UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ

BRUNA ISABELY FELIPE

CULTO À IMAGEM PESSOAL NAS REDES SOCIAIS:
uma análise sob o prisma da psicologia analítica

POUSO ALEGRE

2024

UNIVERSIDADE DO VALE DO SAPUCAÍ

BRUNA ISABELY FELIPE

CULTO À IMAGEM PESSOAL NAS REDES SOCIAIS:
uma análise sob o prisma da psicologia analítica

Monografia apresentada ao curso de Psicologia, da Faculdade de Ciências da Saúde "Dr. José Garcia Coutinho", da Universidade do Vale do Sapucaí como requisito parcial para aprovação no curso de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Fábio Rezeck

POUSO ALEGRE

2024

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca

Felipe, Bruna Isabely.
Culto à imagem pessoal nas redes sociais: uma análise sob o prisma da psicologia analítica/ Bruna Isabely Felipe – Pouso Alegre: Univás, 2024.

36f.:il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) -. Universidade do Vale do Sapucaí, 2024.

Orientadora: Prof. Dr. Fábio Rezeck.

1. Redes Sociais. 2. Autoimagem. 3. Narciso. 4. Junguiana. I. Título.

CDD – 150.195

Bibliotecária responsável: Michelle Ferreira Corrêa
CRB 6-3538

BRUNA ISABELY FELIPE

CULTO À IMAGEM PESSOAL NAS REDES SOCIAIS:
uma análise sob o prisma da psicologia analítica

Monografia apresentada ao curso de Psicologia, da Faculdade de Ciências da Saúde "Dr. José Garcia Coutinho", da Universidade do Vale do Sapucaí como requisito parcial para aprovação no curso de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Fábio Rezeck

APROVADA EM:____/___/____

Banca Examinadora:

Documento assinado digitalmente
FABIO REZECK
Data: 29/11/2024 14:25:01-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Orientador: Prof. Dr. Fábio Rezeck
Universidade do Vale do Sapucaí

Documento assinado digitalmente
LUCAS NAVAROLI RIBEIRO SILVA
Data: 02/12/2024 13:44:36-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Examinador: Prof. Ms. Lucas Navaroli Ribeiro Silva
Universidade do Vale do Sapucaí

Documento assinado digitalmente
VICTOR HUGO SAMPAIO ALVES
Data: 02/12/2024 17:39:09-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Examinador: Prof. Dr. Victor Hugo Sampaio Alves
Universidade do Vale do Sapucaí

Dedico este trabalho aos meus pais, que sempre me incentivam a buscar meus sonhos, e à minha irmã, Anna Beatriz, que é uma fonte constante de alegria, e que muito me ensina.

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é o fruto de uma jornada intensa, cheia de desafios e aprendizados, que não poderia ter sido realizada sem o apoio e incentivo de pessoas fundamentais em minha vida. Gostaria de expressar minha sincera gratidão a todos que fizeram parte dessa jornada.

Primeiramente à Deus, que permitiu que tudo isso acontecesse, por ter me dado força para superar as dificuldades e pela fé que moveu os pequenos passos até essa realização.

À minha família pelo amor, incentivo e apoio incondicional. Aos meus pais em especial, meu profundo agradecimento por serem a base sólida sobre a qual construí meus sonhos. A minha irmã, por todo carinho e companheirismo. Expresso aqui todo o meu amor e gratidão.

Aos meus amigos que me acompanharam nesta jornada acadêmica, sendo fonte de motivação, leveza e descontração. Vocês desempenharam um papel significativo no meu crescimento, sempre me lembrarei de vocês.

Aos amigos não acadêmicos, obrigado por me proporcionarem momentos de fuga e descanso, com conversas que não envolviam normas da ABNT.

À Universidade, agradeço por ter me proporcionado uma formação de qualidade em um ambiente que incentivou meu crescimento pessoal e profissional. Além disso, devo mencionar que a quantidade de café consumida durante essa trajetória, será difícil de superar na vida.

Aos professores, meu mais profundo respeito e gratidão, agradeço por cada ensinamento, que com paciência e dedicação, me guiaram ao longo desta jornada.

Em especial, ao meu orientador Dr. Fábio Rezeck, agradeço a orientação, apoio e confiança, obrigada por todo conhecimento compartilhado. Agradeço aos membros da banca, professor Dr. Victor Hugo Sampaio Alves e Me. Lucas Navaroli Ribeiro Silva pela generosidade em dedicarem tempo e conhecimento na avaliação deste trabalho.

Por fim, a todos que direta ou indiretamente, fizeram parte desta caminhada, oferecendo desde o apoio emocional até o auxílio técnico, deixo aqui o meu mais sincero e profundo agradecimento.

RESUMO

Este trabalho consiste em uma análise sobre o culto à imagem pessoal nas redes sociais à luz da psicologia analítica de Carl Gustav Jung, a fim de investigar o desenvolvimento do conceito de persona no ambiente virtual e o papel das redes sociais no desenvolvimento e manutenção das autoimagens, além de entender a simbologia do Mito de Narciso na sociedade. Para isso, foi realizada uma revisão bibliográfica de conceitos fundamentais descritos por Jung e outros teóricos junguianos. Portanto, observou-se que esses conceitos são relevantes para compreender as interações movidas nas redes sociais e de como elas refletem as próprias relações do sujeito no cotidiano, refletindo suas próprias características pessoais, além disso, foi observado que as redes sociais têm um papel significativo na construção e manutenção dessas imagens. Entende-se, dessa forma, que essas redes refletem as interações pessoais dos indivíduos, ao mesmo tempo que influenciam e modulam essas interações.

Palavras-Chave: redes sociais, autoimagem, Narciso, Junguiana.

ABSTRACT

This work consists of an analysis of the cult of personal image on social media in light of analytical psychology by Carl Gustav Jung, in order to investigate the development of the concept of persona in the virtual environment and the role of social media in the development and maintenance of self-images, in addition to understanding the symbolism of the Myth of Narcissus in society. To this end, a bibliographic review of fundamental concepts described by Jung and other Jungian theorists was carried out.Therefore, it was observed that these concepts are relevant to understanding the intentions driven by social media and how they reflect the subject's own relationships in everyday life, reflecting their own personal characteristics, in addition, it was observed that social media play a significant role in the construction and maintenance of these images. It is therefore understood that reflects the personal interactions of individuals, while at the same time influencing and modulating these interactions.

Keywords: social media, self-image, Narcissus, Jungian.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO **10**

A PERSONA E O EU POSTADO **14**

SOMBRA: O QUE MANTEMOS NO PRIVADO? **18**

O PROBLEMA DA PROJEÇÃO **21**

NARCISO E SEU MITO. UM REFLEXO PARA CADA UM? **24**

LUZES, SOMBRAS E REFLEXOS **28**

CONSIDERAÇÕES FINAIS **32**

REFERÊNCIAS **35**

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1: Máscara Punu, criada pelo povo Bantu (Gabão, África Central) 16
FIGURA 2: Interior do Teatro Alla Scala de Milão, Itália 22
FIGURA 3: Narciso, óleo sobre tela 26
FIGURA 4: Espelho em madeira e bronze encontrado no sítio arqueológico Medinet el- Gurob en Fayum 28

INTRODUÇÃO

É de Debord (1994, p.13), a afirmação de que "Toda a vida das sociedades nas quais reinam as condições modernas de produção se anuncia como uma imensa acumulação de *espetáculos.*", esse trecho pode refletir uma crítica ao modo como a sociedade contemporânea organiza-se em torno da imagem e da representação. O espetáculo se tornou a maneira pela qual a realidade é percebida e consumida. Assim, a acumulação de espetáculos reflete a substituição da experiência direta pela representação, em que a aparência se sobrepõe à substância e a riqueza se torna uma aparência.

