UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA
INSTITUTO DE HUMANIDADES
BACHARELADO EM HUMANIDADES

JESUS ZACARIAS OLAVIO COELHO VIANA

POSTAGENS PARA UM MUNDO HIPERCONECTADO: ENSAIOS SOBRE COLONIALISMO DIGITAL, PSICOPOLÍTICA E VIDA COTIDIANA

REDENÇÃO
2026

JESUS ZACARIAS OLAVIO COELHO VIANA

POSTAGENS PARA UM MUNDO HIPERCONECTADO: ENSAIOS SOBRE COLONIALISMO DIGITAL, PSICOPOLÍTICA E VIDA COTIDIANA

Trabalho de Conclusão de Curso na modalidade ensaio apresentado à Coordenação do Curso de Humanidades, do Instituto de Humanidades da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), como requisito parcial para a obtenção do Título de Bacharel em Humanidades.

Orientador: Prof. Dr. Leandro de Proença Lopes.

REDENÇÃO

2026

JESUS ZACARIAS OLAVIO COELHO VIANA

POSTAGENS PARA UM MUNDO HIPERCONECTADO: ENSAIOS SOBRE COLONIALISMO DIGITAL, PSICOPOLÍTICA E VIDA COTIDIANA

Trabalho de Conclusão de Curso na modalidade ensaio apresentado à Coordenação do Curso de Humanidades, do Instituto de Humanidades da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), como requisito parcial para a obtenção do Título de Bacharel em Humanidades.

Aprovada em: 09/06/2026.

BANCA EXAMINADORA

_____
Prof. Dr. Leandro de Proença Lopes (Orientador)
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (Unilab)

_____
Profª. Drª. Gisele Soares Gallicchio (Examinadora Interna)
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (Unilab)

_____
Prof. Dr. Maurilio Machado Lima Junior (Examinador Externo)
Universidade Federal Fluminense (UFF)

_____
Me. Ana Raquel Silva Reginaldo (Examinadora Externa)

A minha mãe, por nunca soltar a minha mão;

A meu pai, que não pôde presenciar minhas conquistas, mas permanece presente em cada uma delas;

Ao Coletivo Bitiéz, por tornarem essa jornada mais divertida #QueDivertido;

Ao Little Mix, por sempre lançar boas músicas.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de expressar minha profunda gratidão a todas as pessoas que tornaram possível a realização deste projeto:

A meu orientador, Prof. Leandro, por ter aceitado me acompanhar nessa caminhada;

A minhas amigas e amigos, Jair, Raquel, Bruno, Bruna, Daniel, Daniela, Iago, Kauan, Diego, Gabriela, Ana Clara, Cibele, Wiane, Viviane, por tornarem essa caminhada mais leve, divertida e prazerosa, pelas conversas e risadas, pelo amor, carinho e companhia #Afetos;

Ao Little Mix, por ser a trilha sonora deste projeto;

A meu namorado, Natan, por tornar os dias mais leves com seu sorriso e abraço;

A todas e todos que de alguma forma contribuíram, meu mais sincero agradecimento. Este projeto não seria possível sem vocês. Obrigado!

RESUMO

Escrevo este ensaio com o objetivo de refletir acerca do colonialismo digital e da psicopolítica, tomando como ponto de partida a minha experiência cotidiana no ambiente universitário e minhas relações interpessoais mediadas pelas redes sociais digitais. Tenho como ponto de partida meu incômodo com as escritas acadêmicas engessadas, impessoais e distantes da experiência. Desse modo, proponho neste ensaio uma maneira de produção que aproxima a teoria da subjetividade e experiência de quem escreve. Organizo o texto em pequenas publicações, semelhantes a postagens de *blog,* apresentando acontecimentos cotidianos, inquietações e reflexões que surgiram no processo de escrita do TCC. Primeiramente, realizei uma reflexão sobre as estruturas tradicionais da escrita acadêmica e a defesa do ensaio como uma possibilidade de escrita. Na segunda postagem, ao refletir sobre as formas de controle da subjetividade, por meio de padrões de escrita, ao controle da subjetividade mediada pelo colonialismo digital – fenômeno compreendido como a continuidade de estruturas coloniais, agora articuladas pelas tecnologias digitais e as dinâmicas das *big techs* –, enquadrando nossos modos de sentir, de pensar e compreender o mundo. Na última postagem*,* analiso como a hiperconectividade perpassa pelo cotidiano, moldando desejos, formas de comunicação e relações interpessoais, no ambiente universitário em que estou inserido e nas dinâmicas digitais presentes em meu cotidiano. Nesse contexto, a psicopolítica surge como uma forma de controle que funciona silenciosamente sobre a subjetividade, influenciando nossos modos de agir, sentir e perceber o mundo. Desse modo, este ensaio procura compreender como o ambiente digital interfere na minha experiência universitária, nas de socialização, ao mesmo tempo que experimenta uma escrita que se recusa a distanciar os conceitos da vida cotidiana, buscando provocar inquietações, estimulando o olhar crítico e atento para os mecanismos que operam nas redes sociais digitais.

Palavras-chave: Colonialismo Digital; Psicopolítica; Redes sociais.

RESUMEN

Escribo este ensayo para reflexionar sobre el colonialismo digital y la psicopolítica, partiendo de mi experiencia cotidiana en el entorno universitario y mis relaciones interpersonales mediadas por las redes sociales digitales. Mi punto de partida es mi incomodidad con la escritura académica rígida e impersonal, alejada de la experiencia. Por lo tanto, en este ensayo propongo un método de producción que acerca la teoría a la subjetividad y la experiencia del escritor. Organizo el texto en entradas breves, similares a las de un blog, presentando eventos cotidianos, inquietudes y reflexiones surgidas durante el proceso de redacción de mi tesis de grado. En la primera entrada, reflexioné sobre las estructuras tradicionales de la escritura académica y defendí el ensayo como una posibilidad para la escritura. En la segunda entrada, reflexioné sobre las formas de control de la subjetividad a través de los patrones de escritura y sobre el control de la subjetividad mediado por el colonialismo digital, un fenómeno entendido como la continuidad de las estructuras coloniales, ahora articuladas por las tecnologías digitales y la dinámica de las grandes tecnológicas, que enmarcan nuestras maneras de sentir, pensar y comprender el mundo. En mi última publicación, analicé cómo la hiperconectividad impregna la vida cotidiana, moldeando deseos, formas de comunicación y relaciones interpersonales, tanto dentro del entorno universitario al que pertenezco como en la dinámica digital presente en mi rutina diaria. En este contexto, la psicopolítica emerge como una forma de control que opera silenciosamente sobre la subjetividad, influyendo en nuestras maneras de actuar, sentir y percibir el mundo. Por lo tanto, este ensayo busca comprender cómo el entorno digital interfiere con mi experiencia universitaria y mi socialización, a la vez que experimenta con una escritura que se niega a distanciar los conceptos de la vida cotidiana, con el objetivo de provocar inquietud y estimular una mirada crítica y atenta a los mecanismos que operan en las redes sociales digitales.

Palabras clave: Colonialismo Digital; Psicopolítica; Redes sociales.

