

ADOLESCÊNCIA E SOLIDÃO PELO OLHAR DO PSICODRAMA

Carlos Eduardo da Silva Pereira¹, Regiane da Silva Macuch²

¹Acadêmico do Curso de Psicologia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. carlos_pereira@alunos.unicesumar.edu.br

²Orientadora, Doutora, Docente do Curso de Psicologia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. regiane.macuch@unicesumar.edu.br

RESUMO

Este estudo tem por objetivo compreender as relações em torno da adolescência e da solidão no contexto da atualidade com a finalidade de encontrar práticas educacionais e terapêuticas sob a perspectiva do Psicodrama que possam favorecer o bem-estar de adolescentes. Para dar conta do objetivo estabelecido, a metodologia de pesquisa adotada é de natureza aplicada, com abordagem qualitativa, do tipo exploratória a partir de revisão bibliográfica. Os dados coletados foram analisados em conformidade com informações extraídas da literatura encontrada. A partir do entendimento sobre os processos próprios do desenvolvimento na adolescência sob a ótica do Psicodrama tem-se como resultado que a construção da identidade adolescente se dá por meio das relações que o mesmo estabelece, principalmente com seus pares, sem desconsiderar a importância dos relacionamentos intergeracionais.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescente, Psicodrama, Teoria e Prática

1 INTRODUÇÃO

O período da adolescência, enquanto etapa evolutiva intermediária do desenvolvimento humano entre infância e fase adulta, tem características próprias. A palavra “adolescer”, do latim *adolescere*, significa crescer, desenvolver-se, engrossar, tornar-se maior, atingir a maioridade. Nessa etapa de vida culminam aspectos filogenéticos e ontogenéticos, sendo absolutamente impossível separar aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais na abordagem da adolescência (TIBA, 1985).

Aberastury (2008) considera que o adolescente realiza três lutos fundamentais em seu processo de desenvolvimento. O luto pelo corpo infantil perdido, base biológica da adolescência, se impõe ao indivíduo de forma que, não poucas vezes, tem que sentir suas mudanças como algo externo, frente ao qual se encontra como espectador impotente do que ocorre no seu próprio organismo. O luto pelo papel e identidade infantis, que o obriga a renunciar a dependência e a aceitação de responsabilidades, que muitas vezes desconhece. E o luto pelos pais da infância, os quais, ele persistentemente tenta reter na sua personalidade, procurando o refúgio e a proteção que eles significam.

Pelos estudos de Jean Piaget, a fase da adolescência é caracterizada pelo início das operações formais. A principal característica dessa fase é o pensar de maneira hipotética sem a necessidade do objeto estar presente, ou seja, um pensamento abstrato de maior reflexão (PIAGET, 2002, p. 48).

Outro referencial importante sobre a adolescência é defendido por Erik Erikson (1976). Para o psicólogo, o desenvolvimento acontece em direção à formação da identidade por meio de oito estágios. Esses estágios são caracterizados pela resolução de uma importante “crise”, por meio da qual o indivíduo evolui buscando o equilíbrio (GALLATIN, 1978). A crise da adolescência diz respeito ao conflito identidade *versus* confusão/difusão. Nela, o sujeito buscará por sua identidade nesse período cheio de experimentos, tentativas e dificuldades que é a adolescência.

Assim, como explicitado, **a busca de identidade é a tarefa fundamental da adolescência**. Sobre isso, Aberastury (2008) descreve uma característica da adolescência que busca resolver esse conflito. Em busca da identidade, adolescentes se juntam em grupo, isso supõe segurança e estima. Esse processo denominado *tendência grupal* é muito intenso, o adolescente transfere para seus pares parte da dependência que mantinha

com a família. “O grupo constitui, assim, a transição necessária no mundo externo para alcançar a individualidade adulta” (ABERASTURY e KNOBEL, 1989, p. 37).

A *separação progressiva dos pais* é outra característica do desenvolvimento adolescente, até o final da infância os pais eram figuras-modelo boas ou ruins, na adolescência os pais já não podem ser esse modelo. Isso acontece também pelo momento controverso que os pais desses adolescentes passam, desejando e ao mesmo tempo resistindo ao crescimento dos filhos e ao próprio envelhecimento (MATOS e LEMGRUBER, 2016). Essa situação se complica pela atitude dos próprios pais, que também precisam aceitar o seu envelhecimento e o fato de que seus filhos, já não são crianças e em vias de se tornarem adultos (ABERASTURY, 2008, p. 43).

