



Adolescência conectada: estratégias parentais de mediação do uso da tecnologia

Daniela Seraphim Gonçalves

Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Rio de Janeiro, Brasil

<https://orcid.org/0009-0005-3557-7162>

Andrea Seixas Magalhães

Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Rio de Janeiro, Brasil

<https://orcid.org/0000-0003-2992-9844>

Mariana Gouvêa de Matos

Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Rio de Janeiro, Brasil

<https://orcid.org/0000-0001-9289-5419>

Introdução

A intensa presença dos aparelhos digitais no cotidiano dos sujeitos é notável. Na atualidade, a tecnologia nos cerca a todo instante. Presencia-se cenas cotidianas nas quais vemos adolescentes no ônibus digitando rapidamente inúmeras mensagens de texto, famílias nos restaurantes com cada integrante olhando para o seu aparelho celular, crianças gravando dancinhas do *Tik Tok* no horário do recreio da escola, adultos nas filas do banco checando seus e-mails e pessoas realizando exercício físico com relógios digitais.

De acordo com uma pesquisa, realizada em 2020, sobre o uso das Tecnologias de Informação e Comunicação nos domicílios brasileiros, a pandemia intensificou o uso das tecnologias digitais no Brasil (COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL, 2021). Em 2019, a porcentagem de domicílios com acesso à internet era de 71%. Essa porcentagem subiu para 83% em 2020, o que corresponde a 61,8 milhões de domicílios com algum tipo de conexão à internet. É inegável que as mídias digitais foram a única forma de proporcionar um encontro com o outro durante a pandemia da covid-19 e, por isso, tornaram-se ainda mais notáveis, transformando-se na principal — ou até mesmo a única — forma de encontro nesse período. A partir de então, cada vez mais os smartphones são utilizados para realizar as mais diversas tarefas, como trabalhar, estudar, fazer dever de casa, jogar, ler notícias, falar com os amigos e conhecer pessoas novas.

Entretanto, anteriormente à pandemia, o tempo de uso de tela pelos adolescentes no Brasil já era considerado alto. Segundo a pesquisa TIC Kids Online Brasil 2019, divulgada pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (2020), cerca de 24 milhões de crianças e adolescentes, com idades entre 9 e 17 anos, já eram usuários de internet no Brasil em 2019, o que correspondia a cerca de 86% do total de pessoas dessa faixa etária no país. Torna-se evidente, portanto, que o tempo de tela nos aparelhos eletrônicos aumentou consideravelmente ao longo dos anos.

Contudo, sabe-se que a chegada das tecnologias gera consequências. Duek e Moguillansky (2020) afirmam que as famílias contemporâneas estão conectadas digitalmente e as telas visam tanto o entretenimento de todos os membros quanto as atividades formativas das crianças. Assim, apesar de a maior preocupação dos pais girar em torno da concentração das tecnologias nas mãos das crianças e adolescentes, eles também são usuários. Desse modo, à medida que o uso desses dispositivos vai crescendo, surge a necessidade de desenvolver mais estratégias de mediação do uso da tecnologia.

Em um primeiro momento, o conceito de mediação parental designava estratégias com o objetivo de gerir o uso da televisão pelas crianças e adolescentes na tentativa de diminuir os possíveis impactos negativos (CLARK, 2011). Com o avanço da tecnologia e da conectividade digital, essas estratégias atualizaram-se, de forma a se adequarem às constantes mudanças do mundo digital. No entanto, o objetivo é o mesmo: mediar o acesso das crianças e adolescentes à tecnologia (MASCHERONI; PONTE, JORGE, 2018). Nesse sentido, o termo mediação parental passou a ser usado para nomear o papel que os pais possuem em gerir o uso das mídias pelos seus filhos (CLARK, 2011).

A mediação parental no uso da tecnologia refere-se à prática da parentalidade — compreendida como os cuidados físicos e psíquicos oferecidos aos filhos — no contexto do uso de dispositivos eletrônicos por adolescentes. O termo *mediação parental* é utilizado para descrever as interações entre pais e filhos, mediadas tanto pela comunicação quanto por estratégias comportamentais, relacionadas ao uso da tecnologia por crianças e adolescentes. Essa mediação também envolve a responsabilidade dos pais

em estabelecer e aplicar regras quanto ao uso da tecnologia e da internet, com o objetivo de minimizar os impactos negativos da mídia e potencializar os benefícios desse uso (LIVINGSTONE et al., 2017). Nesse sentido, os pais exercem um papel ativo na gestão do uso das mídias digitais pelos adolescentes, por meio de ações que buscam restringir, regular e dialogar sobre o uso das redes sociais por parte dos jovens (BEYENS; KEIJERS; COYNE, 2022).

Diversos estudos (MAIDEL; VIEIRA, 2015; NATHANSON, 1999, 2001; CLARK, 2011; SYMONS et al., 2017; BEYENS; KEIJERS; COYNE, 2022) destacam três estratégias de mediação utilizadas pelos pais no que diz respeito ao uso da internet: mediação restritiva (MR), mediação ativa (MA) e co-uso, também chamada de uso acompanhado.

A mediação restritiva refere-se à imposição de regras sobre o uso da tecnologia, sem, contudo, envolver orientações acerca dos perigos associados nem justificativas para as restrições impostas (MAIDEL; VIEIRA, 2015; NATHANSON, 1999). Esse tipo de mediação pode incluir restrições acerca do tempo despendido, local de uso e conteúdo acessado.

Nesse sentido, essa forma de mediação desempenha um papel restrito, mas ainda assim significativo na prevenção de resultados negativos gerados pelo uso da internet. Ela é eficaz na diminuição do tempo de conexão e na redução da exposição a conteúdos inapropriados para a idade (COLLIER et al., 2016). A mediação ativa caracteriza-se por um tipo de mediação em que há diálogo, orientação, discussão ou crítica, quando necessário, dos pais junto com o filho (MAIDEL; VIEIRA, 2015; NATHANSON, 1999). Esse tipo de mediação envolve a explicação e a avaliação, por parte dos pais, sobre o conteúdo da mídia e o uso da mídia de modo geral, tendo como objetivo desenvolver o pensamento crítico no adolescente (NATHANSON, 2001).