ABSTRACT

I am writing this essay to reflect on digital colonialism and psychopolitics, taking as my starting point my daily experience in the university environment and my interpersonal relationships mediated by digital social networks. My starting point is my discomfort with rigid, impersonal academic writing that is distant from experience. Therefore, in this essay, I propose a method of production that brings theory closer to the subjectivity and experience of the writer. I organize the text into short posts, similar to blog entries, presenting everyday events, concerns, and reflections that arose during the process of writing my undergraduate thesis. First, I reflected on the traditional structures of academic writing and defended the essay as a possibility for writing. In the second post, I reflected on the forms of control of subjectivity through writing patterns, and on the control of subjectivity mediated by digital colonialism – a phenomenon understood as the continuity of colonial structures, now articulated by digital technologies and the dynamics of big tech – framing our ways of feeling, thinking, and understanding the world. In my last post, I analyzed how hyperconnectivity permeates daily life, shaping desires, forms of communication, and interpersonal relationships, both within the university environment I am part of and in the digital dynamics present in my daily routine. In this context, psychopolitics emerges as a form of control that silently operates on subjectivity, influencing our ways of acting, feeling, and perceiving the world. Therefore, this essay seeks to understand how the digital environment interferes with my university experience and socialization, while simultaneously experimenting with writing that refuses to distance concepts from everyday life, aiming to provoke unease and stimulate a critical and attentive look at the mechanisms that operate in digital social networks.

Keywords: Digital Colonialism; Psychopolitics; Social Networks.

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO **10**
2. PRIMEIRA POSTAGEM **12**
2.1. UMA ESCRITA-RIO 12
3. SEGUNDA POSTAGEM **18**
3.1. PENSO, LOGO POSTO 18
4. TERCEIRA POSTAGEM **23**
4.1. ESPELHO, ESPELHO MEU, EXISTE ALGUÉM MAIS BELA/O DO QUE EU? NÃO! 23
4.2. DESLIGANDO A TELA 27
REFERÊNCIAS **30**

1. APRESENTAÇÃO

Em meio às diversas postagens em uma rede social, encontrei uma jovem comentando sobre um site de publicações de pequenos textos, como pequenas reflexões elaboradas ou não, relatos do cotidiano, crônicas, contos entre outros. Como sou curioso, decidi entrar na plataforma. Criei minha conta, a interface é simples, sem muitas informações, apenas uma página inicial em que podemos ler textos de outras pessoas, que conhecemos ou não, sendo possível até mesmo curtir e comentar. O espaço de nosso perfil é mais simples, podemos colocar uma foto, escolher um nome, escrever uma pequena descrição e verificar nossas postagens. Voltei à página inicial e comecei a ler alguns textos. Alguns contavam relatos cotidianos, outros adicionavam alguns conceitos a estes relatos, mas ambos tinham algumas características em comum: a leitura acontecia de maneira fluida sem a necessidade de estarmos parando a leitura para procurar o significado de uma palavra, conceito ou pesquisar algum autor. Este pequeno detalhe me fez ficar por horas lendo aquelas produções.

Após sair de uma orientação de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), fiquei refletindo durante o percurso de volta para casa sobre como eu iria realizar a escrita. Não queria que ela fosse semelhante ao tipo de escrita normalmente exigida pela academia, com formas padronizadas, engessadas – limitadas por estruturas que pouco permitem desvios –, e com um interlocutor idealizado, aquele que lê, interpreta e compreende tudo que ali está escrito. Desejo uma escrita que transgrida a norma e foi em uma componente curricular, Linguagem, pensamento crítico e interculturalidade, presente na grade do terceiro semestre da graduação em Humanidades, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), que esse desejo se intensificou. Nesta componente curricular tive a oportunidade de conhecer autoras e autores, como Audre Lorde (2019), bell hooks (2017), Conceição Evaristo (2020), Mestre Bispo (Bispo dos Santos, 2023), que ressignificam o processo de escrita, aproximando-a de seu corpo, de sua experiência, de seus sentimentos, de seus ancestrais. Durante cada texto lido compreendia que minha inquietação com a forma da maioria dos textos acadêmicos não representa um problema especificamente meu, uma vez que estes textos seguem cada vez mais uma planificação da linguagem, em que o saber científico se sobressai sobre as demais formas de produção de conhecimento.

Nesse contexto, pretendo utilizar o ensaio como forma de escrita para meu TCC, uma vez que ele parte do ponto de vista de quem escreve, articulando teoria, experiência e o cotidiano, sem a necessidade de enquadrar a escrita em uma estrutura em que os conceitos

sufocam a experiência cotidiana. Pretendo realizar três postagens, construindo um caminho em que a vivência do cotidiano conflui com algumas reflexões teóricas que surgiram no decorrer de minha graduação e durante o processo de pesquisa. Na primeira postagem, pretendo apresentar minhas inquietações com as formas tradicionais de escrita e defender a minha busca por uma escrita que se aproxime da experiência, que permita o diálogo, a sensibilidade e o reconhecimento do outro. Na segunda postagem, pretendo iniciar uma aproximação com a temática do colonialismo digital e uma de suas características, a psicopolítica, abordada por Byung-Chul Han (2017; 2018; 2022a; 2022b; 2023a; 2023b; 2024), refletindo como as tecnologias digitais, especificamente as redes sociais digitais, atravessam nossas ações cotidianas, nossas relações interpessoais e até mesmo nossos desejos. Na última postagem, pretendo aprofundar a reflexão sobre a temática da psicopolítica, observando como a hiperconectividade, o excesso de informação e as dinâmicas das redes sociais influenciam nossa atenção, nossa forma de perceber o mundo e nossas relações interpessoais.

Nesse percurso, não me preocupei em imaginar um interlocutor ideal, alguém que compreendesse previamente todos os conceitos. Optei por uma escrita que se aproximasse de uma conversa - e esses textos são um convite para quem quiser participar desses diálogos - permitindo o compartilhamento de saberes mais do que sua demonstração. Cada publicação tem o objetivo de acompanhar um percurso de escrita, revelando, além dos conceitos, incômodos, questões e percepções que surgem enquanto tento compreender o cotidiano em que estou inserido em meio às dinâmicas das redes sociais digitais, seus algoritmos e nuances.

2. PRIMEIRA POSTAGEM

2.1. UMA ESCRITA-RIO

Redenção, 11 de Março de 2026

> *"Ler sem gostar é a prova de doidice. Pelo menos, é o que Adélia Prado pensa: 'A televisão está mostrando o hospício, a doida falando: 'Quero voltar para casa de portão azul'. Quem fala assim não pode ser doido não. Mais doído para mim é quem fala como Ednaldo: 'Tou lendo um livro muito ruim, mas vou até o fim…'."*
>
> *Rubem Alves (2001, p.49)*

Hoje o céu está limpo, são três da tarde, estou sentado na varanda e, apesar do calor estar insuportável, consigo apreciar a vista das serras que rodeiam a cidade. Faz algumas horas que permaneço sentado no chão com o notebook em minhas pernas, pensando como irei iniciar a escrita deste trabalho. A confirmação da matrícula chegou, apresentarei neste semestre. Decidi escrever e publicar neste *blog* pequenas reflexões sobre meu trabalho de conclusão de curso, como uma forma de delimitar o que pretendo analisar e compreender, registrando, em cada postagem, o que compreendi até o momento. Desde antes da primeira matrícula na componente curricular de Trabalho de conclusão de curso (TCC), eu almejo meu texto como algo que não seja engessado, com formas fixas ou com uma escrita impessoal e distante, que algumas vezes transforma a escrita e a leitura acadêmica em algo mecânico. Durante a graduação me deparei com alguns textos que sempre me geravam um incômodo durante a leitura. Eram textos muito engessados, complexos que pareciam ser escritos por formalidade acadêmica, com interlocutores ideais. Por isso busco construir uma escrita que privilegie a liberdade estética, a experiência e sensibilidade, acessando, considerando e dialogando com as emoções que perpassam a leitura e a escrita, sem recorrer a ideia de que o rigor está somente em textos acadêmicos e que essa é a única característica que define a qualidade de um texto acadêmico.

