

Eus parciais no processo de reconhecimento do eu de um influenciador digital

Sabrina Regina Domeciano^{1*} , Marieli Mezari Vitali¹ 

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar os Eus parciais no processo de reconhecimento do eu de um paciente influenciador digital. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa em formato de estudo de caso, com um paciente atendido de forma online, por meio de recortes de sessões já ocorridas. A análise foi realizada de forma narrativa, com base nos conceitos da socionomia de Jacob Levy Moreno e do referencial teórico do psicodrama. Como principais resultados, pode-se observar que o processo de reconhecimento do eu do protagonista estava prejudicado pelas relações advindas das redes sociais. Além disso, o protagonista apresentava Eus parciais bem demarcados. No decorrer dos atendimentos, pôde-se proporcionar o reconhecimento do eu e a integração dos Eus parciais.

PALAVRAS-CHAVE: Psicodrama; Reconhecimento do eu; Eus parciais; Internet.

Partial selves in the self-recognition process of a digital influencer

ABSTRACT

This study aimed to analyze the partial selves in the self-recognition process of a digital influencer patient. It was a qualitative case study involving a patient treated online, using excerpts from previously conducted sessions. The analysis was narrative, drawing on the concepts of Jacob Levy Moreno's Socionomy and the theoretical framework of Psychodrama. The main results showed that the protagonist's self-recognition process was impaired by relationships stemming from social media. Furthermore, the protagonist presented clearly defined partial selves. Through therapy sessions, self-recognition and the integration of the partial selves were facilitated.

KEYWORDS: Psychodrama; Recognition of the self; Partial selves; Internet.

El yo parcial en el proceso de autorreconocimiento de un influencer digital

RESUMEN


Este estudio tuvo como objetivo analizar los yoes parciales en el proceso de autorreconocimiento de una paciente influencer digital. Se trató de un estudio de caso cualitativo con una paciente tratada en línea, utilizando extractos de sesiones previas. El análisis fue narrativo, basado en los conceptos de la Socionomía de Jacob Levy Moreno y el marco teórico del Psicodrama. Los principales resultados mostraron que el proceso de autorreconocimiento de la protagonista se vio afectado por las relaciones derivadas de las redes sociales. Además, la protagonista presentó yoes parciales claramente definidos. A través de las sesiones de terapia, se facilitó el autorreconocimiento y la integración de los yoes parciales.

PALABRAS CLAVE: Psicodrama; Reconocimiento de uno mismo; Yoes parciales; Internet.

1. Viver Mais Psicologia – Tubarão (SC), Brasil.

*Autora correspondente: sabrinaregina.d@hotmail.com

Recebido: 11 out. 2024 | Aceito: 29 maio 2026

Editora de seção: Kim Boscolo 

INTRODUÇÃO

Segundo o Oxford English Dictionary (2026, para. 1), o verbete internet é definido como “uma rede de computadores que compreende ou conecta várias redes menores, como duas ou mais redes locais conectadas por um protocolo de comunicação compartilhado; uma inter-rede [...]”.

Criada nos Estados Unidos para fins militares, com objetivo de proteção de dados, em pouco mais de duas décadas de uso, a internet transformou os mais diversos aspectos da convivência humana, tais como: ampliação do conhecimento, acesso à cultura e, principalmente, as dinâmicas das relações e a comunicação (Tomasevicius, 2016).

Entre todas as mudanças sociais, econômicas e tecnológicas que aconteceram após e com o auxílio do advento da internet, uma delas é foco deste escrito: os influenciadores digitais. Entende-se por influenciadores digitais aqueles que, por meios digitais, formam opinião ou têm algum poder no processo de decisão de compra, estilo de vida, gostos, ou até mesmo são capazes de colocar temas em discussão (Karhawi, 2017). De acordo com o autor, na prática de influenciadores digitais sempre há produção de conteúdo, seja por meio de fotos elaboradas para o Instagram, textos para blogs, posts engraçados para o Facebook ou vídeos para o Youtube.

