

ALPHA, A GERAÇÃO HIPERCONECTADA E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL

Beatriz Lopes Zanbello

Universidade Cesumar

Fernanda Ferdinandi

Universidade Cesumar

Ana Paula Borges Castardo

Universidade Cesumar

Rute Grossi-Milani

Universidade Cesumar

Regiane da Silva Macuch

Centro Universitário de Maringá - Unicesumar

Resumo:

A denominada Geração Alpha é constituída por todos os cidadãos nascidos a partir do ano de 2010. Estudos afirmam que esta geração é a primeira 100% tecnológica e hiperconectada, no entanto, apesar de todas as tecnologias oferecidas, a mesma carece de habilidades socioemocionais. Para que a aprendizagem de habilidades socioemocionais ocorra entre jovens, é preciso que a mesma seja estimulada. Nesse sentido, a educação socioemocional visa desenvolver competências e habilidades que promovam pessoas aptas e confiantes para lidar com frustrações, medos e angústias. Assim, este artigo tem por objetivo discutir sobre a educação socioemocional dos indivíduos da geração alpha frente ao mundo cada vez mais tecnológico. A metodologia utilizada enquadra-se como artigo de reflexão teórica, por meio de revisão bibliográfica. Como resultados concluiu-se que essa geração necessita de educação plena e humanizadora. Para isso, a necessidade de educar emocionalmente necessita de um enfoque integrado.

Palavras-chave:

Geração Alpha, Hiperconexão,
Habilidades Socioemocionais.

Abstract:

The so-called Alpha Generation is made up of all citizens born after 2010. Studies claim that this generation is the first 100% technological and hyperconnected, however, despite all the technologies offered, it lacks socio-emotional skills. For the learning of social-emotional skills to occur among young people, it needs to be encouraged. In this sense, socio-emotional education aims to develop skills and abilities that promote capable and confident people to deal with frustrations, fears and anxieties. Thus, this article aims to discuss the socio-emotional education of individuals from the alpha generation in an increasingly technological world. The methodology used fits into an article of theoretical reflection, through a literature review on the subject. As a result, it was concluded that this generation needs full and humanizing education. For this, the need to educate emotionally needs to focus in an integrated way.

Keywords:

Alpha Generation, Hyperconnection, Socioemotional Skills.

DATA DE RECEÇÃO: 15/09/2021

DATA DE ACEITAÇÃO: 15/11/2021

Introdução

Ao longo da história sempre houve períodos de grandes transformações, mas o atual avanço científico e tecnológico tem influenciado de maneira irreversível a vida do ser humano. Os rápidos avanços em tecnologia nos diversos campos da ciência têm levado a profundas distinções entre gerações.

A primeira geração que nasceu 100% tecnológica e hiperconectada está sendo impactada pela presença massiva das tecnologias digitais. Denominada Geração Alpha, envolve todas as crianças que nasceram a partir do ano de 2010 (McCrindle, 2015). Geração de pensamentos e habilidades mais aceleradas que as gerações anteriores, nasceu em contato direto com as telas ou ecrãs e vem sendo formada por meio do mundo virtualizado.

É a primeira geração que apresenta necessidade extrema de mudanças no sistema escolar, uma vez que o ensino tradicional não contempla as demandas atuais desse grupo de pessoas. A educação até então focou em saberes fragmentados, conectados com memorização e repetição de conteúdos. Provas, testes, problemas e exercícios podem gerar nota, mas não guiarão o aluno Alpha em seu desenvolvimento integral e com competências para os desafios do século XXI.

Um desses desafios diz respeito às competências socioemocionais. O mundo atual exige criatividade, inovação, assim, a educação precisa ultrapassar barreiras para incorporar estratégias pedagógicas condizentes com a formação desse novo sujeito. A educação socioemocional precisa ser ofertada objetivando a promoção constante do exercício de compreensão dos sentimentos para que os sujeitos criem repertórios para lidar com as emoções de si e do outro.

