



Agrupamento de Escolas Leal da Câmara

Escola Secundária Leal da Câmara

As redes sociais na vida dos jovens

Sociologia 2021/2022

Professora Cristina de Sá



Trabalho realizado por:

Martim Nunes, n.º12

Rita Zenida, n.º16

Rita Sousa, n.º17

Sulmara Martins, n.º24

Índice

Introdução-----	slides 3 e 4
Etapas do processo de investigação-----	slide 5
1.ª Etapa- Pergunta de partida-----	slide 6
2.ª Etapa- Exploração-----	slide 7-27
3.ª Etapa- Problemática-----	slide 28
4.ª Etapa- Construção do Modelo de Análise-----	slide 29
5.ª Etapa- Recolha de Dados-----	slide 30
6.ª Etapa- Análise de Dados-----	slide 31
Conclusão-----	slide 32

Introdução

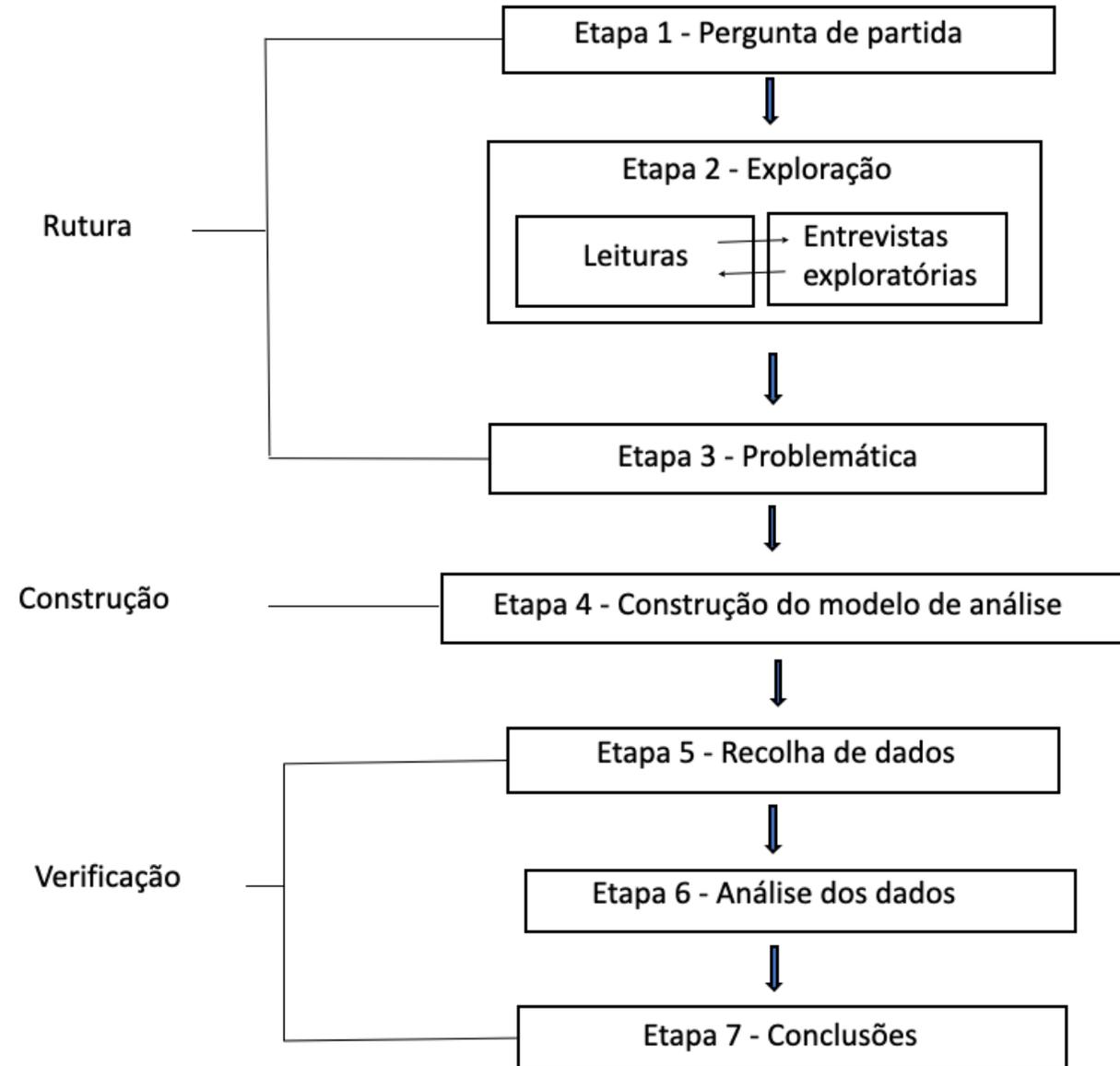
- O tema que vamos estudar é as redes sociais na vida dos jovens da Escola Secundária Leal da Câmara.
- Temos como objetivo analisar o impacto das redes sociais na saúde dos jovens, especialmente o tipo de perturbações mentais causadas e o que fazer para não nos deixarmos influenciar pelo mundo da *Internet*.
- Para o estudo deste projeto, iremos partir da pergunta “Até que ponto podem as redes sociais afetar a vida dos jovens?”.