Apesar de ser considerada como um fator protetor frente aos efeitos negativos das tecnologias relacionados à agressividade e aos conteúdos inadequados para a idade, em relação ao tempo utilizado em atividades online a mediação ativa não apresenta influência significativa (COLLIER et al., 2016). Sendo assim, os pais podem utilizar uma combinação desses tipos de mediações, discutindo os conteúdos e o tipo de comportamento cuidadoso que o adolescente pode ter no uso da internet, ao mesmo tempo em que restringe o acesso a horários e dias específicos (SCHWARTZ; PACHECO, 2021). Por fim, a mediação de uso acompanhado consiste na presença dos pais quando o filho faz uso do aparelho (MAIDEL; VIEIRA, 2015; NATHANSON, 1999).

As relações entre pais e filhos passam por inúmeras alterações conforme o ciclo familiar avança. No entanto, a entrada da tecnologia no cotidiano da vida familiar traz outras transformações, como a facilidade e agilidade para se comunicar, o encurtamento das fronteiras, o compartilhamento de informação e, dependendo da forma de uso, a diminuição do diálogo (NEUMANN; MISSEL, 2019). Com isso, torna-se importante refletirmos sobre como as relações familiares, em especial as relações entre pais e filhos, têm sido influenciadas e modificadas pelas consequências produzidas pelos mais diversos usos da tecnologia.

Segundo a pesquisa McAfee (2022), o Brasil possui a taxa mais alta de uso de celular entre crianças e adolescentes do mundo. 96% das crianças brasileiras usam um dispositivo móvel/smartphone. Na faixa etária de 15 a 16 anos essa porcentagem é de 96 %, configurando 6% a mais que a média global. Os pais brasileiros estão muito mais preocupados que os pais do restante do mundo com o tempo que seus filhos passam nos dispositivos eletrônicos. Nesse mesmo estudo (MCAFEE, 2022), os dados apontaram que, dos 71% que disseram estar preocupados, 39% afirmaram estar “muito preocupados”. No Reino Unido, apenas 11% afirmaram estar “muito preocupados”.

O relacionamento parento-filial e as práticas de cuidados com os filhos modificaram-se nos últimos anos com o surgimento e a difusão dos tablets, computadores e aparelhos celulares que são conectados à internet e apresentam novos impasses aos pais contemporâneos (DUEK; MOGUILLANSKY, 2020). Nesse sentido, pensando na parentalidade a partir de um conjunto de valores e tarefas envolvidos na criação de uma criança (BRADLEY; CALDWELL, 1995), torna-se importante refletirmos sobre como a internet impacta o relacionamento entre pais e filhos, visto que a presença maciça da tecnologia promove mudanças subjetivas (NICOLACI-DA-COSTA, 2002).

A adoção generalizada de smartphones e outros dispositivos eletrônicos móveis apresenta desafios únicos para o que constitui a parentalidade nos dias de hoje, com os pais também sendo usuários altamente ativos dessas tecnologias (CANALE et al., 2023; YUAN et al., 2019). O uso inadequado e excessivo dos dispositivos eletrônicos pelos adolescentes pode gerar diversos riscos e alterações relevantes na saúde mental. Nesse contexto, pode afetar os hábitos alimentares, promover sedentarismo, aumentar a agressividade, levar ao uso ou abuso de substâncias, à depressão, a distorções da imagem corporal, a alterações no ciclo sono, à hiperatividade, à automutilação e a ideias suicidas (SALES; COSTA; GAI, 2021).

Nesse sentido, se a colocação de limites é difícil quando se trata do espaço virtual, o quanto isso pode ser problemático para a relação de pais e filhos adolescentes que já nascem imersos na tecnologia e na conectividade? As crianças estão crescendo em ambientes altamente tecnológicos. Um dos maiores desafios encontrados pelos pais é gerir o uso das redes sociais pelos adolescentes e os seus efeitos (BEYENS; KEIJERS; COYNE, 2022). Computadores, celulares, relógios digitais, tablets, passaram a estar altamente presentes em todos momentos familiares, inclusive nos momentos de lazer. Com isso, é importante refletir sobre as dificuldades que os pais e mães encontram na mediação do uso da tecnologia com seus filhos. O presente artigo tem como objetivo discutir as estratégias utilizadas por mães de adolescentes no que diz respeito à mediação do uso da tecnologia.

Método

Este artigo é fruto de uma pesquisa de mestrado, cujo objetivo foi investigar a prática da parentalidade diante da conectividade digital permanente e intensa gerada pelos avanços tecnológicos na contemporaneidade. O desejo por investigar a experiência dos pais em relação à educação digital dos filhos surgiu como desdobramento da pesquisa de conclusão do curso de psicologia da primeira autora, na qual foi discutida a relação dos jovens com as redes sociais digitais (GONÇALVES, 2024). Nessa pesquisa, foi possível perceber o quanto a tecnologia tem um grande impacto em suas vidas de modo geral, afetando também as relações familiares. Nesse sentido, dando sequência aos estudos sobre a temática, buscamos investigar a experiência dos pais desses jovens, o que resultou na escrita do presente artigo e de outra publicação que se encontra em processo editorial.

Participantes

Foram realizadas oito entrevistas com mulheres mães, residentes na cidade do Rio de Janeiro (RJ), com pelo menos um filho com idade entre 14 e 16 anos. Apesar de terem sido recrutados homens e mulheres, somente um homem se voluntariou para participar da pesquisa. Essa entrevista foi descartada com a finalidade de manter maior homogeneidade no grupo de participantes. A faixa etária das entrevistadas variou entre 42 e 55 anos; cinco delas têm filhos do gênero masculino, duas têm filhas do gênero feminino e uma tem um casal de gêmeos — um filho do gênero masculino e uma filha do gênero feminino.

