

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?

From sexting to exposing intimate content on networks: How can gestalt therapy help in a case like this?

Maria Clara Duarte Mélo Freire

Universidade Federal de Alagoas

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

RESUMO

Este artigo buscou investigar a prática do sexting entre adolescentes e o impacto psicossocial do vazamento de conteúdos íntimos nas redes, tentando compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir num caso desses. Para isso, realizou-se uma pesquisa qualitativa e bibliográfica, embasada em artigos e capítulos de livros. O sexting foi tido como a produção e envio consensual de conteúdos sexuais, veiculados através das redes sociais. É um ajustamento criativo, um modo dos jovens revelarem e vivenciarem sua sexualidade, e possui um risco: o vazamento não consensual dos conteúdos eróticos e o julgamento social posterior a esse episódio. É comum que após esse vazamento, as vítimas sofram situações de bullying, cyberbullying e outras represálias, tendo sua saúde mental, sua vida escolar e familiar impactadas. Nesse sentido, a Gestalt-terapia pode contribuir com canais de escuta e cuidado, tendo a vítima, o núcleo familiar e a comunidade escolar como possíveis frentes de trabalho.

Palavras-chave: Sexting; Vazamento de conteúdos íntimos; Redes sociais; Gestalt-terapia.

ABSTRACT

This article sought to investigate the practice of sexting among teenagers and the psychosocial impact of leaking intimate content on networks, trying to understand how Gestalt therapy can contribute in such a case. To this end, qualitative and bibliographical research was carried out, based on articles and book chapters. Sexting was seen as the consensual production and sending of sexual content, disseminated through social networks. It is a creative adjustment, a way for young people to reveal and experience their sexuality,

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

and it has a risk: the non-consensual leaking of erotic content and the social judgment subsequent to this episode. It is common that after this leak, victims suffer situations of bullying, cyberbullying and other reprisals, having their mental health, school and family life impacted. In this sense, Gestalt therapy can contribute to channels of listening and care, with the victim, the family nucleus and the school community as possible work fronts.

Keywords: Sexting; Leakage of intimate content; Social media; Gestalt therapy.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

INTRODUÇÃO

Quando pensamos na adolescência, em geral, imaginamos que seja uma fase permeada por dores, desafios, mudanças e dilemas. Uma fase que muitos adultos e responsáveis temem por associá-la aos mais variados tipos de “condutas de risco” e “problemas”. No entanto, sob o viés gestáltico, sabemos que se trata de uma vivência autêntica, criativa e de múltiplas possibilidades, não se restringindo apenas a dores, desafios, riscos e dificuldades.

Isso se dá porque a Gestalt-terapia é uma abordagem holística, que nasce amparada na Teoria da Gestalt, na Teoria de Campo e na Teoria Organísmica, tendo ainda uma base existencial, fenomenológica e humanista. Ademais, surge no período pós-guerra, trazendo uma visão esperançosa de mundo, que ia além das angústias e agruras da época (RIBEIRO, 2011).

Fruto de muitos articuladores, entre eles, seus principais formuladores, Fritz Perls e Laura Perls, a Gestalt-terapia nasce considerando não apenas o que a pessoa traz como dificuldade e sofrimento, mas todas as suas potencialidades e possibilidades de ajustamento (FRAZÃO, 2015). O que requer olhar para os adolescentes de forma ampliada, indo além de suas características isoladas, de modo que questões sociais, emocionais, culturais, históricas e geográficas também possam ser contempladas (AGUIAR, 2014).

De modo que o adolescente seja visto como um todo, uma gestalt, um ser com estrutura, forma e organização própria, que se autorregula e atualiza a toda hora (JÚNIOR,

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

2010). Considerando que esse ser, essa totalidade, não existe apartado do mundo, mas inserido no mundo, num contexto mais amplo do qual faz parte (AGUIAR, 2014). Um contexto que engloba família, escola, professores, crushs, colegas, amigos, e uma série de modos de ser, se relacionar e fazer que aqui chamamos de ajustamentos criativos.

Esses ajustamentos são estratégias de autodefesa do organismo, modos de ser, se relacionar e viver que nos permitem tentar existir e atingir algum tipo de equilíbrio (RIBEIRO, 2011). E justamente por vir de histórias, contextos e experiências diferentes, não existe modo único de se ajustar e ser “adolescente”. Cada ser vive essa etapa da vida, se ajusta e atualiza de modo criativo e diferente.

Ou seja, nem todo “adolescência” é sinal de dor, risco e dificuldade, uma vez que é criativo e singular o modo de ser, se manifestar e vivenciar essa fase. Ademais, mesmo que nossos adolescentes vivenciem alguma dificuldade ou angústia, não podemos pensá-la apartada do mundo, mas como estratégia criativa e modo de ser e estar no mundo.

Devemos encarar suas dores e queixas não como algo que os define e simboliza quem são, mas como sinais de alerta, que nos indicam como estão, e de que modo buscam socorro e proteção (FRAZÃO, 2015). Desse modo, suas dores não são como forças isoladas que precisam ser coibidas e consertadas, mas tentativas de se ajustar e comunicar com o mundo, ainda que de maneira desorganizada (AGUIAR, 2014).

E cada dificuldade por eles enfrentada é como uma figura, uma parte que se destaca, mas que precisa de um fundo que possa contextualizá-la. Um fundo de experiências, relações

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

e ajustamentos criativos, que está diretamente vinculado ao contexto no qual se autorregulam, crescem e diferenciam (FRAZÃO, 2015).