A produção de conteúdos para as diferentes plataformas de comunicação digital pode se tornar incessante e prejudicial em termos de saúde mental. Karhawi e Prazeres (2022) trazem o conceito de exaustão algorítmica, um tipo específico de esgotamento, devido a diversos fatores pautados principalmente na não regulamentação da profissão e pela hegemonia da noção de produtividade. Em sua pesquisa sobre a temática, os autores relatam que os influenciadores digitais apontam como causas dessa exaustão o ritmo veloz de mudanças nas plataformas digitais e a dificuldade de acompanhar essas mudanças, a sensação de que o trabalho rouba a criatividade, a produção incessante e ininterrupta, monetização, dependência, sujeição e, principalmente, a mistura do tempo de lazer com o tempo de trabalho.

Os influenciadores digitais têm vivido um cenário de crescente adoecimento mental devido às características específicas de seu trabalho. A pressão constante para produzir conteúdo novo, manter relevância e atender às expectativas de um público sempre conectado contribui para quadros de ansiedade, depressão, esgotamento e dificuldades para separar vida pessoal e profissional. Além disso, críticas, ataques de haters e a volatilidade das plataformas intensificam o estresse emocional, enquanto longas horas diante das telas geram problemas físicos, como fadiga ocular, dores posturais e distúrbios do sono. Esses fatores mostram que a profissão, embora altamente desejada, demanda um esforço psicológico e físico que muitas vezes ultrapassa os limites saudáveis (Salviato-Silva & Batistuti, 2024). Neste ponto, se faz importante o olhar da psicologia para a relação que influenciadores digitais estabelecem com seu meio de trabalho: plataformas digitais, internet e público-alvo. Para esclarecer como vamos compreender o ser humano e suas relações neste artigo, apresentaremos a nossa óptica, o Psicodrama.

Criado por Jacob Levy Moreno (1889-1974), o psicodrama é uma abordagem psicoterápica com bases no teatro, na psicologia e filosofia. O processo terapêutico do psicodrama se realiza no “aqui e agora”, se diferenciando das outras psicoterapias por meio da dramatização. Criado inicialmente para trabalho com grupos, escritos pós-morenianos trazem outras modalidades de ação, como a psicoterapia bipessoal. Os atendimentos foram realizados de modo online, sob a ótica do psicodrama bipessoal, que consiste em utilizar o psicodrama de forma individual, somente protagonista e diretor, sem egos-auxiliares (Cukier, 1992; Vidal & Castro, 2021).

No arcabouço teórico do psicodrama, Moreno apresentou a matriz de identidade como a rede de relacionamento primário da criança, considerando fatores biológicos, psicológicos e socioculturais, de forma interativa desde antes do nascimento, contemplando todo o processo de aprendizagem relacional da criança – que acompanha o decorrer da vida do indivíduo. Desse modo, além de uma Teoria do Desenvolvimento Infantil, também é um esboço de Teoria da Personalidade (Fonseca, 2022).

Fonseca (1980) descreve as fases da matriz de identidade: indiferenciação, simbiose, reconhecimento do eu, reconhecimento do tu, pré-inversão, triangulação, fratria, circularização, inversão de papéis e encontro. Todavia, vamos nos ater ao foco deste

estudo, o reconhecimento do eu. De acordo com o pesquisador, o reconhecimento do eu é a terceira fase da matriz de identidade e compreende o reconhecimento da sua própria identidade. Trata-se do período em que a criança inicia a tomada de consciência de si e do seu corpo no mundo. O autor também refere que essa fase se repete durante a vida, apresentando picos na infância, adolescência e velhice. Contudo, o ser humano está em constante processo de autoconhecimento e reconhecimento do eu (Fonseca, 1980). Mas que eu é esse?

Fonseca (2018) coloca que o termo *Eu* se usa no sentido de personalidade, persona ou ego, construído através de sensações, sentimentos e pensamentos da criança nas relações primárias. É importante ressaltar que o *Eu* total é uma junção de todos os eus parciais internos; o próprio autor fala que o *Eu* total é quase que utópico, idealizado. Considerando que, enquanto seres humanos, somos um amontoado de eus, procura-se sempre uma forma saudável de vivenciá-los, compreendendo a dinâmica interna dessas partes e seu equilíbrio.

Sendo assim, fica difícil falar de influenciadores digitais sem pensar os eus pertencentes a esses indivíduos. O sofrimento mental em influenciadores digitais é uma preocupação, devido às pressões e demandas do mundo online. Sendo assim, o foco dessa pesquisa foi analisar os Eus parciais e o processo de reconhecimento do eu de um influenciador digital.

METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa de abordagem qualitativa, em formato de estudo de caso. Segundo Batista Pinto (2004), pesquisas qualitativas são pertinentes em psicologia clínica, pois se entende como uma construção da subjetividade humana. Quanto aos objetivos, tratou-se de uma pesquisa descritiva-exploratória. Pesquisas descritivas têm como objetivo primordial a caracterização e compreensão de determinado fenômeno, neste caso, o fenômeno do reconhecimento do eu. Já a pesquisa exploratória é utilizada quando se quer descobrir aspectos importantes do fenômeno não tão conhecido, a fim de gerar hipóteses para futuras pesquisas (Gil, 2010) – no caso desta pesquisa, a atuação psicodramática com demandas advindas do ambiente virtual.

O formato de estudo de caso se caracteriza por reunir informações detalhadas de um fenômeno no intuito de compreender sua dinâmica no contexto em que está inserido (Eisenhardt, 1989). De acordo com Freitas e Jabbour (2011), um estudo de caso possibilita elaborar um fenômeno passado ou atual a partir de múltiplas fontes de provas públicas ou privadas; neste caso, serão utilizados recortes de sessões já realizadas com o paciente.

A pesquisa foi realizada com um paciente atendido em psicoterapia individual pela pesquisadora em formato online, no ano de 2022. Como critérios de inclusão, foram estabelecidos: ser maior de 18 anos, apresentar demanda condizente aos objetivos do trabalho e aceitar que os conteúdos das sessões fossem utilizados na pesquisa. Os critérios de exclusão basearam-se na Resolução n.º 11/2018 do Conselho Federal de Psicologia, que dispõe sobre os atendimentos online, não sendo passível desse método casos de urgência e emergência, violação de direitos ou situações de violência (Conselho Federal de Psicologia, 2018).

O estudo de caso foi realizado por meio de recortes de sessões já realizadas com um paciente que corresponde aos critérios de inclusão. Dessa forma, foram utilizados como instrumentos os registros das sessões, realizados pela psicóloga pesquisadora em seu prontuário de uso profissional, conforme pressuposto pela Resolução n.º 001/2009 como obrigatório para profissionais psicólogos. Ele trata dos registros documentais na área da psicologia e estabelece a obrigação de manter registros sobre serviços psicológicos.

A escolha do recorte das sessões analisadas neste estudo foi pautada naquelas em que emergiram, de forma mais evidente, temáticas diretamente relacionadas ao objetivo da pesquisa. Considera-se que o processo psicoterapêutico abrangeu outras demandas e conteúdos clínicos relevantes, inerentes à complexidade da experiência subjetiva do protagonista. No entanto, para fins de análise científica, foram selecionadas as sessões que possibilitaram maior aprofundamento teórico-clínico acerca da fragmentação do eu, da emergência dos Eus parciais e de seus movimentos de integração, garantindo coerência metodológica e focalização analítica, sem desconsiderar a integralidade do processo terapêutico.

Entre outros instrumentos utilizados na pesquisa estão os psicodramáticos, como técnicas e ferramentas de sessão, aplicados conforme a necessidade do paciente e o momento da sessão. Por exemplo, objetos intermediários, divisão do eu, entre outros.

Após a triagem documental nos registros da psicóloga pesquisadora para delinear o caso a ser estudado, realizou-se contato com o paciente a fim de explicar sobre a participação na pesquisa. Foi apresentado o objetivo da pesquisa, ressaltado que seriam acessados e analisados os conteúdos presentes nos registros e o caráter voluntário da participação. Após concordância, foi assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Dessa forma, após aceite do Comitê de Ética (n.º 77318624.1.0000.5490), acessamos os registros das sessões e realizamos recortes de momentos que abordam os objetivos da pesquisa, sendo elas: sessões que abordaram reconhecimento do eu e Eus parciais.

A análise de dados dos registros foi realizada por meio de análise narrativa dedutiva, baseada nos conceitos da socionomia, de Jacob Levy Moreno, e pós-morenianos. No referencial teórico do psicodrama destacam-se a Teoria da Matriz de Identidade e Teoria dos Papéis. A compreensão do caso se deu de acordo com a organização e interpretação das narrativas construídas ao longo do processo psicoterapêutico. As categorias analíticas foram definidas com base nos objetivos do estudo, orientando o olhar para aspectos específicos da experiência do protagonista. A partir disso, procedeu-se ao recorte dos conteúdos mais significativos das sessões, considerando especialmente os momentos e evoluções que envolviam a temática investigada. Dessa forma, a análise buscou articular a trajetória do protagonista com os referenciais teóricos adotados, permitindo compreender, de maneira contextualizada, as transformações ocorridas ao longo do processo terapêutico.