Tabela 1: Informações das participantes

Nome	Idade	Profissão	Grau de escolaridade	Estado Civil	Idade do filho(a)	Gênero do filho(a)
Rita	48	Psicopedagoga	Ensino superior completo	Casada	15	Feminino
Maria	49	Engenharia de telecomunicações	Ensino superior completo	Casada	15	Masculino
Júlia	46	Fotógrafa	Ensino superior completo	Casada	14	Feminino
Lúcia	42	Terapeuta	Ensino superior completo	Casada	14	Masculino
Vera	44	Arteterapeuta	Pós-graduação	Casada	14	Feminino
Carla	57	Arquiteta	Pós-graduação	Casada	16 e 16	Feminino e Masculino
Joana	55	Empresária	Ensino superior completo	Casada	13	Feminino

Fonte: As autoras.

Procedimentos

Foram realizadas oito entrevistas online baseadas em um roteiro semiestruturado, previamente elaborado com perguntas disparadoras sobre o tema (NICOLACI-DA-COSTA; ROMÃO-DIAS; DI LUCCIO, 2009; HANNA; MWALE, 2019), e as participantes foram recrutadas a partir da técnica de amostragem proposital (WEISS, 1995; LEITÃO; PRATES, 2017). Foi realizado um contato inicial por e-mail ou pela ferramenta de mensagens instantâneas da preferência da pessoa (como *WhatsApp*, *Messenger*, etc.), no qual foram explicados os objetivos e o funcionamento da pesquisa e da entrevista, bem como o caráter voluntário da participação.

As entrevistas foram individuais e online, marcadas de acordo com a disponibilidade dos sujeitos. As entrevistas no formato online facilitam a adesão à participação por parte dos entrevistados, uma vez que não demandam tempo de deslocamento, podendo ser realizadas no seu próprio local de trabalho ou moradia. Dessa forma, a coleta de dados se torna mais abrangente, permitindo o acesso a perspectivas e experiências de sujeitos oriundos de diferentes localidades, o que enriquece a análise.

Para a realização das entrevistas, foi utilizada a ferramenta de vídeo de preferência da participante, dentre ferramentas já testadas e que atendem aos requisitos de registro (gravação), privacidade e segurança da informação, podendo ser o Zoom, Skype ou outra semelhante.

Com a autorização das participantes, as entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas e analisadas. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado às participantes no início da coleta de dados, contendo os devidos esclarecimentos sobre o estudo e informando sobre o sigilo das informações prestadas e a possibilidade de desistência da participação a qualquer momento do estudo. Para a preservação do sigilo, foram utilizados nomes fictícios.

Análise dos dados

O material da entrevista foi transcrito na íntegra e analisado por meio das técnicas de análise do discurso desenvolvidas por Braun e Clarke (2006). Definidas como análise temática, essas técnicas envolvem seis passos: familiarização com dados; geração de códigos iniciais; busca de temas; revisão de temas; definição de temas; e produção de relatório. Este estudo faz parte de uma pesquisa mais ampla desenvolvida no mestrado, cujo objetivo foi investigar a prática da parentalidade diante da conectividade digital gerada pelos avanços tecnológicos na contemporaneidade (GONÇALVES, 2024). Dessa pesquisa, emergiram quatro categorias: mediação parental no uso da tecnologia; desafios nos cuidados relacionados ao uso dos dispositivos eletrônicos; smartphone na adolescência: uso excessivo; e conectividade digital na dinâmica familiar. Para atingir o objetivo do presente artigo, serão discutidas as categorias *mediação parental no uso da tecnologia* e *desafios nos cuidados relacionados ao uso dos dispositivos eletrônicos*. As demais categorias foram discutidas em outra publicação.

Resultados e discussão

Mediação parental no uso da tecnologia

Nessa categoria, discutimos as estratégias que as mães entrevistadas relataram utilizar para mediar o encontro dos adolescentes com a conectividade digital. As estratégias foram divididas em dois grupos: o de caráter quantitativo e o de caráter explicativo. O primeiro, considerado mais simples e objetivo, de caráter quantitativo, consiste em estratégias que visam a diminuição do tempo de conexão e/ou controle do conteúdo que o adolescente acessa. Essas estratégias são importantes e fundamentais para o controle da quantidade de tempo, acesso e conteúdo. O segundo grupo, de caráter explicativo, consiste em uma única estratégia, o diálogo. Os dois grupos (o de caráter quantitativo e o de caráter explicativo) consistem em modos diferentes de controle, mas ambos são estratégias importantes e muito utilizadas pelas mães para mediar o encontro do adolescente com os dispositivos eletrônicos.

As mães relataram estabelecer regras sobre quando, onde e quais conteúdos os filhos podem acessar na internet. Para isso, elas usam as seguintes estratégias: controlar o tempo de uso do celular, controlar as horas no videogame, proibir jogar em

determinados momentos, desligar o wi-fi, usar o aplicativo *Family Link*¹, monitorar as redes sociais (quem segue, quais conteúdos acessa e o que posta) e proibir o uso da internet durante as refeições:¹

Proíbo, porque se ela só jogasse, tudo bem. Mas ela [...] começa a falar com as pessoas e aí e dali vai por whatsapp e aí ... começa, porque ela não tem muito filtro, e aí começa a expor a nossa família e hoje em dia isso é perigosíssimo (Joana).

Ele só não pode sentar pra comer com o celular na mão, não pode levar o celular na mesa (Júlia).

Pois é ... a gente faz. Tem... então ele usa média diária de duas horas duas horas e meia de celular... É normalmente quando dá isso já tá na hora de tirar, já tá no final do dia... porque ele sai da escola muito, faz futebol, faz vôlei, faz basquete, faz um monte de coisa. Quando ele chega em casa tem o jantar e aí ele faz um monte de coisa e quando ele vai pro celular já é mais tarde... (Vera).

