

AS FAN PAGES DO FACEBOOK ENSINANDO COMO AGIR SOBRE SI MESMO PARA SER FELIZ E ALCANÇAR O SUCESSO

Lauren Carla Escotto Moreira¹
Angela Dillmann Nunes Bicca²

Textos dedicados a autoajuda têm apresentado indicações sobre os modos como os indivíduos deveriam agir para obter realização profissional, bens materiais, elevada autoestima, relacionamentos amorosos, a cura de doença, entre outros objetivos. Essas indicações costumam incluir ações individuais que levariam a eliminação das angústias, da falta de confiança em si e nos outros, do medo de enfrentar as dificuldades, das incertezas, da insegurança sobre o futuro, enfim, dos obstáculos para ser feliz. Por esse motivo, tais textos se apresentam como um conjunto de orientações para a consecução de objetivos a serem alcançados à medida que um indivíduo realiza ações sobre si mesmo. A disponibilização de textos curtos que se assemelham a autoajuda em *fan pages*³ do Facebook têm levado milhares de pessoas a visualizarem, “curtirem”⁴ e compartilham textos curtos contendo mensagens de incentivo a transformação pessoal.

Esses textos, como destacou Brunelli (2011), se assemelham a aforismos que tanto podem fazer indicações tais como faça algo, cuide de você mesmo, ouse inovar, não desista de seus objetivos, etc, quanto podem valorizar de forma mais sutil certas formas de ser e de agir.

Tudo isso chamou nossa atenção e fizeram com que considerássemos os textos curtos postados no Facebook como uma forma de pedagogia cultural (COSTA, ANDRADE, 2015) que se produz a partir do que essa mídia social tem disponibilizado para ser lido, curtido, compartilhado e comentado por internautas. Assim, objetivamos mostrar que a autoajuda parece estar produzindo indicações para que os indivíduos, cada vez mais responsáveis por si mesmos, modifiquem as suas relações consigo e com os outros a partir de práticas que levam cada um a ao autoconhecimento, ao autocontrole, a autonomia, a autodisciplina e a autoestima, produzindo um tipo de específico de indivíduo.

Portanto, a partir dos Estudos Culturais de vertente pós-estruturalista, focalizamos o modo como postagens realizadas em *Fan Pages* do Facebook, compostas por textos curtos que se assemelham às produções de autoajuda, comporiam uma forma de pedagogia cultural que estaria ensinando os indivíduos contemporâneos a agir sobre si mesmos como se fossem os únicos responsáveis por sua vida.

Delineamento metodológico

O trabalho compreendeu indicações sobre recorte e seleção de material de pesquisa em mídias sociais apontados por Freda e Recuero (2014). Essas indicações levaram-nos a selecionar postagens realizadas durante o mês de março de 2015, em *Fan Pages* do Facebook localizadas através do mecanismo de busca dessa mídia social através do descritor “frases” e que registrassem mais de 900.000 curtidas na data de 31 de março do mesmo ano. As *Fan Pages* que cumpriram esse critério foram: Frases Curtas net, Frases Curtas e Frases para o Face.

¹ Instituto Federal Sul-rio-grandense, Pelotas, RS, Brasil. E-mail: lalauzinhaster@hotmail.com.

² IFSUL, Pelotas, RS, Brasil. E-mail: angela.bicca@hotmail.com.

³ As páginas de fãs ou *Fan Pages* são espaços que têm sido usados, por exemplo, por empresas, pessoas famosas, celebridades e grupos que se organizam para divulgar suas ideias para os seus públicos.

⁴ A opção “curtir”, que se encontra logo abaixo de uma publicação no Facebook é um recurso em forma de ícone que expressa para as demais pessoas se o usuário gostou da postagem visualizada sem que necessita comentá-la.

Após a definição das *Fan Pages* coletamos todas as postagens realizadas entre os dias 01 a 31 de março de 2015 e selecionamos seis postagens em que há uma indicação de como cada indivíduo deveria agir sobre si mesmo gerenciando suas próprias emoções, eliminando o que pode ser entrave para seu sucesso e conduzindo a sua relação com os outros.

Para analisar as postagens valemo-nos do conceito de discurso de Foucault (2009), compreensão que postula que a linguagem está implicada na produção dos objetos de que fala a medida em que articula poder e saber para produzir efeitos de verdade, ou seja, determinar o que pode ser tomado como verdade em cada época. Essa abordagem possibilita mostrar como a linguagem age para produzir os objetos do saber, para regular as condutas dos outros e, também, para elaborar os modos como os indivíduos agem sobre si mesmos.

