

IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2017.

Solidão, tecnologia e inversão de valores com base na Pirâmide de Maslow.

Maia De Oliveira, Rosa Maria y Figueira,
Agostinho.

Cita:

Maia De Oliveira, Rosa Maria y Figueira, Agostinho (2017). *Solidão, tecnologia e inversão de valores com base na Pirâmide de Maslow. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-067/700>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRer/wca>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

SOLIDÃO, TECNOLOGIA E INVERSÃO DE VALORES COM BASE NA PIRÂMIDE DE MASLOW

Maia De Oliveira, Rosa Maria; Figueira, Agostinho
Faculdade Sumaré. Brasil

RESUMEN

O tema abordado refere-se à uma realidade vivida na contemporaneidade pela maioria das pessoas, independente de idade, condição social ou sexo. Ao mesmo tempo que a tecnologia avança em uma velocidade impressionante, é possível perceber nos consultórios psicológicos que a solidão também se faz cada vez mais presente. Este estudo pretende reforçar que a solidão pode ser um momento em que a pessoa optou por estar só e isso não é ruim, bem como o uso excessivo da tecnologia para não se sentir só pode inverter alguns valores como o modo de se relacionar e interagir com o outro.

Palabras clave

Solidão, Tecnologia, Inversão de valores

ABSTRACT

SOLITUDE, TECHNOLOGY AND INVERSION OF VALUES BASED ON THE MASLOW PYRAMI

The theme addressed refers to a reality lived in the contemporary world by most people, regardless of age, social status or gender. While technology is advancing at an astounding speed, it is possible to realize in psychological offices that loneliness is also becoming more and more present. This study aims to reinforce that loneliness can be a time when the person has chosen to be alone and this is not bad as well as excessive use of technology to not feel alone can reverse some values as how to relate and interact with the other.

Key words

Solitude, Technology, Inversion of values

A curiosidade, ou interesse em escrever algo sobre o tema solidão na contemporaneidade, decorre do fato de atendimentos em consultórios de psicologia, com a queixa de sentirem-se “só”, de estarem deprimidas, ou depressivas. Outra queixa muito presente, é a forma como os relacionamentos começam e terminam. É através da tecnologia que isso acontece com uma frequência que muitos consideram “normal”. Estas queixas que aparecem com frequência nos levam a tentar iniciar um estudo, para tentar entender as mudanças que ocorrem nas relações pessoais e as consequências, como manifestação das mudanças ocorridas no final do século XX e neste século XXI.

Falamos de mudanças diversas que incluem valores, necessidades, comunicação e sua falta, conflitos, e o novo formato de famílias, empresas. Outro fator relevante e importante, é longevidade. Observamos o quanto não estamos preparados para lidar, conviver com esta realidade de que o mundo está envelhecendo. Por outro

lado, a mesma tecnologia que gera solidão por diversos fatores, também contribui e muito, em outros fatores, mudanças de hábitos, avanço da medicina e qualidade de vida, contribuem com a longevidade.

A tecnologia, as mídias sociais, número grande de “amigos” não se mostram suficiente para que as pessoas se sintam pertencente à algum grupo. Falar de solidão até algum tempo, era assunto para a medicina pois relacionava-se com doenças psicossomáticas, porém hoje, século XXI, a depressão está aumentando significativamente nas mais variadas idades, observamos crianças muito tristonhas e quietas com problemas de relacionamento, jovens que preferem ficar em casa a sair para festas ou encontros familiares, adultos que já tiveram prejuízo em sua vida profissional decorrente da tecnologia, e o outro ponto que está se apresentando com bastante frequência, os relacionamentos que terminam ou entram em conflito, decorrente da tecnologia. As relações pessoais estão se tornando cada vez mais virtuais.

“Vivemos tempos líquidos, nada é feito para durar, tampouco sólido. Os relacionamentos escorrem das nossas mãos por entre os dedos feito água” Zygmunt Bauman

Solidão

A questão da solidão pode ser entendida por várias vertentes. Existem pessoas que preferem morar só por razões variadas, e são vistos muitas vezes pela sociedade como alguém que vive na solidão, porém esta pessoa pode ter optado por um momento que segundo Jung, “o homem pode estar em contato com a própria alma e isso é saudável. Ao optar por estar só, é um momento necessário do homem, onde haverá a oportunidade de rever situações, encontrar-se com seu interior, buscar o sentido para sua vivência, os símbolos e significados da própria existência.”