A utilização dos dados obtidos com as sessões de psicodrama foi condicionada à assinatura do TCLE, assinado pelo próprio participante. Em conformidade com a Resolução n.º 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, a pesquisa foi submetida ao conselho do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH), sob número de aceite 77318624.1.0000.5490. Os aspectos éticos foram cumpridos, dentre eles: o participante não foi identificado em nenhum momento do estudo, sendo informado sobre a pesquisa e seus procedimentos, considerando a participação facultativa e a possibilidade de desistência a qualquer momento, sem implicação de ônus ou bônus. Ao final da aplicação, foi realizada a devolutiva acerca dos resultados obtidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados serão apresentados por meio do estudo de caso do protagonista, que receberá o nome fictício de Jorge. Jorge realizou 25 atendimentos psicológicos, semanalmente, no período de fevereiro a agosto de 2022. Jorge, 22 anos à época dos atendimentos, trabalhava como influenciador digital e nunca havia realizado um processo psicoterapêutico. Chegou para a psicoterapia relatando sintomas de ansiedade, falta de criatividade e problemas no relacionamento amoroso.

Com base no objetivo deste estudo, a análise do material clínico foi organizada em categorias temáticas que acompanham o percurso psicoterapêutico do protagonista, desde o comprometimento inicial do reconhecimento do eu até a integração dos Eus parciais. Essas categorias não se apresentam de forma estanque, mas inter-relacionadas, refletindo a natureza dinâmica e processual do desenvolvimento identitário no psicodrama. São elas: 1) Fragilização do reconhecimento do eu associada à intensa exposição nas redes sociais; 2) Fragmentação e polarização dos Eus parciais; 3) Conflito entre os Eus parciais; e 4) Integração dos Eus parciais.

Fragilização do reconhecimento do eu associada à intensa exposição nas redes sociais

Durante a pandemia da covid-19, Jorge realizava vídeos de humor para as redes sociais e, em um desses vídeos, viralizou¹, tornando-se conhecido nacionalmente. A partir de então, iniciou na profissão de influenciador digital e passou a

¹ O termo “viralização” emergiu com o aumento do número de usuários em redes sociais e blogs, referindo-se a conteúdos que ganham destaque, muitas vezes de forma inesperada, na web. A analogia com uma epidemia se deve ao compartilhamento quase inconsciente, criando uma disseminação intensa de discussões sobre o mesmo tema entre os internautas (Ribeiro, 2018).

utilizar os vídeos nas plataformas também como fonte de renda. Durante as sessões de psicoterapia e concomitantemente com o tratamento da queixa inicial, foram surgindo questões emocionais envolvendo a profissão, o fato de ser conhecido nacionalmente e sua identidade como pessoa/influenciador, contemplando os objetivos deste trabalho.

Jorge relatava ansiedade em forma de sintomas corporais, como taquicardia, sudorese e dormência nas mãos, e que não conseguia mais produzir vídeos para as redes sociais, por falta de criatividade, procrastinação e medo de possíveis comentários maldosos que poderiam aparecer em seus vídeos. Karhawi e Prazeres (2022) apontam em sua pesquisa o termo “exaustão algorítmica”, que é caracterizada por prejuízos na saúde mental e, também, perda de criatividade. Esse fenômeno de exaustão estava acontecendo com Jorge.

A partir do momento em que Jorge viralizou nas redes sociais e se tornou conhecido e reconhecido por todos, sua rede relacional ficou ampliada, inclusive de pessoas que ele nem conhecia. Isso ficou evidente em uma das sessões, em que Jorge aponta que sabe que as pessoas na internet (e fora dela) falam mal dele – “*me chamam de viado [sic], retardado, forçado*” –, se referindo a comentários nas suas postagens ou notícias sobre ele nas redes sociais.