O autor define "espetáculo" a partir da ideia de uma exposição social, reduzindo toda a vida humana a meras aparências para, segundo ele, apresentar-se como algo grandioso, positivo e inacessível. Essa ideia sugere que, nas interações sociais contemporâneas, o que realmente seja importante é a maneira como cada coisa é apresentada, em detrimento de conteúdos mais profundos e significativos.

Confirmando essa reflexão, Pimentel (2005), aponta que, atualmente, a fama está frequentemente mais associada à visibilidade de indivíduos, do que ao seu conhecimento ou contribuição em determinada área, ressaltando que o sujeito passe a ser o próprio objeto de exposição, dando ênfase a uma cultura de autoexposição, com maior presença midiática do que realizações ou conhecimentos. Ambos os autores reforçam a transformação da esfera tecnológica, na qual a vida privada passa a ser consumida como um espetáculo por meio da internet.

Talvez, a principal obra produzida no contexto da internet seja o personagem "eu". Tal criação é dedicada à construção e à reconstrução contínua da própria personalidade em ambientes interativos, refletindo as dinâmicas sociais e pessoais que emergem nas plataformas digitais, na medida em que essa busca pela expressão individual seja uma das metas dessas representações visuais que inundam as telas, permitindo que os autores se tornem celebridades ou figuras moldadas pelos padrões midiáticos (Sibilia, 2008).

Pimentel (2005) reflete que as estratégias para colocar a própria vida privada a serviço de narrativas midiáticas têm se configurado como um esforço contínuo para a construção e manutenção de uma "celebridade", que, segundo ele, é estabelecida como um personagem dentro de certas exposições, criando, assim, padrões de reconhecimento, tanto para o "eu", quanto para o mundo, permitindo que a identidade seja moldada em função das expectativas sociais e culturais.

Essas perspectivas juntas evidenciam que a busca pela expressão individual não se dá de forma isolada, ela é profundamente influenciada por padrões sociais e culturais que moldam a identidade. Assim, tanto o “eu”, como a “celebridade – que representa o próprio sujeito como produto”, seriam resultados de um processo dinâmico em que as expectativas coletivas desempenhariam um papel fundamental na formação de identidade e na maneira como os indivíduos se apresentam ao mundo (Pimentel, 2005).

Debord (1994, p. 14), muito acertadamente, compreende o espetáculo não como um “conjunto das imagens, mas uma relação social entre as pessoas, mediatizada por imagens”, o que sugere que o espetáculo vai além da mera exibição das imagens. O autor se refere à maneira como as relações sociais estão sendo estruturadas e influenciadas pelas representações visuais. O espetáculo é o processo pelo qual ela assume um papel central nas interações humanas. Também as formações históricas desempenham um papel importante na conformação dos corpos e das subjetividades, uma vez que os fatores socioculturais, econômicos e políticos exercem uma pressão sobre os indivíduos, promovendo certas formas de ser enquanto reprimem outras. Sendo assim, o sujeito é condicionado a seguir as normas coletivas impostas e, muitas vezes, renuncia a aspectos pessoais de sua identidade para se ajustar às expectativas da sociedade.

As ideias de Debord (1994) e de Sibilia (2008) complementam-se, corroborando a fundamentação de como as formações históricas moldam corpos e subjetividades. Assim, as imagens não apenas refletem, mas também reforçam as expectativas sociais, levando os sujeitos a renunciarem a aspectos de sua identidade pessoal para se adequarem as normas sociais. Essa correlação evidencia como o espetáculo molda as subjetividades.

Assim, quando o comportamento dos sujeitos está na mira do público e da mídia, ele é constantemente avaliado com base em parâmetros materiais, físicos e morais. Dessa forma, os papéis que exaltam atributos como beleza e moralidade são favorecidos na sociedade atual. Em contrapartida, os papéis que remetem à maldade, ao vício são menos aceitos e enfrentam uma resistência de identificação por parte dos sujeitos (Pimentel, 2005).

O psiquiatra e terapeuta suíço Carl Gustav Jung (2014), argumenta que o desejo de ser bom implica a necessidade de reprimir o mal. Ele sugere que essa repressão da psique coletiva seja uma condição essencial para o desenvolvimento da personalidade. De modo que, para ser bom para a sociedade, deve-se reprimir os aspectos indesejados da própria psique, cuja luta entre esses aspectos desempenha um papel fundamental na formação da identidade individual, refletindo as dinâmicas sociais e as normas que influenciam o comportamento.

Por meio da evolução tecnológica as pessoas passaram ao uso dos correios eletrônicos pelas vantagens óbvias da celeridade e outras economias, seguidos pelos canais de bate-papo ou *chats*, evoluindo para sistemas de mensagem instantânea e, depois, para as redes de sociabilidade. Com essas inovações, as telas se transformaram em "janelas", sempre abertas a inúmeras pessoas ao mesmo tempo. Além disso, ganhou destaque uma outra vertente dessas mudanças, os "diários íntimos", publicados na internet, nos quais os usuários relatam seus acontecimentos cotidianos por meio de textos, fotos e vídeos. Essa prática representa uma versão atualizada do que anteriormente era conhecido como "blogs", criando espaços em que a vida privada se transforma em conteúdo público (Sibilia, 2008).

Debord (1994) afirma que o espetáculo transforma a vida social em mera aparência, ressaltando como as interações são mediadas por representações visuais. Sibilia (2008) complementa essa ideia ao sugerir que o eu, transformado em personagem, seja construído nas mídias sociais, refletindo a pressão por ser visto e reconhecido. Pimentel (2005), por sua vez, argumenta que as estratégias para colocar a vida privada a serviço das narrativas midiáticas se configuram como um esforço constante para a formatação e manutenção de uma "celebridade".

Juntas, essas perspectivas evidenciam que a identidade individual é moldada por padrões sociais e culturais, ressaltando que, nas redes sociais, o eu não é apenas produto da autoexposição, mas também reflexo das expectativas coletivas que definem como os indivíduos se apresentam ao mundo. Essas reflexões podem ser relacionadas à teoria analítica, de Carl Gustav Jung (2014), especialmente ao conceito de *persona.*

Considerando essas pontuações, este trabalho tem como objetivo analisar o culto à imagem pessoal nas redes sociais à luz da Psicologia Analítica. Especificamente, será investigado o desenvolvimento do conceito de persona no ambiente virtual e o papel das redes sociais na construção e manutenção das autoimagens, bem como a atualização da simbologia do Mito de Narciso na sociedade, refletindo a constante preocupação com a autoimagem.

