

Desenvolvimento atento

Ao longo do desenvolvimento infantil, algumas das transformações podem ser vivenciadas com maior intensidade ou impacto, como a entrada na escola, a puberdade, a convivência com os pares, as exigências escolares e os namoros. A professora de psicologia do Ceub Áurea Chagas destaca que um ambiente familiar acolhedor, com espaço para sentimentos e diálogos, tende a construir uma autoestima mais satisfatória dessa criança. Em contrapartida, crescer em contextos de violência, opressão ou negligência pode gerar sentimentos de rejeição ou incapacidade, o que impacta negativamente a autoestima.

Entre os principais fatores que contribuem para a baixa autoestima, Áurea elenca comparações, críticas ou castigos sem explicação, indiferença ou cobranças excessivas por parte dos responsáveis. Tais atitudes podem levar as crianças e os adolescentes a se retraírem e se isolarem do convívio social, favorecendo sentimentos de desvalia e rejeição.

Se o bullying, as críticas e os elogios sempre existiram em um contexto menor, o cenário atual é super dimensionado devido às vivências tidas no universo digital, como aponta o psiquiatra Rafael Boechat. "A questão das mídias sociais é um problema que essa nova geração está lidando. A exposição na internet é muito mais presente, levando a críticas de pessoas que o jovem nunca viu", alerta.

Na avaliação do especialista, essa superexposição aumenta os riscos de uma piora da autoestima, especialmente nessa fase mais vulnerável. Compartilhando da mesma análise, a professora Áurea Chagas concorda que a tecnologia, embora benéfica, se mal utilizada ou administrada, pode se tornar uma questão delicada, trazendo prejuízos à saúde mental.

"Sem acompanhamento sistemático dos responsáveis, o uso precoce de telas e redes expõe a inúmeras situações prejudiciais ao desenvolvimento emocional, afetando diretamente sua autoestima. A internet, lamentavelmente, ainda se apresenta como um espaço aberto para vulnerabilidades de diferentes tipos."

A necessidade de freios

Diante do cenário, Boechat afirma que há um consenso entre educadores e profissionais da saúde de que o uso das redes sociais progrediu demais e precisa de freios, já que as consequências estão sendo maiores que os ganhos para essa faixa etária. Ainda que a tecnologia seja, de fato, benéfica, os pequenos estão face a face com conteúdos que podem minar a construção de uma autoestima saudável.

Arquivo pessoal

Adriano Castro com a esposa, Aline, e os filhos, Maria Luiza, Eliezer, Maria Júlia e Francisco (na barriga)