Atitudes e habilidades de controle emotivo são a base da educação socioemocional. Mas como promover tais competências em um mundo hiperconectado e de pouca interação social presencial, principalmente, em tempos de pandemia?

Na intenção de responder a essa pergunta, este artigo trata-se de um trabalho de reflexão, focando na compreensão desse sujeito da geração ALPHA hiperconectada e em como a educação emocional, por meio da escola, pode contribuir para a formação do cidadão do século XXI.

Procedimentos de Pesquisa Teórica

Este artigo apresenta uma reflexão teórica tendo por base produções científicas sobre a temática educação emocional e geração alpha por meio da busca por material nas seguintes bases de dados: Portal de Periódicos Capes (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal em Nível Superior), Biblioteca Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico, Biblioteca Digital da Unicesumar (BDU) e Portal Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde). A busca ocorreu por meio de palavras-chave como: Geração Alpha, Hiperconexão, Habilidades Socioemocionais. Levou-se também em consideração os dados da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) para análise de informações sobre a temática como saúde mental, tecnologias, comportamentos, ansiedade e depressão.

Discussão e Reflexão Teórica

Quem são os sujeitos hiperconectados?

Alpha é a primeira letra do alfabeto grego e possui significado de início. Os Alphas são sujeitos que nasceram a partir do ano de 2010 cercados por tecnologias e que estão estimulados vinte quatro horas por dia, por jogos, vídeos, redes sociais, aplicativos, entre outras tecnologias digitais. Segundo McCrindle e Fell (2021), a geração Alpha é:

nascida e moldada totalmente no século 21, e a primeira geração que veremos em números recorde no século 22 também. Eles estão logados e conectados, são conhecidos como “nativos digitais”. Eles são a geração mais dotada materialmente e tecnologicamente alfabetizada que já agraciou o planeta (McCrindle e Fell, 2021)

Os referidos autores consideram que esta geração inicia um novo ciclo da vida humana, é a primeira geração nascida no século XXI. Sujeitos imersos em tecnologia, são capazes de usar e manipular conteúdos do ciberespaço de maneira autônoma e independente (Camboim e Barros, 2010). Por serem nativos digitais, recebem excesso de estimulação sensorial, no entanto, pouquíssima educação emocional.

Filhos da Geração Y ou daqueles nascidos entre 1980 e 1995, uma das características dos Alphas são os contextos familiares menores, com famílias de apenas um filho. Assim, as rotinas das famílias costumam ter um ritmo mais acelerado e sobrecarregadas de atividades e de hiperconexão¹, passada de pai para filho (Silva, 2019, p. 29).

Durante muito tempo a criação dos filhos era responsabilidade dos pais, a partir da revolução industrial, esses saíram para trabalhar fora do contexto doméstico e a educação acabou sendo terceirizada. Nesse sentido, nos dias atuais, a própria sociedade e a infraestrutura das cidades contemporâneas não permitem às crianças explorarem a natureza, brincar na rua ou interagir com outras crianças de forma livre, espontânea e sem supervisão. Hoje, são as telas/ecrãs que educam, brincar na natureza ou em lugares públicos, tornou-se mais restrito e os mes-

mos tornaram-se a principal cuidadora das crianças (Marturano, 2006, p. 498).

Hiperconectividade: prejuízos ou benefícios?

Um dos problemas da hiperconexão é o isolamento social, uma vez que ela tira o foco do aqui e agora. Tudo parece ser urgente, e isso faz com que as pessoas tenham acesso à grande quantidade de informações porque sentem que, se não o fizerem, estão perdendo algo importante.

Sobre tal, o físico espanhol Alfons Cornellá em 1996 criou o termo infointoxicação, sendo a junção de informação e intoxicação. Nesse contexto, dispersão, estresse e ansiedade aparecem com destaque (Maya, Castro e Amaral, 2020). A expressão FoMo (Fear of Missing out) representa o medo de perder as atualizações e postagens recentes, gerando compulsão pela checagem constante das redes sociais digitais (Peralta, 2018).