Indicações dos discursos de autoajuda para que o indivíduo possa agir sobre si mesmo

As obras de autoajuda têm divulgado e promovido o desenvolvimento de todo um conjunto de exercícios e técnicas de condução dos indivíduos por eles mesmos. Entre essas técnicas pode-se referir a memorização de regras de conduta, os exercícios de concentração, a leitura, a escrita, a meditação, etc., que levariam a ensinar as pessoas a viver bem e obter felicidade com tranquilidade, aproveitando-se o que cada um possui de melhor e promovendo a mudança de tudo o que pode representar alguma dificuldade. Essas técnicas podem ser pensadas como “[...] práticas orientadas para a condução da conduta dos indivíduos por eles mesmos” (MARÍN-DÍAZ, 2012, p. 37).

Os discursos de autoajuda estariam, portanto, estreitamente relacionados a uma forma de produção de um indivíduo visto como o maior responsável por todas as situações e circunstâncias em que se encontra, com o dever em ser proativo e de saber acionar suas habilidades e competências individuais. Ou seja, os discursos de autoajuda implicam a realização de práticas que

[...] permitem aos indivíduos efectuarem um certo número de operações sobre os seus corpos, sobre as suas almas, sobre o seu próprio pensamento, sobre a sua própria conduta, e isso de tal maneira a transformarem a eles próprios, a modificarem-se, ou a agirem num certo estado de perfeição, de felicidade, de pureza, de poder sobrenatural e assim por diante (FOUCAULT, 1993, p. 207).

Práticas essas que, segundo Foucault (1993), existiram em todas as sociedades e se diferenciam as técnicas de dominação, em que umas pessoas agem sobre as outras pessoas. Ou seja, são formas como se constituem as relações que um indivíduo tem consigo mesmo.

Nas sociedades ocidentais contemporâneas os discursos de autoajuda têm fornecido elementos para que os indivíduos possam agir sobre si, o que está relacionado com a produzir um certo tipo de individualidade. Uma das indicações frequentes da autoajuda diz respeito ao modo como o indivíduo é instigado a agir sobre suas emoções, reconhecendo-se alguém capaz de enfrentar adversidades.



Figura 01: Disponível em:

<<https://www.facebook.com/frasescurtasnet/photos/a.387450507932589.100482.342243325786641/979963625347938/?type=1&theater>>. Acesso em: 31 mar. 2015

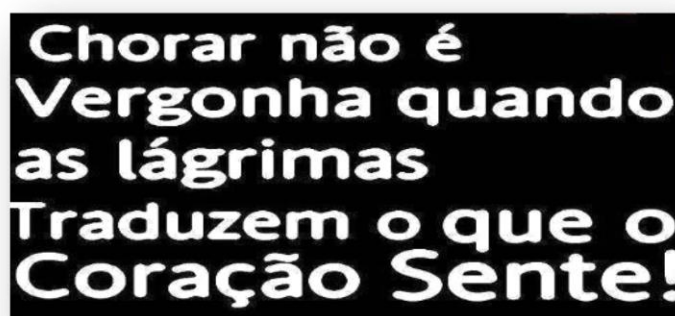


Figura 02: Disponível em:

<<https://www.facebook.com/frasescurtasnet/photos/a.387450507932589.100482.342243325786641/979963625347938/?type=1&theater>>. Acesso em: 31 mar. 2015.

Estas postagens indicam, especialmente, como agir em situações de angústias, tristezas e insucessos. Para isso, o discurso da autoajuda aciona o enunciado segundo o qual o ato de expressar emoções é necessário para enfrentar dificuldades que levariam a uma vida melhor e mais feliz. Expor o choro se torna aceitável e até belo se isso significar a expressão de sentimentos. O choro, além disso, é apresentado como uma das formas de “colocar para fora” o que faz alguém sofrer e de não ficar guardando mágoas. Cria-se uma posição de sujeito que posiciona os/as leitores/as de autoajuda como pessoas emotivas.

O foco nas emoções tem integrado diferentes obras de autoajuda, como apontou Marín-Díaz (2012, p. 51) esses “[...] focam seu olhar no próprio indivíduo, em suas emoções, suas sensações, seus sentimentos e nas ações que ele deve aprender e realizar para se transformar”.

Uma segunda forma de indicação da autoajuda para que o indivíduo possa agir sobre si mesmo aponta a necessidade de eliminar o que pode ser entrave para a obtenção do sucesso.