Compreendo o ato de escrita como um rio, que escorre entre as pedras, alimenta biomas, desemboca na amplitude do oceano, conflui com outros. Entretanto, na lógica do pensamento hegemônico da sociedade capitalista, em que os rios, e a natureza por completo, deixam de ser compreendidos como seres interconectados e passam a ser percebidos como uma mera fonte de lucro e acúmulo de capital. O saber científico ocidental, na lógica da sociedade capitalista, pretensamente universal, deslegitima a diversidade de saberes locais que enxergam a terra como um ser integrado. Ao negar a legitimidade desses saberes e eliminar as

alternativas, o sistema implementa uma monocultura mental, em que a única forma de compreender o mundo substitui a diversidade de práticas de saber ecológicas e culturais (Shiva, 2003). Ao compreender a escrita como um rio, pretendo me aproximar de perspectivas que enxergam a natureza e suas formas de conhecimento não como algo a ser explorado, mas como parte viva das relações de cuidado, experiência e diálogo.

Ao pensar a minha trajetória escolar, compreendo algo semelhante: fui educado a escrever de uma única forma, seguindo caminhos predefinidos, sem alternativas, em que era indicado o percurso, a velocidade e até o ponto de chegada do pensamento. Não quero que ache que estou criticando a iniciação aos gêneros textuais, isto é importante para o nosso desenvolvimento. No entanto, o problema começa a surgir quando o caminho imposto por esses gêneros não suporta o fluxo do pensamento, quando ele pede curvas, pausas, zonas em que possa transbordar. Canalizar um rio ou mudar sua rota podem até organizar, mas também empobrecem; ele continua existindo, mas perde sua possibilidade de encontrar novos territórios, de transbordar, de seguir caminhos em que ele possa fluir. Entretanto, o anseio por uma escrita fluida não surgiu sozinho, mas se deu a partir do contato que tive com autoras e autores que aproximam a literatura de seu corpo, de sua experiência, como a escrevivência de Conceição Evaristo, que se realiza como a escrita de mulheres negras com a intenção de desfazer a imagem do passado em que as mulheres negras escravizadas tinham sua voz silenciada pelos escravocratas (2020, p.30). O conjunto desses textos nos entregam novas formas de produzir ciência a partir do saber dessas mulheres, ligados à oralidade, memória, trajetória familiar e narrativas de classes trabalhadoras (Xavier, 2019, p.77 *apud* Felisberto, 2020, p.172).

Foi justamente esse contato com formas de produzir conhecimentos que transgridem as produções já consagradas na academia que me gerou um incômodo entre uma forma de escrita que faça sentido para mim e os possíveis mecanismos de regulamentação e controle. É esse incômodo que desejo romper como quem rompe uma barragem, estourar as tubulações para poder escorrer entre as pedras, na tentativa de construir um percurso que me leve a lugares desconhecidos, onde eu possa transbordar sem medo.

Na componente curricular de Linguagem, pensamento crítico e interculturalidade, presente no terceiro semestre de minha graduação em Humanidades, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), tive contato com autoras e autores como Rubem Alves (1984; 2001) e Jorge Larrosa (2015) que realizam críticas ao tecnicismo que transforma a linguagem em um instrumento de transmissão de informação e padronização de pensamentos nas formas semelhantes de maioria dos textos acadêmicos;

Mestre Bispo (Bispo dos Santos, 2023) e bell hooks (2017) que me apresentaram formas de descolonização da linguagem e atribuir novos sentidos a língua imposta pelos colonizadores; Gloria Anzaldúa (2000) por demonstrar que por meio da escrita podemos expressar o que nos revolta, o que nos aflige, o que nos faz feliz e, que assim, segundo Audre Lorde (2019), conseguimos nomear nossos sentimentos e analisá-los. Nesta componente, os conteúdos, os modos de enunciação, as formas universais de pensar e escrever, em suma, a linguagem foi apresentada não como um instrumento neutro, mas como parte de uma experiência situada com um grau de intencionalidade. A partir desse momento que começo a olhar com mais estranheza para as formas que aprendi a escrever academicamente. Aquilo que antes eu enxergava como algo natural, a forma de escrever e suas exigências, carregava, na verdade, escolhas cuidadosamente normalizadas, que fazem parte de uma longa história de controle dos modos de pensar, falar e conhecer, submissos à racionalidade eurocêntrica. Durante os séculos de colonização, não foram controlados apenas os territórios e recursos naturais, mas as diversas formas de conhecimento e produção de conhecimento, subjetividade e cultura (Quijano, 2005a, p.121). A imposição de um único modo de produção e exposição de conhecimento verdadeiro, imposto como universal, hierarquizou e deslegitimou as diversas formas de conhecimento e produção de conhecimento não-europeias, enraizadas nas experiências dos seres colonizados em uma posição de inferioridade e submissão ao continente europeu e suas dinâmicas (Quijano, 2005b).

A cada aula, a cada texto lido, compreendi que essa submissão ainda persiste na produção de conhecimento acadêmico ocidental, manifestando-se nas formas de escrita, formulação e organização do pensamento, nos levando a um caminho em que as produções são cada vez mais impessoais, distantes do objeto. São modelos de sistemas fechados em si mesmos, com começo, meio e fim definidos e validados a partir de protocolos rígidos de comprovação, distanciando da experiência concreta daquelas e daqueles que lêem e escrevem. A impessoalidade e a distância do sujeito escritor e seu objeto pretendem retirar do texto a subjetividade de sua autoria, transformando o processo de escrita em um exercício de adequação formal que, ao neutralizá-la, acaba por esvaziar também a experiência que a sustenta.

Neste momento, as reflexões de Jorge Larrosa, um dos autores com quem tive o primeiro contato naquela componente curricular, foram de grande importância para que eu pudesse compreender a dinâmica dos modos hegemônicos da produção universitária. Estas estão cada vez mais planificadas, se organizando em torno de línguas de ninguém, línguas sem qualquer marca subjetiva (2005, p.59), pronunciadas por aqueles que se definem os

donos da verdade, cientistas e críticos, que falam por mim, falam por você, que falam por nós e que nos dizem como as coisas devem ser. São os pescadores construtores, da confraria descrita por Rubem Alves (2001, p.81-86), que criaram as redes para pescar os seres misteriosos do rio e, que a partir daí, conhecem como real apenas o rio, as redes e os peixes, ignorando a diversidade de seres nas florestas e nos céus.

Na contramão de uma escrita autoritária, Jorge Larrosa (2015) nos convidou a buscar uma forma de enunciação que saia da abstração, adentrando a realidade concreta, a experiência individual e/ou coletiva. Não estou buscando uma linguagem que se prontifique a explicar o mundo por meio da quantificação, mas uma que se abra ao diálogo e à escuta. Escutar exige a presença de outra pessoa, acolher a palavra não a partir de um enquadramento redutor, mas por meio de um enquadramento inclusivo. Escrever, falar e escutar não são gestos neutros, são exercícios feitos em primeira pessoa, com outras pessoas, a partir de alguém que pensa, fala e se deixa sentir (Larrosa, 2015, p.66-67). Assim, a escrita deixa de ser um simples ajuste à expectativa de exposição do conhecimento e passa a se configurar como exposição de experiência, um espaço de encontro, de diálogo, de algo que pode acontecer e não apenas ser explicado.