O crescimento em todas as áreas da vida do adolescente exige um “impulso para o desconhecido e um temor ao desconhecido” (NUNES; XAVIER, 2011). Os lutos que são elaborados com o fim da infância somados as exigências da atualidade feita para os adolescentes geram medos, fazer o vestibular, entrar para faculdade e trabalhar pela primeira vez, são exemplos disso.

A partir desse contexto, busca-se com este estudo compreender as relações em torno da adolescência e da solidão no contexto da atualidade com a finalidade de encontrar práticas educacionais e terapêuticas sob a perspectiva do Psicodrama que possam favorecer o bem-estar dos adolescentes.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 COMO O SENTIMENTO DE SOLIDÃO AFETA O ADOLESCENTE

Um dos primeiros movimentos que os adolescentes fazem no processo de crescimento é se colocar em campos opostos para atacar os pais no sentido de desmistificá-los, desidealizá-los e assim definir sua própria identidade. Depois de terminar o processo da adolescência, o jovem poderá vir a ter uma relação mais de igual para igual, não somente com os pais, mas também com o mundo dos adultos. (FERREIRA, 2010).

Ao longo dos anos, têm sido sugeridas várias definições de solidão na literatura científica. Estudos como de Ferreira, Débora e colaboradores (2013) apresentam a existência de associação estatística entre retraimento social, depressão e solidão, por exemplo. Sullivan (1953) concebeu solidão como simultaneamente desagradável e motivante a partir da necessidade não encontrada de intimidade interpessoal. Moustakas (1961) concebeu a solidão como uma experiência que surge inevitavelmente da “separação” da existência humana. Sermat (1980) descreveu a solidão como a experiência associada à discrepância entre as relações que o próprio sujeito percebe que têm *versus* as relações ideais. Peplau e Perlman (1982) definiram solidão como sendo a experiência desagradável que deriva de importantes deficiências nas redes de relações sociais de uma pessoa.

O fato dos adolescentes serem um grupo etário propenso à solidão é compatível com a teoria do desenvolvimento psicossocial de Erikson (1976). Uma característica da crise da adolescência é a intimidade *versus* isolamento. Esta crise trata do estabelecimento de relações íntimas, por isso pessoas neste grupo etário são especialmente tocadas pelo sentimento de desvinculação. A noção de intimidade ideal é muitas vezes discrepante de suas relações atuais, e a dor e a desilusão dessa descoberta resultam em sentimentos de solidão e de alienação.

2.2 O CONTEXTO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS E O ADOLESCENTE

Os atuais adolescentes, ou seja, os nascidos após a virada do milênio, nasceram imersos em formas de socialização e interação que envolvem as redes sociais digitais como

Facebook e Instagram. Essas, possibilitam que o adolescente tenha várias identidades no mundo virtual, assim como diferentes identificações. A criação de vários perfis na internet funciona como forma de experimentação das várias identidades no adolescente. Castells defende que a sociedade em rede é hipersocial e não uma sociedade do isolamento. Entretanto, é inegável a volatilidade, flexibilidade e liquidez com que as relações sociais acontecem por meio das novas tecnologias. Relações essas que podem funcionar como iniciadoras ou como resultado dessa mesma forma mais instável de relação (CASTELLS, 1999, p. 23).

Para as gerações amplamente conectadas, a tecnologia facilita a expressão de sentimentos enquanto ainda estão sendo formados, o que configura um estilo emocional no qual as emoções não estão completamente experimentadas até serem comunicadas e em consonância, suscitar algum tipo de comentário ou feedback pelo outro. Turkle (2011) considera que adolescentes que compartilham sentimentos como parte de se descobrirem, cultivam o que a autora denomina de *self colaborativo*.