Desse modo, a dependência das redes sociais digitais pode ser tão ou mais viciante que o uso de cigarro e álcool (Rsp, 2017), entre outros prejuízos. O aumento de problemas nos relacionamentos está relacionado com o impacto relativo ao tempo que as pessoas dedicam às redes sociais digitais (Elphinston, 2011, p. 634).

Para detectar a hiperconexão, sinais frequentes podem ser identificados, como: a) necessidade de saber o que ocorre na internet; b) ansiedade constante quanto ao número de pessoas que o acompanham nas redes sociais digitais, ou quando alguém o exclui de seus contatos; c) alta irritabilidade e ansiedade quando não pode ter acesso ao celular/telemóvel ou computador; d) diminuição das relações e atividades no mundo real; deixar compromissos pessoais e profissionais para ficar na internet; e) manter-se conectado o tempo todo e, f) mentir sobre o tempo que passa conectado para evitar críticas (Sá, 2019, pp. 46-52).

Geralmente o sujeito hiperconectado estabelece comparação do próprio corpo com imagens idealizadas e editadas na Internet. Essa comparação influencia o aumento da prevalência de transtornos alimentares, como bulimia e anorexia (Holland e Tiggemann, 2016).

Outro aspecto a ser salientado diz respeito ao aparecimento do cyberbullying. Esse pode ser caracterizado como prática ou recebimento de atos de violência

1 - Hiperconexão é um termo que não está oficialmente definido nos dicionários brasileiros, no entanto, especialistas como Amaral (2015) e Young; Abreu (2018) referem-se a hiperconectividade como o ato da pessoa estar conectada o tempo todo a algum dispositivo tecnológico, como smartphones, notebooks, computador, entre outras opções.

física e psicológica de forma repetida e intencional pela internet (Brewer; Kerslake, 2015). Muitas crianças e jovens sofrem cyberbullying e não comentam, isso requer atenção e cuidado, pois na tentativa de se livrarem da dor pela agressão virtual, muitos podem desenvolver ideações suicidas (Maidel e Vieira, 2015). Ainda em relação à hiperconexão de crianças, Stron-ge et al. (2015) reportam efeitos negativos como aumento de ansiedade e depressão. Estes efeitos provocam dificuldades para dormir, se divertir, estudar e focar; piora da qualidade do sono, aumento do cansaço crônico e piora da satisfação com a imagem corporal.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBG, 2020) destaca alguns alertas sobre o uso excessivo de tecnologias digitais por crianças, conforme no Quadro 1.

Quadro 1: Impacto na saúde das crianças pelo uso excessivo de tecnologias digitais de comunicação e informação (SBP, 2020).

- Dependência digital e uso problemático das redes sociais;
- Problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão;
- Transtornos do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH);
- Transtornos do sono;
- Transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia;
- Sedentarismo e falta da prática de exercícios;
- Bullying e cyberbullying;
- Transtornos da imagem corporal e da autoestima;
- Riscos da sexualidade, nudez, sexting, sextorsão, abuso sexual, estupro virtual;
- Comportamentos autolesivos, indução e riscos de suicídio;
- Aumento da violência, abusos e fatalidades;
- Problemas visuais, miopia e síndrome visual do computador;
- Problemas auditivos e perda auditiva induzida pelo ruído;
- Transtornos posturais e músculo-esqueléticos;
- Uso de nicotina, vaping, bebidas alcoólicas, maconha, anabolizantes e outras drogas.

Desse modo, as tecnologias digitais em excesso oferecem riscos às crianças pela falta de maturação neurológica, social e emocional (Velho, 2017, p. 122). Portanto, para a geração Alpha, fatores cruciais que envolvem a conexão digital devem focar no que é denominado alfabetização para meios de comunicação digital (literacia digital) e na mediação parental.

A Alfabetização Midiática e Informacional reconhece o papel fundamental da informação e das redes sociais em nosso dia a dia. Está no centro da liberdade de expressão e informação, já que empodera cidadãos a compreender as funções das redes sociais e outros provedores de informação, a avaliar criticamente seus conteúdos e, como usuários e produtores de informação e de conteúdos de redes sociais, a tomar decisões com base nas informações disponíveis (Unesco, 2014, p.11).