Esse contexto precisa ser considerado, uma vez que que nossos adolescentes são seres de contato. Fazem contato com o mundo a todos momentos, e justamente devido a este contato, estão em constante estado de mudança e crescimento (POLSTER; POLSTER, 2001). E por vezes se deparam com situações geradoras de sofrimento. Situações que demandam escuta, cuidado e acolhimento, e um modo de atuar que contemple sua história, seu contexto sociocultural e familiar e seus diferentes modos de ser e tentar se autorregular.

Isso requer considerar que são atravessados por diversos estímulos e exigências, como o de praticar esportes, fazer amigos, escolhas profissionais e achar espaços de pertença (FERNANDES, 2013). Nesse ínterim, tentam se autorregular, e desenvolvem modos mais ou menos criativos e saudáveis de ser e se relacionar. Quanto mais fluidez manifestam em seu contato no mundo, mais saudável é o seu modo de agir e lidar com as demandas desse mundo. E quanto mais difícil e sofrido acham contatá-lo, mais reduzidas, cristalizadas e enrijecidas são suas tentativas de manejo e diálogo (AGUIAR, 2014).

A cada momento são afetados por algum estímulo no seu modo viver, em contato com algo que ressoa em seu ser. Seus contatos com o mundo e com os outros possibilitam a revisão de antigos valores e crenças e novos modos de se ajustar à vida e lidar com desafios e dilemas. Também contribuem para a aparição de novos desejos e responsabilidades, e uma gama de angústias e possibilidades (MIRABELLA, 2013).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Nessa etapa da vida, é comum que revejam introjetos, conceitos, normas, atitudes, modos de agir, sentir e pensar, que “pegam” do meio e engolem sem pensar (PERLS, 1988). De modo que crenças, condutas e regras sociais e familiares introjetadas passam a ser revistas e questionadas, dando abertura para outras formas de ser, agir e pensar, que por vezes destoam do núcleo familiar (ZANELLA; ANTONY, 2016).

Desse modo, é esperado que estejam mais “aware”, conscientes, de si, do que fazem, pensam, desejam e sentem, bem como das alterações de humor, das mudanças de seu corpo, de seu modo de ser e estar no mundo, e se relacionar com os outros. Sendo comum passarem por um processo de diferenciação e atualização da sua autoimagem, e darem mais importância à socialização entre os grupos de pares (POLSTER; POLSTER, 2001; FERNANDES, 2013).

Assim, podem preferir se conectar aos “grupos de iguais”, seja de forma presencial ou por meios digitais, se abrindo para todas as possibilidades de contato manifestas pelas redes sociais. O que significa ter acesso a novas experiências afetivas, cognitivas, sensoriais e ter mais liberdade para paquerar, namorar e manifestar seus desejos sexuais (ZANELLA; ANTONY, 2016).

Nesse ínterim, podem ser envolver com a prática do sexting, produzindo, enviando e trocando nudes, fotos e vídeos íntimos, entre os crushs, amigos e grupos de iguais, no intuito de paquerar e socializar usando as redes sociais. O que podemos considerar um tipo de ajustamento criativo, um modo de se relacionar e ser visto, desejado e querido, por meio de uma rede social e de uma tela cheia de filtros.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

O problema se dá quando essas imagens e conteúdos íntimos são vazados e rapidamente se espalham, gerando prejuízos de ordem psicossocial, que impactam a autoestima da vítima, sua dignidade, sua vida escolar e familiar, e os projetos de vida que tentava firmar.

Ainda que tais casos de sexting e vazamento de imagens íntimas sejam comuns entre adolescentes, há poucas pesquisas brasileiras que investiguem a temática, o que pode contribuir com a aparição de perspectivas reducionistas e apressadas (MANOEL et al., 2020).

Frente a isso, esse artigo buscou investigar a prática do sexting entre adolescentes e o impacto psicossocial do vazamento de conteúdos íntimos nas redes, tentando compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir num caso desses.

METODOLOGIA

A pesquisa bibliográfica é um apanhado geral dos principais trabalhos feitos sobre determinada temática, sendo capaz de fornecer dados atuais e relevantes relacionados a mesma (LAKATOS; MARCONI, 2003). Frente a isso, realizou-se uma pesquisa qualitativa, de natureza bibliográfica, que empreendeu uma revisão de materiais que abordassem a vivência do sexting na adolescência, o impacto psicossocial do vazamento não consensual de conteúdos íntimos nas redes, tentando compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir num caso desses.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Para isso, essa pesquisa se embasou em artigos a respeito da temática, achados nas bases de dados Scielo, Pepsic, Google Acadêmico e em revistas virtuais de Gestalt-terapia, como a revista IGT na Rede.

Ainda assim, percebeu-se uma dificuldade inicial em encontrar materiais referentes a vivência do sexting entre adolescentes, especialmente na perspectiva gestáltica, o que indica que esta temática precisa ser mais pesquisada.

Assim, a autora usou como critérios de inclusão: artigos, cartilhas e materiais escritos em português, priorizando aqueles que abordassem alguns dos temas escolhidos: “sexting na adolescência”, “sexting e revenge porn”, “sexting e violência de gênero”, “adolescentes e risco de vazamento de imagens íntimas”, “uso da internet à luz da Gestalt-terapia”. As produções que não se adequaram a esses critérios foram descartadas.