Segundo José Machado Pais, em seu livro *Rastros da Solidão*, “a solidão não é o pouso inevitável de quem está só. É, sobretudo, um sentimento de quem não pode assumir uma autonomia de vida, nem ajudas que preencham esse desígnio. Podemos estar sós sem que estejamos em solidão. E podemos viver um sentimento de solidão quando não estamos sós. Isso ocorre quando alguém, carente de relacionamentos, olha em seu redor e se vê entre estranhos ou indiferentes. A solidão diz respeito a um estado interior de subjetividade, enquanto que o estar só se refere mais a uma situação exterior visível e objetiva.”

Outro ponto extremamente relevante destacado pelo autor no seu livro nos remete as relações humanas, o caminho dessas relações no sec. XXI e a necessidade de pertencimento que cada um carrega dentro de si, seja hoje, na década ou no século passado. Ele diz “Se não houvesse a necessidade do outro não haveria lugar ao

sentimento de solidão. Ninguém se sente em solidão se não sente a necessidade da presença de alguém”

Observamos também em consultório e com muita frequência, uma postura muitas vezes, de certa “autossuficiência”, que pode ter vários significados em relação a solidão. Muitos que não estão em contato com a própria alma, podem ter passado por situações de rompimento de relações, perda de emprego e, neste momento, acreditam ser possível preencher esta carência com a tecnologia, seja o celular e seus diversos aplicativos, ou redes sociais. Tem início aí, o sentimento equivocado de suprir a tal carência supostamente vinda da solidão. Tal comportamento baseado em uma série de equívocos e pressupostos que a sociedade impõe, pode aumentar o tempo gasto nas redes sociais, deixar de frequentar reuniões em família ou amigos e um acarretar um isolamento cada vez maior.

No outro polo, temos pessoas em busca de encontrar alguém, qualquer alguém, elas acreditam que com alguém, serão felizes. Significa que tais pessoas, depositam todas as suas expectativas, sonhos, realizações, “no outro”. Ao mesmo tempo que muitas vezes a solidão não é elaborada, a tecnologia não está suprimindo, a busca de alguém também aparece, e aí vale tudo. A tecnologia como “companheira e aliada” nesta busca de “alguém”. As pessoas não conseguem entrar em contato consigo mesma.

Na verdade, lançam mão de vários métodos para encontrarem alguém, não importa muito quem e como seja. Esse comportamento nos mostra que não estamos preparados para a solidão, para o envelhecer com qualidade de vida. Só que as relações de casamento neste século mudaram, e muitas vezes as pessoas não perceberam. Hoje existe a busca de parceria (Flávio Gikovate), o amor tem outro sentido. Aí vem outra frustração. “Não encontro ninguém”

A tecnologia com relações virtuais, namoros e exposição, volta a ser a “válvula de escape”, a companheira.

Tecnologia e Redes Sociais

As redes sociais tornaram-se um gigante ponto de encontro de contatos superficiais, distorcidos e estereotipados. Através das redes sociais, cada um pode representar o papel que desejar, ser o que a “sociedade espera”, opinar (ou não) sobre determinado assunto e então, apropriar-se da repercussão do que foi exposto. É o oposto do que, segundo escreveu o filósofo grego Aristóteles (384-322 a.C.), de fato aproxima os amigos: “Eles precisam de tempo e de intimidade; como diz o ditado, não podem se conhecer sem que tenham comido juntos a quantidade necessária de sal.

É possível mensurar o impacto da tecnologia, das redes sociais, na maneira como as pessoas se relacionam? As redes sociais, de fato, diminuem a solidão? Sociólogos, psicólogos e antropólogos passaram a buscar uma resposta para essas perguntas e consideraram que essa comunicação não consegue compensar as necessidades afetivas mais profundas dos indivíduos.