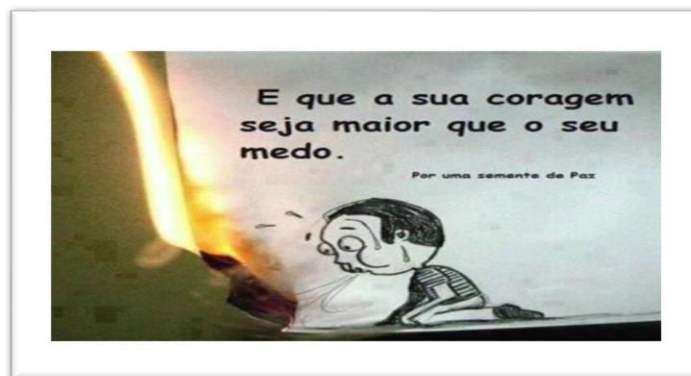


Figura 03: Disponível em:

<https://www.facebook.com/frasescurtasnet/photos/a.387450507932589.100482.342243325786641/979963625347938/?type=1&theater>. Acesso em: 31 mar. 2015.

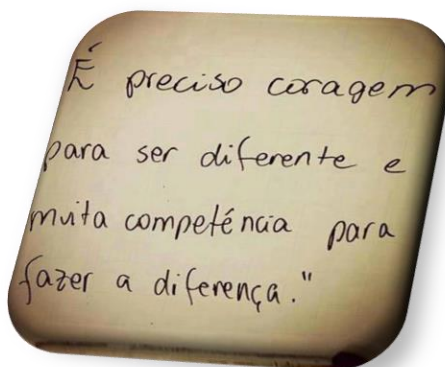


Figura 04: Disponível em:

<https://www.facebook.com/frasescurtasnet/photos/a.387450507932589.100482.342243325786641/979963625347938/?type=1&theater>. Acesso em: 31 mar. 2015.

Poderíamos pensar que eliminar entraves compreenderia enfrentar, predominantemente, adversidades exteriores ao indivíduo. No entanto, o discurso da autoajuda busca instigar os/as leitores/as de autoajuda a se buscarem ser corajosos, enfrentando o que seria um dos mais importantes entraves para a felicidade: o medo.

Para Rüdiger (1996, p. 43) os textos de autoajuda permitem apontar circunstâncias em que tudo passa a depender da capacidade de “[...] adaptar-nos a novas situações mediante a transformação interior”. Talvez, por isso, cultivar a coragem seja uma forma de autotransformação que implique incorporar hábitos considerados positivos, hábitos que resultam de um “treinamento”, uma exercitação gradual, um trabalho de repetição de ações visando o enfrentamento de desafios.

Um indivíduo responsável por si mesmo, segundo os discursos da autoajuda, agiria sobre si mesmo, também, regulando a forma como se relaciona com as outras pessoas, como se pode apreender lendo as postagens abaixo.



Figura 05: Disponível em:

<https://www.facebook.com/frasescurtasnet/photos/a.387450507932589.100482.342243325786641/971026162908351/?type=1&theater>. Acesso em: 31 mar. 2015.

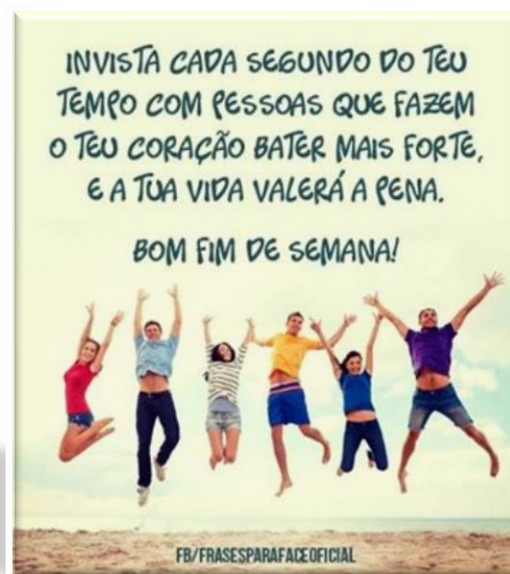


Figura 06: Disponível em:

<https://www.facebook.com/frasesparafaceoficial/photos/a.376421029078570.98212.364400940280579/829418297112172/?type=1&theater>. Acesso em: 31 mar. 2015.

A indicação realizada nas postagens é a de atentar para o que é mais importante na relação com as outras pessoas, deixando de lado o que é irrelevante. Os discursos de autoajuda posicionam seus/suas leitores/as como sujeitos que priorizam o que lhe faz bem na relação com os outros e que não desperdiçam seus esforços com o que é supérfluo. Produz-se um indivíduo capaz de exigir de si mesmo atenção à relação que possui com os outros.

Enfim, os discursos de autoajuda estariam implicados na produção de um indivíduo capaz de autogovernar-se compelido a olhar para si mesmo como uma forma de capital a ser gerido como se cada um fosse uma microempresa, ou seja, capaz de a tomar princípios econômicos como normativos para si mesmo e para toda a sociedade (GADELHA, 2009).