Ademais, foram feitas pontuações e reflexões inspiradas na atuação da autora como psicoterapeuta e psicóloga escolar, especialmente ao se atentar a estratégias de cuidado e prevenção que podem ajudar.

A análise de dados se deu embasada na Análise de conteúdo de Bardin, um conjunto de técnicas de análise das comunicações, que permite a classificação e organização das informações em categorias, classes de conteúdo que reúnem um grupo de elementos, que têm características em comum (BARDIN, 1977). Por meio desse processo de análise chegou-se às seguintes categorias, a ser exploradas a seguir: sexting entre adolescentes; o impacto

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

psicossocial do vazamento de conteúdos íntimos; como a Gestalt-terapia pode contribuir nesse caso.

DISCUSSÃO E DESENVOLVIMENTO

Sexting entre adolescentes

Sexting. Palavra estranha, estrangeira, incomum, desconhecida por muitos adolescentes e jovens adultos. E ao mesmo tempo, uma prática bastante comum e conhecida entre esse público. Uma prática que envolve a produção e a partilha de conteúdos eróticos e íntimos. Vídeos, fotos e mensagens: um universo de conteúdos eróticos e possibilidades.

A expressão “sexting” deriva da junção de duas palavras de origem inglesa: sex, que significa sexo, e texting, torpedão, e começou com o envio de mensagens de texto de caráter sexual. Foi citada pela primeira vez em 2005, por uma jornalista que noticiou o caso de uma atleta que teve suas mensagens de texto, de teor erótico, descobertas e divulgadas (MANOEL et al., 2020).

Atualmente, não se restringe apenas à troca de mensagens de texto provocantes e sensuais, mas à produção, envio e troca consensual de conteúdos eróticos e sexuais, veiculados através de dispositivos tecnológicos e plataformas digitais. Essa prática tende a englobar a exposição de si, da própria imagem e do próprio corpo, em cenas de nudez, poses sensuais e até atos sexuais, registradas em fotos e vídeos íntimos, compartilhados nas redes sociais.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

No Brasil, a palavra sexting tende a estar associada ao envio de “nudes”, gíria que os jovens usam para se referir à produção e envio de fotos íntimas expondo o próprio corpo ou partes do corpo (SOUZA; LORDELLO, 2020). É comum que envolva cenas de nudez e mensagens de texto com convites e brincadeiras sensuais, enviadas para namorados, crushs, e amigos, pessoas do próprio grupo etário em quem confiam (CUNHA; NEJM, 2015).

É uma prática característica de uma geração que valoriza a opinião do grupo em detrimento da dos pais e dos demais adultos, que busca a própria verdade e está vivenciando sua sexualidade (ZANELLA; ZANINI, 2013). Uma geração hiperconectada e multitarefa, que se relaciona pelas redes sociais e faz tudo depressa, vivendo num ambiente cercado de câmeras, aparelhos digitais, estímulos audiovisuais e telas (FERNANDES, 2013).

O acesso à internet, às redes sociais e o avanço tecnológico contribui para o fenômeno, uma vez que o processo de troca de posts, fotos, vídeos e mensagens tem sido cada vez mais fácil, comum, rápido e dinâmico. E possibilita à geração jovem novas formas de ser, se comunicar, fazer amigos, paquerar, e viver amores reais e platônicos.

E como entendemos os adolescentes como seres de relação, precisamos considerar os mais diversos tipos de ajustamento criativo que realizam em reação ao meio em que estão. Precisamos considerar que usam a internet e as redes sociais com frequência, em busca de amigos, crushs, amores, relacionamentos, e comunidades com as quais possam partilhar seus maiores desejos e sentimentos (ZANELLA; ZANINI, 2013).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Nesse sentido, o sexting surge como uma possibilidade desses jovens revelarem e vivenciarem a própria sexualidade. Podendo se valer da prática para se divertir, flertar, atrair novos parceiros, iniciar uma atividade sexual e se expressar (MANOEL et al., 2020). Outras motivações para tal prática é a pressão exercida por crushs, parceiros ou grupos de pares, e o fato do sexting ser “moda” em séries e filmes populares e entre os jovens da mesma idade (SOUZA; LORDELLO, 2020).

Assim como toda conduta humana e ajustamento criativo, a prática do sexting também envolve riscos. E o maior risco que seus praticantes tendem a enfrentar é o vazamento não consensual dos conteúdos íntimos que decidiram enviar. Ou seja, a exposição descontrolada das mensagens, imagens, nudes e vídeos de teor íntimo e erótico e o julgamento social que se segue após esse episódio.

Ainda que no mundo jovem a prática do sexting seja comum e até querida, no mundo dos adultos, especialmente dos pais e responsáveis, essa prática ainda é pouco conhecida e permeada por diversos estereótipos e estigmas, sendo alvo de muita tensão, polêmica e críticas.

Após a exposição não consensual dos conteúdos eróticos é comum que ocorram represálias, condenações morais, e situações de assédio, intimidação, zombaria, cyberbullying e desqualificação. Ainda assim, o sexting deve ser tratado com cuidado, como um fenômeno complexo e cultural, que é dotado de riscos e benefícios, e não pode ser taxado de forma rígida como negativo ou positivo. É preciso considerar que muitos adolescentes o consideram uma forma divertida e alternativa de se relacionar, flertar e namorar (MANOEL et al., 2020).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Desse modo, podemos pensar no sexting como um tipo de ajustamento criativo, uma forma de ser, se expressar e relacionar, e se sentir visto, desejado e querido, ainda que esse ajustamento ofereça alguns riscos. E não se trata de uma prática individualizada, que surge do nada, “solta” no mundo, mas sim de uma conduta social e cultural, imersa e produzida no mundo, que os jovens tendem a cultivar, postar, trocar, visualizar, compartilhar e atualizar *juntos*.