Assim, durante a semana é ideal é que ele não jogue. Então tem vezes que ele realmente não joga, poucas vezes, mas quando ele joga geralmente ele senta pra jogar seis horas umas sete horas aí quando dá oito horas eu já falo “G. pode parar para vir jantar” aí ele para, aí ele janta, aí ele volta, aí eu deixo ele jogar até umas nove e pouco. Então, assim, na verdade o Instagram dele eu tô sempre olhando o Instagram dele. É... o Instagram dele é fechado, então ele só aceita pessoas que são conhecidas, e eu de vez em quando eu olho esse Instagram, dou uma limpeza lá naqueles pedidos de autorização de amizade, né? Não deixo ele aceitar ninguém que ele não conhece e ninguém de fora (Júlia).

Essas estratégias visam o controle de tempo, acesso e conteúdo, corroborando o que foi apontado por autores como Maidel e Vieira (2015), Nathanson (1999, 2001), Clark (2011), Symons et al. (2017) e Beyens, Keijsers e Coyne (2022). Assemelham-se à mediação do tipo restritiva (MR), que aponta para uma mediação que envolve a instalação de regras, mas na qual não há orientação dos perigos para os adolescentes ou justificativa dos motivos que envolvem a necessidade dessas regras (NATHANSON, 1999; MAIDEL; VIEIRA, 2015). Segundo Collier et al. (2016) essas estratégias são eficazes na diminuição do tempo que o adolescente passa conectado.

Dentre as estratégias que visam controlar o uso dos dispositivos eletrônicos, monitorar as redes sociais foi a mais mencionada pelas mães:

Quando ele tá dormindo eu vou lá pego a digital dele e coloco no celular e abro pra ver, e aí meio que não fiquei lendo tudo, mas assim deixa eu ver o grupo da escola se ele se comporta, sabe tipo? ah tá comportado. E aí entra no grupo que só tem meninos e aí aquele monte de besteira que menino fala, mas a minha preocupação era assim ... se tem alguém que eu não conheço, ou alguma pessoa estranha ... não é pra ver ele falar besteira, bobeira de escola, sabe? mas o dele é fechado... Aí eu já não vejo as conversas dele eu vejo mais é... quem tá pedindo pra ser amigo

¹ Family Link é uma ferramenta de controle parental do Google que permite aos responsáveis criar contas para seus filhos, acompanhar o tempo de uso dos dispositivos, aprovar ou bloquear aplicativos, definir limites de uso e localizar o dispositivo da criança.

e, por exemplo, se ele posta uns stories que eu ... ele só posta coisa do flamengo e aniversário dos amigos, mas de vez em quando solta um palavrão, escreve um palavrão nos stories e aí na hora eu vejo e aí eu já mando pode apagar agora não é assim que se comunica não é tal, mas as conversas do Instagram de vez em quando... assim quando ele tá eu passo um olho, mas não é uma coisa que eu fico frequente tomando conta não (Júlia).

Na tentativa de acompanhar o uso, as mães fiscalizam as redes sociais de seus filhos entrando nos aplicativos. Dessa forma, conseguem saber e determinar com quem os filhos estão conversando, quem eles aceitam como seguidores nas redes e quais conteúdos eles consomem.

Os resultados do segundo grupo apontam o diálogo como um outro tipo de mediação utilizado. Nesse sentido, o diálogo entre mães e filhos sobre o uso saudável da internet é utilizado como forma de mediar o uso da tecnologia pelos adolescentes e foi mencionado em sete das oito entrevistas. A partir dos relatos das mães, percebe-se que o diálogo como estratégia se apresentou de duas maneiras: o diálogo baseado numa conversa empática, compreendendo as necessidades dos adolescentes; e o diálogo por meio do uso de informações/reportagens que circulam nas mídias. O primeiro tipo de diálogo refere-se a uma conversa aberta para explicar sobre os possíveis perigos dos excessos da conectividade digital, visando um uso mais consciente por parte do adolescente:

A gente conversa, né? O tempo inteiro sobre isso, sobre internet, conteúdo, sobre as séries que ele assiste, sobre é... jogos que ele joga (Vera).

Mas a gente conversa bastante de... de falar pra não acreditar no que as pessoas falam pelas as redes sociais porque você não tá vendo, você não conhece as pessoas então, assim, a gente sempre alerta muito para não confiar nos outros, assim sem saber, sem conhecer (Carla).

... e aí eu resolvi relaxar em relação à censura e... e aumentar mais o diálogo pra que ele crie uma consciência. Porque eu vi que... ah a minha censura e o meu né... não, não deixar fazer a utilização do uso do celular, jogo, tava criando uma... uma... uma distância muito rancorosa entre a gente e não ia ser é... ia nos afastar num momento tão importante de construção de personalidade dele. Então eu resolvi abrir mais o diálogo é... mostrar mais as coisas como são no mundo, falar mais sobre elas pra poder ele aumentar a consciência. Foi o caminho que eu resolvi tomar (Lara).

Esse tipo de diálogo ajuda no desenvolvimento da capacidade crítica do adolescente e abre o canal de comunicação entre a mãe e o(a) filho(a). Esta estratégia consiste em uma forma de orientar o uso dos dispositivos eletrônicos através da conversa, discussão ou crítica, quando necessário. Sendo assim, possui como objetivo alertar e orientar o adolescente a respeito dos cuidados necessários com as redes sociais digitais. É uma estratégia utilizada também como forma de fortalecer o vínculo entre o adolescente e o cuidador. Essa estratégia se assemelha à mediação do tipo ativa (MA) (NATHANSON, 1999; MAIDEL; VIEIRA, 2015).

No segundo tipo de diálogo, as mães utilizam informações divulgadas nas mídias/reportagens para alertar os adolescentes sobre os perigos do uso dos dispositivos eletrônicos:

A gente fala, é ... quando aparece na televisão alguma coisa, a gente, é... conta o que aconteceu, conta histórias né de pessoas que tiveram... é... que aconteceu algum coisa ruim, aí a gente alerta. Acho que hoje em dia isso pode alertar, né? (Carla).