A ideia é que a tecnologia incentiva a validação de um sentimento que se torna parte do próprio sentimento em si. Com isso, um novo cenário se apresenta e aponta para um aspecto aparentemente paradoxal a respeito das mídias digitais, por um lado a conectividade promove uma espécie de solidão compartilhada entre os sujeitos, e por outro, dificulta o desenvolvimento da habilidade de ficar sozinho e refletir sobre os próprios pensamentos e emoções no privado (TURKLE, 2011, p. 176).

2.3 JACOB LEVY MORENO E O PSICODRAMA

Na biografia do médico Jacob Levy Moreno, criador do Psicodrama é possível notar que desde cedo o mesmo demonstrou interesse pelo estudo da espontaneidade e uso do teatro como ferramenta de trabalho. Formado em Medicina em 1912, fundou o Teatro Vienense da Espontaneidade em 1921, ano em que também realizou a primeira sessão psicodramática pública que ocorreu em 1º de abril. Iniciou o trabalho terapêutico em 1923, logo mudando para os EUA em 1925, de onde disseminou seus conhecimentos para o mundo. Quase no final da vida se dedicou a esclarecer os fundamentos do psicodrama, como pesquisador e psicoterapeuta. Morreu em 1974, mas suas ideias permanecem vivas por meio das diferentes escolas de Psicodrama pelo mundo. Inclusive suas concepções se fazem presentes, mesmo quando estudiosos sobre análise de redes sociais digitais desconhecem as premissas que Moreno trouxe para esse contexto (RECUERO; BASTOS; ZAGO, 2015).

A teoria moreniana fala de relações, de como o ser humano é inserido nesse campo e como é possível usar o método psicodramático para cuidar das pessoas. A visão de homem que Moreno enfatiza é a do Ser Social que precisa de outro humano para sobreviver, a mãe é o primeiro Outro do bebê. A Sociodinâmica, ramo da ciência que ele criou, corresponde ao jogar papéis de forma espontânea e criativa. Já a Sociometria, que se refere à medida das relações, permite quantificar as relações que são por si, qualitativas. Por fim, o ramo da Sociatria, que se refere aos métodos utilizados em relações psicoterapêuticas, como por exemplo, terapias grupais por meio do psicodrama (MARINEAU, 1992).

Uma das ideias de Moreno a respeito da formação da identidade é apresentada por meio da teoria da Matriz de Identidade. A matriz de identidade “lugar preexistente, modificado pelo nascimento do sujeito, é o ponto de partida para o seu processo de definição como indivíduo” (GONÇALVES e col., 1988, p. 59). Partindo desse constructo, Moreno apresenta cinco etapas de desenvolvimento do sujeito, que podem ser resumidas em três fases: a fase do Duplo, onde criança e mãe são um só, a criança necessita da mãe para a auxiliar em tudo; a fase do Espelho, onde a concentração em si mesmo e no outro passa a acontecer, começando uma certa diferenciação e a formação de identidade da

criança; e por fim, a fase da Inversão, onde existe um Eu que pode inverter o papel com um Outro. Com isso, o sujeito forma sua identidade, se arriscando a se colocar no papel do outro (GONÇALVES e col., 1988, p. 63).

Outra contribuição importante de Moreno é a Teoria dos Papéis em todas as dimensões da vida. O termo “papel” envolve ação e funções sociais. Na nossa realidade, existem milhares de papéis sociais profissionais, familiares, entre muitos outros. O papel social pode ser definido como aquele que tem funcionamento observável em cada indivíduo em diversos tipos de situações e sempre existirá o papel que o complementa, por exemplo, o papel de pai tem como complementar o papel de filho. Todo papel é a união de elementos privados, vindos do sujeito, com elementos coletivos, que são observados e aprendidos na realidade ((GONÇALVES e col., 1988).

3 METODOLOGIA

A metodologia deste estudo caracteriza-se como de natureza aplicada, abordagem qualitativa, de revisão bibliográfica e exploratória. Portanto, foi possível verificar trabalhos clássicos e atuais sobre a temática da adolescência. Os dados coletados foram encontrados em livros e artigos e analisados em conformidade com informações extraídas da literatura encontrada de forma qualitativa para então, se chegar à práticas que promovam a saúde.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 A PERSPECTIVA DO PSICODRAMA EM RELAÇÃO AO ADOLESCENTE E A SOLIDÃO

Podem haver grupos sociais aos quais os jovens se identificam na Internet que são de pessoas que evitam o contato social e que buscam como estilo de vida um maior isolamento, gerando a identificação fora da família com um outro que está por trás da tela. Também existem muitos jogos, como *Massively Multiplayer Online Role-Play Games* (MMORPG), nos quais os jogadores assumem papéis sociais e se identificam com eles naquele microcosmo (CRUZ, 2012).