A matriz de identidade, entendida como uma teoria sobre o desenvolvimento no psicodrama, serve de embasamento neste caso, para a compreensão das queixas do protagonista nas fases já citadas neste trabalho. Duas fases aqui são importantes: 1) reconhecimento do eu, caracterizado pela imagem de si mesmo, como se percebe, percebendo que existe e como existe no mundo; e 2) reconhecimento do tu, quando se começa a perceber as diferenças entre o eu e o outro (tu). Apesar de apresentadas separadamente, não necessariamente as fases acontecem de forma sequencial. Portanto, os reconhecimentos do eu e tu acontecem simultaneamente: à medida que me reconheço, também me diferencio ou não do tu (Fonseca, 1980). É preciso considerar também, neste caso, que as redes sociais oferecem a oportunidade de pessoas monitorarem a vida de outras pessoas pelas suas publicações. Entre as possibilidades, há a potencialização da rede de contatos e conexão de mais pessoas ao mesmo tempo, facilitando a interação para conhecer virtualmente novas pessoas e viabilizando o início de novos relacionamentos por meio desses contatos. Visto isso, derrubam-se fronteiras geográficas e as relações passam então a acontecer de modo fluido, breve, instantâneo e instável (Bordignon & Bonamigo, 2017).

Desse modo, baseando-se na matriz de identidade para entender as queixas de Jorge sobre sua profissão, percebeu-se que o processo de reconhecimento do eu de Jorge encontrava-se prejudicado, devido às particularidades supracitadas das relações nas redes sociais. O eu de Jorge era definido com termos negativos por pessoas (tu) as quais ele nem ao menos conhecia e que conheciam apenas um recorte de sua vida, aquele mostrado por Jorge nas redes sociais, deixando-o por vezes confuso e ansioso sobre quem realmente é: aquele Jorge que já conhecia ou o Jorge definido pelos comentários na internet? Isso foi retratado bem em sessões em que Jorge se definia como “*preguiçoso e fracassado, não sou nada sem o TikTok*” – frases igualmente ditas por internautas nos comentários de suas publicações.

Fragmentação e polarização dos Eus parciais

Diante da identificação da necessidade de trabalhar o reconhecimento do eu de Jorge, em uma das sessões iniciais foi realizada a tomada do papel e sua apresentação em dois momentos diferentes da sua vida. Essa técnica, diferentemente da inversão de papéis, é mais sucinta, na qual o protagonista assume um papel interno próprio (Gonçalves et al., 1988). Essa técnica consistiu em entrevistar Jorge em dois papéis/momentos diferentes: Jorge de 2020 (antes de viralizar) e Jorge de 2022 (após viralizar).

Ao trazer para a sessão o Jorge antes de viralizar, o protagonista o apresenta como alguém que gosta de sair com os amigos, não sabe muito o que espera da vida, mas gosta de viver sem pressão, além de ser romântico e viver um dia de cada vez – “*Sempre me achei um cara diferente, moro fora, quero atuar*”. Em contrapartida, na entrevista com o Jorge após viralizar, ele se apresenta como alguém com muita dúvida do que vai acontecer e que não sabe mais o que quer da vida.

² O TikTok é uma plataforma de mídia social voltada para vídeos curtos, com duração de 15 ou 60 segundos e 3 minutos, proporcionando amplas opções de edição. Os usuários podem adicionar filtros, legendas, trilha sonora, gifs, realizar cortes e explorar sua criatividade (Barin et al., 2020).

Chamamos isso de divisão interna (Khouri, 2022): forças antagônicas que coexistem no mundo psíquico de cada indivíduo. Para compreender melhor e atuar em psicoterapia, se torna necessário identificar os Eus parciais. Como resultado da sessão acima, foram acessados os Eus parciais do protagonista, apontados por ele como: 1) Jorge do TikTok; e 2) Jorge da vida real. Ambos Eus sociais fragmentados que, juntos, compõem um Eu total que ainda está confuso para o protagonista, causando prejuízos no seu reconhecimento do eu (Khouri, 2022).

Conflito entre os Eus parciais

Em virtude da necessidade de olhar com atenção para os Eus parciais que surgiram no processo, e a fim de proporcionar reconhecimento do eu para o protagonista, foi realizada a técnica de desdobramento do eu. Essa técnica, por meio do ato de explorar em sessões o ser dos Eus parciais, oportuniza o confronto e o diálogo entre essas diferentes forças que coexistem, que possuem perspectivas diferentes, porém, precisam compor um eu total (Schweitzer & Kersbaumer, 2022).

