

RECENSÕES

Haidt, J. (2024). *A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais* (L. Azevedo, Trad.). Companhia das Letras, 440 pp.

Entre curtidas e cliques: a nova gramática da socialização juvenil na esfera ciberpolítica

No livro *A geração ansiosa*, Jonathan Haidt examina o impacto profundo que a hiperconectividade digital tem exercido sobre o desenvolvimento psíquico e social das crianças e adolescentes nascidos a partir da segunda metade dos anos 1990, especialmente nos países ocidentais. A partir de dados longitudinais, literatura científica interdisciplinar e uma abordagem analítica acessível, Haidt argumenta que o crescimento exponencial do uso de *smartphones* e redes sociais – particularmente após 2012 – está correlacionado a uma crise crescente de saúde mental entre os jovens, marcada por níveis alarmantes de depressão, ansiedade, automutilação e sensação de isolamento. O autor sustenta que a introdução precoce desses dispositivos, somada à ausência de um ambiente social estruturado por adultos, criou um universo em que os adolescentes passaram a se formar subjetivamente sob o domínio de plataformas desenhadas para maximizar engajamento, recompensa imediata e exposição contínua. A tese central do livro é que a arquitetura das redes sociais não apenas altera o modo como os jovens

se relacionam entre si, mas transforma os próprios critérios de pertencimento, autoestima e identidade, ao favorecer comparações incessantes, aprovação condicionada a métricas e uma sociabilidade performática e instável.

Jonathan Haidt é conhecido por seus trabalhos na área da psicologia moral e política. Professor na New York University, ganhou notoriedade com *The coddling of the American mind*, no qual discutiu, com Greg Lukianoff, a fragilização emocional e o crescimento da intolerância ao dissenso entre jovens universitários nos Estados Unidos da América.¹ *A geração ansiosa* amplia esse percurso ao deslocar o foco para a infância e a adolescência, investigando a gênese dos fenômenos emocionais e culturais que se manifestam nas gerações mais novas.

O livro está inserido em um campo de debates contemporâneos que envolvem temas como “infância digital”, “epidemia de saúde mental juvenil”, “capitalismo de vigilância” e “economia da atenção”. Haidt dialoga com autores como Jean Twenge², Sherry Turkle³ e Nicholas Carr⁴, que alertam

¹ Lukianoff, G., & Haidt, J. (2018). *The coddling of the American mind: How good intentions and bad ideas are setting up a generation for failure*. Penguin Books.

² Cf. Twenge, J. M. (2018). *iGen: por que as crianças superconectadas de hoje estão crescendo menos rebeldes, mais tolerantes, menos felizes e completamente despreparadas para a idade adulta*. nVersos.

³ Cf. Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

⁴ Cf. Carr, N. (2011). *The shallows: What the internet is doing to our brains*. W. W. Norton & Company.

para os efeitos deletérios da tecnologia sobre a cognição, a afetividade e as formas de sociabilidade. No entanto, sua proposta vai além da denúncia: ele propõe medidas concretas de intervenção política e educacional, como a elevação da idade mínima para uso de redes sociais, o banimento de celulares em ambientes escolares e a promoção de políticas públicas de saúde mental voltadas a jovens em situação de vulnerabilidade. Haidt distingue o impacto da hiperconectividade por gênero, enfatizando que meninas adolescentes são mais vulneráveis aos efeitos nocivos das redes sociais. Segundo sua análise, essas plataformas amplificam inseguranças corporais, comparação social e exposição a dinâmicas de exclusão simbólica, o que contribui para o aumento de quadros de ansiedade, depressão e autolesão. Já os meninos, em geral, tendem a se isolar em ambientes digitais voltados para jogos, consumo de pornografia e interações minimamente sociais. Esse recorte evidencia que a juventude não é tratada como uma categoria homogênea, ao menos no que diz respeito às diferenças de gênero. No entanto, outras fraturas sociais – como classe, raça ou localização geográfica – são pouco exploradas na obra, o que limita a compreensão da diversidade de experiências juvenis, especialmente em contextos não ocidentais ou em grupos historicamente marginalizados.

Embora centrado na saúde mental e no desenvolvimento emocional dos jovens, *A geração ansiosa* oferece pistas importantes para refletir sobre a configuração atual da esfera pública digital e os modos pelos quais adolescentes e jovens se constituem como sujeitos políticos no que hoje se denomina esfera ciberpolítica. Ao apresentar um extenso conjunto de dados sobre o aumento

dos quadros de ansiedade, insegurança e fragilidade emocional entre adolescentes hiperconectados, Haidt descreve, ainda que indiretamente, as bases sociais e simbólicas de uma nova ecologia política marcada por visibilidade, afeto e engajamento algorítmico.