Assim como Jorge Larrosa, busco uma forma de escrita para meu trabalho de conclusão de curso que parte das possibilidades do autor e de suas afetações. A demonstração de minhas afirmações partem de minhas vivências cotidianas, e apresentando como alguns conceitos existentes as explicam, me aproximando da escrevivência, de Conceição Evaristo, que não se reduz apenas a uma ação contemplativa da vida, mas nasce de um incômodo com o estado das coisas (2020, p.34) e, a partir desse incômodo tentarei encontrar na teoria algumas explicações.

Compreendo que não seja fácil a fuga das estruturas que estou acostumado a utilizar, que apontam para regras que no momento da escrita de um texto se preocupam mais com o acerto na forma, engessando a criatividade (Felisberto, 2020, p.165). Nesse movimento da negação aos sistemas fechados de escrita, compreendo o ensaio como uma possibilidade de unir tudo o que desejo em um trabalho final. Do modo como está escrito, ele possui uma estrutura singular e pessoal, não submissa às regras e normas rígidas, funcionando como um espaço de plano de atravessamento de experiências e sentimentos. O vivido é (re)elaborado, apresentando especificidades que vão além da experiência imediata. Seu ponto de partida é sempre o ponto de vista do sujeito escritor, carregando espacialidade, tempo e experiência sobre algo que se encontra no mundo sensível para além do texto (Costa, 2014). Ele é uma forma de crítica de pensamento em oposição a universalização de conceitos, reelaborando-os

de uma forma que não pretende se alcançar o permanente ou original, mas uma forma de exposição de pensamento, cuja sua força é crítica e não contemplativa da verdade, se preocupando mais em argumentar sobre fenômenos do que comprová-lo (Lima Junior, 2012).

Desejo assumir o ensaio como forma; isso não significa que irei renunciar o rigor, mas reelabora-lo utilizando a escrita como forma de exposição de meu pensamento, articulando conceitos e formulações existentes, reorganizando-as em um exercício criativo, apresentando aquilo que os conceitos universais não mostram, a singularidade, a inverdade, que ao serem evidenciadas apresentam o aspecto crítico do ensaio. Neste movimento, os conceitos se organizam ao redor do objeto e não o contrário, se abrindo ao erro, uma vez que o sujeito escritor não reduz a realidade a evidências, mas problematiza, compõe e se afeta com o campo, sem renunciar à necessária comprovação ou ao rigor. A escrita ensaística soa como uma forma de esclarecimento, uma forma modesta, que se atenta para esclarecer o que os outros fizeram e/ou ela mesma faz (Lima Junior, 2012).

Então, na tentativa de me aproximar de uma língua para a conversação, proposta por Jorge Larrosa (2015), uso o ensaio como modo de expressão. Quero escrever com palavras que me fizeram ser quem sou, que fazem parte da minha experiência e que dão sentido para o que escrevo. Mas não escreverei sozinho, convido pessoas para realizarem esta caminhada comigo e com as autoras e os autores cujos conceitos, em diálogo com o dia-a-dia, ajudam a produzir pequenas fissuras no modo como o mundo digital contemporâneo é vivido. Em um mundo cada vez mais dominado pela lógica neoliberal do desempenho e produtividade, com uma diversidade de tecnologias digitais, como a Inteligência Artificial (IA), o caráter criativo da escrita encontra novos desafios, a partir de dinâmicas digitais de mecanização da elaboração das narrativas, seguido uma lógica de hiperprodução e de intolerância ao erro, ao desvio. Mas, nesse espaço ainda em construção, enxergo o erro como parte do processo. Somos seres humanos em constante processo de aprendizagem, errar faz parte. É, justamente, a partir desta escolha, de uma escrita que não mire a perfeição, mas que seja atenta, que pretenda analisar o cotidiano universitário em que estou inserido e suas dinâmicas na sociedade de controle digital .

Pretendo, em meu trabalho, observar os mecanismos psicopolíticos que operam, quase que silenciosamente, nas minhas ações cotidianas e daquelas e daqueles que me cercam. Ações estas que são mediadas ou decorrentes do uso das redes sociais no ambiente universitário da UNILAB, e analisar como esses mecanismos afetam as relações interpessoais.

Quero que você me acompanhe nesta caminhada. Desejo compartilhar aqui minhas ideias e meus pequenos achados na construção do TCC. Esta é apenas uma primeira postagem, outras publicarei posteriormente. Despeço-me por hora, até logo.

Abraço.

Postado em 11 de março de 2026 às 16h36min

3. SEGUNDA POSTAGEM

3.1. PENSO, LOGO POSTO

Redenção, 15 de Abril de 2026

"A violência colonial se atualizou diante das necessidades dos novos estágios de acumulação capitalista."
Deivison Faustino e Walter Lippold (2023, p.57)

Já faz um mês desde que escrevi a primeira postagem. Durante este intervalo de tempo comecei a organizar os textos que li sobre o colonialismo digital e suas características. Pretendo seguir a temática do projeto de pesquisa que desenvolvemos no segundo semestre, na componente curricular de Oficina de metodologia I, da graduação em Humanidades, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). Nele pretendia analisar o uso das tecnologias digitais e os impactos no processo de ensino e aprendizagem, em História, em uma escola de ensino médio. Durante esse percurso, realizei a leitura de alguns textos que abordam essa temática e, inclusive, li um livro fundamental que explora as nuances de um fenômeno que pretendo te explicar nesta postagem: O colonialismo digital, obra de Deivison Faustino e Walter Lippold (2023).

Na postagem anterior, mencionei um aspecto da escrita, o enquadramento do pensamento a normas e padrões fixos. Entretanto, no decorrer de minhas leituras, compreendi que esse fenômeno não é restrito às formas de escrita acadêmica, se estendendo para além da linguagem e adentrando outros campos, atravessando a forma como vivemos, nos comunicamos e nos relacionamos com o mundo e com as pessoas. Nesse sentido, da mesma maneira que a escrita acadêmica formalizada por padrões de pretensão neutra, universal, que desemboca em uma monocultura da mente, o nosso cotidiano passou a ser moldado por artifícios que achamos ser apenas ferramentas. As tecnologias informacionais digitais não apenas organizam nossas ações, mas tendem a estruturar nossos modos de pensar, sentir e agir em um deslizar de dedos. Do despertar ao adormecer estamos conectados. Acordo com o alarme do telefone celular, em seguida, sem levantar ou abrir a janela, respondo as mensagens em uma rede social. Em seguida, entre uma e outra rede social, desço sua página inicial infinita por minutos e somente depois de um tempo conectado, levanto, abro a janela e começo minhas tarefas. As manhãs são majoritariamente assim, acredito que isso não aconteça apenas comigo.

Durante o rolar da tela inicial infinita, sou bombardeado por dezenas de anúncios publicitários de objetos que, até aquele momento, sequer me passavam pela cabeça, muito menos achava que necessitava. Em seguida, abro algumas publicações de conhecidos, e desconhecidos, que compartilham suas localizações, seu estado de humor, o relato de algo banal que viram, o percurso de uma caminhada, as fotos das férias, de festas, da rotina, de comidas e/ou de quem está se relacionando (Invisível, 2015, p.92). Quando entro na aba de vídeos de curta duração, sou bombardeado de conteúdos de publicidade, memes e/ou com teor psicológico e, quase sem perceber, fecho a rede social com desejos incutidos em mim, que foram silenciosamente produzidos e, de quebra, gatilhos que me levam a crises de ansiedade.