Para realizar a técnica, utilizou-se a estrutura de sessão do psicodrama, que consiste em três etapas: *aquecimento*, momento em que se prepara o protagonista para a ação, fazendo mudanças e adaptações necessárias, internas e externas, para a dramatização acontecer; *dramatização*, que consiste na ação, com a utilização de técnicas no intuito de trabalhar o tema central; e *compartilhamento*, momento de compartilhar sentimentos, emoções e pensamentos sobre a dramatização (Cukier, 1992).

A sessão iniciou-se pelo aquecimento, no qual a diretora solicitou que o protagonista fechasse os olhos e entrasse em contato com o momento presente, por meio dos seguintes direcionamentos: *“Gostaria que você fechasse os olhos, respirasse fundo, devagar, imaginando que o ar entra de forma colorida em seu corpo, o iluminando [...] vá sentindo seu corpo, desde o pé até a pontinha da cabeça, calmamente”*.

Após o aquecimento, foi dado início à técnica do desdobramento do eu, com a seguinte consigna: *“Ainda com os olhos fechados, quero que você volte para seu quarto/cama ao acordar. Você acabou de acordar; quando se levanta e olha no espelho, ainda de pijama, o que vê?”*. O protagonista trouxe alguém gentil e simpático. Questionado pela diretora sobre o que chamava atenção no Jorge que acabou de acordar, o protagonista respondeu que *“chama atenção o corpo, a barriga que está grande [...] parece ser o ‘mocinho’, alguém com a vida normal, com amigos, tranquilo”*. Juntos, entendemos que esse era o Jorge da vida real.

Ainda na mesma técnica, o protagonista recebeu a seguinte consigna: *“Vai se preparando para o dia, assumindo o papel do Jorge do TikTok”*. Com as mesmas consignas supracitadas de o que chamava atenção, o que via, Jorge do TikTok foi descrito pelo protagonista como alguém preguiçoso, perdido, inseguro; como o vilão. *“Alguém que não quer nada da vida, que só toma decisões erradas”*.

Após identificar essa divisão, foi retornado do trabalho interno para a etapa da dramatização com um trabalho em cena aberta. Com o auxílio de objetos intermediários, característicos do psicodrama bipessoal, consiste em utilizar objetos diversos e dar voz a eles, a fim de auxiliar como egos-auxiliares (Cukier, 1992; Guimarães, 2018). Neste caso, foram utilizadas canetas coloridas: a caneta laranja para demonstrar o Jorge da vida real, e a caneta azul para demonstrar o Jorge do TikTok. A diretora mostrou na câmera as duas canetas, sinalizando quem era quem, e questionou: *“Qual Jorge procurou psicoterapia?”*, sendo respondido pelo protagonista: *“Jorge do TikTok, para aprender a lidar com tudo isso”*. A partir dessa identificação, a diretora ofereceu um duplo espelho, técnica que faz a síntese das duas técnicas clássicas do psicodrama, na qual a diretora assume o papel de espelho e dubla os sentimentos do protagonista (Fonseca, 2018). Então, através do objeto intermediário (mostrando na câmera), repetiu em forma de duplo espelho o que foi dito pelo protagonista durante a técnica e, ao final, perguntou o que ele queria fazer com tudo isso, como uniriam esses dois Jorges. O protagonista afirmou que queria *“voltar a ser mais leve, sair mais com os amigos, não se importar tanto com os números e entender que o tempo do TikTok já foi”*.

No momento do compartilhamento, o protagonista refletiu que conseguiu visualizar essas duas formas de ver o mundo (os Eus parciais), percebendo que, às vezes, se comportava como o Jorge do TikTok e, outras vezes, como o Jorge da vida real, mas que preferia o Jorge da vida real. Portanto, estava *“decidido”* a não deixar mais que essa confusão tomasse conta de sua rotina, iniciando a integração dos Eus parciais no seu Eu total.

Integração dos Eus parciais

Nas sessões seguintes, Jorge foi comentando estar se sentindo mais “leve”. Relatou que voltou a produzir conteúdos para as redes sociais, mas de forma mais orgânica, conforme a criatividade ia aparecendo, e a postar os vídeos, agora com menos medo dos comentários, visto que estava se sentindo mais seguro com os conteúdos e de como queria se mostrar nas redes sociais.