Para embasar essa análise, foi realizada uma revisão bibliográfica dos conceitos fundamentais descritos por Jung (2014) e das contribuições de autores pós-junguianos que oferecem suporte teórico ao tema. O presente trabalho está estruturado em cinco capítulos, além da introdução, discussão, considerações finais e referências. No primeiro capítulo, é apresentado o conceito de persona, explorando como ele se desenvolve e influencia na construção de novas formas de identidade.

O segundo capítulo aborda o conceito sombra, conforme a perspectiva junguiana, examinando sua formação e manifestação, assim como os aspectos ocultos da personalidade

que são projetados ou reprimidos nas interações virtuais. No terceiro capítulo, busca no conceito de projeção, uma compreensão sobre os mecanismos estabelecidos por esses conceitos e de como eles se manifestam no cotidiano dos indivíduos.

No quarto capítulo, sobre o “Mito de Narciso” é feita uma investigação sobre como a narrativa mitológica se mantém presente na sociedade contemporânea. O quinto capítulo, oferece uma síntese dos conceitos discutidos e suas percepções no ambiente virtual das redes sociais. Em seguida, é realizada uma discussão sobre o trabalho, culminando nas considerações finais.

A PERSONA E O EU POSTADO

A principal “obra” exposta na internet é uma personagem repaginada com uma configuração de “eu”, que, de acordo com Sibilia (2008), é permeado por processos ininterruptos de criação e recriação da própria personalidade. De acordo com Sibilia (2008, p. 233):

> Não há dúvidas de que tais forças históricas imprimem sua influência na conformação dos corpos e das subjetividades: todos esses fatores socioculturais, econômicos e políticos exercem uma pressão sobre os sujeitos dos diversos tempos e espaços, estimulando a configuração de certas formas de ser e inibindo outras modalidades.

Esse processo pode remeter ao conceito junguiano de persona. Segundo Jung, a expressão persona “designava originalmente a máscara usada pelo ator, significando o papel que ia desempenhar” (Jung, 2014, parág. 245, p. 46). De acordo com ele, ela é uma simples máscara da psique coletiva, com o objetivo de convencer aos outros e a si mesmo que é uma individual,quando na verdade é apenas um papel onde fala a psique coletiva.

Ao colocar essa máscara, o ator assumiria um papel e uma identidade específicos, e cuja tarefa seria tanto em esconder quanto em revelar os pensamentos e sentimentos de um sujeito ao outro (Stein, 2006). Comparando esse conceito com o uso das redes sociais, é fácil notar que se segue um modelo semelhante, no qual cada sujeito escolhe uma máscara para vestir e, assim, desempenha um papel de acordo com ela.

As personas que os indivíduos carregam representariam os papéis que são desempenhados no “palco” do mundo; são as máscaras utilizadas durante esse jogo de viver exposta ao exterior (Whitmont, 2004). Entretanto, sendo possível realizar uma “dissecação”da persona, poder-se-ia descobrir que ela não passa de uma máscara da psique coletiva, e a representação de um compromisso entre o indivíduo e a sociedade em relação àquilo que alguém aparenta ser, incluindo nome, título e ocupação (Jung, 2014).

A persona é o que se mostra ao mundo em situações relacionais específicas, representando como se expressa a personalidade em contextos sociais (Kast, 2022). De acordo com Stein (2006), ela faz com que a interação social aconteça de maneira mais fácil, atenuando os fatos que poderiam causar algum tipo de constrangimento ou dificuldade social por ser um elemento de adaptação às realidades pessoais.

Sibilia (2008) apresenta a ideia de que, na internet, a personalidade é algo visível, uma forma de ser que precisa ser mostrada, sendo assim, essas personalidades são construídas e

orientadas para e pelos outros. Portanto, pode-se relacionar essa personalidade criada nas redes sociais, ao conceito da persona. Stein (2006) conceitua a persona como o rosto que se apresenta ao encontrar outros rostos, permitindo que a pessoa se adeque a eles buscando sua aceitação.

Além disso, Jung (2014), remete a persona ao "compromisso coletivo", ou seja, para que alguém busque prestígio, é preciso que exista, ao mesmo tempo, um público disposto a prestigiá-lo. Nesse sentindo, a persona se revela como um aspecto da identidade, uma vez que a identidade nunca é apenas interna, e sempre requer uma confirmação do ambiente em que o sujeito se encontra. Essa confirmação externa, tende a regular também a própria autoestima (Kast, 2022).

Na medida em que certos valores coletivos são percebidos, o indivíduo passa a necessidade de assimilação a fim de que possa se adaptar às exigências coletivas em conformidade com o papel na sociedade, com a profissão, posição social e ocupação e ainda conseguir ser ele mesmo, para além dos papéis impostos. Essa flexibilidade não é de todo ruim, porque colabora para o desenvolvimento pessoal, ajudando o sujeito a navegar em um mundo de permanentes mudanças. Seriam como "vestimentas" representacionais para uma proteção e para a aparência, mas que são possíveis de serem trocadas sempre que necessário (Whitmont, 2004).

Esses elementos que nos revestem são verificados nas situações mais cotidianas, como ilustra Stein (2006), no caso em que um amigo seu de ambiente de trabalho, um homem moderno e liberal, e que desempenha com facilidade esse papel. Mas quando assiste a televisão no conforto de seu lar, tem reações diferentes, nesse ambiente ele é uma pessoa extremamente conservadora. O autor explica que ele possui uma persona funcional, ou seja, uma que consegue por e tirar facilmente, não se identificando com ela.

Segundo Jung (2016), o modo com que a sociedade impõe determinados comportamentos e a maneira como os profissionais buscam se esforçar para atender a essas expectativas parece desencadear a busca por imagens que façam correspondência a essas demandas. No entanto, o risco é se identificar com a persona, com esse papel imposto. Ou seja, quando a persona não está mais agindo de maneira funcional e sim de forma patológica, o sujeito se identifica com ela para além do ambiente que é necessária.

De acordo com Stein (2006), quanto mais prestigiosa é a posição social, mais forte será sua tendência para identificar-se com ela. A identificação com o papel é motivada pela ambição e aspiração social, dessa forma, o sujeito se funde às características impostas, agindo de maneira

a corresponder às especificidades de cada um dos ambientes que frequenta, até mesmo naqueles em que não é preciso.

A identificação com o próprio cargo ou título pode ser bastante tentadora, mas é por isso que muitas pessoas acabam se reduzindo ao papel que a sociedade lhes confere e, assim, não são mais do que a dignidade por elas concedida. O cargo, ou qualquer tipo de "casca exterior", exerce um grande fascínio, pois representa uma compensação fácil das deficiências pessoais do sujeito (Jung, 2014).

Figura 1: Máscara Punu, criada pelo povo Bantu (Gabão, África Central), espelhadas no ideal de beleza da comunidade. Representando o conceito de *persona*, que assim como a máscara, oculta a verdadeira identidade do ator, apresentando um personagem para o público.

Fonte: Dicionário de Símbolos[1]

[1] Disponível em < https://www.dicionariodesimbolos.com.br/mascaras-africanas/>.

No entanto, Kast (2022) comenta que hodiernamente, a persona se tornou mais flexível, segundo ela, as transições na vida não estão mais vinculadas a exigências de uma determinada persona. Ela acredita que isso seja por consequência da sociedade midiática, pois de um lado, elas oferecem vários modelos e possibilidades de encenação e, de outro, elas obrigam os sujeitos a encenarem realidades performáticas.

