para construção e divulgação de uma imagem idealizada de si, favorecem o surgimento de um comportamento centrado na autopromoção, na busca constante por validação externa e no culto à aparência.

INTRODUÇÃO

O advento da internet e o surgimento das redes sociais digitais transformaram radicalmente a maneira como os sujeitos se comunicam, constroem relações e desenvolvem sua identidade. No caso de crianças e adolescentes — indivíduos em processo de desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social — essa

transformação possui impactos profundos e, muitas vezes, silenciosos. As redes sociais deixaram de ser apenas ferramentas de entretenimento ou conexão para se tornarem espaços de validação e formação de subjetividades. Nesse novo contexto, a imagem projetada passa a ter tanto ou mais valor do que a identidade real.

O uso intenso e precoce das redes sociais tem favorecido o surgimento de padrões de comportamento centrados na autoimagem, na necessidade de visibilidade constante e na busca por aceitação por meio de curtidas, comentários e seguidores. Esse fenômeno é potencialmente perigoso quando ocorre em fases críticas da formação do self, como a infância e a adolescência. Em tais fases, a personalidade ainda está em construção, e as experiências vividas tendem a deixar marcas duradouras no modo como o sujeito se percebe e se posiciona no mundo.

Inseridas nesse ambiente, crianças e adolescentes têm desenvolvido traços cada vez mais próximos do narcisismo, entendido aqui não apenas como um transtorno de personalidade — conforme definido pelo DSM-5 — mas também como uma postura social amplificada pela cultura digital. A lógica algorítmica das redes sociais favorece o exibicionismo, o culto à aparência, a competição por atenção e a comparação social permanente. Tais características se aproximam dos traços centrais do narcisismo: grandiosidade, necessidade de admiração e ausência de empatia.

De forma preocupante, esses traços têm sido não só naturalizados como, em muitos casos, valorizados. A criança ou adolescente que mais se destaca, que possui maior número de seguidores ou que obtém mais reações positivas em suas postagens passa a ser socialmente reconhecido e, por vezes, invejado. Essa valorização da aparência em detrimento da essência promove uma construção identitária fragilizada, dependente de validação externa e vulnerável a frustrações.

É nesse contexto que se insere a presente pesquisa, cujo objetivo principal é investigar os impactos psicológicos do narcisismo nas redes sociais em crianças e adolescentes. A partir de uma abordagem bibliográfica e explicativa, o estudo propõe compreender os fatores que favorecem o desenvolvimento de traços narcisistas nesse público, bem como analisar as implicações emocionais e sociais resultantes dessa dinâmica.

Além de compreender o fenômeno sob a perspectiva clínica e comportamental, esta introdução também busca provocar uma reflexão ética e social sobre o papel da família, da escola, das plataformas digitais e dos profissionais da saúde mental na mediação do uso das redes sociais e na promoção de um desenvolvimento mais saudável, equilibrado e autêntico para as novas gerações.

REFERENCIAL TEÓRICO

O narcisismo, originalmente descrito por Freud (1914) como parte do desenvolvimento psicossocial, ganhou novas interpretações com o avanço da psicologia clínica e da cultura contemporânea. Atualmente, o termo é compreendido tanto em sua forma patológica — como Transtorno de Personalidade Narcisista — quanto como um traço adaptativo, presente em diferentes graus em todos os sujeitos. No entanto, o cenário digital tem intensificado manifestações desse traço em níveis que comprometem o desenvolvimento emocional saudável, especialmente entre crianças e adolescentes.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), o Transtorno de Personalidade Narcisista (TPN) é caracterizado por um padrão persistente de grandiosidade (na imaginação ou comportamento), necessidade de admiração e falta de empatia, que se inicia na idade adulta jovem, mas pode ter raízes em experiências precoces. Entre as principais manifestações, destacam-se: senso exagerado de importância, fantasias de sucesso ilimitado, necessidade de ser admirado, exploração interpessoal e comportamentos arrogantes.

Quando esses traços são observados em crianças e adolescentes, é preciso considerar não apenas fatores individuais (como temperamento e história familiar), mas também aspectos ambientais, como a exposição a modelos sociais narcisistas e o uso de tecnologias digitais que reforçam a lógica da performance e da visibilidade. As redes sociais digitais oferecem um ambiente propício para a manifestação de comportamentos narcisistas, pois incentivam a exposição constante da imagem, o monitoramento contínuo de reações e a comparação social exacerbada.