Em um primeiro momento, achei que eram apenas hábitos banais do meu dia-a-dia, mas, a intensidade das relações entre eu e a tela revelam uma crescente dependência em relação às tecnologias de informação e comunicação digitais, que aqui chamarei de redes sociais digitais, ou seja, uma estrutura em que as pessoas estabelecem diversas relações e compartilhamentos de interesses e/ou objetivos em comum, encurtando distâncias, possibilitando a construção de vínculos, buscando mais liberdade, mais visibilidade e mais reconhecimento (Borges; Maia, 2022). Se, antes na Guerra-Fria, as fases iniciais das redes de computadores e da internet foram concebidas para resistir a ataques em seus pontos de comunicação, em seus nós, e para fins militares (Castells, 1999), agora, na contemporaneidade, se tornou um elemento tão natural da vida social que sua onipresença já não causa estranhamento, tornando-se um elemento quase natural da vida social, desenvolvendo uma normalização de seus usos e de sua presença (Novaes; Dagnino, 2004). Mas, quando olhamos atentamente para essas tecnologias em conjunto, suas intenções e origens, elas deixam de aparecer como meros instrumentos isolados de comunicação ou produtividade, mas compõem um sistema técnico articulado que estrutura a vida social. Todas as técnicas desenvolvidas pela humanidade, do fogo à fibra óptica, não estão isentas de intencionalidade, elas surgem como um conjunto, um grupo, um sistema, e não como algo isolado e neutro. As técnicas do século XXI são as técnicas da informática, possibilitando uma comunicação entre as demais, atribuindo um novo uso do tempo, com a convergência de momentos, simultaneidade e aceleração do processo histórico. Entretanto, essas infraestruturas que conectam diversas partes do mundo, funcionam de forma articulada, em favor da aceleração do fluxo de informações, dados, mercadoria e capital (Santos, 2021).

Não quero que você ache que estou apresentando as tecnologias informacionais digitais, ou melhor, as redes sociais, como vilãs. Elas facilitam a vida cotidiana em vários quesitos. Se não fosse por elas, não conseguiria conversar com minha irmã que mora no outro

lado do atlântico, com minha família que está a alguns quilômetros de distância e com meus amigos a alguns quarteirões. O que desejo que você perceba é que esta integração digital não é neutra e muito menos homogênea. Os centros de processamento de dados, os servidores das principais plataformas digitais, encontram-se em um número limitado de países que, há alguns séculos, lucraram e se desenvolveram a partir da exploração colonial e imperialista. Essas tecnologias evidenciam desigualdades no controle, produção e consumo de tecnologia e informação. Diante disso, é necessário reconhecer que esta distribuição não é apenas desigual, mas baseada na exploração dos países que possuem a tecnologia sobre os que não a possuem, um processo tratado conceitualmente como colonialismo digital. Mas é preciso compreender brevemente suas bases, o colonialismo e imperialismo, uma vez que o colonialismo digital é apenas a copa de uma árvore que passou por séculos de desenvolvimento.

As sementes desta árvore foram plantadas há mais de meio milênio, com a invasão das Américas e, posteriormente, África e Ásia. Um processo que compreendeu a exploração e controle dos recursos naturais, territórios e das pessoas que ali viviam. A imposição da ideia de raça teve um papel fundamental no processo de hierarquização colonial em que o homem, branco, europeu, estava no topo, como ser civilizado e racional, enquanto os povos não-europeus, eram considerados primitivos, irracionais e por isso deveriam ser colonizados e civilizados. Em torno da ideia de raça se organizou uma nova geografia do poder, dividindo o mundo em Europa, Europa Ocidental, Américas, África, Ásia e, mais geral, Ocidente, Oriente próximo e Extremo Oriente (Quijano, 2005a; 2005b). Essa divisão foi essencial para a divisão mundial do trabalho, no contexto colonial, em que as metrópoles europeias recebiam a matéria-prima expropriada das colônias e transformadas em mercadorias, enquanto que as colônias eram fonte de recursos naturais e local de escoamento dessas mercadorias (Quijano, 2005a). A divisão centro/periferia serviu como base para os processos posteriores ao colonialismo, como o imperialismo. Nele se intensificou a divisão geográfica, em que as ex-colônias ainda estavam na posição de fontes de matéria-prima e escoamento de mercadorias, um estágio em que o desenvolvimento do capital dominou o mercado financeiro, exportando capital e iniciando a divisão do mundo por empresas internacionais, culminando com a divisão global entre as potências capitalistas (Faustino; Lippold, 2023).

Dividir o mundo entre consumidores e produtores abriu espaço para um desenvolvimento tardio industrial nas ex-colônias e uma subordinação econômica, energética e tecnológica aos países centrais. Ao tentarmos uma autonomia, nossas nações são boicotadas por governos e empresas imperialistas que, para manter sua zona de influência intacta, sua zona de extração de recursos naturais e destino de mercadorias, interfere na política e

economia interna. Nesse contexto, quero apresentar o colonialismo digital como a utilização de infraestruturas digitais para a dominação política, econômica e social de outra nação (Kwet, 2021, p.01). Não é coincidência que as empresas de tecnologia, as *big techs*, estejam majoritariamente localizadas nos Estados Unidos (EUA), um grande financiador de guerras e golpes em nações com recursos naturais estratégicos. Outro ponto que quero chamar atenção é o fato de que estas grandes empresas estão alinhadas com os governos e seus interesses, e que elas têm nas mão grandes redes sociais em que uma massa de informação se propaga diariamente, por meio de algoritmos psicométricos que constroem um perfil de cada pessoa que acessa determinada rede social, gerando informações que ultrapassam aquilo que sabemos sobre nós (Han, 2022b). Todos os cliques e deslizes de dedos e o que pesquisamos ficam salvos, cada andar é registrado. Nossa vida é integralmente reproduzida na rede digital, nossos hábitos digitais permitem uma representação exata de nosso caráter (Han. 2023, p.71). O tempo em tela que usei para escrever esta postagem*,* o tempo em que você usou para ler, a plataforma em que postei, o uso de uma rede social durante a pausa na escrita, o que consumi nela, as horas de música que ouvi durante o processo de escrita e, até mesmo, a quantidade de vezes que liguei a tela do celular ou do relógio inteligente. Todas essas informações são armazenadas nos servidores, onde são processadas e comercializadas com empresas de anúncios.

A produção e o controle da subjetividade, que faz parte dos projetos de dominação, na atual era da tecnologia, se faz por meio da intervenção indireta na psique humana, introduzindo valores, concepções de mundo e pontos de vista, como formas de vestir, de nos comunicar, de nos relacionarmos com os próximos e com o ambiente. Pouco a pouco, esses elementos deixam de parecer impostos pelas mídias digitais e passam a ser percebidos como naturais, configurando nossas referências, nossos desejos e como nos reconhecemos no mundo. Escrevi pois queria compartilhar o que compreendi de algumas leituras que realizei sobre este fenômeno. Suas estruturas são antigas, passaram por processos de modificações seguindo as mudanças das forças produtivas. Mas, em meio às diversas facetas do colonialismo digital, como a missão civilizatória, o financiamento de conflitos, o racismo algorítmico e a uberização, pretendo em meu trabalho de conclusão, abordar um aspecto específico, que já mencionei parcialmente mas não nomeei: a psicopolítica, o controle e a manipulação intencional da cognição humana e seus efeitos em nosso cotidiano, em nossas ações e em nossas relações interpessoais. Espero que, na próxima postagem, eu consiga te mostrar como ela se manifesta. Escrevo na esperança de quê desperte em você algumas inquietações sobre esta temática.

Abraço.