O impacto psicossocial do vazamento de conteúdos íntimos

Mesmo que entre os jovens, o sexting seja uma prática comum e conhecida, ele oferece um risco para quem o pratica. O risco do vazamento dos conteúdos íntimos enviados, conteúdos que deviam ficar apenas entre o emissor (o jovem) e seu receptor (o amigo ou o crush), mas que foram expostos de modo abrupto e descontrolado, sem que ninguém tivesse lhe consultado.

Na comunidade adolescente, esse risco dificilmente é considerado, uma vez que os conteúdos íntimos são enviados e partilhados entre crushs, amigos e namorados, ou seja, entre os mais “chegados”. E a própria prática do sexting é considerada um sinal de interesse e confiança no destinatário, um sinal de que o conteúdo íntimo ficará “apenas entre nós” e não será vazado.

Infelizmente, casos de pornografia da vingança também são bastante conhecidos. Casos em que os vídeos e imagens íntimas são vazados após o término da relação ter ocorrido

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

(MANOEL et al., 2020). Em geral, esses conteúdos são postados por ex-crushs e ex-namorados em grupos virtuais, e por sua vez são compartilhados e repassados infinitas vezes por cada usuário que teve acesso à conversa através das redes sociais (BASSO, 2016).

Tal conduta é grave, pois o compartilhamento virtual do sexting é feito sem autorização, com a intenção de se vingar da vítima pelo fim da relação. É o tipo violência virtual que mais atinge mulheres, sendo empreendido com a intenção de difamar, constranger e ameaçar a vítima, tornando-a alvo de desqualificação social e críticas (BORELLI; ZAMPERLIN, 2018).

A pior consequência para esse tipo de violência é que, possivelmente, esse conteúdo íntimo vazado nunca mais será apagado, e a vítima viverá em constante desconfiança, com medo de que esse conteúdo seja novamente citado e compartilhado (BARRETO et al., 2018).

E entre a comunidade jovem, o vazamento dos conteúdos íntimos pode se constituir como um risco social, repercutindo em sua vivência nos mais diversos contextos de desenvolvimento, especialmente em instituições de ensino formal (MANOEL et al., 2020).

É comum que após o vazamento de fotos e vídeos íntimos, as vítimas em idade escolar sintam medo, vergonha, tristeza, frustração e constrangimento. E sofram algum tipo de crítica, rejeição ou julgamento, fatores que podem afetar sua permanência na escola, sua convivência entre pares e seu rendimento.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Quando pensamos no perfil das vítimas e na reação social ao vazamento, percebemos que existe aí uma problemática de gênero. Mulheres e meninas tendem a ser mais coagidas e pressionadas a enviar nudes e vídeos íntimos para crushs e namorados, e a sofrer mais represálias e punições quando estes conteúdos são vazados e compartilhados (BARRETO et al., 2018; MANOEL et al., 2020).

Enquanto os garotos são vistos como másculos ou não sofrem nenhum tipo de punição, as garotas relatam serem vistas como responsáveis pelo sexting e sua divulgação, além de sofrer com a perda de reputação (SOUZA; LORDELLO, 2020). Não é tão incomum que sofram slut shaming, um tipo de bullying direcionado a degradar, insultar e humilhar as mulheres, sendo vistas como provocativas e promíscuas pelo simples fato de terem uma vida sexual ativa (MANOEL et al., 2020).

Também é comum que sejam vítimas de bullying, cyberbullying e assédio online, sendo alvo de piadas, palavras maldosas, insultos, rumores, solicitações indevidas de sexo, e manipulação de sua imagem pessoal, ataques abusivos e intrusivos, mediados por algum tipo de tecnologia e rede social (SOUZA; LORDELLO, 2020).

Uma prática recorrente entre os bullies, seus agressores virtuais, é que criem memes, montagens, e até mesmo figurinhas, deixando a vítima exposta a uma situação condenatória e vexatória, a partir do vazamento de suas mensagens e imagens íntimas. É uma prática que em vez de acolher e auxiliar a vítima, contribui para que continue a ser alvo de represálias, piadas, críticas e atitudes abusivas.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

O vazamento das imagens íntimas e o tratamento desrespeitoso prestado às vítimas tem um impacto significativo sobre sua saúde mental e sua qualidade de vida. Pode afetar sua autoestima e sua autoconfiança, gerando vergonha, medo do julgamento e dificuldade de iniciar outros tipos de relacionamento (LUCA; PESSOA, 2023).

Ademais, adolescentes vítimas da exposição de imagem íntima não consentida, podem se sentir isolados, temerosos e desestimulados sobre os estudos, sendo comum que se ausentem mais vezes, diminuam o desempenho e até pratiquem evasão escolar no futuro. Também estão mais propensos a se envolver em brigas e em outras situações de risco, sendo comum se isolar e se sentir rotulados e deprimidos, podendo ocorrer, em casos extremos, pensamentos de morte e tentativas de suicídio (MANOEL et al., 2020).