A geração Alpha necessita de tecnologias em seu dia a dia, no entanto, também é preciso saber mediar os benefícios dessa conectividade, competência essa, que pode ser desenvolvida pela educação básica, ou seja, a tecnologia oportuniza uma possibilidade de acesso às informações e trocas de experiências, com base nisso, é possível explorar vários conteúdos, inclusive a segurança digital (Maslen e Lupton, 2018; Ridout e Campbell, 2018). A formação de comunidades online para apoio emocional pode ser salientada como facilitação na comunicação de sentimentos e na formação da identidade, entre outros benefícios (Wiederhold, 2013; Eckert et al., 2017). No entanto, esses benefícios geralmente voltam-se para a população adulta, isto é, se a mesma souber tirar proveito.

Literacia digital e educação emocional da Geração Alpha

A geração Alpha necessita de uma educação que fomente a formação integral do sujeito, isto inclui a literacia digital e a educação emocional, para além da mediação parental diante do mundo cada vez mais conectado de forma digital. Para Maurício (2009, pp. 54-55), conselheira da Fundação Darcy Ribeiro, a educação integral “reconhece a pessoa como um todo e não como um ser fragmentado (...) essa integralidade se constrói através de linguagens diversas, em variadas atividades e circunstâncias (Maurício, 2009, pp. 54-55).

Assim, para abordar a ideia de educação emocional por meio da escola, em especial, em tempos de pandemia é preciso reconhecer os conceitos de inteli-

gência emocional, competência emocional e educação emocional, principalmente porque existem distinções entre eles que, muitas vezes, podem ser confundidas. Os psicólogos Salovey e Mayer, pioneiros na temática, nos anos de 1990, definiram Inteligência Emocional como conjunto de habilidades na gerência de sentimentos e emoções, bem como a capacidade de valorizar, perceber, expressar, compreender, regular e acessar as mesmas (Salovey e Mayer, 1990). A inteligência emocional ocorre por meio de quatro fases: 1) percepção das emoções; 2) integração emocional: quando emoções entram no sistema cognitivo; 3) compreensão emocional, a necessidade de se compreender o que sente e, 4) regulação emocional (Mayer, Caruso e Salovey, 2000).

Já a competência emocional coloca ênfase na interação entre pessoa e ambiente, conferindo maior importância à aprendizagem e ao desenvolvimento. Portanto, com aplicações psicoeducativas imediatas (Bisquerria e Pérez-Escoda, 2007). Salovey e Sluyter (1997) destacaram que as dimensões básicas das competências emocionais são autoconsciência emocional, gerenciamento de emoções, automotivação, empatia e habilidades sociais.

Quanto ao constructo educação emocional, o mesmo corresponde a um processo educativo contínuo que pretende potencializar o desenvolvimento de competências socioemocionais (Bisquerria, 2012). A educação emocional tem como elemento essencial o desenvolvimento integral da pessoa.

O ser humano, quando emocionalmente educado, é capaz de lidar com suas emoções e criar maior qualidade de vida para si e para seu contexto. Tal educação propicia criar amplitude nas relações intrapessoais e interpessoais, possibilitando melhor gestão das emoções para viver em sociedade. O conceito da educação socioemocional surgiu em 1990 (Salovey e Mayer, 1990), mas sua importância ganhou destaque com Daniel Goleman em meados de 2001:

O domínio no campo emocional é difícil porque as aptidões precisam ser adquiridas exatamente no momento em que as pessoas em geral estão menos capazes de receber nova informação e aprender novos hábitos de resposta — quando estão perturbadas. Treiná-las nesses momentos de ajuda é essencial (Goleman, 2001, p. 280).