Postado em 15 de abril de 2026 às 22h48min

4. TERCEIRA POSTAGEM

4.1. ESPELHO, ESPELHO MEU, EXISTE ALGUÉM MAIS BELA/O DO QUE EU? NÃO!

08 de Maio de 2026

"Para escapar do vazio aflitivo hoje se recorre
ou à lâmina de barbear ou ao smartphone."
Byung-Chul Han (2022a)

São 14h30 da tarde desta quarta-feira. Estou na cantina do Campus dos Palmares, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). Hoje decidi vir mais cedo, pois além de uma reunião de orientação, tenho aula à noite. Deixei o notebook na biblioteca, estou tomando um café com uma fatia de bolo de chocolate e digitando no bloco de notas para posteriormente publicar. Como estudo a noite e raramente venho ao campus durante o dia, não sabia que ele seria tão movimentado neste horário. É um vai e vem de pessoas. Todas com, praticamente, as mesmas ações: andando com fones de ouvido e/ou olhando para a tela do celular, algumas até estão fotografando algumas partes do prédio. Nas mesas ao meu redor tem alguns grupos, estão conversando alto, mas, em todos, uma ou duas pessoas estão com os olhos fixados na tela do celular e, em algumas, todas as pessoas da mesa estão – e eu também.

Há mais de um ano iniciei a pesquisa bibliográfica para meu trabalho de conclusão de curso (TCC). Neste período tive contato com vários assuntos da esfera digital, como a hiperconectividade, as câmaras de eco, a reprodução do igual, o excesso de comunicação e excesso de positividade e as consequências na vida cotidiana e na saúde mental. Desde então comecei a notar e compreender alguns acontecimentos cotidianos que antes passavam despercebidos. Talvez por isso, algumas experiências aparentemente banais passaram a me inquietar de outro modo. Como, por exemplo, em uma noite comum de aula, quando a professora lança um questionamento para a turma. Ficamos cinco minutos em silêncio, ninguém responde, nem mesmo eu. E, em todas as perguntas seguintes, uma ou duas pessoas respondiam, enquanto a grande maioria estava olhando para a tela do celular. Os momentos silenciosos após uma pergunta lançada acontecem em várias disciplinas diferentes, e alguns de seus fatores, creio eu, podem partir do cansaço de um dia de trabalho e/ou a não leitura de um texto. Mas, há outro fator. Na imersão na cultura digital em que o contato com as redes sociais acontece de maneira frequente e a qualquer momento, as pessoas, por consumirem, em sua grande maioria, vídeos de curta duração e postagens que às vezes não ultrapassam

quinhentos caracteres, tendem a se tornar espectadoras passivas da vida social. Esta conexão nas redes digitais tende à alienação da realidade e das relações interpessoais fora da tela, e a constante busca por validação e engajamento substitui a experiência do mundo real pela experiência digital, modificando a forma como interagimos com o mundo e com nós mesmos (Carvalho; Wittitz, 2024, p.08). A acomodação produzida pela comunicação digital tenta fazer com que usuárias e usuários evitem o contato com outras pessoas e com a realidade fora das redes, preferindo uma comunicação digital, sem corpo, sem rosto e sem voz (Han, 2018, p.44). Chegamos em um momento da era digital em que, em determinadas situações, as pessoas substituem a interação com outros seres humanos pela interação com máquinas (Menezes, 2018, p.29). Mas, para além do conformismo, a comunicação se atomiza e individualiza cada vez mais as pessoas, uma vez que, a qualquer momento podemos acessar as redes sociais digitais, onde podemos consumir vídeos de curta duração sem nenhuma limitação temporal. Por meio de algoritmos, são apresentados aqueles conteúdos que correspondem ao que anteriormente curtimos. Somos alimentados sempre com o novo igual (Han, 2022a, p.08), no qual às vezes nos distanciamos do diferente.

Há alguns meses, na manhã de um sábado comum, abro o aplicativo de mensagens e entro em um grupo de amigas. Nesse momento me deparo com a mensagem de uma querendo terminar nossa amizade por, dentre alguns fatores, não estarmos alinhados em ideias sobre determinados assuntos. O gesto de evitar contato com alguém que antes era próximo mas que agora você não compactua com determinadas posições, é comparável a ativação de um filtro em uma rede social para mostrar apenas o que for conveniente em que, o outro, o diferente, é descartado com um deslizar de dedos, mantendo apenas o que for nosso espelho (Han, 2018, p.49). Desse modo, toda a negatividade do diferente é eliminada, criando uma câmara de eco em que o subjetivo de cada sujeito cobre o mundo com suas próprias lentes (Han, 2022a). Elas limitam a visão, pois a cada extração de informação e interação que fazemos na rede, são construídos prognósticos que ininterruptamente e criam teorias sobre nossa personalidade que podem até prever o nosso próximo passo na web. Essa infraestrutura produz um universo de informações para cada sujeito que tende a influenciar como chegamos a determinadas ações e ideias (Han, 2022b).

As redes sociais nos transmitem a sensação de satisfação devido às câmaras de eco, pois nelas nossos pensamentos são validados por semelhantes, por quem pensa igual a nós, sem questionamentos que tendem a criar uma sensação de pensamento uniforme. A vida se transforma em uma playlist que toca o que é familiar e, se não gostarmos, é só pular a música. Essa dinâmica produz a formação de bolhas ideológicas, nas quais a experiência da alteridade

é cada vez menos tolerada. Desse modo, a realidade apresentada nelas cria uma arena de disputas individuais de caráter narcísico, com ideia de autoadmiração e autossuficiência. Quando essas perspectivas são internalizadas em excesso, enfraquece laços individuais, coletivos e o cultivo de novos (Porcino; Lopes, 2024). Fora das redes sociais as bolhas se apresentam, nos corredores da universidade, como panelinhas, pequenos grupos de jovens, reunidos em um determinado espaço e conversando sobre assuntos comuns, ouvindo as mesmas músicas, lendo os mesmo livros e, algumas vezes, usando o mesmo estilo de roupa presente na grande mídia – mas não restrito apenas a isto.

A formação de bolhas e comunidades na *web* facilita a circulação de comunicação e informação. Quanto mais iguais somos, quanto mais nossas ideias e gostos se assemelham a outros, mais elas são produzidas e circuladas. A sensação de liberdade de comunicação nas redes sociais se transforma em um dispositivo de monitoramento e transparência que influência as pessoas a se exporem cada vez mais na internet, com o objetivo de acelerar a circulação de informação e comunicação (Han, 2023b), estabilizando o sistema, excluindo o estranho, transformando a sociedade em uma sociedade uniformizada em que nas redes sociais se transforma em uma sociedade transparente onde o negativo, a dor e sofrimento não são tolerados (Han, 2017), são publicados apenas o sucesso, uma boa rotina, bons desempenhos, o corpo esteticamente perfeito fotos de lugares instagramáveis, estéticos, que atraem mais seguidores e consequentemente mais engajamento. Para obtê-lo nos otimizados incessantemente, como adicionando mais filtros na edição de uma foto, incluímos em nossa rotina treinos e dietas pesadas para que nosso corpo fique esteticamente aceitável na rede, viajamos mais, não para conhecer novos lugares, mas para fotografar e postar.

Ao olhar pelas lentes do digital, nós excluímos o outro na medida que enxergamos apenas nosso nariz. Tendemos a ficar carente de vínculos físicos, pois, ao buscarmos mais visibilidade alcançamos patamares narcísicos e, mesmo imersos nas dinâmicas das comunidades conectadas, o eu não é capaz de agir em conjunto. Nesse ambiente, a coletividade tende a ser substituída pela individualização das pessoas, abrindo espaço para características narcísicas. As técnicas digitais não se apresentam como uma forma de propagação do amor próprio, mas uma técnica que individualiza e multiplica o ego narcísico (Han, 2018). As pessoas individualizadas e com os vínculos fora da rede enfraquecidos e sobrecarregados de si mesmo, procuram alternativas para sua solidão, recorrendo às redes sociais ou a lâmina de barbear (Han, 2022a). Quando se busca nas redes sociais o conforto, tendemos a permanecer por horas rolando a tela inicial infinita das redes sociais, buscando conteúdos que nos conforte naquele instante. Nesse momento, assistimos, de camarote, à vida

de outras pessoas, fazendo viagens, dando dicas de relacionamento, mas sempre mostrando o lado bom de sua vida, enquanto nós, os espectadores, tendemos a ser afetados com excesso de estímulos, comparações e desejos.