Como em Gestalt-terapia entendemos o adolescente como uma totalidade, não consideramos apenas o adolescente, o conteúdo postado, a motivação, ou os sentimentos envolvidos após a postagem. Precisamos nos atentar a como se sentem, como lidam, o que fazem, mas também precisamos ficar atentos a como os outros, do seu meio circundante (família, colegas, amigos, professores) também reagem. Uma vez que estes adolescentes não postam, são expostos, julgados ou sofrem isolados, apartados do mundo, mas em contato com um meio e uma comunidade com a qual vivem e sofrem junto.

Em muitos casos, os pais e responsáveis desconhecem a prática do sexting e as motivações e desejos envolvidos, tendo dificuldade de entender o fenômeno, o comportamento dos filhos, e de enxergá-lo como algo diferente de uma conduta de risco.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Mediante isso, podem julgar e condenar a prática e ao mesmo tempo se sentirem responsáveis por tudo ter ocorrido sem que suspeitassem de nada.

Vale pontuar que os danos causados pelo vazamento não consensual de conteúdos íntimos não afetam apenas a vítima e sua vida escolar, mas também pais, irmãos e todos integrantes do seu núcleo familiar. Esse vazamento pode inclusive se tornar motivo de “piada” e represália nos contextos que a família frequenta, gerando uma sensação constante de desconforto e mal estar dentro e fora do trabalho, da escola e dos seus grupos de convivência (BARRETO et al., 2018).

Ademais, o círculo social do adolescente pode ficar reduzido, sendo comum que sofra críticas e represália dos colegas e seja afastado do grupo de amigos. O que contribui para a recorrência de sentimentos de ansiedade, vergonha, tristeza, e solidão, e para o desejo de matar aula, ou mudar de escola, após serem vítimas de tanta exposição.

Desse modo, podemos pensar que o impacto psicossocial do vazamento dos conteúdos postados é influenciado pelo tipo de repercussão social que é gerado e pelo apoio que é disponibilizado. Se o adolescente passa a ser criticado e penalizado por professores e familiares, e excluído e ridicularizado por colegas, crushs, e amigos, não é de se estranhar que este chegue a pensar em evasão escolar ou até mesmo suicídio, sendo importante pensar em formas de acolher esse jovem e prevenir esse tipo de conduta de risco. E a Gestalt-terapia pode dar um suporte neste sentido, como será visto.

Como a Gestalt-terapia pode contribuir nesse caso

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Uma pesquisa feita pela Unicef, em 2018, com meninas de 13 a 18 anos que admitiram a prática do sexting e tiveram suas imagens íntimas vazadas, 80% relataram se sentir culpadas, 30% se sentiram tristes e solitárias, 26% cogitaram fazer algum dano ao próprio corpo, 27% pensaram em acabar com a própria vida, 3,8% mudaram de escola e 1% mudou de cidade, após ser alvo de represálias e críticas (SOUSA, 2019).

Ou seja, em todos os casos em que houve sexting e vazamento, houve alguém sendo exposta a crenças e atitudes condenatórias e consequentemente sofrendo. Houve alguém se sentindo angustiado e solitário e demandando escuta e acolhimento. Que é o que em Gestalt-terapia, nós fazemos e oferecemos. Nós nos pomos a disposição para acolher o outro e ficar junto enquanto este está sofrendo. Sem pressa, pressão, sermão ou ar de julgamento.

E quando pensamos na situação de vazamento de imagens íntimas, sabemos que não é apenas a vítima que está sofrendo, em geral, todos os membros do núcleo familiar estão fragilizados, em sofrimento. Demandando escuta, orientação e acolhimento. Uma abordagem que preze pela empatia e pelo não julgamento.

E esse é um trabalho árduo, que requer de nós, psicólogos, uma postura dialógica e fenomenológica, de abertura, empatia, interesse, cuidado e aceitação, com o desejo genuíno de ir ao encontro do outro, sem julgar ou invalidar o que este diz, faz ou traz para a relação (HYCNER, 1995). O que implica nos colocarmos “entre parênteses”, que “esqueçamos” tudo o que sabemos de nós e do outro, para que aí sim possamos ouvir e acolher esse outro, sem nenhum julgamento ou pressuposto (RIBEIRO, 2011).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Trata-se de uma postura aberta ao diálogo, que busca compreender em vez de explicar, que se atenta a como a pessoa se sente, enxerga a situação e tenta lidar, e não no por que ela chegou aonde está, no por que enviou imagens e vídeos íntimos que agora vazaram e estão expostos em todo lugar.

Partimos do pressuposto de que se a postura do adulto e da sociedade frente ao adolescente é de criticar, reprimir e proibir, dificilmente ele conseguirá confiar em nós ou tentará se abrir, sendo pouco provável que nos confidencie os acontecimentos que lhes trouxeram até ali (MANOEL et al., 2020).

Esse dado é confirmado pela pesquisa da Unicef, na qual as meninas vítimas de vazamento de imagens íntimas relataram não ter contado a ninguém do ocorrido ou terem preferido procurar a ajuda de um amigo. Das pesquisadas, poucas buscaram discutir o problema com a escola e com a família, devido ao sentimento de culpa e ao medo de sofrer mais represálias e críticas (SOUSA, 2019).

Esses dados nos mostram a necessidade de se fazer um trabalho de escuta e conscientização não apenas com a vítima, mas junto à escola e aos demais membros da família. É preciso que criemos canais de escuta, troca e acolhimento, para que entendamos como todos estão funcionando, se relacionado e lidando com as consequências do vazamento e que tipo de trabalho podemos propor a partir daquele momento.