De acordo com Young e Abreu (2019), crianças e adolescentes estão especialmente vulneráveis ao uso disfuncional da internet, pois ainda não possuem estruturas cognitivas e emocionais suficientemente desenvolvidas para lidar com a complexidade das interações virtuais. A dependência de aprovação externa e a construção da autoestima baseada em interações digitais podem desencadear sofrimento psíquico significativo, incluindo sintomas ansiosos, depressivos e impulsivos. Para os autores, o uso compulsivo da internet — incluindo redes sociais — deve ser visto como um fator de risco para o desenvolvimento emocional.

A psicologia do desenvolvimento também oferece subsídios importantes para compreender a formação do narcisismo em crianças e adolescentes. Erik Erikson (1998), ao propor as fases do desenvolvimento psicossocial, destaca que, na adolescência, o indivíduo enfrenta a crise da “identidade versus confusão de papéis”, momento em que busca definir quem é e onde se encaixa no mundo. Se essa busca for mediada unicamente por validações virtuais, o jovem corre o risco de formar uma identidade superficial, fragmentada e altamente dependente da opinião alheia.

Além disso, autores como Jean Twenge e W. Keith Campbell (2009) identificam, em estudos longitudinais, uma elevação significativa dos níveis de narcisismo em adolescentes norte-americanos nas últimas décadas, fenômeno que denominam de “epidemia de narcisismo”. Segundo eles, esse aumento está relacionado à valorização cultural da autoafirmação, à superexposição midiática e ao uso crescente das redes sociais como principal ferramenta de socialização. A cultura do “eu” se impõe sobre os valores da coletividade, empatia e humildade.

As redes sociais ao mesmo tempo em que conectam as pessoas, geram solidão, isolamento e relações mais superficiais. A autora afirma que, ao se apresentarem constantemente para um “público”, crianças e adolescentes aprendem a moldar sua identidade para agradar, esquecendo de desenvolver um sentido interno de si. Portanto, o ambiente digital não é neutro — ele molda subjetividades. A plataforma, ao incentivar curtidas, seguidores e exposição constante, gera um sistema de reforço positivo que valida comportamentos narcisistas e dificulta a introspecção, o silêncio e a construção de vínculos autênticos. A combinação entre um estágio de desenvolvimento vulnerável e um ambiente social que valoriza a imagem e a competição simbólica contribui diretamente para a formação de um self fragilizado e performático.

METODOLOGIA

A pesquisa desenvolvida é de natureza qualitativa, com abordagem explicativa e método bibliográfico. O objetivo principal da escolha metodológica foi compreender os mecanismos psicológicos e sociais envolvidos na construção do narcisismo em crianças e adolescentes a partir do uso frequente das redes sociais.

A abordagem explicativa visa ir além da simples descrição do fenômeno, buscando compreender as causas e os desdobramentos psicológicos do comportamento narcisista nesse público. Para isso, foram consultadas obras de referência na área da psicologia, como o DSM-5 (2014) e o livro “Dependência de Internet em Crianças e Adolescentes”, de Young e Abreu (2019), entre outras fontes científicas relevantes que abordam a influência das tecnologias digitais no desenvolvimento psíquico.

A metodologia bibliográfica permitiu o aprofundamento teórico-conceitual sobre o tema, além de subsidiar uma análise crítica fundamentada na literatura científica, que proporcionou a articulação entre teoria e prática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise dos estudos revisados e da literatura especializada, identificou-se uma relação direta entre o uso frequente das redes sociais por crianças e adolescentes e o fortalecimento de traços narcisistas que, se não monitorados, podem evoluir para manifestações mais rígidas ou disfuncionais. Esses traços incluem a busca incessante por

atenção e validação externa, a supervalorização da aparência, a dificuldade em lidar com críticas e frustrações, e a baixa tolerância à rejeição — aspectos todos que compõem a base do funcionamento narcisista.

As redes sociais, como *Instagram*, *TikTok* e outras plataformas de exposição de imagem, reforçam padrões de comportamento baseados em métricas quantitativas de sucesso (número de curtidas, seguidores, visualizações), o que contribui para a formação de uma autoestima instável e dependente. Crianças e adolescentes que se expõem continuamente nesses ambientes acabam por construir uma identidade baseada em performance e não em autenticidade, reforçando o exibicionismo e a idealização de si próprios.