Entretanto, não é possível negar a importância que o *Outro* tem para a construção do sujeito, inclusive para a tarefa mais importante da adolescência que é a formulação de uma identidade. Para o Psicodrama, o sujeito precisa do outro para se desenvolver, Moreno (1993) ressalta que dentro de uma cultura, os papéis e as relações estabelecidas são os fenômenos mais importantes, assim como, a solidão é um comportamento que pode facilitar o aparecimento de transtornos emocionais devido a falta do outro. Esse maior retraimento social pode estar associado a uma maior propensão a depressão e solidão (Gullone, King, & Ollendick, 2006).

A teoria da Matriz de identidade de Moreno dialoga muito com o momento do *adolescer*, momento no qual o sujeito busca a independência e a formulação da identidade. É possível encontrar adolescentes que estão na fase do duplo, mais dependentes dos pais, enquanto outros estão na fase do espelho e a separação progressiva começa a acontecer, e ainda aqueles que já estão na fase da inversão e conseguem se diferenciar do outro. Mas esse processo não é linear e o desenvolvimento pode avançar e retornar livremente conforme o momento em que o sujeito se encontra.

Gonçalves e colaboradores (1988) consideram que os papéis sociais perpassam todas as áreas do sujeito, assim como Moreno também falava que o “ego deriva dos papéis” (2007), com isso, é possível refletir sobre qual papel o adolescente em sofrimento com a solidão pode estar vivenciando. No contexto atual de novas tecnologias, onde o adolescente pode se identificar com vários modelos, assumir várias formas e passar pelas

transformações necessárias, esse sujeito pode estar ficando cada vez mais confuso acerca de qual grupo ele pode se enquadrar, ou ainda tentando se enquadrar em vários grupos, aumentando com isso a percepção de falta de pertencimento e solidão, confusão que gera dificuldades nos estabelecimentos de vínculos.

Na atual geração de adolescentes é possível observar que os mesmos são mais autocentrados, que gostam mais de si, que esperam coisas boas do futuro e sabem que as pessoas também esperam coisas boas deles, entretanto, muitos não acreditam que conseguem atingir tais objetivos (Twenge; Campbell, 2008). Por fim, a partir dessas reflexões, é possível se chegar em práticas que podem gerar um desenvolvimento mais saudável nos adolescentes e evitar o adoecimento mental.

4.2 PRÁTICAS QUE PROMOVEM O CONVÍVIO SOCIAL SAUDÁVEL DO ADOLESCENTE

Aberastury (2002) salienta que o mais essencial para o adolescente trabalhar durante esse período é a sua entrada para o mundo adulto, além da questão sobre a identidade. Entretanto, dentro do contexto atual de pandemia, por exemplo, que envolve todos os fatores sobre os lutos que os pais estão passando e as novas tecnologias que estão surgindo, os adolescentes podem precisar de um local para o seu “ensaio” da vida adulta. Um local que promova conversa, uma comunicação mais íntima e pessoal sobre as suas próprias questões, onde ele não será julgado por isso e poderá agir com o máximo de espontaneidade e liberdade, este lugar pode ser a psicoterapia, pois a terapia que Moreno propõe é totalmente dialógica e contextualizada pelo “como se” própria para esse “ensaio” protegido pelo contexto psicodramático do psicodrama.

Moreno (1992) coloca que a espontaneidade é um modo de prontidão do sujeito para responder ao que lhe for pedido, onde esse sujeito pode se ajustar livremente conforme a demanda. Espontaneidade “trata-se, portanto, de um estado que interage com as heranças humanas e o contexto social em que o homem está inserido, “desenvolvendo-se no indivíduo através das relações que esse estabelece ao longo da vida” (MARTINS; LUZ, 2012, p. 141).