... por exemplo, todo caso que tem, que fica muito divulgado na mídia, eu mostro. Você deve ter visto semana passada uma menina de 12 anos foi achada no Maranhão. Era aqui do Rio, o cara dizia que tinha 14 e se eu não me engano tinha 25 e levou ela pra lá. *Tudo, tudo eu mostro pra F.* Caso de pedofilia, das pessoas que são presas. Então ela sabe disso tudo, mas eu acho que é um poder que a internet tem que atrai muito, a gente compete muito com isso, os pais. Mas o que eu mais falo é isso “não confie em ninguém, *não fale com ninguém, não pense que aquele mundo que você tá vendo a mulher toda linda, maravilhosa, que não tem filtro, que não tem... sabe? Não é assim, as pessoas têm celulite, as pessoas têm estria, as pessoas têm problema, as pessoas às vezes acordam com o cabelo não muito legal, na maioria dos dias, não acredita*”, mas eu sinto que o outro lado me vence (Joana).

Por meio dos relatos das entrevistadas, foi possível perceber que o uso de reportagens/informações divulgadas nas mídias tem como objetivo dar mais credibilidade às suas falas como mães.

A coexistência da mediação restritiva — voltada para o controle de conteúdo e tempo — e da mediação ativa — focada no desenvolvimento do senso crítico do adolescente — esteve presente nos relatos da maioria das entrevistadas. Apenas uma mãe afirmou utilizar uma dessas estratégias de forma isolada. Assim, observa-se que a maioria tem buscado combinar diferentes formas de mediação, motivadas pela preocupação com o uso excessivo de telas por parte dos adolescentes.

Desafios nos cuidados relacionados ao uso dos dispositivos eletrônicos

No discurso das entrevistadas, ficou evidente que as funções parentais têm sido mais desafiadas devido à crescente conectividade digital e à rapidez das transformações tecnológicas. Segundo as mães, os desafios diante da criação dos filhos em meio aos avanços da conectividade digital e diante do maior acesso à internet são, principalmente, conseguir controlar o tempo de tela e saber qual é o limite entre a privacidade do adolescente e o cuidado:

Então, eu acho que meu maior desafio é tirar eles da frente das telas. Botar ele no mundo real e aí com isso eu tenho que tirar as telas, há uma guerra, um pequeno desconforto, um atrito para que ele tenha o movimento de sair e ir pro clube (Rita).

Eu acho que é um desafio porque além de eles acharem que sabem das coisas a gente não consegue controlar muito bem esse tempo de acesso... é... eu sempre fico vendo assim que eu acho bacana mas ao mesmo tempo eu não tenho o controle. Eu perdi o controle do tempo que ela passa ali (Lúcia).

Um dos maiores desafios encontrados pela parentalidade é gerir o uso das redes sociais pelos adolescentes e os seus efeitos (BEYENS; KEIJERS; COYNE, 2022). Controlar o tempo de tela dos adolescentes é uma preocupação para as mães, especialmente pelo fato de

que a tecnologia desempenha um papel significativo na vida cotidiana dos adolescentes. As entrevistadas demonstraram preocupação com os malefícios do uso excessivo dos dispositivos eletrônicos:

... E eles não conseguem perceber esse limite, porque eles não conseguem ter a maturidade de entender o quanto aquilo pode ser maléfico em outros... é na questão da saúde, na questão do olho de ficar o tempo inteiro olhando essas luzes muito perto, a questão cognitiva, mesmo porque eles perdem o interesse em ler um livro de papel, sabe? (Júlia).

O uso inadequado e excessivo dos dispositivos eletrônicos pode gerar diversos riscos e alterações relevantes na saúde mental e física dos adolescentes (SALES; COSTA; GAI, 2021). O Brasil possui a taxa mais alta de uso de celular entre crianças e adolescentes do mundo (MCAFEE, 2022). As desvantagens resultantes do uso excessivo das mídias digitais pelos adolescentes são, de fato, motivos de preocupação. Torna-se evidente que é inviável pensar nas novas gerações desconectadas dos meios digitais, por isso há necessidade de uma ação conjunta de escolas, pais, responsáveis e comunidade em geral para desenvolver ações que contemplem claramente os riscos do mundo virtual (SALES; COSTA; GAI, 2021).

A pandemia da covid-19 intensificou o uso das tecnologias digitais no Brasil (COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL, 2021). Sabe-se que as mídias digitais foram a única forma de nos proporcionar contato. Assim, essa questão vem preocupando as mães, que demonstraram dificuldade em equilibrar o tempo de tela tanto dos filhos quanto delas mesmas:

O meu maior é... problema é o equilíbrio, saber equilibrar essa quantidade. Eu acho uma coisa legal e importante, e eu tenho essa dificuldade até comigo mesma, né? Eu chego do trabalho, jantei, as crianças jantaram, eu vou deitar aqui pra descansar e perco muito tempo aqui no telefone, olhando vídeo, é vendo vídeos da da... da minha profissão (Lúcia).

As mães também mencionaram a dificuldade em encontrar um equilíbrio entre mediar os conteúdos acessados pelos adolescentes e ao mesmo tempo respeitar a privacidade e a autonomia deles. Com o objetivo de tentar mediar o acesso do adolescente às redes sociais, as mães relataram monitorar as conversas, os conteúdos e com quem eles estão conversando virtualmente:

Isso também é uma coisa bem complicada pra mim eu não sei até onde eu posso ir, quando eu começo querer visualizar os conteúdos dela, ver as conversas ela vem sempre debatendo comigo que é a privacidade dela. E aí eu nunca sei esse equilíbrio, até onde eu... e tendo que dar o espaço dela e até onde eu tenho que ir. Porque teve esses dias que eu falei que queria ver o WhatsApp e ela falou “tudo bem você ver com quem eu converso, mas eu não acho que você tem o direito de ver as minhas conversas”... e aí... e aí eu fico sempre num dilema, não sei (Lúcia).