Stein (2006) acredita que o indivíduo pode identificar-se com uma persona sem grandes prejuízos, desde que ela seja uma expressão de sua personalidade, essa identificação pode, no entanto, mudar conforme a idade e as fases da vida e, assim, podem surgir outras personas à medida em que os indivíduos adentram a novas situações, dado que a persona é modificada ao longoda vida.

Todavia, a persona também representa o aspecto pessoal do eu ideal, ou seja, a imagem embelezada que se cria de si mesmo e que reflete a maneira como gostaria de ser visto. Frequentemente, esse eu ideal é uma versão quase perfeita, o que leva a repressão do que é considerado como imperfeito. A persona abrange o aspecto social do eu ideal, sendo em grande parte uma projeção do nosso eu ideal pessoal (Kast, 2022).

Enquanto um instrumento de adaptação e de ascensão, a persona desempenha um papel cotidiano, porque permite ao indivíduo adequar-se à sociedade, permitindo movimentos binários para ocultar e revelar os pensamentos e sentimentos de um indivíduo para o mundo, o que pode remeter também ao conceito da sombra, teorização que será discorrida mais à frente. Kast (2022), afirma que a persona regula a relação dos sujeitos com o mundo exterior, e revela apenas aquilo que se deseja mostrar, determinando quais aspectos da personalidade devem ser vistos pelos outros.

Whitmont (2004) afirma que a coletividade e a individualidade são um par de opostos, no entanto, ocorrerá um relacionamento entre a persona e a sombra, através da oposição e da compensação. Segundo ele, quanto mais clara, mais nítida é expressa a persona, mais escura será a sombra. A pessoa identificada com seu papel social, não deixa espaço para a individualidade genuína, logo, ela será mais escura.

SOMBRA: O QUE MANTEMOS NO PRIVADO?

O conceito da sombra, desenvolvido por Jung (2015, parag. 14), refere-se aos “aspectos obscuros da personalidade”, aqueles que foram reprimidos ou são desconhecidos pelo sujeito. Stein (2006) considera a sombra um campo no qual características imorais ou pouco recomendáveis estejam agrupadas, aquelas características que são contrárias aos costumes e convenções da sociedade. “Na sombra residem todos os conhecidos pecados cardeais” (Stein, 2006, p.108).

Segundo Kast (2022) existem características que, embora façam parte dos sujeitos, devem permanecer ocultas. Por outro lado, Jung (2015) propõe também que certos traços da sombra podem ser reconhecidos como qualidades que pertencem à personalidade. Dessa forma, entende-se que tais conteúdos são parte daquele indivíduo, mesmo que sejam negados por ele.

Nesse sentido, a sombra de um indivíduo estaria relacionada a um comportamento que o próprio ser humano não conseguiria aceitar em si mesmo. Quando o sujeito não aceita esse aspecto como pertencente a sua própria personalidade, essa característica tende a ser reprimida. Stein (2006) retrata que aquilo que a consciência aceita, identifica-se e absorve em si, torna-se parte do indivíduo, refletindo, inclusive em sua persona. Entretanto, o que a consciência rejeita, acaba tornando-se parte da sombra.

Ao se reprimir aquilo que não se adequa com o eu ideal, e ao ideal do contexto, tais elementos se encaminham para a sombra pessoal. As características reprimidas não desaparecem da personalidade do sujeito, elas são abarcadas pela sombra, podendo ganhar força suficiente para serem projetadas e/ou exercerem influência na vida consciente.

Tudo o que, então, é realocado na sombra, de acordo com Stein (2006), só reaparece no indivíduo na forma autônoma dos sonhos ou quando são impelidas a extremos, manifestando-se para a atitude consciente sem que o indivíduo possa controlar. Uma possibilidade de exemplificação ocorre quando uma pessoa sente-se irritada por outra que se manifesta uma pessoa egoísta. Essa irritação pode ser vista como um sinal de que algo inconsciente da sombra, está sendo projetado.

Segundo Kast (2022) ao realizar comentários críticos ou julgamentos, muitas vezes as pessoas estão, na verdade, apontando para os outros aspectos que elas mesmas possuem, mas não têm coragem de admitir, não conseguem, ou não possuem consciência. Inconscientemente, podem desejar ter o mesmo comportamento que criticam, mas, por diversos motivos, não se

permitem assumi-lo. Dito isso, ao condenar o outro, elas vislumbram a sombra sem ter de arcar com as consequências impostas a ela.

A sombra pode ser integrada à personalidade desde que haja compreensão e esforços, portanto, a integração da sombra refere-se ao processo de reconhecer e assimilar os aspectos reprimidos ou desconhecidos do próprio eu. No entanto, tal integração só se torna possível quando há disposição para o autoconhecimento e a aceitação dessas características, exigindo que haja compreensão e boa vontade para lidar com esses aspectos (Jung, 2015).

Em seu trabalho de pesquisa sobre o tema, Stein (2006) estabelece que uma suposta integração dependeria da aceitação da própria pessoa, daquelas partes de si mesmo que não pertencem a imagem da persona. O que significa que para que essas partes reprimidas sejam integradas, o sujeito precisaria reconhecer e aceitar aquilo que não estaria alinhado à máscara construída socialmente.

As resistências estão associadas a projeções que não podem ser facilmente reconhecidas como tal e o processo de torná-las consciente exige um esforço moral que muitas vezes ultrapassa os limites do indivíduo (Jung, 2015). Quando a sombra deixa de ser reprimida e projetada, passando a ser aceita, ela se transforma em uma força, pois libera-se a energia antes investida nas projeções, mas também torna-se disponível a vitalidade contida nela. Dessa forma, os relacionamentos se tornam mais livres de angústia (Kast, 2022).

De acordo com Stein (2006), a sombra é vista como uma parte da personalidade que possui uma qualidade imoral ou pouco recomendável, contendo características que vão contra os costumes e convenções morais da sociedade. Ademais, ela representa o lado inconsciente das ações intencionais, voluntárias e defensivas do ego. Ou seja, a sombra representa tudo aquilo que a pessoa não reconhece em si mesma, mas que ainda influencia suas atitudes e comportamentos.

Pode-se perceber comportamentos referentes à sombra no próprio cotidiano, nos casos em que a maioria das pessoas demonstra grande interesse, por exemplo, pelo estilo de vida de outras pessoas e que quanto mais um sujeito está sob a pressão social de manter uma persona considerada perfeita, mais interessante se torna o processo de descobrir e compreender sua própria sombra. Existe pessoas que aparentam sentir um prazer quando conseguem arrastar a sombra dos sujeitos para a luz (Kast, 2022)

Tendo por base as reflexões acima expostas, de acordo com Stein (2006), a sombra e a persona são estruturas que se complementam. A persona refere-se à máscara que o indivíduo utiliza para interagir com o mundo social. Enquanto a sombra revela-se quando o indivíduo

caminha em direção à luz, sugerindo que ela faz parte da sua essência. Porém, permanece nas sombras até ser reconhecida. Assim, a harmonia entre essas duas estruturas é essencial para um equilíbrio psicológico e uma compreensão mais profunda de si mesmo.