Desse modo, a educação socioemocional contempla 5 competências, conforme o *Programa Colaborativo para a aprendizagem acadêmica, social e emocional* (CASEL): 1) Au-

toconsciência (compreensão das emoções); 2) *Autogestão*: habilidade de regular emoções; 3) *Consciência social*: respeitar culturas e origens; 4) *Manter relacionamentos saudáveis e duradouros* e, 5) *Tomada de decisão responsável* (Casel, 2020)

Importante destacar que todos os autores até aqui referidos destacam que a escola é responsável, junto com pais e responsáveis das crianças, por desenvolver competências socioemocionais, que estão ligadas ao desempenho do aluno não só no contexto escolar, mas para a vida em sociedade. As emoções podem auxiliar ou impedir o processo de aprendizagem, uma vez que os processos emocionais e socioemocionais afetam o aprendizado; já que não se aprende sem emoção.

Nesse contexto, a Sociedade Brasileira de Pediatria reforça recomendações sobre a promoção da saúde mental das crianças.

Quadro 2: Recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria para a promoção de saúde mental de crianças (SBP, 2020).

- Promover nas crianças o bem-estar, através do autocuidado e apoio social;
- Os responsáveis devem estabelecer limites de maneira empática;
- Promover conexão das crianças, com amigos e familiares (por meio de cartas e ligações)
- Informar sobre a pandemia em linguagem própria, conforme a idade;
- Limitar a exposição de notícias inadequadas;
- Incentivar a autorregulação infantil;
- Promover atividade que desenvolvam a autonomia;
- Enfatizar sentimentos de esperança;
- Procurar ajuda profissional se às alterações emocionais persistirem;

Uma das principais ações de docentes, em especial em tempos de pandemia, tem sido conseguir transmitir conteúdos mínimos para aprendizagem escolar e oferecer assistência emocional aos alunos. Desse modo, para promover a saúde mental e emocional de crianças e adolescentes em sala de aula remota, é preciso planejar e estudar ainda mais para se atingir os objetivos de ensino voltados para a aprendizagem dos alunos? Como o docente se apropria das novas metodologias e tecnologias para integrar o aluno à sua aprendizagem?

Mas será mesmo que o professor deve trabalhar as questões emocionais com crianças e adolescentes em contexto de sala de aula presencial e virtual?

Sim, ele precisa! e uma das estratégias para tal consiste em manter relacionamentos e interações com os alunos, mesmo em contexto remoto. O professor pode criar metodologias para que os alunos participem e interajam, podem ser salas de chat online, para conversar sobre aspectos emocionais e dificuldades com o ensino, por exemplo. Nessas, a ideia é ouvir e reconhecer as dificuldades das crianças para a busca de soluções em conjunto com pais e outros profissionais.

Exercícios de meditação e respiração ou atividades de autoconhecimento em aula podem promover paz, calma, harmonia e relaxamento para as crianças. Diálogos em grupo sobre temas como ansiedade, depressão e suicídio podem promover exercício constante para o autoconhecimento e apoio emocional, tanto para as crianças como para os pais (Possebon, 2018, p. 56).

Outra estratégia, são trabalhos em grupo que envolvem interações entre alunos-alunos e alunos-professores. Grupos de discussão online para os alunos interagirem além dos conteúdos do currículo podem fornecer oportunidades para construir confiança, sincronia, apoio e sintonia nos relacionamentos com colegas, em interações semelhantes ao que experimentaríamos na escola presencial (Pitts, 2020, p.1).

Atividades autorreflexivas, auxiliam na identificação dos sentimentos, uma vez que alunos que apresentam ansiedade e estresse possuem dificuldades de concentração, o que pode gerar frustração pelo trabalho escolar. Essas atividades podem ser tratadas de maneira interdisciplinar nas aulas, como escrita de cartas, confessionários e diários porque oportunizam o compartilhamento de sentimentos.

O professor pode ainda propor atividades de autorregulação, que possibilitam meios para que o aluno identifique sentimentos e construa habilidades e repertórios para lidar com esses sentimentos. Conversas e debates sobre diversidade e empatia são cruciais para o desenvolvimento de competências emocionais (Alzina, González e Navarro, 2015, p. 61).