Em uma noite, após discutir com um amigo por mensagem, decidi me afastar da conversa para esfriar a cabeça, entro em outra rede social e começo a rolar a tela inicial. Alguns minutos se passaram até que os memes se encerram e começo a assistir as postagens de pessoas aparentemente felizes, realizando viagens, apresentando resultado do treino de musculação, expondo seus relacionamentos e festas. Permaneço ali por algumas horas. Este fluxo incessante de conteúdos me transmitiu uma sensação de inveja e impotência que duram até após o apagar da tela. Toda a positividade que absorvi e invejei de cada publicação ou vídeo foi violenta de uma forma sutil, em vez de me alegrar, me deixou mais ansioso e inseguro. Esta violência não parte da negatividade, mas da positividade. Seu excesso aponta para transtornos como depressão, TDAH e/ou Síndrome de *Burnout*. Esta que parte do superaquecimento da psique causado pelo excesso do igual, já a hiperatividade representa uma massificação do positivo e a depressão é a carência de vínculos devido a fragmentação social (Han, 2024). A Síndrome da Fadiga de Informação (SFI) é uma enfermidade psíquica causada por este excesso de informação em que seus afligidos reportam a crescente deficiência de suas capacidades analíticas, falta de atenção, inquietação (Han, 2018) e todos os transtornos que citei anteriormente.

Nesse mesmo episódio, quando estava aflito e busquei refúgio nas redes sociais, entre um vídeo de curta duração e outro, encontro uma moça debatendo sobre a não conclusão de atividades, ela, inclusive, usa o autor que estou usando como base de meu trabalho, Byung-Chul Han. Lembra que no começo dessa postagem, eu mencionei o silêncio da turma? Bem, pensei em outro motivo: a dificuldade de um raciocínio elaborado e longo. No ambiente digital estamos imersos em estruturas de vídeos com curta duração de presentes pontuais, uma vez que no mesmo minuto em que assistimos um vídeo sobre gatos desajeitados, assistimos também um vídeo sobre algum anime/filme/série, O tsunami de informações sobrecarrega nossa percepção garantindo que estejamos permanentemente estimulados, influenciando na contemplação, pois os sujeitos modernos pulam de uma informação à outra, sem demorar-se; o olhar longo, lento e demorado se perdeu (Han, 2023a). Como dizia a orientadora de um grande amigo, “é preciso demorar-se”.

Quando pulamos de um conteúdo para outro e posteriormente outro não concluímos nenhum dos assuntos que assistimos em cada vídeo, pois a conclusão acontece quando o início e o final de um processo formam um nexo de sentido conectando-os. Com isso, a

percepção se torna incapaz de concluir, uma vez que vive em constante alternância na rede digital. Essa rápida mudança de uma imagem a outra torna impossível fechar os olhos para um demorar-se contemplativo (Han, 2024). Estamos desaprendendo a ver. Aprender a ver quer dizer acostumar o olho a um descanso, a uma paciência, ou seja, preparar o olhar para uma atenção profunda e contemplativa, a um olhar lento e demorado. Com esses diversos estímulos, com o consumo desenfreado de informação e com a decadência da ação contemplativa, nossa mente não reflete antes de reagir a algum estímulo. Entretanto, aprender a ver também significa aprender a não reagir imediatamente a um estímulo, mas controlando nossos instintos inibitórios. Reagir imediatamente e seguir qualquer impulso demonstra um sinal de esgotamento (Han, 2023a). Já parou para pensar quantas vezes você ficou ansioso pela resposta de uma mensagem? Já perdi as contas de quantas vezes, em questão de minutos, verifiquei as notificações do celular na expectativa de uma resposta. Também já não me lembro quantas vezes fiz ou falei coisas sem sequer parar para pensar, mas por puro calor do momento. E quantas vezes, por achar que tendo o controle sobre aquilo que consumo nas redes, imaginei ter o controle das ações fora delas. Na maioria desses episódios, me comportei como se fosse dono da realidade, quando, na verdade, nem mesmo conseguia controlar minha própria rede social. Justamente neste ponto que a questão do diálogo tem grande importância. Com a aceleração das redes sociais, respostas imediatas a estímulos e a sensação de controle, o outro definha, abrindo espaço para o fluxo de informação. Mas o diálogo representa uma forma de conclusão, ele institui um sentido, uma comunicação que vai além do eu. A comunicação digital é incapaz de produzir um diálogo, pois está se tornando cada vez mais narcisista e levando a expulsão do outro e esse vazio, sem o outro, faz com que nos comuniquemos sem parar. O tempo além do eu, ou seja, o tempo além do outro, constroi uma comunidade e somente ele poderá ser capaz de libertar o eu narcísico, depressivo e exausto (Han, 2024).

4.2. DESLIGANDO A TELA

Talvez agora, depois destas três postagens tentando compreender a dinâmica das redes sociais e seus efeitos na vida cotidiana, seja necessário fazer aquilo que o ambiente digital tantas vezes nos impede, o demorar-se o suficiente para concluir. Compartilhei com você pequenas reflexões que desenvolvi durante este período de pesquisa para a construção do meu trabalho de conclusão de curso (TCC). Desde os primeiros momentos em que surgiram as ideias para o TCC, não imaginava escrever um texto que seguisse o formato consolidado pela

academia, que não me cativava e com o qual não me sentia confortável no processo de escrita. Como escreveu Rubem Alves (2001), ler sem gostar é uma loucura, então, imagino que escrever sem gostar também seria uma loucura. Por meio do contexto epistemológico da UNILAB tive a oportunidade de ter contato com autoras e autores que trazem a escrita para perto de seu corpo, seu território e sua experiência. Desse modo, conheci outros modos de escrita que ultrapassam o artigo acadêmico tradicional. Durante estas pequenas postagens, procurei seguir caminhos diferentes daqueles aos quais estava habituado e, neste formato ensaístico, pude trazer para dentro do texto, além da teoria, meu cotidiano, minhas experiências e emoções, permitindo que a escrita se aproximasse mais daquilo que vivo e sinto.

Ao longo desta escrita, compreendi que este incômodo com o formato de enunciação acadêmico não fazia referência apenas às suas formas engessadas, mas a sistemas mais amplos de produção de uma verdade pretensamente universal. A escrita impessoal, generalizante e formatada apresentou-se para mim com semelhanças com as dinâmicas das redes sociais que, por meio de seus algoritmos, da hiperconectividade, da lógica do desempenho e do excesso de informação, tendem a enquadrar nossos modos de sentir, pensar e enxergar o mundo. De forma similar a escrita acadêmica, que limita o fluxo do pensamento, guiando-o por caminhos previamente estabelecidos, o colonialismo digital e a psicopolítica, por intermédio das redes sociais e de seus algoritmos, conduzem a subjetividade e os sentimentos para espaços fechados, marcados pela repetição do igual, pela necessidade de validação e comunicação, e pela expulsão do outro. Nesse movimento, compreendi que meu incômodo com a escrita estava ligado às inquietações que desenvolvi ao longo dos estudos e da experiência dentro do ambiente digital, pois ambos se revelam como mecanismos que operam silenciosamente na organização de nossa experiência, relações e formas de existência, formando bolhas ideológicas, enfraquecendo a ação contemplativa e a coletividade.