Por definição, “uma rede social on-line é uma página disponível na internet em que é possível publicar um perfil público de si mesmo (nem sempre este perfil é verdadeiro, existem casos onde é criado o perfil ideal, ou seja, o imaginário) – com fotos e dados pessoais – e formar uma lista de amigos que também integram a mesma rede”*. Como em uma praça, um clube ou um bar, esse é o espaço

no qual as pessoas trocam informações sobre as novidades cotidianas de sua vida, destacam como estão se sentindo ou pensando naquele momento, mostram as fotos dos filhos e/ou parentes, comentam os vídeos caseiros uns dos outros, compartilham suas músicas preferidas e até descobrem novas oportunidades de trabalho. Tudo como as relações sociais devem ser em tese, mas com uma grande diferença: a ausência quase total de contato pessoal. Como identificar a linha tênue das redes sociais como um fator positivo que não conhece distância, língua ou fuso horário aproximando e reintegrando pessoas à grupos e/ou relacionamentos que o tempo e a distância separaram com o fator negativo de cada vez mais as pessoas se isolarem dentro de 4 paredes e viverem um mundo de faz de conta através da tela de um computador ou smartphone, sentindo-se até protegidos de uma impessoalidade que na realidade não existe, sendo o inverso a verdadeira realidade.

O sociólogo americano Robert Weiss escreveu, na década de 70, que existem dois tipos de solidão: a emocional e a social. Segundo Weiss, “a solidão emocional é o sentimento de vazio e inquietação causado pela falta de relacionamentos profundos. A solidão social é o sentimento de tédio e marginalidade causado pela falta de amigos ou de um sentimento de pertencer a uma comunidade”. Atualmente estudos conferem a tese de que as redes sociais podem diminuir a solidão social e, em contrapartida, aumentar a solidão emocional. Fato é que atravessamos uma era de extrema conectividade, em que as pessoas estão 24 horas conectadas, seja em redes sociais ou aplicativos de mensagens, conversando, rindo, trocando ideias, criando a falsa sensação de estar participando da vida de muitos amigos e de que a recíproca é verdadeira. Contudo, essa mesma pessoa não se desloca para encontrar o amigo aniversariante do dia, não liga para o outro que acabou de ser promovido ou não se preocupa em oferecer um abraço àquele que acaba de perder um ente querido. Acredita que seu papel foi exercido com êxito uma vez que se manifestou através das redes sociais. E, ao mesmo tempo, quando o inverso também é verdadeiro, acredita que seus amigos também estão “cumprindo” seu papel e vai reprimindo sentimentos e desejos além do que lhe é oferecido. Muitas vezes até se questiona o porquê de se sentir só se está sempre falando com várias pessoas ao mesmo tempo, seus posts sempre têm muitos likes e todos estão super antenados ao que está acontecendo na sua vida. É possível também observar nas empresas essa transformação. O home office já é uma realidade nas empresas mais inovadoras, as reuniões são feitas por conferências online ou por salas virtuais, apresentações de resultados e feedbacks são oferecidos através de chamadas de vídeo e os colaboradores trocaram o famoso happy hour pelo grupo da empresa no aplicativo de mensagens. É ali que brincam, extravasam, desabafam sobre seus líderes e comentam curiosidades da empresa.

Até que ponto a tecnologia avança, transforma vidas, acrescenta nas relações e em que ponto pode-se perceber valores distorcidos, relações humanas sendo relações humanas, com contato, aproximação, tratar bem o seu próximo, se colocar no lugar do outro e acreditar que o mundo ainda é o lugar em que podemos fazer a diferença, deixando nossa marca por onde passarmos.

É oportuno destacar Freud explicando sobre valores da vida no livro o mal-estar da civilização e comparar essa teoria com a questão de

valores invertidos com o domínio da tecnologia.

“É difícil escapar a impressão de que em geral as pessoas usam medidas falsas, de que buscam poder, sucesso e riqueza para si mesmas e admiram aqueles que os têm, subestimando os autênticos valores da vida. E, no entanto, corremos o risco, num julgamento assim genérico de esquecer a variedade do mundo humano e de sua vida psíquica. Existem homens que não deixam de ser venerados pelos contemporâneos, embora sua grandeza repouse em qualidades e realizações inteiramente alheias aos objetivos e ideais da multidão. Provavelmente se há de supor que apenas uma minoria reconhece esses grandes homens, enquanto a maioria ignora. Mas a coisa pode não ser tão simples, devido a incongruência entre as ideias e os atos das pessoas e à diversidade dos seus desejos.” A tecnologia nos traz à luz da era da informação, onde tudo é acessível, tudo é possível, não há limites. Entretanto, esse limite acaba sendo delimitado, silenciosamente, quando cada um, imerso na sua rede e concentrados na vasta lista de afazeres, vai deixando aos poucos o mundo real e se aprofundando cada vez mais em um mundo virtual, imaginário e cheio de possibilidades, que não suprem o fato de sermos humanos e necessitarmos de interações humanas. Não há como substituir o toque, um afago, um abraço; o cheiro, o sabor e a textura de uma roupa no corpo. Logo, não há como suprir sentimentos, desejos e necessidades.