O PROBLEMA DA PROJEÇÃO

A projeção é um processo inconsciente, no qual um conteúdo inconsciente é transferidopara um objeto, insinuando que tal aspecto pertence àquele objeto. Esse processo deixa de acontecer quando se torna consciente, ou seja, perceptível pelo sujeito que aquele conteúdo o pertence (Jung, 2016).

Segundo Whitmont (2004), o termo projeção é usado por Jung não no sentido de uma manobra defensiva, mas, como um estado original que não lhe oferece escolha, é o caminho pelo qual, de certa forma, o inconsciente tenta chegar ao consciente. O autor ainda complementa que ela pode ser descrita como uma imagem interior evocada através de elementos externos, sejam coisas ou pessoas.

Como consequência desse mecanismo, pode acontecer de o sujeito se isolar em relação ao mundo exterior, o que resulta em uma relação ilusória (Jung, 2015). Quando o referido autor cita esse “isolamento” do sujeito, ele está relacionando ao fato de que, ao projetar suas qualidades ou sentimentos nos outros, o sujeito não lida com a realidade externa de maneira objetiva, ele vê o mundo externo distorcido pelas projeções. Dessa forma, a projeção, segundo Whitmont (2004) nega a liberdade de escolha e somente nos casos em que há o recolhimento dessas projeções é que poderá ter a capacidade de escolher algo, deixando de se estar sob o domínio de tal projeção.

Também é de Whitmont (2004) o entendimento de que a projeção interfere na capacidade de se enxergar objetivamente e de se relacionar humanamente. Essa incapacidade de compreender as ilusões e diferenciar aquilo que é lhe próprio, visto como um problema no outro, leva a esse isolamento, caso em que o sujeito vai se distanciando da realidade, vivendo em uma interpretação distorcida do mundo e de suas relações, demonstrando uma dificuldade para se adaptar e lidar com a vida de forma saudável.

A ideia de que a projeção não se faz de forma geral, mas direcionada a partir de cada conteúdo inconsciente para uma direção específica (organização, pessoas, ideologia etc.) desenvolvida por Von Franz (1998) estabelece que, para cada projeção que existe, haveria um emissor – a pessoa que projeta e um receptor – a pessoa que a recebe. Sendo assim, da mesma forma que a projeção ocorre para com o outro, também o próprio indivíduo, está sujeito a ser alvo de projeções. Nessa perspectiva, ela pode afetar tanto quem emite, quanto quem a recebe. A autora ainda se refere a um “gancho” no qual a projeção se apoia.

Whitmont (2004), escreve que há a existência dessa relação entre o portador da projeção e o conteúdo projetado, e que deva haver uma correspondência entre esses constitutivos ainda que por uma semelhança imperceptível ou uma correspondência total, dadoque toda projeção precisaria desse "gancho" para se pendurar.

No entanto, não se pode criar conhecimento sem transferir a própria experiência interior para o ambiente, a título de exemplo, tem-se o cenário em que se cria uma expectativa em relação a uma pessoa, por razão de uma experiência vivida com alguém. Quando isso acontece, pode estar ocorrendo uma projeção, e para que essa aconteça, não necessariamente o sujeito precisa oferecer algum "gancho", apenas o de ser um ser humano (Kast, 2022).

Von Franz (1998) destaca a importância de compreender que ao reconhecer algo percebido externamente, isso deve ser visto como uma parte do mundo interior pessoal. Assim, ao apontar características de outros indivíduos, de certa forma está sendo apontado para características próprias que ainda não foram reconhecidas em si mesmo. De acordo com ela, a projeção pode ser compreendida através do simbolismo, da *"flecha",* como na imagem do cupido do amor, que ao lançar sua flecha, conduz um sujeito a uma paixão intensa por outro indivíduo. Na projeção, acontece algo parecido: a flecha ilustra o momento em que algo é atingido por um "estado de espírito".

Figura 2: Interior do Teatro Alla Scala de Milão, Itália. Inaugurado em 03 de agosto de 1778e considerado um dos teatros mais famosos do mundo. Ilustrando o conceito de projeção.

Fonte: Milan Museum[2]

[2] Disponível em https://www.milaonasmaos.it/scala-o-teatro-dos-teatros/

Whitmont (2004) descreve que a projeção pode ser percebida tanto na atração quanto na repulsão em relação a outras pessoas. Aquilo que é visto de maneira atrativa reflete qualidades de potencial positivo que é projetada, enquanto as repulsões evidenciam traços negativos que estão presentes. As qualidades individuais que são aprendidas como negativas e, por isso, são reprimidas, causarão a repulsão, mas, se essas qualidades fossem de capacidade construtiva, elas poderiam causar ao mesmo tempo atração ao sujeito.

Ao receber uma projeção, é como se o indivíduo fosse atingido por tal flecha e nela estivessem conteúdos variados, os quais destacam tanto características favoráveis que podem levar à supervalorização do eu, conforme exemplificado por Von Franz (1988), quanto uma admiração excessiva, desproporcional e ilusória, como aspectos negativos, como a projeção de conteúdos da sombra, manifestados por discursos rancorosos e palavras nocivas.

Kast (2022) complementa essa análise ao afirmar que a persona, em grande parte, representa uma projeção do eu ideal, refletindo a forma como o indivíduo deseja ser visto ou como ele se percebe. Assim, as projeções podem ter um grande impacto na autoimagem e nas relações interpessoais, revelando algumas aspirações ou limitações.

Segundo Von Franz (1988) a projeção pode ser manifestada por meio de dúvida, insegurança ou através de uma tendência a defender fanaticamente o juízo tido até então. Só poderão ser reconhecidos como projeções quando forem vistos como imagens da própria particularidade, caso contrário, continuarão sendo projetados ao outro sujeito.

NARCISO E SEU MITO. UM REFLEXO PARA CADA UM?

"O mito é sempre uma representação coletiva, transmitida através de várias gerações eque relata uma explicação do mundo" (BRANDÃO, 1986 p.36). O mito expressa a realidade humana, mas sua essência é uma representação coletiva, que foi transmitida através de gerações.Na antiguidade, os mitos eram considerados a linguagem que os deuses usavam para ensinar aarte de viver e se aproximar deles (Salis, 2003).

Tratando de uma representação coletiva (porque parte da imaginação, crenças e valores de uma grande coletividade), os mitos servem como um modo de dar sentido ao desconhecido e inexplicável. De acordo com Salis (2003), eles parecem responder a perguntas sobre o mistério de existir e são narrativas ambíguas, exigem de certa forma, a interpretação pessoal, para ganhar um sentido. Portanto, enxerga-se o mito como uma narrativa criada ao longo do tempo por diferentes culturas, buscando explicar fenômenos naturais e aspectos da vida.

Whitmont (2004) relata que muitas vezes o mito pode ser rejeitado como algo que foi inventado ou é inverídico, uma mentira. Se ele for tomado como algo literal, realmente não irá ser verdadeiro, portanto, deve-se indagar se aquela maneira que está sendo visto, é realmente aúnica maneira de encará-lo, pois, na realidade, a verdade do mito é disponível à visão simbólica. Segundo Malinowski, citado por Brandão (1986, p. 41), "o mito é um ingrediente vital da civilização humana", e não está designado a satisfazer nenhuma curiosidade científica.