E, diante do contexto pandêmico causado pelo Coronavírus SARS-CoV-2, apoiar as famílias sobre a compreensão do ensino remoto e suas dificuldades se tornou premente. Com isso, o sistema escolar está criando oportunidades para que as crianças desenvolvam e aprendam sobre como desenvolver suas habilidades socioemocionais (Gonçalves e Miranda, 2020).

Considerações Finais

A Geração Alpha, por nascer conectada digitalmente, possui necessidade imediata de construção de habilidades tanto emocionais, quanto de educação para os meios digitais. A tecnologia está presente na vida desses jovens e esses têm necessitado dessa conectividade para seu aprendizado escolar. A escola não pode esquecer que sua função é educar e alfabetizar para o mundo, portanto, necessita promover mais do que informação, precisa trabalhar com aspectos emocionais, para que assim, assegure maior segurança tecnológica aos jovens hiperconectados.

As emoções estão diretamente ligadas ao sucesso do aprendiz, não apenas no contexto escolar, mas como cidadão, visto que o mundo, para além da força de trabalho, precisa de sujeitos emocionalmente educados. O ser humano age conforme suas emoções, sendo que essas podem potencializar ou não seu aprendizado. Desse modo, a escola precisa promover o desenvolvimento de competências emocionais aos alunos. Desse modo, educação emocional na escola, além de formar jovens com habilidades para o mundo tecnológico, promove competências para acessar, compreender, expressar, regular e gerir sentimentos e emoções.

A geração Alpha necessita de educação plena e humanizadora e, diante da pandemia, a educação socioemocional torna-se a chave para o desenvolvimento do aluno-cidadão capaz de conviver em sociedade. A educação socioemocional pode promover sujeitos que respeitem diversidades, saibam lidar e compreender sentimentos alheios, desenvolver autogestão, tomada de decisão responsável e solidariedade. A pandemia não acabou e, nesse contexto, a educação se reinventa para cumprir sua função social, que é educar. Nesse sentido, promover educação socioemocional na escola é criar formas para os jovens vivam em contextos complexos incertos que geram vulnerabilidades.