Introdução

- Iremos utilizar a estratégia investigação-ação, participando com os investigados, os jovens.
- Iremos utilizar dois processos para obter informação sobre os fenómenos em estudo e para produzir nova informação: a documentação e a observação, método mais ilustrativo para alcançarmos as conclusões pretendidas.
- Iremos seguir a técnica participação-observação.

Com este trabalho, pretendemos aferir o real impacto das redes sociais na vida dos jovens, ajudando a descobrir como alcançar um equilíbrio na utilização destas aplicações.

Etapas do processo de investigação



1.ª Etapa- Pergunta de partida

“Até que ponto podem as redes sociais afetar a vida dos jovens?”

A pergunta é objetiva e facilmente compreendida. Visto que é um tema muito presente no nosso cotidiano, pode ser desenvolvida com base em estudos realizados e análises científicas, levando-nos a uma resposta mais concreta acerca do nosso objeto de estudo.



2.ª Etapa- Exploração

1. O que são as redes sociais?

- As redes sociais, no mundo virtual, são sites e aplicações que permitem o compartilhamento de informações entre pessoas e/ou empresas.
- No entanto, este conceito é já antigo e, na sociologia, é utilizado para analisar interações entre indivíduos, grupos, organizações ou até sociedades, desde o final do século XIX.
- Atualmente existem diferentes redes sociais, cada uma com um propósito e um público-alvo específico.



2.ª Etapa- Exploração

2. Para que servem as redes sociais?

- Estabelecer contactos pessoais, podendo ser relações de amizade ou de namoro;
- Realizar *networking*, ou seja, aprofundar relações com clientes, detetar oportunidades de negócios, aumentar a visibilidade do profissional e desenvolver a sua carreira, por exemplo;
- Pesquisar e partilhar imagens/vídeos e informações sobre temas variados;
- Divulgar produtos e serviços para compra e venda.

2.ª Etapa- Exploração

3. Quais são as redes sociais mais utilizadas e quais as suas principais características?

- *Facebook*
- *Instagram*
- *Snapchat*
- *Twitter*
- *WhatsApp*
- *TikTok*
- *YouTube*

2.ª Etapa- Exploração

4. Quais são as principais vantagens das redes sociais?

- Facilita a relação com quem está mais perto, permitindo manter a proximidade sem o encontro físico;
- Aproxima as pessoas que vivem em locais diferentes, pois é uma maneira fácil de manter as relações e o contacto;
- Possibilita a interação em tempo real;



2.ª Etapa- Exploração

4. Quais são as principais vantagens das redes sociais?

- Oferece uma forma rápida e eficaz de comunicar algo para um grande número de pessoas ao mesmo tempo;
- Permite avisar sobre um acontecimento, a preparação de uma manifestação ou a mobilização de um grupo para um protesto;
- Facilita a organização de eventos, enviando convites e solicitando a confirmação de presença.

2.ª Etapa- Exploração

5. Quais são as principais desvantagens das redes sociais?

- Falta de privacidade;
- Exige cuidado na divulgação de certos pormenores da vida de cada um;
- Pode causar dependência, pois, em alguns casos, as pessoas não se conseguem “desligar”, deixando coisas importantes por fazer;

2.ª Etapa- Exploração

5. Quais são as principais desvantagens das redes sociais?

- Facilidade de divulgação de notícias, factos ou imagens sem a verificação da fonte, podendo ser “fake news”;
- Criação de perfis falsos para postar comentários racistas, homofóbicos e preconceituosos;
- Roubo;
- Desenvolvimento de doenças e/ou distúrbios psicológicos devido à inautenticidade dos conteúdos publicados.