Um indivíduo que em muito se aproxima do que a cultura do empreendedorismo, oriunda da governamentalidade neoliberal que nomeia como sujeito proativo, inovador, flexível, capaz de mudar suas ações constantemente se seu objetivo assim o exigir e de aproveitar as oportunidades inesperadas. Para Foucault (2008a) governamentalidade compreende um

conjunto de instituições, procedimentos, cálculos e táticas que permitam exercer uma forma bem específica de poder cujo alvo principal é a população e que toma a economia política como sua principal forma de saber e principal instrumento técnico.

Gadelha (2009, p. 151) resume a governamentalidade neoliberal dizendo que

[...] trata-se de uma governamentalidade que busca programar estrategicamente as atividades e os comportamentos dos indivíduos; trata-se, em última instância, de um tipo de governamentalidade que busca programá-los e controlá-los em suas formas de agir, de sentir, de pensar e de situar-se diante de si mesmos, da vida que levam e do mundo em que vivem, através de determinados processos e políticas de subjetivação: novas tecnologias gerenciais no campo da administração (*management*), práticas e saberes psicológicos voltados à dinâmica e à gestão de grupos e das organizações, propaganda, publicidade, *marketing*, *branding*, literatura de autoajuda etc.

Trata-se, portanto, de uma forma de governamentalidade que expandiu o domínio de ação das análises econômicas para as relações sociais e os comportamentos dos indivíduos, empresários que investem em si mesmo para movimentar investimentos e formalizar relações de concorrência (FOUCAULT, 2008b). Por esse motivo, é possível compreender que um dos importantes enunciados do discurso da autoajuda é a atribuição da responsabilidade do indivíduo por gerir a si mesmo. Responsabilidade que está associada a uma centralidade conferida ao indivíduo bem como a necessidade de que esse faça investimentos em si mesmo visando a autotransformação.

Considerações finais

Neste trabalho propusemo-nos a compreender como *fan pages* no Facebook estariam funcionando como uma forma de pedagogia cultural que contribuiria para “ensinar” os indivíduos contemporâneos a agirem sobre si mesmos assumindo cada vez mais a responsabilidade pela condução de sua vida. Como apontou Rudiger (2010), a literatura de autoajuda teria a função de ajudar a lidar com as ansiedades e as emoções do indivíduo ao mesmo tempo em que instiga o mesmo a tomar atitudes racionais relativamente a própria vida. Isso seria bem mais do que estar aberto às novidades, trata-se da exigência de estar sempre na obrigação de produzir formas de adaptação as mais diferentes situações vividas.

Dessa maneira, mesmo que frases postadas no Facebook não sejam formas clássicas da literatura de autoajuda, elas teriam incorporado elementos dos seus discursos que valorizam o tipo de indivíduo ideal do neoliberalismo acentuando valores tais como a proatividade, a competitividade, a capacidade de empreender e, o que talvez seja o mais importante, a capacidade de investir em si mesmo como se fosse uma forma de capital. O indivíduo dos discursos de autoajuda é compreendido como um empreendedor que investe em si mesmo por ser este o seu capital mais precioso.

Referências

BRUNELLI, A. Aforização no discurso de autoajuda. **Revista do GEL**, v. 8, n. 1, p. 125-137, 2011.

COSTA, M.; ANDRADE, P. N produtiva confluência entre educação e comunicação, as pedagogias culturais contemporâneas. **Perspectiva**, Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 843 – 862, mai/ago, 2015.

FOUCAULT, M. Verdade e subjectividade. **Revista de Comunicação e linguagem**. Lisboa, n. 19, p. 203-223, 1993.

_____. **Segurança, Território, População**. Curso dado no Collège de France (1977 - 1978). São Paulo: Martins Fontes, 2008a.

_____. **Nascimento da Biopolítica**. Curso dado no Collège de France (1978 - 1979). São Paulo: Martins Fontes, 2008b.

_____. **A arqueologia do saber**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.

FREDA, S.; RECUERO, R. Violência Simbólica: o discurso dominante do poder simbólico na interação em Fanpages sobre aplicativos no Facebook. In: XV CONGRESSO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO NA REGIÃO SUL, 2014, Palhoça. **Anais do XV Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sul**, Palhoça: Intercom, 2014, p. 1- 14.

GADELHA, S. **Biopolítica, governamentalidade e educação**. Belo Horizonte: Autêntica, 2009.

MARÍN-DÍAZ, D. **Autoajuda e educação**: uma genealogia das antropotécnicas contemporâneas. Tese (Doutorado) - Universidade do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

RÜDIGER, F. **Literatura de auto-ajuda e individualismo**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 1996.