Dessa forma, entende-se que eles são narrativas importantes para a sociedade, e que para buscar entendê-los, é melhor deixar de lado a cientificidade, eles não podem e nem querem competir com a ciência, eles abrem portas para outras realidades, trazem outras interpretações e possibilidades para situações da vida (Salis, 2003).

O Mito de Narciso, na mitologia grega, conta a trágica história de um jovem extremamente belo, mas incapaz de amar outra pessoa além de si mesmo. Ao se ver refletido em um lago, ele se apaixona perdidamente pela sua própria imagem, vivendo em uma busca constante por esse amor impossível. A história desse mito é amplamente narrada por Ovídio em sua obra *Metamorfoses* (2017), onde ele descreve como Narciso, obcecado por seu reflexo, é consumido por sua vaidade até encontrar a morte.

Podemos constatar a atualização permanente que sofre o Mito de Narciso entre as mídias sociais, no qual ele aparece refletido no relacionamento dos indivíduos, com a

própria imagem.Segundo Brandão (1987), Narciso era filho da ninfa Liríope e do rio Cefiso, embora a gravidez tenha sido penosa e indesejável, o parto foi alegre e, ao mesmo tempo, apreensivo. Afinal, não era concebível ainda, um menino tão bonito. Por ser tão belo fazia com que ele competisse comos deuses "em beleza" e isso conturbava a ninfa.

Liríope, preocupada com o futuro do filho, buscou consultar um profeta, que disse a ela que seu filho poderia viver longos anos, desde que ele não se enxergasse. Jovens da Grécia inteira ficavam apaixonadas a beleza de Narciso, porém, nenhuma o interessava. Dentre essas jovens, estava a ninfa Eco, no entanto, ele a rejeita friamente. Após ser repelida por Narciso, a ninfa se isolou, deixou de se alimentar e foi definhando, como consequência, transformou-se em um rochedo (Brandão, 1987).

As outras ninfas ficaram revoltadas e como forma de se vingar do comportamento de Narciso, pediram a uma deusa, para se vingar dele e ela o condenou a amar algo impossível. Eassim o fez, Narciso foi condenado a um amor impossível. Posto isso, seu fim foi quando ele se aproximou de uma fonte para matar sua sede, e assim, acabou por ver sua própria imagem refletida na água. Nesse momento, não mais saiu dali, apaixonou-se pela sua imagem.

O Mito de Narciso ao longo dos anos teve inúmeras interpretações "desde os mais antigos, passando depois pelos neoplatônicos, teólogos cristãos, críticos literários, até desembocar [...] em, Freud, Jung e seus discípulos, o mitologema do mais belo dos mortais vem sendo submetido à análise." (Brandão, 1987, p.182). Segundo Whitmont (2004), da mesma maneira que o destino de Narciso é a morte paralisada com sua beleza, o destino de Eco, tambémé morrer, por doar tudo de si a Narciso.

Em outras versões, Afrodite havia declarado que destruiria qualquer um que guardasse sua beleza apenas para si, ao invés de distribuir a beleza e o amor para os outros, assim, a deusa havia castigado Narciso transformando-o em uma estátua dizendo que o destino dos que amama si próprio seria morrer então, de forma paralisada. Ainda em outras versões a deusa, o transforma na flor conhecida como flor de narciso, que é a flor que paralisa, "narcotiza" o sujeito (Whitmont, 2004).

De acordo com Whitmont (2004), a etimologia da palavra "Narciso" revela sobre sua natureza e essência, vem do grego *Narkissos* e significa uma pessoa que foi narcotizada ou paralisada. O autor ainda relata que a palavra narcótico deriva disso, por narciso ser um dos mais antigos narcóticos conhecidos. Brandão (1987), do ponto de vista etimológico, traz que o elemento *nárke*, em grego, significa "entorpecimento, torpor", ele faz algumas associações coma "flor narciso", onde remete que tal como ele, é estéril, inútil e venenoso.

Assim como a “flor narciso” é estéril e venosa, as interações virtuais estão frequentemente gerando um estado de entorpecimento. Esse entorpecimento leva à uma perda de conexão consigo mesmo e com os outros sujeitos, desenvolvendo uma experiência vazia. Além disso, esses ambientes virtuais podem se tornar “venenosos”, pois constantemente estão alimentando comparações sociais e inseguranças.

Segundo Krauss (2016), o termo usado para descrever a condição em que uma pessoa se sente atraída pelo próprio corpo tem origem no nome desse personagem da mitologia – narcisismo. Vale lembrar que o termo não é associado a apenas uma patologia, mas também como uma etapa importante na vida do indivíduo, assim, ele busca o próprio prazer, mas segundo o autor, atualmente esse conceito é associado à vaidade e a supervalorização do ego.

Figura 3: Narciso, óleo sobre tela, 113,3 x 94 cm, 1597-1599, Caravaggio (MichelangeloMerisi), Galeria Nacional de Arte Antiga, Palazzo Barberini, Roma, Itália. Imagem ilustrando a paixão pelo seu reflexo.

Fonte: História das Artes[3]

[3] Disponível em: < https://www.historiadasartes.com/narciso-caravaggio/>.

Brandão (1987) sugere que Narciso se perdeu ao se encontrar, porque teria dado início a busca por uma imagem idealizada. Nas redes sociais, essa dinâmica se intensifica, pois as pessoas muitas vezes se tornam referências de suas aparências e da validação alheia, criando uma relação superficial com as pessoas ao seu redor. Assim como os neoplatônicos viram Narciso como preso às aparências, muitos usuários se sentem limitados por uma identidade moldada (Brandão, 1987). Portanto, pode-se perceber que o Mito de Narciso ainda perpetua- se na contemporaneidade, enquanto as redes continuam a espelhar uma imagem, capaz de nos petrificar.

LUZES, SOMBRAS E REFLEXOS

Como visto ao longo deste trabalho, Jung (2014), denominou persona como sendo uma expressão que designava a máscara que era usada pelo ator, significando, assim, o papel que ele iria desempenhar em determinada peça. Cada ambiente social traz consigo suas normas, podendo influenciar consideravelmente a maneira como cada sujeito se apresenta, até mesmo, na escolha da máscara para cada situação e a forma como os indivíduos desempenham papéis que variam conforme os contextos em que se encontram.

Segundo Pimentel (2005), a "celebridade" midiática é uma figura que transcende a simples dicotomia entre sujeito – ator e objeto – personagem, incorporando ambos os aspectos de forma intrínseca. Essa complexidade pode ser relacionada ao conceito de persona de Jung (2014). Assim como a persona junguiana, a celebridade é constantemente moldada por pressões sociais e culturais, e é projetando uma imagem idealizada que se busca aprovação e reconhecimento.

Essa dualidade torna a celebridade um reflexo das aspirações e valores coletivos, ao mesmo tempo em que revela as tensões entre a identidade verdadeira e a persona desenvolvida. Portanto, a celebridade pode ser entendida como uma persona que o sujeito utiliza, na qual, é possível perceber a luta pela autenticidade em um contexto em que a autoimagem, a visualização e a aprovação estão em constantes negociações.