Por meio do processo de reconhecimento do eu e integração dos Eus parciais, além de ganhos no papel profissional, Jorge pôde experienciar o fortalecimento em outros papéis. Conseguiu se fortalecer, compreender e aceitar o término do relacionamento amoroso, inclusive voltando a se relacionar com outras pessoas. Além disso, voltou a manter equilíbrio entre os Eus, aceitando convites para publicidades e também encontrando amigos fora das redes virtuais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É inegável que a internet e as redes sociais estão presentes no dia a dia das pessoas na atualidade; dito isso, é imprescindível compreender os impactos nas mudanças das relações e na construção de sujeitos. Analisar os Eus parciais no processo de reconhecimento do eu de um paciente influenciador digital, objetivo geral desta pesquisa, foi proposto para entendermos os impactos dessas mudanças.

Os objetivos da pesquisa foram contemplados. Percebemos que a análise dos Eus parciais acontece concomitantemente com o reconhecimento do eu e do tu, não sendo possível separá-los. Quando falamos de reconhecimento do eu e do tu de Jorge, falamos de uma rede relacional extensa, de pessoas que Jorge conhece e não conhece. Dezenas, às vezes centenas de pessoas verbalizando suas opiniões sobre ele. Dito isso, acessamos o tamanho da dificuldade de se reconhecer, processo que Jorge pode alcançar com a psicoterapia por meio do psicodrama.

Para o paciente influenciador digital, profissional que trabalha com a imagem, com a exposição da vida pessoal como uma vitrine de seu trabalho, estando passível dos julgamentos sem fronteiras da internet, conseguir equilibrar os eus é tarefa árdua. O psicodrama e suas técnicas possibilitaram que Jorge pudesse diferenciar o Eu do TikTok (sua plataforma de trabalho) do Eu da vida real, visualizando quais características suas pertenciam a cada Eu e acessando qual queria acessar em cada situação. A técnica do desdobramento do eu aplicada, além de auxiliar na visualização, fortaleceu o Eu total de Jorge, impulsionando a integração dos Parciais.

Foi desafiador trabalhar e escrever sobre essa temática, que é nova. Ainda que, enquanto diretora, houvesse momentos de olhar e escrever sobre este protagonista como um influenciador digital conhecido, o psicodrama possibilita torná-lo, no palco, somente um ser humano, sem conservas profissionais ou de escolhas. O psicodrama tornou tudo mais conhecido e leve, tanto para o protagonista quanto para a diretora.

Leveza que o influenciador digital pôde experienciar e levar do palco para o cotidiano. Leveza que não recebe na maioria das suas relações na internet. Por isso, sugerem-se novos estudos sobre psicodrama e relações construídas nas redes sociais, desenvolvimento de papéis sociais e impactos das novas profissões nas relações.

Cabe ressaltar as limitações inerentes ao delineamento metodológico deste estudo. Por tratar-se de um estudo de caso único, os achados não possuem pretensão de generalização, mas sim de aprofundamento compreensivo de um fenômeno clínico específico, conforme a natureza da pesquisa qualitativa. Soma-se a isso o viés potencial decorrente da dupla posição da pesquisadora como terapeuta e analista do material clínico, condição que, embora possibilite acesso aprofundado à experiência subjetiva do protagonista, pode influenciar a interpretação dos dados. Além disso, o recorte analítico das sessões privilegiou determinadas temáticas em detrimento de outras demandas igualmente relevantes no processo psicoterapêutico. Diante dessas limitações, sugere-se que estudos futuros ampliem o número de participantes, explorem diferentes configurações de *setting* psicodramático e incluam múltiplos olhares analíticos, de modo a aprofundar a compreensão dos Eus parciais e do reconhecimento do eu em influenciadores digitais. A admissão dessas limitações reforça a transparência metodológica e o compromisso científico da autora com a produção de conhecimento rigoroso no campo da psicoterapia psicodramática.

CONFLITO DE INTERESSE

Nada a declarar.

DECLARAÇÃO DE USO DE FERRAMENTAS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

As autoras declaram que nenhuma ferramenta de inteligência artificial foi usada na preparação, redação, análise de dados ou revisão deste manuscrito.

CONTRIBUIÇÃO DAS AUTORAS

Conceitualização: Domeciano SR, Vitali MM; **Metodologia:** Domeciano SR, Vitali MM; **Análise formal:** Domeciano SR, Vitali MM; **Investigação:** Domeciano SR, Vitali MM; **Escrita:** Domeciano SR, Vitali MM; **Aprovação final:** Domeciano SR, Vitali MM.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Dados serão fornecidos mediante solicitação.