Getúlio Pinto Santiago enfatiza em seu livro *Relações Humanas*, que “A Teoria das Relações Humanas determinou que as pessoas são motivadas pela necessidade de aprovação e reconhecimento social nas atividades grupais sociais em que convivem.”

Destaca-se no começo do artigo que o mundo envelheceu e que essas pessoas cresceram e amadureceram em um mundo completamente diferente do que enxergam hoje. Através delas provavelmente é possível reestabelecer conexão com as relações humanas de fato, bem como valores que acabaram distorcidos diante de um mundo de possibilidades, que só agregam quando realizadas sem interferir nas premissas, crenças e valores que cada ser humano carrega consigo.

Neste contexto, é desafiador não se perder diante da avalanche chamada tecnologia e com ela, tudo e todos que conhecemos seguem, de alguma forma, se adaptando as transformações. Essa é a linha que precisa ser cuidadosamente observada, pois aí é que começa a se perder valores e crenças construídos e passados de geração para geração.

Teoria das Necessidades de Maslow

Em meados da década de quarenta, Abraham Maslow (1908-1970) noticia a sua teoria sobre motivação. Tendo como apoio as suas observações como psicólogo, Maslow fundamentou a Teoria das Necessidades. Maslow (apud Bergamin, 2008) defende que praticamente todas as teorias históricas e contemporâneas de motivação se convergem na consideração das necessidades, impulsos e estados motivadores. Bergamini (2008) destaca que o modelo de Maslow propõe a noção de necessidade como fonte de energia das motivações existente no interior das pessoas. Segundo Maslow (1962) necessidade é, em síntese, a privação de certas satisfações. A teoria de Maslow propõe que os fatores de satisfação do ser humano dividem-se em cinco níveis ordenados em forma de pirâmide,

de, como ilustrado na Figura 1. A base da pirâmide compreende as necessidades de nível baixo, que são as necessidades fisiológicas e de segurança; o topo da pirâmide é constituído pelas necessidades de nível alto, representantes da busca pela individualização do ser, são as necessidades sociais, de estima e de autorealização. À medida que um nível de necessidade é atendido, o próximo torna-se dominante. Robbins (2002) define cada um dos níveis de necessidade da seguinte forma:

1. Fisiológicas: incluem fome, sede, abrigo, sexo e outras necessidades corporais.
2. Segurança: inclui segurança e proteção contra danos físicos e emocionais.
3. Sociais: Incluem afeição, aceitação, amizade e sensação de pertencer a um grupo.
4. Estima: Inclui fatores internos de estima, como respeito próprio, realização e autonomia; e fatores externos de estima, como status, reconhecimento e atenção.
5. Auto realização: a intenção de tornar-se tudo aquilo que a pessoa é capaz de ser; inclui crescimento, autodesenvolvimento e alcance do próprio potencial.

Figura 1: Pirâmide da Teoria das Necessidades de Maslow. Fonte: Robbins, 2002.

De acordo com Robbins (2002), a divisão da pirâmide em dois níveis é esclarecida pela diferença na natureza dos fatores de satisfação. As necessidades de nível baixo são satisfeitas a partir de fatores extrínsecos. Como exemplos de fatores extrínsecos nas organizações podem-se citar remuneração e benefícios, local de trabalho adequado e estabilidade no emprego; no geral, pode-se entender que, quando as empresas pagam salários mais altos os seus empregados terão a maioria das suas necessidades básicas atendidas. Já as necessidades de nível alto, são satisfeitas a partir de fatores intrínsecos, que, de acordo com Bergamini (2008), refere-se à necessidade de auto realização, que retrata a busca de individualização, ou seja, o objetivo que propõe atender a mais alta inspiração do ser humano, de ser ele mesmo, podendo usar de toda a sua potencialidade, sem abandonar sua individualidade.