Dessa forma, no ambiente digital, especialmente nas redes sociais, essa situação se intensifica. Os usuários frequentemente adaptam suas identidades digitais para atender demandas e preferências do público, criando cada vez mais uma versão de si mais atraente e aceitável. Sendo assim, quando as redes sociais são acessadas, o sujeito faz uso da "máscara" e age de acordo com ela. Essa construção da persona é evidente nas cuidadosas seleções de imagens, textos e comportamentos que os indivíduos compartilham.

Assim, a busca por validação e pertencimento pode resultar em uma identidade superficial, na qual a verdadeira individualidade fica obscurecida pela necessidade de se encaixar nos moldes. Ou seja, há um afastamento de quem ela realmente é, e ocorre uma identificação com a persona. De acordo com Kast (2022), a persona regula a relação dos sujeitos com o mundo exterior, revelando apenas o que se deseja mostrar e determina quais aspectos da personalidade devem ser vistos pelos outros.

Levando em consideração que o objetivo das redes sociais é mostrar para os seguidores apenas aquilo que se deseja, fragmentos de uma vida perfeita e ideal, escondendo a outra parte

que acredita não ser digna de visualização, pode-se relacionar esse conceito as redes sociais, juntamente do conceito de sombra, que remeteria a esses aspectos escondidos do sujeito, aqueles que ele deseja que não faça parte da sua imagem.

Para Jung (2015), a sombra trata-se dos aspectos obscuros da personalidade, ela constitui um desafio de ordem moral. Para lidar com essa sombra, deve se reconhecer esses aspectos obscuros da personalidade, tal como realmente são, no entanto, esse processo enfrenta uma resistência, pois envolve confrontar partes que podem ser desconfortáveis ou indesejadas.

Segundo Kast (2022), a sombra é algo muito vergonhoso para o sujeito. Dessa forma, tem-se a tendência a projetar os aspectos dela sobre outras pessoas. Sendo assim, à medida que os indivíduos se esforçam para manter uma imagem pública estão, nessa direção, buscando o reconhecimento de pessoa ideal. Podem reprimir suas inseguranças, medos e vulnerabilidades. Essa repressão pode se manifestar em comportamentos como a crítica a outros ou a projeção de inseguranças nas interações on-line.

Figura 4: Espelho em madeira e bronze encontrado no sítio arqueológico Medinet el-Gurob en Fayum. Para ilustrar a dinâmica das redes sociais, onde a imagem do sujeito é refletida e idealizada.

Fonte: Museu do Louvre[4]

[4] Disponível em: < www.louvre/fr/en//media/Egypte_louvre_162.jpg>.

Segundo esse conceito, pode-se perceber a sombra sendo manifestada nas redes socais, através de críticas e julgamentos para com o outro. Nesses ambientes virtuais, existem locais próprios para que os julgamentos sejam realizados, as páginas de fofoca, o assunto principal se estende a algum comportamento considerado moralmente como inadequado de um sujeito, como casos extraconjugais, falas preconceituosas e comportamentos considerados inadequados.

A observação de Kast (2022), de que as pessoas têm uma tendência a se tornarem portadoras de projeções é extremamente pertinente para a proposta deste trabalho. Nas plataformas, a visibilidade e a acessibilidade desses sujeitos são ampliadas, permitindo que suas ações sejam observadas e comentadas por um vasto público. A projeção é o mecanismo pelo qual os indivíduos atribuem suas próprias características e emoções a outros. Essa dinâmica pode criar um ciclo de comparação e competição. Ela também pode aparecer em versões idealizadas de si, mostrando aspectos que consideram atraentes e aceitáveis.

Paralelamente, a simbologia do Mito de Narciso foi amplamente explorada na mitologiagrega, mas permanece fortemente presente na sociedade contemporânea, na qual a obsessão pela imagem e a busca por validação se tornam predominantes. O herói do mito assume um tom negativo devido à sua personalidade egocêntrica e a beleza meramente exterior, que o torna indiferente a todos ao seu redor (Krauss, 2016). Assim como Narciso, que se apaixonou pelo próprio reflexo, a maioria dos usuários das redes sociais perdem-se em sua própria imagem, priorizando a aparência em detrimento de conexões mais profundas.

Krauss (2016) afirma que o comportamento relacionado à figura de Narciso aparece refletido na sociedade contemporânea, relacionando suas características ao modo de vida individualista, voltado para o consumismo e egoísmo. A projeção narcisista, em alguns casos estende-se a outras pessoas, e o prazer idealizado pode envolver “o público” que o observa, dessa forma, a aprovação do outro se torna muito mais relevante do que a sua própria. No sujeito narcisista, essa contemplação de si mesmo conduz a uma perda de identidade e incessante buscade uma idealização criada em seus próprios devaneios.

A constante preocupação com a autoimagem, reforçada pelas redes sociais, reflete um fascínio incessante pela própria aparência e pela validação externa. Essa autoadmiração leva a uma cultura onde o valor de uma pessoa é medido pela quantidade de curtidas e seguidores, reforçando a ideia de que a identidade é valorizada.

A constante alteração nas ideologias, gostos e crenças do indivíduo está atrelada a necessidade de autoafirmação, que surge através da sua insegurança. Essa autoafirmação se manifesta pela promoção de sua imagem e pela presença constante do “eu” em seu dia a dia, podendo ser exemplificada com o “autorregistro fotográfico”, que está ao redor de todos os sujeitos. Considerando a exposição da autoimagem, relaciona-se a necessidade de uma imagemidealizada, perfeita e impecável (Krauss, 2016).

Esses conceitos junguianos, quando integrados, podem oferecer uma valiosa análise de como as identidades são formadas e sustentadas nas redes sociais. A interação entre persona, sombra, projeção e o Mito de Narciso, evidencia as complexidades e desafios que os sujeitos enfrentam ao navegar nesse ambiente virtual. Essa dinâmica ilumina as tensões entre a autoimagem idealizada e a autenticidade e destacam as pressões sociais que influenciam a maneira como eles se apresentam.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As revisões realizadas indicam que os conceitos desenvolvidos por Jung (2014) ao longo de sua teoria – persona, sombra e projeção, juntamente ao Mito de Narciso, são fundamentais para se compreender as interações que acontecem nas mídias sociais. Conforme foi analisado neste trabalho, a maneira como as pessoalidades são manifestadas, dentro dessas plataformas, refletem as próprias relações do sujeito que se dão no dia a dia e demonstram características pessoais dos indivíduos.

A partir dessa pesquisa, foi possível constatar a existência de uma considerável interatividade entre identidade, percepção e participação social em relação a este tema. As redes sociais influenciam de maneira muito perceptível esses fatores, seja na maneira como cada sujeito percebe sua autoimagem, sua vida, seja no modo com que ele gostaria de ser percebido,também influenciando, assim, suas relações intra e interpessoais.

Nesse ambiente virtual, vimos que ao expor uma imagem fantasiosa de si, criando um personagem específico, desenvolve-se a persona, com o objetivo de agradar a sociedade e demonstrar uma vida inexistente. Ao representar essa imagem através das redes sociais, projeta-se para o mundo a imagem que gostaria de ter, a pessoa que gostaria de ser, e com isso, esconde aqueles aspectos que não são bons o suficiente para serem vistos.