No início fazia, mas quando ele começou a se comunicar com os amigos no WhatsApp ele falou que se sente muito agredido de eu ver as conversas dele, é... que é falta de respeito com ele, com o mundo dele, com o espaço dele, aquelas coisas de adolescente. E aí eu comprei algumas brigas e aí ele ficou muito, muito raivoso comigo e eu deixei pra lá (Lara).

A questão de os pais terem ou não a senha das redes sociais dos filhos é um assunto que merece uma reflexão mais aprofundada, pois envolve questões complexas relacionadas à privacidade, confiança e segurança. Na dúvida sobre o que fazer, uma das entrevistadas pediu auxílio à sua psicóloga e chegou à resolução de como realizar o monitoramento ao lado de sua filha:

Então, como eu tenho assim, diferente da minha mãe... eu acho que eu tenho um pouco mais de acesso a informação, eu compreendo isso, né? Eu compreendo, mas eu não sei... tanto que nesse dia eu mandei mesmo a mensagem pra minha psicóloga e eu falei “gente como que eu vou fazer de uma forma respeitosa?”. Eu queria fazer de uma forma respeitosa. E aí o que eu fiz, eu chamei ela e falei “eu vou olhar do seu lado” e aí nisso a gente ficou a manhã inteira (Lara).

A questão do controle do celular de um filho é complexa e delicada. As mães questionam-se sobre como realizar esse controle, a fim de que não violem o direito à privacidade do adolescente. Por um lado, os adolescentes têm o direito à privacidade como forma de preservação da autonomia, fundamental para o processo de diferenciação nessa etapa do ciclo vital. Além disso, a invasão excessiva pode prejudicar a construção de um relacionamento de confiança entre pais e filhos. Por outro lado, os pais têm a responsabilidade de proteger seus filhos online; um desafio recente, sobre o qual os pais não têm referências prévias. Percebeu-se a preocupação das mães em vigiar os conteúdos dos filhos de forma respeitosa. Contudo, cinco das oito mães entrevistadas afirmaram ter a senha do celular do adolescente para supervisionar suas atividades online.

Considerações finais

O presente artigo teve como objetivo discutir as estratégias utilizadas por mães de adolescentes no que diz respeito à mediação do uso da tecnologia. Todas as mães entrevistadas utilizam estratégias com o intuito de mediar a relação dos adolescentes com os dispositivos eletrônicos e as redes sociais. Tanto a mediação restritiva, utilizada para um controle de conteúdo e de tempo, quanto a mediação ativa, utilizada para o desenvolvimento do senso crítico, são fundamentais no desenvolvimento de uma relação mais saudável do adolescente com os dispositivos eletrônicos.

Além disso, o diálogo desempenha um papel crucial na construção do vínculo entre a mãe e o adolescente. O estabelecimento de uma comunicação aberta permite que o adolescente se sinta confortável em expressar suas preocupações, dúvidas e compartilhar suas experiências no mundo digital. Esse canal de comunicação fortalece o relacionamento e ajuda o adolescente a desenvolver consciência acerca dos impactos do uso da tecnologia em sua vida. Sendo assim, os pais podem utilizar os dois tipos de mediações, discutindo os conteúdos e o cuidado que o adolescente precisa ter no uso dos dispositivos eletrônicos, ao mesmo tempo em que restringem o tempo de acesso e os conteúdos.

Controlar o tempo de tela e encontrar um equilíbrio entre monitorar os conteúdos acessados pelos adolescentes e respeitar a privacidade e a autonomia apareceu como um dos maiores desafios encontrados na parentalidade em relação à mediação do uso da tecnologia. Sabe-se que os dispositivos eletrônicos se tornaram um local onde se armazenam informações íntimas. Nesse sentido, é importante refletir sobre até que ponto ter o controle do celular do filho é uma invasão da privacidade ou uma forma de cuidado.

As relações familiares, em especial as relações entre pais e filhos, têm sido influenciadas, ou até mesmo modificadas, pelas consequências produzidas pelos mais diversos usos da tecnologia. A forma como os pais realizam a supervisão do uso dos dispositivos eletrônicos pelos adolescentes interfere na relação. O equilíbrio entre cuidado e invasão com relação à supervisão do uso dos dispositivos eletrônicos varia de família para família. O diálogo aberto e a confiança desempenham um papel fundamental na tomada de decisões sobre o controle dos conteúdos digitais acessados pelos adolescentes. A transparência, por sua vez, contribui diretamente para o fortalecimento da confiança entre pais e filhos.

Conhecer as atividades online dos filhos pode ser uma maneira de proteção, de garantir que eles estejam seguros e não envolvidos em comportamentos prejudiciais. A idade e o nível de maturidade do filho são fatores que devem ser pensados. Crianças mais jovens precisam de mais supervisão e orientação, enquanto adolescentes mais maduros podem precisar de mais privacidade e autonomia. É essencial promover uma comunicação aberta sobre o uso responsável da tecnologia, riscos online e expectativas em relação à privacidade. É importante ter clareza sobre o objetivo do monitoramento do celular do filho e garantir que ele esteja ciente disso, para que a confiança no vínculo parento-filial não seja comprometida. A conectividade digital trouxe uma série de desafios e questionamentos para pais, filhos e a sociedade. Trata-se de uma mudança rápida e constante, que frequentemente levanta questionamentos sobre como lidar com questões de privacidade, segurança e os impactos das redes sociais na vida dos adolescentes.

É fundamental que a temática da mediação parental no uso da tecnologia por adolescentes continue sendo investigada, a fim de ampliar os conhecimentos e desenvolver ferramentas que contribuam para a educação tecnológica dos jovens. Destacam-se, como temas especialmente relevantes para pesquisas futuras, a privacidade digital e os conflitos familiares decorrentes da percepção dos adolescentes em relação à mediação exercida por seus pais no uso da tecnologia.