A **primeira frente** de escuta e cuidado deve ser prestada à **vítima**. Ela precisa ser a primeira a ser ouvida e acolhida. E a ouvir de um adulto cuidadoso que ela foi vítima de um

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

ato criminoso, e justamente por isso, por ser vítima, não merece ser condenada ou punida.

Então não nos cabe dar sermão nem fazer críticas.

Essa primeira frente de cuidado prestada à vítima se mostra necessária, especialmente quando pensamos na alta probabilidade que esta tem de ser alvo de bullying, cyberbullying e outras atitudes condenatórias e abusivas. É preciso que estejamos atentos a como se sente e tem conduzido sua vida, e se manifesta condutas de risco, como sinais de autolesão ou ideação suicida.

Para isso, precisamos estabelecer com o adolescente um vínculo afetivo, uma espécie de aliança, compreendendo seus sentimentos, maiores temores e dilemas, e validando as dores e dificuldades que este enfrenta (MIRABELLA, 2013). Precisamos considerar que seus vínculos estão fragilizados, que podem se sentir temerosos e desestimulados sobre a escola, e que podem até considerar mudar de ambiente e de projeto de vida após ter suas imagens íntimas expostas (MANOEL et al., 2020; SOUZA; LORDELLO, 2020).

É importante que estejamos disponíveis para acolher sentimentos de culpa, vergonha, medo, tristeza, choro, vazão e raiva, e qualquer via afetiva que seja manifestada. Entendendo que a vivência da vítima é única e sagrada e merece ser acolhida e respeitada (ALMEIDA, 2010). Também é interessante que a vítima seja estimulada a falar com os responsáveis e pedir ajuda, de modo que consiga lidar com a situação, sem tanto medo, desespero ou culpa (BORELLI; ZAMPERLIN, 2018).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Também é preciso que trabalhemos com muitos introjetos, falas acusatórias, insultos e crenças sexistas que foram produzidas, ouvidas e engolidas pela vítima. A crença sexista mais frequente é a de que ao praticar sexting, a vítima apresentou uma atitude culposa e promíscua, e de que justamente por isso merece ser punida. Essa crença contribui para o fomento de episódios de cyberbullying e desrespeito à vítima, e para a aparição de problemas de saúde mental e ideações suicidas, precisando ser compreendida, explorada e desconstruída.

Como toda introjeção, essa crença foi produzida no mundo, entre seres de relação. Justamente por isso, é passível de diálogo e de desconstrução através da via da escuta e da conscientização. Como o vazamento de imagens íntimas é um fenômeno complexo, todos devem ser ouvidos e convidados a dialogar. Inclusive a família e os demais membros da comunidade escolar.

Nesse sentido, apontamos como **segunda frente** de escuta e cuidado o **núcleo familiar**. Ou seja, os pais e responsáveis devem ser convidados para um momento de escuta, orientação e diálogo. Especialmente nos primeiros momentos após as imagens e vídeos íntimos terem sido vazados, que é um momento em que tanto a vítima quanto sua família encontram-se mais fragilizados.

Nosso papel nesse momento inicial é acolher a família e seu estilo de interação, tentando identificar valores, crenças, sentimentos e conflitos envolvidos, e qualquer questão que seja trazida à tona durante a intervenção (FERNANDES, 2013). Ademais, os familiares e a própria vítima da exposição precisam conhecer os encaminhamentos possíveis para lidar com a situação. Devem ser orientados a se dirigir ao Conselho Tutelar e a uma delegacia de

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

polícia para realizar o boletim de ocorrência, a fim de denunciar o crime e requerer medidas protetivas de urgência (BORELLI; ZAMPERLIN, 2018; MANOEL et al., 2020).

É interessante que a família como um todo tenha sua própria rede de apoio, uma vez que tende a sofrer junto com a vítima o peso social de represálias e críticas. Não raro, os pais e responsáveis se mostram confusos, tristes, desapontados, e perdidos, necessitando de escuta e orientação, e até mesmo apoio psicoterápico, nesse período.

Desse modo, é essencial que sejam orientados a manter entre si um canal de escuta e diálogo, além de cultivar práticas de autocuidado, sendo inclusive estimulados a buscar apoio psicológico para si e para a vítima, caso achem necessário (BORELLI; ZAMPERLIN, 2018).

E como a vítima adolescente não está só no mundo, mas entre colegas, amigos e pares, também precisamos interagir com essa comunidade. Precisamos considerar que muitos colegas e conhecidos podem julgar a vítima, praticar bullying e tentar lhe isolar, afetando, ainda que indiretamente, sua saúde mental, seu rendimento na escola, e sua permanência neste lugar. Justamente por isso, para prevenir situações de bullying, exclusão e evasão escolar, propomos como **terceira frente** de cuidado a **comunidade escolar**.

A própria Unicef corrobora a importância de fomentar iniciativas de trabalho na escola. Pontua que os educadores têm um papel fundamental na promoção de espaços de escuta e diálogo, podendo discutir sobre o uso consciente das tecnologias, a prática do sexting, o risco do vazamento de imagens íntimas, e incluir informes sobre os canais de denúncia e apoio disponíveis para as vítimas (SOUSA, 2019).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Materiais disponíveis na mídia, como séries e filmes, que abordem o sexting e o cyberbullying, são recursos muito úteis na discussão dessas temáticas e de questões difíceis de serem acessadas. Podem gerar muitas significações e interpretações entre os jovens, revelando situações similares do seu dia a dia, e produzindo momentos de reflexão, afetação, expressão e partilha (LORDELLO; SOUZA; COELHO, 2019).