Destacou-se a necessidade de os indivíduos arquitetarem suas representações visuais, nas redes sociais, para demonstrar uma vida perfeita e sem fragilidades. Assim, o sujeito cria, no ambiente virtual, uma espécie de vitrine, onde ele projeta uma imagem destinada a agradar os outros usuários da rede. A construção dessas personas virtuais reflete aspectos do eu que deseja ter, mas como dito, também corresponde as expectativas e interações da sociedade impostas ao sujeito.

Esses aspectos, desejos e comportamentos que não são bons o suficiente para serem postados e, assim, considerados indesejados, são relegados ao campo da sombra, e são características que o sujeito busca esconder de si mesmo. É possível perceber sua manifestação em comentários ofensivos e agressivos na rede. Diferente do que acontece no próprio cotidiano,nas plataformas sociais os comentários são realizados atrás de telas, o que permite que as projeções da sombra sejam intensificadas, pois as pessoas se sentem mais corajosas para expor essas situações.

Como citado anteriormente por Stein (2006), a persona e a sombra são estruturas que se complementam. Quando o ambiente virtual oferece um palco para que a persona se

expresse de maneira idealizada, a sombra é consequentemente reprimida para que não atrapalhe o espetáculo compartilhado. Dessa forma, intensifica-se os conflitos internos do sujeito relacionados a essas representações e os conflitos externos entre os indivíduos.

Os conflitos internos podem ocorrer devido a dissonância entre o que de fato o sujeito é, e o que compartilha ser através da imagem construída, ou melhor, quem ele deseja ser. Já os conflitos externos são ocasionados nas interações entre os diferentes sujeitos, através de competições pela validação social, e pelas inúmeras projeções idealizadas sobre o indivíduo, que podem ser distorcidas no ambiente virtual.

Por meio das projeções, os indivíduos podem encontrar nas imagens algo que represente a sua própria experiência, tornando um ponto de referência para o indivíduo. Através disso, as comparações nas redes podem ganhar proporções extremas, ocasionando, assim, padrões irreais a serem seguidos, levantando o sentimento de inadequação por não corresponder às expectativas.

Em relação ao Mito de Narciso, foi visto que a relação que Narciso estabelece com a sua imagem, ou melhor, com o seu reflexo, está mais do que nunca, viva e representada atualmente no ambiente virtual. Da mesma forma que Narciso ficou fascinado pelo seu reflexo na fonte límpida, o indivíduo atual está fixado pela sua própria imagem, priorizando cada vez mais a aparência.

O uso constante de recursos de edição, como os filtros, promovem uma distorção da imagem visualizada e da real, levando ao afastamento entre elas, eles possuem o mesmo intuito da persona: agir como uma máscara que o sujeito usa. O que pode influenciar a maneira como lidam com a própria autoestima e onde buscam a sensação de serem reconhecidos.

Com isso, percebe-se que a maneira como cada indivíduo se apresenta no online, é apenas um reflexo aos seus próprios processos internos. As pessoas são vistas mais como aquilo que é exposto na mídia e menos pela própria personalidade, autêntica e real. A relação desses ambientes virtuais, com o desenvolvimento da imagem e o desejo de validação, afeta consideravelmente a maneira como os sujeitos se relacionam, como se enxergam e como lidam com suas inseguranças no mundo das redes sociais.

O culto à imagem através das redes sociais, acomete aos indivíduos, que por sua vez se veem com a necessidade em ajustar comportamentos e aparências para atender expectativas sociais, atrapalhando o processo de autenticidade do indivíduo e a busca por relações genuínas. Sendo assim, é importante sempre estar atento a mudanças que ocorrem nesses ambientes, para que as experiências nas redes sociais sejam mais satisfatórias e

equilibradas, exercendo uma consciência crítica a respeito dos comportamentos que os sujeitos ali desempenham.

Embora promovam a autoexpressão, as redes sociais também podem afetar a saúde mental, emocional e a relação com a autoimagem. É importante buscar cada vez mais se apresentar de maneira autêntica nas redes sociais, acompanhando indivíduos que estejam mais próximos da sua própria realidade e incentivando uma conexão mais genuína entre os indivíduos. É fundamental que o sujeito esteja disposto a refletir sobre seus comportamentos nessas plataformas.

Pesquisas futuras poderão aprofundar o estudo sobre o impacto das redes sociais sobre a saúde mental dos usuários, ampliando os estudos e as análises para compreender de maneira mais aperfeiçoada o quanto esses ambientes virtuais estão impactando a vida pessoal de cada sujeito. Espera-se que o presente trabalho contribua para a compreensão dos fenômenos psicológicos nas redes sociais, proporcionando um olhar mais crítico sobre as relações construídas e incentivadas no ambiente digital.

A importância deste estudo se revela na constante dificuldade para estabelecer relacionamentos autênticos e verdadeiros com os outros sujeitos, levando em conta que grande parte das interações são realizadas de maneira superficial, e na análise de como essas plataformas sociais podem impactar na aparência dos indivíduos e nas relações internas consigo mesmo.

Portanto, essa dinâmica na maneira de se relacionar virtualmente, transforma a vida privada em um espetáculo público, onde a intimidade é revelada e a vida é narrada. Cada postagem, cada foto ou atualização, tornam-se uma nova página desse enredo, o público que acompanha também participa da construção, validando e enfatizando o desenvolvimento, num grande palco onde essa narrativa é apresentada: as redes sociais.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, Junito de Souza. *Mitologia Grega.* Vol I. Petrópolis, RJ: Vozes, 1986. Cap. II, p.35-41.

_____. *Mitologia Grega.* Vol II. Petrópilos, RJ: Vozes, 1987. Cap. VI, p. 173-190.

DEBORD, Guy. *A sociedade do Espetáculo.* São Paulo: Coletivo Periferia, 2003. In: https/www.geocities.com/projetoperiferia.

JUNG, Carl Gustav. O eu e o inconsciente. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

_____. *Aion – estudo sobre o simbolismo do si-mesmo.* Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

_____. *Os arquétipos e o inconsciente coletivo*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

KAST, Verena. *A sombra em nós: A força vital subversiva.* Petrópolis, RJ: Vozes, 2022.

KRAUSS, Ana Cláudia Wiese. *O mito de Narciso sob o olhar de Leminski:* Uma metamorfose lírica. 2016. 55f. Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Língua e LiteraturaVernáculas, Florianópolis.

OVÍDIO. *Metamorfoses.* São Paulo: Editora 34, 2017.

PIMENTEL, Márcia Cristina. *A construção da celebridade midiática.* Revista Contemporânea,Rio de Janeiro, v. 3, n. 1 (2005)

SALIS, Viktor D. *Mitologia viva: Aprendendo com os deuses a arte de viver e amar.* 2ª ed. SãoPaulo: Nova Alexandria, 2003.

SIBILIA, Paula. *O show do eu:* a intimidade como espetáculo. Rio de Janeiro: Nova Fronteira,2008.

STEIN, Murray. *Jung: O mapa da alma: uma introdução.* 5ª ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

VON FRANZ, Marie Louise. *Reflexos da alma:* Projeção e Recolhimento Interior na Psicologiade C. G. Jung. São Paulo: Cultrix/Pensamento, 1997. Cap 1, p. 9-44.

WHITMONT, Edward C. *A busca do símbolo: Conceitos básicos de Psicologia Analítica.* 6ªed. São Paulo: Cultrix, 2004.