Com tudo isso, é possível considerar que dentro da psicoterapia psicodramática os adolescentes podem trabalhar a sua entrada no mundo adulto, para também conseguir superar seus lutos, facilitando essa passagem, agindo de modo mais espontâneo as situações e as demandas que vão surgindo. Dessa mesma forma, o trabalho pode facilitar o acesso às emoções e padrões relacionados a fase da adolescência, ajudando-os a se preparar para a inserção ao mundo adulto em contexto protegido, que traz consigo o significado de liberdade e ao mesmo tempo de luto pela infância que passou.

Cunha e Bertussi (2010) colocam que o psicodrama pode ajudar os adolescentes a enfrentar as mudanças desse período de vida, buscando fortalecer sua autoimagem e identidade e possibilitar que se afirmem para manter suas decisões pessoais, dando espaço aos seus desejos e projetos. Sendo importante para facilitar as elaborações que o adolescente precisa realizar.

Nóbrega (2019) realizou um estudo para verificar o que facilita e o que dificulta as mudanças psicológicas que os adolescentes passam. Em suas considerações, o autor apresenta que as mudanças principais que são percebidas pelos adolescentes são maior calma, envolvimento com o mundo, maior satisfação no estabelecimento de comunicação interpessoal e melhor expressão emocional, contribuindo também contra os aspectos da solidão que podem trazer malefícios para sua vida.

Uma outra grande questão a se colocar, é o direcionamento que a relação entre pais e filhos e que ambos possam estar passando por lutos e questões próprias à sua fase de vida, sendo necessária a compreensão de ambas as partes. Em especial, “são os pais quem são os responsáveis por fornecerem continente, base e sustentação para que seus

filhos adolescentes atravessem esse conturbado período de mudanças” (MATOS, LEMGRUBER, p. 124, 2017). Se sentir incluído na vida familiar, respeitado, dentro de um espaço em que sua espontaneidade e nuances podem ser expressas podem ter um efeito muito benéfico para os adolescentes e promove melhor autoconhecimento e reflexão para suas escolhas de vida.

Com essas atitudes sendo colocadas em prática, o sentimento de solidão e as próprias questões da adolescência podem ser vivenciadas de maneira mais leve, uma vez que o adolescente conseguirá mais recursos para trabalhar com todas essas questões e sentimentos. Mesmo em contextos permeados por novas tecnologias digitais, as boas relações continuam sendo importantes para o desenvolvimento pessoal.

4 CONCLUSÃO

Nesta pesquisa, foi possível perceber que a solidão é fator iniciador de várias características padecedoras nas diversas idades do homem, principalmente em adolescentes, por essa etapa da vida necessitar de atenção para lidar com os lutos da infância e a busca de identidade. As novas tecnologias digitais são ferramentas que podem auxiliar ou atrapalhar esse processo, uma vez que podem ser percebidas como fator de isolamento e também de hipersocialização. No entanto, independente desse fator, o bom contato humano permite que a expressão dos sentimentos e as ações com espontaneidade sejam ótimas maneiras de lidar com o sentimento de solidão.

Por meio da psicoterapia, do trabalho em grupos é possível transformar e manter o bom relacionamento entre pais e filhos no sentido de promover o desenvolvimento da identidade do adolescente de maneira adequada. Assim sendo, considera-se que este estudo forneceu a compreensão sobre como lidar com a questão da solidão na adolescência por meio do conhecimento teórico sobre psicodrama. No entanto, como limitação do estudo, tem-se a necessidade de desenvolvimento de atividades práticas com esse grupo etário para assim se compreender na totalidade a proposta do psicodrama com adolescentes, devido a falta de estudos com essa temática.

REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A. **Adolescência**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2008.

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência normal**. Porto Alegre: Artmed, 2003.

BOTEGA, N. J. et al. Prevenção do comportamento suicida. **Psico**, Vol. 37, Nº. 3, 2006.

CASTELLS, M. A. **Sociedade em Rede**. São Paulo: Paz e Terra, 2013.

CRUZ, D. V. A. **Juventude e Jogos Digitais: envolvimento e relações sociais através dos Massively Multiplayer Online Role-Play Games**. UFRGS, Instituto de Psicologia, Programa de Pós-Graduação, Jan. 2012.