- BEYENS, I.; KEIJERS, L.; COYNE, S. M. Social media, parenting, and well-being. **Current Opinion in Psychology**, v. 47, p. 101350, 2022. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352250X22000690>>. Acesso em: 15 nov. 2023.
- BRADLEY, R. H.; CALDWELL, B. M. Caregiving and the regulation of child growth and development: describing proximal aspects of caregiving systems. **Developmental Review**, v. 15, n. 1, p. 38-85, 1995. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0273229785710027>>. Acesso em: 24 nov. 2023.
- BRAUN, V.; CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1191/1478088706QP063OA>>. Acesso em: 12 nov. 2023.
- CANALE, N. et al. **Psychology of Popular Media**. 2023. Disponível em: <<https://psycnet.apa.org/buy/2023-50869-001>>. Acesso em: 04 nov. 2023.
- COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI.br). **Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: TIC Domicílios**, 2019. São Paulo: CGI.br, 2020. Disponível em: <https://cetic.br/pt/pesquisa/domicilios/>. Acesso em: 6 jun. 2025
- CHEN, V. H. H.; CHNG, G. S. Active and restrictive parental mediation over time: Effects on youths' self-regulatory competencies and impulsivity. **Computers & Education**, v. 98, p. 206-212, 2016. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131516300756>>. Acesso em: 12 nov. 2023.
- CLARK, L. S. Parental mediation theory for the digital age. **Communication Theory**, v. 21, n. 4, p. 323-343, 2011. Disponível em: <<https://academic.oup.com/ct/article-abstract/21/4/323/4085747?login=false>>. Acesso em: 14 nov. 2023.
- COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI.br). **Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: TIC Domicílios**, 2020. São Paulo: CGI.br, 2021. Disponível em: <<https://cetic.br/pt/pesquisa/domicilios/>>. Acesso em: 6 jun. 2025
- COLLIER, K. M. et al. Does parental mediation of media influence child outcomes? A meta-analysis on media time, aggression, substance use, and sexual behavior. **Developmental Psychology**, v. 52, n. 5, p. 798, 2016. Disponível em: <<https://psycnet.apa.org/buy/2016-09714-001>>. Acesso em 28 nov. 2023.
- DUEK, C.; MOGUILLANSKY, M. Crianças, telas digitais e família: práticas de mediação dos pais e gênero. **Comunicação e Sociedade**, n. 37, p. 55-70, 2020. Disponível em: <<https://journals.openedition.org/cs/2301>>. Acesso em: 16 nov. 2023.
- GONÇALVES, D. S. **Parentalidade no contexto da conectividade digital: narrativa de mães de adolescentes**. 2024. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2024.

HANNA, P; MWALE, S. Não estou com você, mas estou. Entrevistas face a face virtuais. In: BRAUN, V. et al. **Coleta de dados qualitativos: um guia prático para técnicas textuais, midiáticas e virtuais**. Petrópolis: Vozes, 2019. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=tdzODwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=HANNA,+Paul%3B+MWALE,+Shadreck.+N%C3%A3o+estou+com+voc%C3%AA,+mas+estou.+Entrevistas+face+a+face+virtuais.+In:+BRAUN,+V.+et+al.+Coleta+de+dados+qualitativos:+Um+guia+pr%C3%A1tico+para+t%C3%A9cnicas+textuais,+midi%C3%A1ticas+e+virtuais.+Petr%C3%B3polis:+Vozes,+2019.&ots=j4lhpSVK5s&sig=at9rlFV1AH9e2qFb3hXea0BtH24#v=onepage&q&f=false>>. Acesso em: 29 nov. 2023.

LEITÃO, C. F.; PRATES, R. O. A aplicação de métodos qualitativos em computação. In: **Jornadas de Atualização em Informática**, 2017, p. 43-90. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Raquel-Prates/publication/370688639_A_Aplicacao_de_Metodos_Qualitativos_em_Computacao/links/645dfe8434e26474fdf8d63/A-Aplicacao-de-Metodos-Qualitativos-em-Computacao.pdf>. Acesso em: 18 nov. 2023.

LIVINGSTONE, S. et al. Maximizing opportunities and minimizing risks for children online: The role of digital skills in emerging strategies of parental mediation. **Journal of Communication**, v. 67, n. 1, p. 82-105, 2017. Disponível em: <<https://academic.oup.com/joc/article-abstract/67/1/82/4082453?login=false>>. Acesso em: 15 nov. 2023.

MAIDEL, S.; VIEIRA, M. L. Parental mediation of internet use by children. **Psicologia em Revista**, v. 21, n. 2, p. 293-313, 2015. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-11682015000200006&script=sci_abstract&lng=em>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MASCHERONI, G.; PONTE, C.; JORGE, A. **Digital parenting: the challenges for families in the digital age yearbook 2018**. Nordicom, University of Gothenburg, 2018. Disponível em: <<https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1265024&dswid=-9446>>. Acesso em: 22 nov. 2023.

MCAFEE. **Life Behind the Screens of Parents, Tweens, and Teens: Connected Family Study**. 2022. Disponível em: <<https://www.mcafee.com/blogs/family-safety/behind-the-screens-of-parents-tweens-and-teens/>>. Acesso em: 10 nov 2023.

NATHANSON, A. I. Identifying and explaining the relationship between parental mediation and children's aggression. **Communication Research**, v. 26, n. 2, p. 124-143, 1999. Disponível em: <<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/009365099026002002>>. Acesso em: 12 nov. 2023.

NATHANSON, A. I. Parent and child perspectives on the presence and meaning of parental television mediation. **Journal of Broadcasting & Electronic Media**, v. 45, n. 2, p. 201-220, 2001. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15506878jobem4502_1>. Acesso em: 07 nov. 2023.

NEUMANN, D. M. C.; MISSEL, R. J. Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes. **Pensando Famílias**, v. 23, n. 2, p. 75-91, 2019. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1679-494X2019000200007&script=sci_arttext>. Acesso em: 14 nov. 2023.