Mas para que os educadores estejam a frente desse tipo de trabalho, estes devem ser previamente preparados, sendo incluídos em rodas de escuta, orientação e diálogo. Especialmente frente a eminência ou ocorrência de algum caso de estudantes que tiveram suas imagens e vídeos íntimos vazados. É interessante que entendam o uso das tecnologias e das redes sociais, a prática do sexting entre os jovens, as motivações e questões psicossociais envolvidas na prática, e sejam instruídos sobre como agir, prevenir e discutir essas questões dentro e fora da sala de aula.

Diante disso, algumas frentes de orientação e diálogo tem sido criadas, com a intenção de dar suporte às escolas e educadores que desejam trabalhar essa temática. Uma dessas frentes é a oferta da disciplina de Cidadania Digital, uma iniciativa da Safernet Brasil em parceria com o Governo do Reino Unido, que prepara educadores e equipes pedagógicas para prevenir violências online, desenvolver habilidades e estimular o uso seguro e responsável das tecnologias, de modo que a comunidade escolar aprenda a usar as redes sociais com mais respeito e empatia (SAFERNET, 2023).

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Enfatizamos a importância de iniciativas desse tipo, de cursos que abordem segurança e privacidade na Internet, relacionamentos seguros online, e bem-estar e saúde emocional, de modo a contribuir para que educadores e estudantes possam enfrentar os desafios do mundo digital (SAFERNET, 2023). Podemos pensar nessas iniciativas como tentativas de ajustamento criativo, modos de reagir a um contexto sociocultural cada vez mais globalizado, conectado e competitivo, que demanda de nós formas de promover diálogo e prevenir condutas de risco.

Vale pontuar que seja atuando junto à vítima do vazamento de imagens íntimas, seja lidando com a família ou a comunidade escolar, nosso papel principal é acolher, escutar, orientar e dialogar. E buscar outras formas de contribuir e atuar. É uma prática que requer empatia, disponibilidade e não julgamento, e que deve ser prestada e atualizada a todo momento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Frente a tantos casos de adolescentes que praticam sexting e tem suas imagens íntimas vazadas, esse artigo buscou investigar a prática do sexting entre adolescentes e o impacto psicossocial do vazamento de conteúdos íntimos nas redes, tentando compreender como a Gestalt-terapia pode contribuir num caso desses.

O sexting foi compreendido como um tipo de ajustamento criativo, uma forma de ser, se expressar e relacionar, e se sentir visto, desejado e querido, por meio de uma rede social e

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

de uma tela cheia de filtros. Ademais, surge como uma possibilidade dos jovens revelarem e vivenciarem a própria sexualidade.

Assim como toda conduta humana e ajustamento criativo, a prática do sexting também envolve riscos. E o maior risco que seus praticantes tendem a enfrentar é o vazamento não consensual dos conteúdos íntimos que decidiram enviar. Ou seja, a exposição descontrolada das mensagens, imagens, nudes e vídeos de teor íntimo e erótico e o julgamento social que se segue após esse episódio.

É comum que após o vazamento de fotos e vídeos íntimos, as vítimas em idade escolar sintam medo, vergonha, tristeza, frustração e constrangimento. E sofram algum tipo de crítica, rejeição, bullying ou julgamento, fatores que podem afetar sua permanência na escola, sua convivência entre pares e seu rendimento.

E quando pensamos na situação de vazamento de imagens íntimas, sabemos que não é apenas a vítima que está sofrendo, em geral, todos os membros do núcleo familiar estão fragilizados, em sofrimento. Demandando escuta, orientação e acolhimento. Uma abordagem que preze pela empatia e pelo não julgamento.

Frente a isso, os Gestalt-terapeutas podem atuar em três frentes de trabalho, criando canais de escuta, diálogo e cuidado. A primeira frente deve ser prestada à vítima, que se encontra fragilizada e necessita ser ouvida e acolhida. A segunda frente prestada à família, que tende a sofrer junto situações de represálias e críticas. E a terceira frente prestada à

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

comunidade escolar, com o intuito de prevenir situações de bullying, cyberbullying, sofrimento psíquico e evasão escolar.

Tal trabalho requer do Gestalt-terapeuta uma postura dialógica e fenomenológica, de acolher, escutar, orientar e conscientizar e dar espaço para que todos possam dialogar. O que requer abertura, respeito, empatia, acolhimento e práticas que promovam o diálogo, o cuidado e o não-julgamento.

Espera-se que este artigo tenha proporcionado um diálogo mais aberto e cuidadoso sobre a prática do sexting entre adolescentes e o impacto deixado pelo vazamento das imagens íntimas, prevenindo olhares e atitudes discriminatórias e reducionistas, e possibilitando outras formas de atuar e auxiliar as vítimas e suas famílias.

No entanto, esta produção não esgota a possibilidade de que outros relatos e estudos sejam feitos sobre a temática, servindo de convite para que outras pesquisas sejam realizadas e outras possibilidades de manejo possam ser partilhadas.

REFERÊNCIAS:

Aguiar, L. (2014). *Gestalt-terapia com crianças: Teoria e prática*. Summus.