2.ª Etapa- Exploração

6. Quais os impactos das redes sociais na saúde mental dos jovens?

- A relação entre as redes sociais e a saúde mental tem sido assunto de discussões e de estudos médicos e científicos. Esses profissionais retratam a importância de procurar estratégias de proteção da saúde de toda a população, mas, em particular, dos jovens.
- As redes sociais têm um grande potencial não só para o desenvolvimento de perturbações psicológicas, como também para o consumo dos jovens de álcool e drogas.

2.ª Etapa- Exploração

6. Quais os impactos das redes sociais na saúde mental dos jovens?

Desta forma, a utilização das redes sociais pode aumentar a vulnerabilidade a:

- Impulsividade;
- Ansiedade excessiva;
- Transtornos de humor;
- Consumo de substâncias;
- Hostilidade e comportamento agressivo;
- Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade;
- Solidão, baixa autoestima e tendência a atitudes suicidas.

2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?

Baixa autoestima

2.ª Etapa- Exploração

Baixa autoestima

Principais sintomas:

- Não aceitação das próprias limitações;
- Falta de confiança em si;
- Comparação constante com os outros;
- Medo da rejeição;
- Não se permite errar.

2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?

Distúrbios alimentares

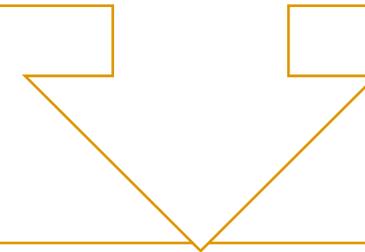
2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?

Ansiedade

2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?



Depressão

2.ª Etapa- Exploração

Depressão

Principais sintomas:

- Tristeza persistente;
- Perda de interesse ou prazer nas atividades lúdicas habituais;
- Alterações do sono, com insónia ou pelo contrário aumento da necessidade de dormir;
- Perda de energia ou iniciativa ou sensação persistente de cansaço;
- Lentificação motora ou do discurso;
- Sentimentos de culpa ou incapacidade/desvalorização;
- Pensamentos sobre a morte ou ideação suicida.

2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?

Cyberbullying

2.ª Etapa- Exploração

Cyberbullying

Principais indícios:

- Isolamento;
- Decréscimo no rendimento escolar;
- Não querer estar com amigos e colegas;
- Não querer sair de casa;
- Não atender o telefone.

2.ª Etapa- Exploração

7. Quais são os principais problemas enfrentados pelos jovens devido à navegação na *Internet*?

Roubo

2.ª Etapa- Exploração

8. Como evitar os problemas provenientes da navegação na *Internet*?

- Evitar divulgar informações pessoais;
- Ter cuidado ao acessar contas bancárias pela *Internet*;
- Não instalar programas pirateados;
- Ter atenção ao utilizar o cartão de crédito em compras *online*;
- Evitar anúncios duvidosos;
- Ter atenção a falsos e-mails.

2.ª Etapa- Exploração

Para navegarmos na *Internet* de forma saudável e benéfica para a nossa saúde mental devemos:

- Limitar o tempo de exposição;
- Priorizar páginas que agreguem valor;
- Evitar a exibição de intimidades na *Internet*;
- Filtrar a fonte e avaliar a veracidade das informações divulgadas;
- Não espalhar conteúdos de cunho preconceituoso ou imoral;
- Estimular o respeito pelo próximo e não disseminar o *Cyberbullying*;
- Monitorar os sites que as crianças e os adolescentes costumam visitar.