Maslow destaca e argumenta que as necessidades de nível alto jamais conseguirão ser completamente satisfeitas, mantendo-se sempre como reduto de força motivacional.

Observamos que a inversão de valores e a dificuldade em relacionar se é presente em todos os públicos. Os fatores motivacionais que em outro momento contavam muito, não só no trabalho, mas na vida pessoal, hoje, parece estar totalmente sem um formato até então inteligível, com lógica. O mundo está envelhecendo, vivemos mais, mas esquecemos das relações sociais, da comunicação; fatores importantes na vida, apesar da tecnologia.

É possível perceber que hoje as relações estão sendo construídas e / ou mantidas em bases diferentes daquelas consideradas saudáveis e que de fato estabelecem uma relação, um vínculo. A valorização dos vínculos afetivos hoje está concentrada no uso da tecnologia (redes sociais, mensagens instantâneas) e cada vez mais afastada do contato pessoal, da aproximação das pessoas.

Este estudo continua, pois, a intenção é entender a relação da “solidão e tecnologia” e da “tecnologia em busca de um parceiro”.

Considerações Finais

Em tempos de informação acessível a todos através da tecnologia, cada vez mais o ser humano busca desenfreadamente por mais e mais conhecimento e, conseqüentemente deixa de lado ou alcança de forma distorcida outros fatores importantes que o compõem enquanto pessoa, como as relações afetivas.

Neste sentido, a solidão e a tentativa de preencher esse “espaço vazio” se tornam cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas e esse reflexo pode ser visto nos consultórios psicológicos, onde as queixas mais frequentes são a solidão, a depressão, os relacionamentos superficiais e as redes sociais como “válvula de escape”.

A teoria de Maslow possibilita a compreensão do ser humano e de suas necessidades e, mais do que isto, acredita no potencial de realização de todo ser humano através da satisfação de suas necessidades.

Esta teoria nos permite a compreensão do comportamento distorcido das pessoas apresentado no artigo através da utilização desmedida da tecnologia.

É necessária uma compreensão mais profunda dessa teoria, porém uma análise simplista já nos faz refletir acerca do tema e despertar não só a curiosidade como a devida atenção que o tema merece.

BIBLIOGRAFIA

- A Ferreira, CM Demutti. A Teoria das Necessidades de Maslow: A Influência do Nível Educacional Sobre a sua Percepção no Ambiente de Trabalho.2010. http://s3.amazonaws.com/academia.edu/documents/39156478/Teoria_de_Maslo.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1496109228&Signature=WTHciUigrJwFZVQ256NmL8Ulw3c%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DTeoria_de_Maslo.pdf (consulta em 27.05.2017 as 20h54)
- Freud, S. O mal-estar na civilização. Tradução de Paulo César de Souza. <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=uqcVTp01oMYC&oi=fnd&pg=PT5&dq=invers%C3%A3o+de+valores+nas+rela%C3%A7%C3%B5es+humanas&ots=2CRymRGiAA&sig=3QrFbEfy8dFTvFdyAV2hMYqSkpA#v=onepage&q&f=false> (consulta em 27.05.17 as 20h30)
- Pais, José Machado. Nos rastros da solidão. 3ª EDIÇÃO. 2016. https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=CTwODAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=solid%C3%A3o&ots=bCTFZZyvL_&sig=cx_zQI-yD0v1RBY967ABvguHnk-A#v=onepage&q=solid%C3%A3o&f=false (consulta em 27.05.17 as 20h16)
- Sampaio, Getúlio Pinto. Relações humanas a toda hora. Nobel. 2000. <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=4oXxMP21nMgC&oi=fnd&pg=PT12&dq=invers%C3%A3o+de+valores+nas+rela%C3%A7%C3%B5es+humanas&ots=7QVdQ7emGw&sig=0Ezusr4kcsr8Nss7S5BPYq1Jwvc#v=onepage&q&f=false> (consulta em 27.05.17 as 20h42)
- Schelp, Diogo. Universidade Federal de Juiz de Fora.2010. Nos laços (fracos) da internet. <http://www.ufjf.br/copese/files/2010/06/PROVA-DE-L%C3%8DNGUA-PORTUGUESA.pdf> (consulta em 27.05.2017 as 20h08)