CUNHA, A.M.A.L.; BERTUSSI, M. Adolescência, juventude: a experiência clínica. **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 159-170, 2010. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932010000200010&lng=pt&nrm=iso. acessos em 27 mar. 2020.

DICIONÁRIO ONLINE DE PORTUGUÊS. SOLIDÃO. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/indole/>. Acesso em: 27/03/2020.

ERIKSON, E. H. **Infância e Sociedade**. São Paulo: Zahar, 1976.

FERREIRA, D. et al . Isolamento social e sentimento de solidão em jovens adolescentes. **Análise Psicológica**, Lisboa , v. 31, n. 2, p. 117-127, jun. 2013. Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312013000200001&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 11 fev. 2021.

FERREIRA, I.B. Dicas a um jovem terapeuta psicodramatista de adolescentes. **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo , v. 18, n. 2, p. 57-72, 2010 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932010000200004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 26 mar. 2020.

GALLATIN, J. E. **Adolescência e individualidade: uma abordagem conceitual da psicologia da adolescência**. São Paulo: Harper & Row do Brasil, 1978.

GONÇALVES, Camila Salles. WOLFF, José Roberto. ALMEIDA, Wilson Castello. **Lições de Psicodrama: Introdução ao pensamento de J.L. Moreno**. Editora Ágora: São Paulo, 1988.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2010.

GULLONE, E., KING, N. J., OLLENDICK, T. H. (2006). The role of attachment representation in the relationship between depressive symptomatology and social withdrawal in middle childhood. **Journal of Child and Family Studies**, 15(3), 271-285.

MATOS, L. P., LEMGRUBER, K. P. A adolescência sob a ótica psicanalítica: sobre o luto adolescente e de seus pais. **Rev. Psicol. Saúde e Debate**, p. 124-145, Janeiro, 2017.

MORENO, J.L. **Psicodrama**. São Paulo: Editora Cultrix, 2007.

MOUSTAKAS, C. **Loneliness**. New York: Prentice-Hall, 1961.

NETO, F.; BARROS, J. Solidão em diferentes níveis etários. Centro de Cognição, Afetividade e Contexto Cultural. **Estud. interdiscip. envelhecimento**. Porto Alegre, v.3, p.71-88, 2001.

NÓBREGA, J. G.R. (Des) **Mascarando a Persona: Máscaras num grupo de psicodrama com adolescentes**. Mestrado Integrado em Psicologia, área de Psicologia Clínica e da Saúde, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação (Dissertação de Mestrado). Universidade do Porto, Portugal, 2019.

NUNES, A.I.B.L.; XAVIER, A.S. **Psicologia do desenvolvimento**. Secretaria de Educação a Distância (SEAD), 2011.

PEPLAU, L.; PERLMAN, D. (Eds.) **Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy**. New York: Wiley-Interscience, 1982.

PIAGET, J. **Epistemologia Genética**. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

PRADO, J. As novas fronteiras tecnológicas entre intimidade e solidão. Contemporânea **Revista de Sociologia da UFSCar**. São Carlos, v. 3, n. 1, jan-jun 2013, pp. 235-240.

RAMOS, M.I.P. A entrevista de anamnese sob a ótica do referencial teórico psicodramático: uma contribuição para a psicopedagogia. **Revista de Psicopedagogia**. São Paulo, v. 28, n. 85, p. 97-102, 2011. Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862011000100010&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 26 mar. 2020.

RECUERO, R; BASTOS, M; ZAGO, G. **Análise de redes para a mídia social**. Porto Alegre: Suline, 2015.

SERMAT, V. Some situational and personality correlates of loneliness. In: HARTOG, J.; AUDEY, J.; CHEN, Y. (Eds.). **The Anatomy of Loneliness**. New York: International Universities Press, 1980.

SULLIVAN, H. **The interpersonal theory of psychiatry**. New York: Norton, 1953.

TIBA, I. **Puberdade e adolescência**. São Paulo: Ágora, 1985.

TURKLE, S. **Alone together: why we expect more from technology and less from each other**. New York, Basic Books, 2011.

TWENGE, J. M., CAMPBELL, W. K. Increases in positive self-views among high school students. Birth-cohort changes in anticipated performance, self-satisfaction, self-liking, and self-competence. **Psychological Science**, 19, 11, 1082-1086, 2008.