2.ª Etapa- Exploração

9. O impacto das redes sociais na economia de Portugal e do mundo

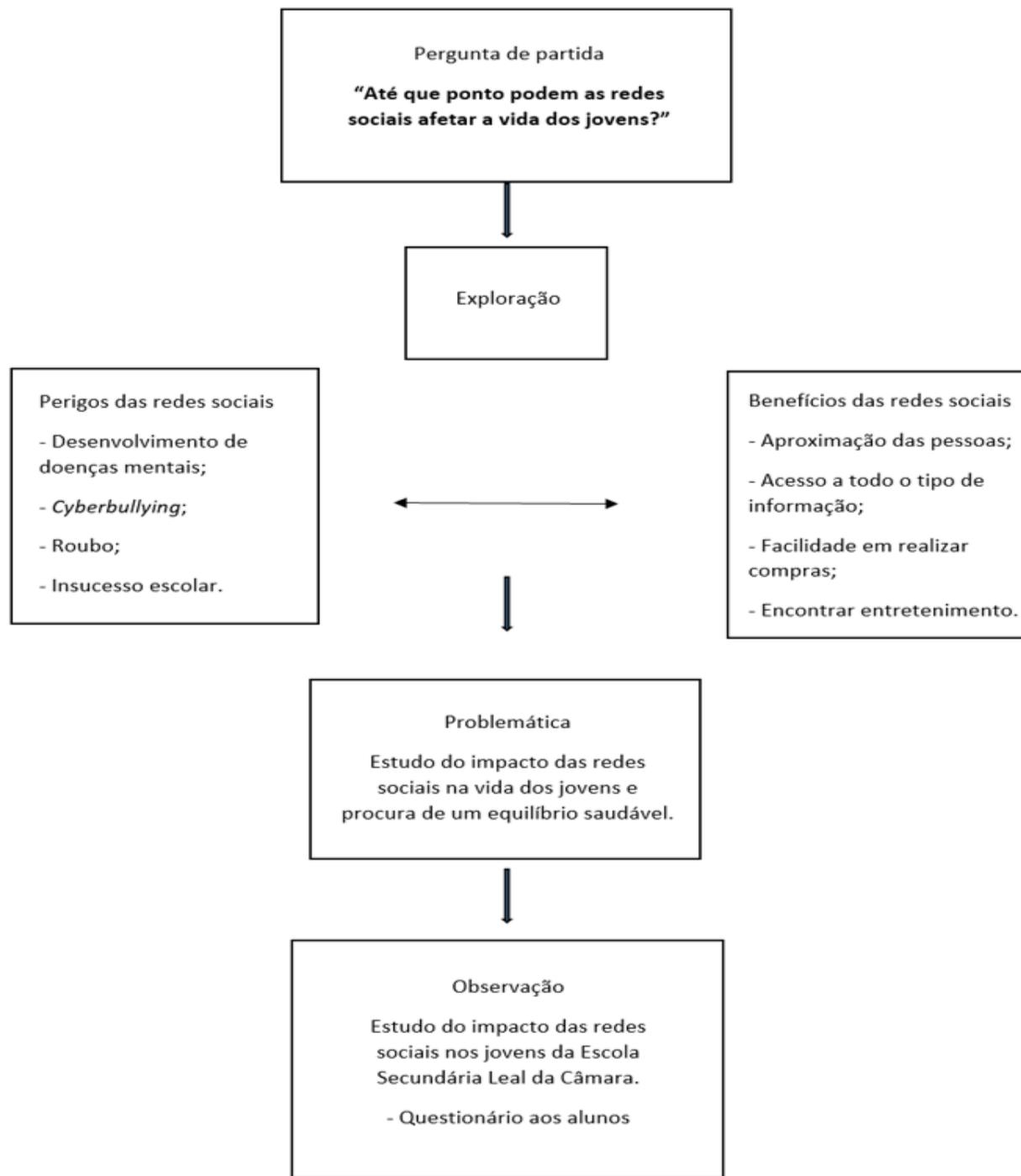
- As redes sociais e a importância cada vez maior que as suas plataformas assumem na nossa vida permitem a que as empresas expandam o seu mercado através da internet e muitas vezes a venderem os seus produtos ou serviços apenas pelas plataformas digitais, reduzindo os custos que teriam com as lojas físicas.
- Assim, a aderência cada vez maior ao mundo virtual influencia a vida de cada um de nós até mesmo como meros consumidores, cada vez mais nos deparamos com estratégias de marketing pelas redes sociais e estamos cada vez mais vulneráveis ao mercado online.



3.ª Etapa- Problemática

- Esta fase permite-nos elaborar questões que pretendemos ver respondidas ao longo do nosso trabalho.
- Realizámos um inquérito com o intuito dos alunos da Escola Secundária Leal da Câmara responderem, de forma a compreendermos mais concretamente qual o impacto que as redes sociais têm no meio que nos rodeia.

4.ª Etapa- Construção do Modelo de Análise



5.ª Etapa- Recolha de Dados

- Tendo em conta que o nosso objetivo é analisar o impacto das redes sociais na vida dos alunos da nossa escola, interessa-nos fazer uma observação direta.
- Nós, enquanto investigadores, encontramos-nos no grupo em questão, o que facilita a compreensão do ponto de vista do nosso público-alvo. Assim, recorreremos a técnicas de inquirição, nomeadamente o questionário.

6.ª Etapa- Análise de Dados

- <https://forms.office.com/r/EJASa3Z9pr>

Conclusão



Os nossos inquiridos avaliam o impacto das redes sociais nas suas vidas de forma positiva, se esta for uma utilização consciente e regrada.