FINANCIAMENTO

Não se aplica.

AGRADECIMENTOS

Não se aplica.

REFERÊNCIAS

- Barin, C. S., Ellensohn, R. M., & Silva, M. F. (2020). O uso do TikTok no contexto educacional. *Renote*, 18(2), 630-639. <https://doi.org/10.22456/1679-1916.110306>
- Batista Pinto, E. (2004). A pesquisa qualitativa em psicologia clínica. *Psicologia USP*, 15(1/2), 71-80. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642004000100012>
- Bordignon, C., & Bonamigo, I. S. (2017). Os jovens e as redes sociais virtuais. *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 12(2), 310-326. http://seer.ufsj.edu.br/revista_ppp/article/view/2456
- Conselho Federal de Psicologia. (2018). *Resolução n.º 11, de 11 de maio de 2018*. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP n.º 11/2012. <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>
- Cukier, R. (1992). *Psicodrama bipessoal: sua técnica, seu terapeuta, e seu paciente*. Ágora.
- Eisenhardt, K. M. (1989). Building theories from case study research. *Academy of Management Review*, 14(4), 532-550. <https://doi.org/10.2307/258557>
- Fonseca, J., F.º. (1980). *Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno*. Ágora.
- Fonseca, J. (2018). *Essência e personalidade: elementos de psicologia relacional*. Ágora.
- Fonseca, J. (2022). O lugar do desejo na matriz de identidade. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30, e0122. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.511>

- Freitas, W. R. S., & Jabbour, C. J. C. (2011). Utilizando estudo de caso(s) como estratégia de pesquisa qualitativa: boas práticas e sugestões. *Revista Estudo & Debate*, 18(2), 7-22. <http://hdl.handle.net/11449/134684>
- Gil, A. C. (2010). *Como elaborar projetos de pesquisa* (5a ed.). Atlas.
- Gonçalves, C. S., Wolff, J. R., & Almeida, W. C. (2023). *Lições de psicodrama: introdução ao pensamento de JL Moreno*. Ágora.
- Guimarães, L. A. (2018). As imagens psicodramáticas com bonecos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 26(1), 41-50. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/47>
- Karhawi, I. (2017). Influenciadores digitais: conceitos e práticas em discussão. *Communicare*, 17(12), 46-61. <https://static.casperlibero.edu.br/uploads/2017/09/Artigo-1-Communicare-17-Edi%C3%A7%C3%A3o-Especial.pdf>
- Karhawi, I., & Prazeres, M. (2022). Exaustão algorítmica: influenciadores digitais, trabalho de plataforma e saúde mental. *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde*, 16(4), 800-819. <https://doi.org/10.29397/reciis.v16i4.3378>
- Khoury, G. S. (2022). Os estados de ego pela experiência psicodramática bipessoal: a externalização de papéis internos (partes). *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30, e0822. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.538>
- Oxford English Dictionary. (2026, junho). Internet. *OED*. https://www.oed.com/dictionary/internet_n?tl=true
- Ribeiro, A. A. (2018). O conceito sistêmico de viralização em redes sociais na internet. *Revista Nexi*, (4), 18-29. <https://revistas.pucsp.br/index.php/nexi/article/view/36846>
- Salviato-Silva, A. C. & Batistuti, A. L. (2024). Saúde mental de influenciadores digitais: uma visão educacional. *Anais do 4º Encontro Virtual da Associação Brasileira de Pesquisadores em Ciberultura*, [Online]. <https://abciber.org.br/simposios/index.php/virtualabciber/virtual2024/paper/viewFile/2451/1240>
- Schweitzer, L., & Kersbaumer, L. M. (2022). Masculinidades e psicodrama: contribuições da técnica do desdobramento do eu. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30, e0422. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.503>
- Tomasevicius, E., F.º. (2016). Marco Civil da Internet: uma lei sem conteúdo normativo. *Estudos Avançados*, 30(86), 269-285. <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.00100017>
- Vidal, G. P., & Castro, A. (2021). Transmitindo conexões: a construção do vínculo psicoterápico no psicodrama bipessoal on-line. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 29(2), 127-137. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.21877>