As situações que compartilhei em cada publicação não são narradas de forma aleatória, mas partem da intenção de compreender cada experiência cotidiana que é refletida posteriormente nos textos que trabalhei. O silêncio da turma, o enfraquecimento dos vínculos por divergências de pensamentos, a falta de um pensamento complexo e demorado, e a intensificação de sentimentos narcísicos, de ansiedade, insegurança, cansaço e autocobrança fazem parte de dinâmicas que, em muitos casos, passam despercebidas em meio a naturalização da vida no ambiente digital. Ao olhar essas experiências, compreendi que elas fazem parte da forma como acontece o controle psicopolítico de nossos pensamentos, de como nos relacionamos com o mundo, com as outras pessoas e com nós mesmos. Ao escrever

essa pequena trilogia de postagens, tentei compartilhar com você as inquietações que surgiram durante este processo de escrita, mas também, para despertar você da alienação das redes sociais digitais e seus impactos em nossa forma de viver. Talvez, concluir esse percurso não signifique que irei encontrar respostas definitivas – e nem é esta a minha intenção –, mas permanecer atento às lacunas, aos incômodos e às possibilidades de pensar, viver e escrever para além da lógica digital. Por hora é isto, não me despeço definitivamente, pois este percurso está apenas começando.

Postado em 08 de maio de 2026 às 16h55min

REFERÊNCIAS

ALVES, Rubem. **Entre a ciência e a sapiência**: o dilema da educação. 5. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2001.

ALVES, Rubem. Rede das palavras. *In*: ALVES, Rubem. **O suspiro dos oprimidos**. São Paulo: Edições Paulinas, 1984. p. 7-35.

ANZALDÚA, Gloria. Falando em línguas: uma carta para as mulheres escritoras do terceiro mundo. **Revista Estudos Feministas**, *[S. l.]*, v. 8, n. 1, p. 229, 2000. DOI: 10.1590/%x. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/9880. Acesso em: 4 maio. 2026.

BISPO DOS SANTOS, Antônio. **A terra dá a terra quer**. São Paulo: Ubu Editora, 2023. 122 p.

BORGES, Hélyda Moura; MAIA, Rodrigo da Silva. O impacto do uso do *smartphone* e das redes sociais na atenção, memória e ansiedade de estudantes universitários: revisão integrada. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, 2022.

CARVALHO, Emily Maria Barros; WITTITZ, Marilene. Consumo de mídias digitais por jovens universitários: Uma análise sobre subjetividade e sociedade. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 3, 2024.

CASTELLS, Manuel. **A Sociedade em Rede**. 6. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1999.

COSTA, Luana Antunes. **TRAÇOS DO CHÃO, TRAMAS DO MUNDO: Representações do político na escrita de Mia Couto e Patrick Chamoiseau.** 2014, Tese de Doutorado — Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

EVARISTO, Conceição. A escrevivência e seus subtextos. *In*: DUARTE, Constância Lima; NUNES, Isabella Rosada (org.). **Escrevivência**: a escrita de nós: Reflexões sobre a obra de Conceição Evaristo. Rio de Janeiro: Mina Comunicação e Arte, 2020. p. 26-46.

FAUSTINO, Deivison; LIPPOLD, Walter. **Colonialismo digital**: por uma crítica hack-fanoniana. São Paulo: Boitempo, 2023. 218 p.

FELISBERTO, Fernanda. Escrevivência como rota de escrita acadêmica. *In*: DUARTE, Constância Lima; NUNES, Isabella Rosado (org.). **Escrevivência**: a escrita de nós: Reflexões sobre a obra de Conceição Evaristo. Rio de Janeiro: Mina comunicação e arte, 2020. p. 164-179.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade da transparência**. Petropólis, RJ: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul. **No Enxame**: Perspectivas do Digital. Petrópolis, Rj: Vozes. 2018. 135 p.

HAN, Byung-Chul. **A Expulsão do Outro**: Sociedade, percepção e comunicação hoje. Petrópolis, RJ: Vozes, 2022a.

HAN, Byung-Chul. **Infocracia**: Digitalização e a crise da democracia. Petrópolis, Rj: Vozes, 2022b.

HAN, Byung-Chul. **A crise da narração**. 3. ed. Petrópolis, Rj: Vozes, 2023a.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica**: O neoliberalismo e as novas técnicas de poder. 10. ed. Belo Horizonte: Âyiné, 2023b. 95 p.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. 3. ed. Petrópolis, Rj: Vozes, 2024. 127 p.

hooks, bell. A língua: ensinando novos mundos/novas palavras. *In* hooks, bell. **Ensinando a transgredir:** A educação como prática da liberdade. 2. Ed. São Paulo. Editora WMF Martins Fontes, 2017. p. 223-253.

INVISÍVEL, Comité. FUCK OF GOOGLE. *In*: INVISIVEL, Comité. **Aos nossos amigos**: crises e insurreições. [*S. l.*]: N-1 Edições, 2015. p. 81-104.

KWET, Michael. **Digital Colonialism**: the evolution of US empire. 21 mar. 2021. Disponível em: https://longreads.tni.org/fr/digital-colonialism-the-evolution-of-us-empire.html. Acesso em: 30 mar. 2026.

LARROSA, Jorge. Uma língua para a conversação. *In*: LARROSA, Jorge. **Tremores**: escritos sobre experiência. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2015. p. 57-72.

LIMA JUNIOR, Maurilio Machado. **Ensaísmo e filosofia em Theodor W. Adorno.** 2012, 130 p. Tese de Doutorado – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2012.

LORDE, Audre. A transformação do silêncio em linguagem e ação. *In*: LORDE, Audre. **Irmã outsider**: ensaios e conferências. Belo Horizonte: Autêntica, 2019. p. 49-54.

MENEZES, Karina Moreira. **PIRÂMIDE DA PEDAGOGIA HACKER = [VIVÊNCIAS DO (IN)POSSÍVEL]**. 2018. 180 p. Tese de Doutorado — Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2018.

NOVAES, Henrique; DAGNINO, Renato. O Fetiche da Tecnologia. **ORG & DEMO**, v. 5, n. 2, p. 189-210, 2004.

PORCINO, Eduarda Rodrigues de Almeida; LOPES, Ramon Librelon Pinheiro. Câmaras de eco e a barreira algorítmica da democracia. **Revista de Ciências do Estado**, Belo Horizonte, v. 9, n. 2, p. 1–18, 2024. DOI: 10.35699/2525-8036.2024.54506. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/revice/article/view/e54506. Acesso em: 15 abril. 2026.

QUIJANO, Aníbal. Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina. In: LANDER, Edgardo (Org.). A colonialidade do saber: eurocentrismo e ciências sociais. Perspectivas latino-americanas. Buenos Aires: CLACSO, 2005a. p. 227-278.

QUIJANO, Aníbal. Dom Quixote e os moinhos de vento na América Latina. Estudos Avançados, v. 55, pág. 7-31, 2005b.

SANTOS, Milton. **Por uma outra globalização**: do pensamento único à consciência universal. 32. ed. Rio de Janeiro: Record, 2021. 194 p.

SHIVA, Vandana. Monoculturas da mente. *In*: SHIVA, Vandana. **Monoculturas da mente**: perspectivas de biodiversidade e biotecnologia. São Paulo: Gaia, 2003. p. 21-82.