Referências bibliográficas

- Alzina, R. B., González, J.C.P. & Navarro, E.G. (2015). *Inteligência Emocional en Educación*. Síntesis.
- Amaral, L. (outubro, 2015). Excesso de informações pode prejudicar a memória e tomadas de decisão. *Estadão*, 13/10/2015, 12:15. <https://emails.estadao.com.br/noticias/bem-estar,excesso-de-informacoes-pode-prejudicar-memoria-e-tomadas-de-decisoes,10000000331>
- Bisquerra, R. (Coord.). (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Hospital Sant Joan de Déu. https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/3483_d_Cuaderno_Faros_6.pdf
- Bisquerra, R. & Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Facultad de Educación. UNED Educación XX1*, 10, 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Brewer, G. & Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, autoestima, empatia e solidão. *Computers. Human Behavior*, 48, 255-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.073>
- Casel. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning Programs. (2020). *Social and emotional learning (SEL) Competencies*. University of Illinois at Chicago. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>
- Camboim, A.F.L. & Barros, A.C.P. (2010). Relacionamento Mercadológico com os Cibernativos na Internet. In *Anais do XII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Nordeste*. Intercom. <http://www.intercom.org.br/papers/regionais/nordeste2010/resumos/R23-0825-1.pdf>
- Eckert, S., Sopory, P., Day, A., Wilkins, L., Padgett, D., Novak, J., Noyes, J., Nyka, A., Vanderfort, M. & Gamhewage, G. (2017). Health-related disaster communication and social media: Mixed-method systematic review. *Health Communication*, 33(12), 1389-1400. <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1351278>
- Elphinston, R. A. & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 14(11), 631-635. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0318>
- Goleman, D. (2001). *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente*, (45ª ed.). Objetiva.
- Gonçalves, J., Miranda, M. & Gonçalves Júnior, E. (2020). Uma reflexão sobre a parceria da família e escola em tempos de COVID-19: Aspectos pedagógicos, econômicos e jurídicos. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 11(6),141-154. <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/economicos-e-juridicos>.
- Holland, G. & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17, 100-110. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
- Maidel, S. & Vieira, M. L. (2015). Mediação parental do uso da internet pelas crianças. *Psicol. rev. (Belo Horizonte)*, 21(2), 293-313. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682015000200006
- Maslen, S. & Lupton, D. (2018). You can explore it more online: a qualitative study on Australian women's use of online health and medical information. *BMC Health Serv Res* 18, 916. <https://doi.org/10.1186/s12913-018-3749-7>
- Maurício, L. V. (2009). Políticas públicas, tempo, escola. In L. Coelho, (Org.). *Educação integral em tempo integral: estudos e experiências em processo* (pp. 53-68). DP&A/ FAPERJ.
- Marturano E.M. (2006). O inventário de recursos do ambiente familiar. *Psicol Reflexão Crítica* 19(3), 498.
- Maya, A. K., Castro, S. B. & Amaral, M. C. (2020). Infância, políticas públicas e educação. *ScientiaTec: Revista de Educação, Ciências e Tecnologia do IFRS*, 7(1), Edição Especial 4º Seminário de Pós-Graduação do IFRS 2020.
- Mayer, J., Caruso, D. R. & Salovey, P. (2000). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4),267-298.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*, (pp. 3-31). Basic Books.
- McCordle, M. (2015). *Generation alpha: Mark Mccordle Q&A with the New York times*. <https://mccordle.com.au/insights/blog/generation-alpha-mark-mccordle-q-new-york-times>.
- McCordle, M. & Fell, A. (2021). *Generation Alpha: understanding our children and helping them thrive*. McCordle Research Pty Ltd.
- Peralta, G. (2018). Fear of Missing Out (FoMO). *Medium*. <https://medium.com/giovana-peralta/fear-of-missing-out-fomo-82a50a7d119d>.
- Pitts. C. (2020). Three ways to support students' emotional well-being during the Pandemic. *Edutopia*. <https://www.edutopia.org/article/3-ways-support-students-emotional-well-being-during-pandemic>.

- Possebon, E. G. (2018). *Educação emocional: aplicações*. Libellus Editorial.
- Ridout, B. & Campbell, A. (2018). The use of social networking sites in mental health interventions for young people: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 20(12), 1-11.
- RSPH. Royal Society for Public Health. (2017). *Social media and young people's mental health and wellbeing*. <https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-ob62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>
- Sá, R. (2019). *Hiperconectados: Perfil e comportamento dos nativos digitais*. Pós-Graduação em Comunicação Social- Universidade Metodista de São Paulo. <http://tede.metodista.br/jspui/bitstream/tede/1853/2/Reinaldo%20de%20Sa%20Cirilo2.pdf>.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-221.
- Salovey, P. & Sluyter, D.J. (1997). *Emotional development and emotional intelligence. educational implications*. Basic Books.
- SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. (2020). *SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital*. <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>
- Stronge, S., Greaves, L.M., Milojev, P., West-Newman, T., Barlow, F. K. & Sibley, C. G. (2015). Facebook is linked to body dissatisfaction: Comparing users and non-users. *Sex Roles*, 73(5-6), 200-213. <http://dx.doi.org/10.1007/s11199-015-0517-6>
- UNESCO. Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (2007). *Convenção sobre a proteção e promoção da diversidade das expressões culturais*. <http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001502/150224POR.pdf>.
- Velho, S. R. K., Simonetti, M. L., De Souza, C. R. P. & Ikegami, M. I. (2017). Nível de Maturidade Tecnológica: uma sistemática para ordenar tecnologias. *Parceiras Estratégicas (Brasília-DF)*, 22(5), seção 4. http://seer.cgee.org.br/index.php/parcerias_estrategicas/article/viewFile/867/79
- Young, K. S. & Abreu, C. N. (2018). Dependência de Internet. *Manual e Guia de Avaliação e Treinamento*. Art-med.
- Wiederhold, B. K. (2013). In a disaster, social media has the power to save lives (Editorial). *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(11), 781-782.