NICOLACI-DA-COSTA, A. M. Technological revolutions and subjective transformations. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 18, p. 193-202, 2002. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ptp/a/B8YrM538mSbqLJk6hwSdcPN/abstract/?lang=em>>. Acesso em: 18 nov. 2023.

NICOLACI-DA-COSTA, A. M.; ROMÃO-DIAS, D.; DI LUCCIO, F. Uso de entrevistas on-line no método de explicitação do discurso subjacente (MEDS). **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 22, p. 36-43, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/prc/a/NjCfvgvv7Qy9DFJWkCQYr9G/?lang=pt>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

SALES, S. S.; COSTA, T. M. da; GAI, M. J. P. Adolescentes na Era Digital: Impactos na Saúde Mental. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e15110917800, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17800>>. Acesso em: 16 nov. 2023.

SCHWARTZ, F. T.; PACHECO, J. T. B. Mediação parental na exposição às redes sociais e a internet de crianças e adolescentes. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 1, p. 217-235, 2021. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/journal/4518/451870070012/451870070012.pdf>>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SYMONS, Rolf et al. Photon-counting CT for simultaneous imaging of multiple contrast agents in the abdomen: an in vivo study. **Medical physics**, v. 44, n. 10, p. 5120-5127, 2017.

WEISS, R. S. **Learning from strangers: the art and method of qualitative interview studies**. Simon and Schuster, 1995. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=i2RzQbiEiD4C&oi=fnd&pg=PR7&dq=W.EISS,+Robert+S.+Learning+from+strangers:+The+art+and+method+of+qualitative+interview+studies.+Simon+and+Schuster,+1995.&ots=uDfGwl11pD&sig=p_9i7rL4gB4oVobpklzjSJjEAGo#v=onepage&q=WEISS%2C%20Robert%20S.%20Learning%20from%20strangers%3A%20The%20art%20and%20method%20of%20qualitative%20interview%20studies.%20Simon%20and%20Schuster%2C%201995.&f=false>. Acesso em: 18 nov. 2023.

YUAN, N. et al. How much do parents actually use their smartphones? Pilot study comparing self-report to passive sensing. **Pediatric Research**, v. 86, n. 4, p. 416-418, 2019. Disponível em: <<https://www.nature.com/articles/s41390-019-0452-2>>. Acesso em: 09 nov. 2023.

Resumo O presente artigo tem como objetivo discutir as estratégias utilizadas por mães de adolescentes no que diz respeito à mediação do uso da tecnologia. Foi realizada uma pesquisa qualitativa, na qual foram entrevistadas oito mães com pelo menos um(a) filho(a) com idade entre 14 e 16 anos. A literatura sobre estratégias parentais de mediação do uso da internet e estudos sobre famílias com adolescentes fundamentaram a discussão dos dados. Os resultados desta pesquisa apontam para o monitoramento das redes sociais e o diálogo como as principais estratégias utilizadas pelas mães entrevistadas. Conclui-se que o maior desafio da parentalidade, no que se refere à mediação do uso de dispositivos eletrônicos por adolescentes, é equilibrar o controle do conteúdo acessado e do tempo de tela com o respeito à privacidade.

Palavras-chave: estratégias, adolescentes, redes sociais, parentalidade.

**Adolescencia conectada:
estrategias parentales de mediación en el uso de la tecnología**

Resumen El artículo tiene como objetivo discutir las estrategias utilizadas por madres de adolescentes en relación con la mediación del uso de la tecnología. Se llevó a cabo una investigación cualitativa en la cual se entrevistaron a madres con al menos un hijo o hija de entre 14 y 16 años. La literatura sobre estrategias parentales de mediación del uso de internet y los estudios sobre familias con adolescentes fundamentaron la discusión de los datos. Los resultados señalan que el monitoreo de las redes sociales y el diálogo son las principales estrategias empleadas por las madres entrevistadas. Se concluye que el mayor desafío en la parentalidad con respecto a la mediación del uso de dispositivos electrónicos por adolescentes es controlar el contenido accedido y el tiempo de pantalla sin invadir su privacidad.

Palabras Clave: estrategias, adolescentes, redes sociales, parentalidad.

**Connected adolescence:
parental strategies for mediating the use of technology**

Abstract The article aims to discuss the strategies employed by mothers of adolescents regarding the mediation of technology use. A qualitative research was conducted, interviewing mothers with at least one child aged between 14 and 16 years old. The literature on parental mediation strategies for internet use and studies on families with adolescents provided the foundation for the data discussion. The findings indicate that social media monitoring and open dialogue are the primary strategies employed by the interviewed mothers. It is concluded that the greatest challenge in parenting, concerning the mediation of electronic device use by adolescents, is to control the accessed content and screen time without infringing upon their privacy.

Keywords: strategies, adolescents, social networks, parenthood.

DATA DE RECEBIMENTO: 20/08/2024

DATA DE APROVAÇÃO: 16/04/2025



Daniela Seraphim Gonçalves

Mestre em Psicologia Clínica pela PUC-Rio, Graduada em Psicologia pela PUC-Rio. Atua como psicóloga clínica. Dedicar-se aos estudos dos impactos das mídias digitais na subjetividade.

E-mail: danielaseraphim@hotmail.com



Andrea Seixas Magalhães

Doutora em Psicologia Clínica pela PUC-Rio, Professora Associada do Departamento de Psicologia da PUC-Rio. Professora do Curso de Especialização em Psicoterapia de Casal e Família da PUC-Rio, Membro da AIPCF e ABPCF, Cientista do Nosso Estado/ FAPERJ.

E-mail: andream@puc-rio.br



Mariana Gouvêa de Matos

Doutora em Psicologia Clínica pela PUC-Rio, pós-doutoranda em Psicologia Clínica na PUC-Rio, e professora do curso de especialização em Psicoterapia de Família e Casal na CCE/ PUC-Rio.

E-mail: mariana.g.matos@hotmail.com