A leitura crítica da obra permite deslocar o foco do diagnóstico clínico para a análise de um fenômeno mais amplo: a politização performativa e emocional das interações juvenis em plataformas digitais. As redes sociais se consolidam como arenas simbólicas onde se constroem narrativas de pertencimento, identidades políticas e disputas por autoridade. Esse ambiente configura o que autores contemporâneos denominam de espaço ciberpolítico: um campo fragmentado, em tempo real, onde a lógica da viralização, a estética da exposição e a economia da atenção redefinem os termos da ação política. Nesse cenário, as estruturas tradicionais da política – partidos, imprensa, instituições – perdem centralidade diante da comunicação política desintermediada. Parte da juventude se conecta diretamente com figuras públicas, causas e coletivos por meio de estratégias narrativas e afetivas que dispensam mediações institucionais. Essa transformação traz ganhos em termos de acessibilidade e mobilização, mas também impõe novos riscos: superficialidade argumentativa, polarização simbólica e exclusão de vozes dissonantes. O livro de Haidt, ainda que sem nomear esse fenômeno, ajuda a perceber que a ansiedade juvenil está enraizada em um ambiente comunicacional altamente competitivo, fragmentado e baseado em métricas voláteis de validação.

Um dos conceitos que poderia enriquecer a análise de Haidt é o de dissonância cognitiva⁵. A tensão entre o que se acredita e

⁵ Cf. Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press; ver também Rocha, J. C. de C. (2023). *Bolsonarismo: da guerra cultural ao terrorismo doméstico. Retórica do ódio e dissonância cognitiva coletiva*. Autêntica.

o que se percebe no espaço público digital – amplificada por bolhas informacionais e algoritmos de reforço – cria um terreno fértil para radicalizações emocionais e fechamento discursivo. A política vivida por adolescentes nas redes sociais é fortemente afetiva e identitária, guiada por emoções como indignação, empatia ou pertencimento simbólico. A instabilidade emocional relatada por Haidt encontra, nesse sentido, ecos diretos nas dinâmicas polarizadas da política digital contemporânea.

O espaço ciberpolítico é um território onde a política não desaparece, mas se reorganiza sob novas regras. A autoridade pública deixa de se construir exclusivamente pela trajetória institucional ou domínio argumentativo, e passa a fazê-lo através da capacidade de performar credibilidade, gerar engajamento e sustentar uma presença contínua e coerente nas redes. Essa lógica, combinada à exposição precoce dos adolescentes, os insere desde cedo em uma gramática política onde o “ser visto” substitui o “ser ouvido”, e onde o ativismo se dá muitas vezes por meio de expressões simbólicas curtas, virais e carregadas de emoção.

Haidt descreve os impactos psicológicos desse processo com precisão, mas seu livro também pode – e deve – ser lido como

um convite à reflexão sobre o futuro da participação política em um mundo digital. Os jovens não estão afastados da política; eles estão imersos em formas de ação que não cabem nas molduras clássicas da cidadania deliberativa. A esfera pública digital não é um espaço neutro, mas um campo de disputa desigual, em que a lógica do mercado da atenção muitas vezes se impõe sobre os princípios do debate plural, da escuta e da construção coletiva.

Dessa forma, *A geração ansiosa* contribui, mesmo sem intenção explícita, para o entendimento crítico da política em rede. Ao lançar luz sobre a vulnerabilidade emocional dos adolescentes, a obra aponta para as consequências da ausência de mediações coletivas na formação da cidadania digital. A *performance* estética, o engajamento métrico e a exposição constante não moldam apenas subjetividades fragilizadas, mas estruturam também os modos atuais de atuação política. Reconhecer isso é essencial para que pesquisadores, educadores e formuladores de políticas desenvolvam estratégias de intervenção que considerem, ao mesmo tempo, a proteção emocional e a potência política da juventude conectada.

Maria Alice Nunes Costa

Revisto por Alina Timóteo

Maria Alice Nunes Costa

Programa de Pós-graduação em Sociologia e Direito, Universidade Federal Fluminense

Rua Tiradentes, 17, Ingá, Niterói – RJ, CEP: 24210-510, Brasil

Contacto: mariachaves@id.uff.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3437-2238>

<https://doi.org/10.4000/14y4q>