Almeida, J. M. T. de. (2010). Reflexões sobre a prática clínica em Gestalt-terapia: Possibilidades de acesso à experiência do cliente. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 16(2), 217–221. <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735614012.pdf>

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Edições 70.

Barreto, K. A., Pereira, C. G., & Ferreira, A. C. F. (2018). *Revenge porn*: Crime rápido, consequências perpétuas. *Revista Extensão*, 2(1), 42–48.

<https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/1175/860>

Basso, F. S. (2016). Reflexões sobre a internet à luz da Gestalt-terapia. *Revista IGT na Rede*, 13(25), 273–297. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/igt/v13n25/v13n25a7.pdf>

Borelli, A., & Zamperlin, E. (2018). *Cartilha sexting, nudes e revenge porn*. Opice Blum Academy.

<https://opiceblumacademy.com.br/wp-content/uploads/2022/12/Versao-Online-Sexting-nudes-e-revenge-porn-editado.pdf>

Cunha, J. A., & Nejm, R. (Orgs.). (2015). *Diálogo virtual 2.0: Preocupado com o que acontece na internet? Quer conversar?* Safernet Brasil.

https://new.safernet.org.br/sites/default/files/content_files/Di%C3%A1logo_Virtual_Low_Web_SN_Unicef_PFDC_CGL.pdf

Fernandes, M. B. (2013). A consulta clínica com pais de adolescentes em Gestalt-terapia. In R. Zanella (Org.), *A clínica gestáltica com adolescentes: Caminhos clínicos e institucionais* (pp. 31–58). Summus Editorial.

Frazão, L. M. (2015). Compreensão clínica em Gestalt-terapia: Pensamento diagnóstico processual e ajustamentos criativos funcionais e disfuncionais. In L. M. Frazão & K. O. Fukumitsu (Orgs.), *A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia* (pp. 65–80). Summus Editorial.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Freitas, J. R. C. B. (2016). A relação terapeuta-cliente na abordagem gestáltica. *Revista IGT na Rede*, 13(24), 85–104. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/igt/v13n24/v13n24a06.pdf>

Hycner, R. (1995). *De pessoa a pessoa: Psicoterapia dialógica*. Summus.

Júnior, F. A. B. M. (2021). Da teoria à terapia: O jeito de ser da Gestalt. *Revista Interdisciplinar NOVA/FAPI*, 3(1), 49–53.

<https://www.yumpu.com/pt/document/read/15887033/da-teoria-a-terapia-o-jeito-de-ser-da-gestalt-novafapi>

Lakatos, E. M., & Marconi, M. A. (2003). *Fundamentos de metodologia científica* (5ª ed.). Atlas.

Lordello, S. R., Souza, L., & Coelho, L. A. M. (2019). Adolescentes e redes sociais: Violência de gênero, sexting e cyberbullying no filme *Ferrugem*. *Nova Perspectiva Sistêmica*, (65), 68–81. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/nps/v28n65/v28n65a06.pdf>

Luca, L. A. F., & Pessoa, A. S. G. (2023). Caracterização das vítimas de divulgação não consensual de imagens íntimas na adolescência. *Psicologia em Pesquisa*, 17, 1–29. <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/37622>

Manoel, D. F., Lopes, F. L., & Moreira, D. P. (2020). *Sexting* e adolescência: A emergência de novos temas para a psicologia do desenvolvimento. *Revista da SPAGESP*, 21(1), 37–50. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v21n1/v21n1a04.pdf>

Mirabella, A. M. (2013). Afetividade na adolescência. In R. Zanella (Org.), *A clínica gestáltica com adolescentes: Caminhos clínicos e institucionais* (pp. 11–30). Summus Editorial.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Perls, F. (1988). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia* (2ª ed.). LTC.

Polster, E., & Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia integrada*. Summus.

Ribeiro, J. P. (2011). *Conceito de mundo e de pessoa em Gestalt-terapia: Revisitando o caminho*. Summus.

Safernet. (2013). *Em 2024, promova a segurança e a cidadania digital na sua escola!*

<https://cidadaniadigital.org.br/>

Sousa, J. (2019). *Caretas: Adolescentes e o risco de vazamento de imagens íntimas na Internet*. UNICEF.

https://www.unicef.org/brazil/media/1671/file/Adolescentes_e_o_risco_de_vazamento_de_imagens_intimas_na_internet.pdf

Souza, L., & Lordello, S. R. M. (2020). *Sexting e violência de gênero entre jovens: Uma revisão integrativa de literatura*. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 36, 1–10.

<https://www.scielo.br/j/ptp/a/8S7fs9cdX5BPPq37nCKJvHS/?format=pdf&lang=pt>

Zanella, R., & Zanini, M. E. B. (2013). Atendendo adolescentes na contemporaneidade. In R. Zanella (Org.), *A clínica gestáltica com adolescentes: Caminhos clínicos e institucionais* (pp. 59–76). Summus Editorial.

Zanella, R., & Antony, S. (2016). Trabalhando com adolescentes: Reconstruindo o contato com o novo eu emergente. In L. M. Frazão & K. O. Fukumitsu (Orgs.), *Modalidades de intervenção clínica em Gestalt-terapia* (pp. 83–109). Summus Editorial.

Freire, M. C. D. M. - “Do sexting à exposição de conteúdos íntimos nas redes: como a gestalt-terapia pode contribuir num caso desses?”

Maria Clara Duarte Mélo Freire

Universidade Federal de Alagoas

Correspondência: mcduartemelo@gmail.com