Outro ponto recorrente na literatura diz respeito à fragilidade emocional que acompanha esses traços. A constante necessidade de aceitação pode tornar esses jovens emocionalmente vulneráveis, desencadeando sentimentos de inadequação, inveja, comparação destrutiva e, em casos mais extremos, sintomas depressivos e ansiosos. A autoestima torna-se refém da imagem projetada, e qualquer oscilação na recepção social (por exemplo, uma publicação com menor engajamento) pode gerar intensa angústia ou comportamentos compensatórios.

Além disso, muitos autores apontam que crianças e adolescentes com traços narcisistas também tendem a manifestar comportamentos de agressividade nas redes, como o cyberbullying. Tal atitude funciona como um mecanismo de defesa frente à insegurança ou como uma tentativa de manter poder e controle em um ambiente onde o status é volátil e constantemente ameaçado.

O estudo também evidenciou que a ausência de supervisão parental e de limites claros no uso da internet agrava o problema. Ambientes familiares permissivos, com pouco diálogo ou sem regulação de tempo de tela, facilitam o enraizamento desses comportamentos. Paralelamente, o discurso social que glamouriza a autoexposição e o sucesso imediato, presente inclusive em influenciadores digitais, serve como modelo identificatório para esses jovens, que internalizam a lógica do “ter que ser visto” como valor central da existência. Os resultados indicam que o ambiente digital atual atua como um catalisador de traços narcisistas em crianças e adolescentes, especialmente quando estes são submetidos a uma experiência virtual sem acompanhamento, reflexão crítica ou limites afetivos e estruturantes.

CONCLUSÃO

Os dados obtidos e analisados ao longo deste estudo apontam que o uso frequente e desregulado das redes sociais pode afetar de forma significativa o desenvolvimento psicológico de crianças e adolescentes, favorecendo a manifestação de traços narcisistas que comprometem tanto a saúde mental quanto as relações interpessoais. O narcisismo digital, moldado por uma cultura de exposição e validação, reforça nos jovens a ideia de

que o valor pessoal está condicionado ao desempenho social online. Tal compreensão distorcida de si mesmo gera inseguranças, dependência emocional e dificuldades no enfrentamento de frustrações cotidianas, além de contribuir para a fragilização de vínculos afetivos reais.

É importante destacar que tais comportamentos não surgem de forma isolada. Eles são resultado de uma rede complexa de fatores que inclui a imaturidade emocional, a vulnerabilidade própria da fase de desenvolvimento, a influência dos discursos midiáticos e a ausência de regulação no ambiente familiar e escolar. O uso das redes sociais, portanto, não deve ser entendido como vilão, mas como um espaço que requer mediação consciente, limites saudáveis e estímulo ao uso crítico e criativo da tecnologia. Nesse sentido, a prevenção e a intervenção precoce são fundamentais. Programas de educação digital, práticas familiares de escuta ativa e supervisão, e o fortalecimento de políticas públicas voltadas à saúde mental infantojuvenil devem caminhar juntos. Cabe à escola, aos profissionais de saúde e à família o papel de promover o desenvolvimento de uma identidade sólida, baseada em valores como empatia, autenticidade, autorregulação e respeito ao outro.

Conclui-se, portanto, que a compreensão do impacto psicológico do narcisismo nas redes sociais deve ser vista como um alerta para a sociedade, convocando todos os atores sociais — educadores, pais, profissionais da saúde mental, gestores de tecnologia — a pensarem criticamente sobre como estamos conduzindo o processo de socialização digital das futuras gerações.

REFERÊNCIAS

Bello, C. D. & Rocha, D. C., de 2012. **A projeção do sujeito como objeto de desejo e de consumo nas redes sociais digitais**. Conference: II Seminário Internacional de Pesquisa: CONSUMO – Afetividades e Vínculos - A cidade, o lugar, o produto (23, 24 e 25 de abril de 2012 – PUC-SP.

Freud, S., de 1905. **Três ensaios sobre a Teoria da Sexualidade**. In:____. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas. 1. ed. Trad. Jayme Salomão. Rio de Janeiro: Imago, 1972. v. VII.

Lasch, C. (1983). **A cultura do narcisismo: a vida americana numa era de esperanças em declínio**. Rio de Janeiro: Imago.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E, 2008. **Terapia do Esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras**. Porto Alegre, Artmed, 2008.

YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano Nabuco de. **Dependência de Internet em Crianças e Adolescentes: Fatores de Risco, Avaliação e Tratamento**. 1º Ed, Porto Alegre: Editora Artmed, 2019. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.