

CRIANDO ADOLESCENTES COM SABEDORIA



SALA 07
Adultos

CRIANDO ADOLESCENTES COM SABEDORIA

AULA 2 – REDES SOCIAIS E O TEMPO EXCESSIVO DE TELAS

Neto Paim

SALA 07
Adultos

Criando adolescentes com sabedoria

Aula	Tema	Professor	Data
1	As linguagens próprias dos adolescentes e o desafio dos pais construírem relacionamentos profundos	Pedro Siena	04/05
2	Redes sociais e tempo excessivo de telas	Neto Paim	11/05
3	O poder das palavras: como e o que comunicar (respeito, honrar pai e mãe, obediência, etc)	Rose Fonseca	18/05
4	Relacionamentos na adolescência – amizades, namoro	Rosana Marinho	25/05
5	Papéis e responsabilidades do casal	Alexandre Oliveira	01/06
6	Propósito e prioridades – relacionamento com Deus e nossa identidade em Cristo (devocional, oração, discipulado), participação nas programações do Impulse/PREAS, serviço nos ministérios da igreja, etc	Paula Oliveira	08/06
7	Conflitos sobre sexualidade, questões de gênero	Paula Oliveira	15/06
8	Da adolescência para a fase adulta	Wagner Fonseca	22/06

Criando adolescentes com sabedoria

Aproveite a adolescência como um tempo estratégico para ensinar, ouvir e construir uma fé sólida no coração dos seus filhos. Descubra como inserir valores bíblicos de forma prática e transformadora no dia a dia, enfrentando os desafios modernos com sabedoria, discernimento e amor. Lide com temas como autoridade, comunicação, amizades, sexualidade, redes sociais e transição para a vida adulta à luz da Palavra de Deus. Prepare-se para educar com intencionalidade, graça e propósito!

*Mão na massa!
Discuta em dupla
sua palavra em relação
à Criação de Adolescentes.*



Agenda

Proposta para esta aula:

1. Entendendo as **Gerações**: o mundo mudou – e nossos filhos também
2. Compreendendo o **cenário digital** e seus efeitos (Redes Sociais e Uso de Telas)
3. Alinhamento cristão: discernimento e sabedoria bíblica para **pais discipuladores**
4. **Aplicações práticas** para uma mudança intencional

1. Entendendo as Gerações

O mundo mudou – e nossos filhos também



*Quem tem mais de 55 anos?
O que é isso?*



**DA RUA PARA O
QUARTO, DO QUARTO
PARA A TELA**

Entendendo as Gerações

Baby Boomers

1945 - 1964



Brincadeira na rua, sem TV

Surge após a 2ª Guerra Mundial. Hoje, são pessoas com mais de 45 anos. Os Boomers são identificados como criadores da era "paz e amor", uma aversão a conflitos armados. Em geral, há conflito de ideário e de comportamento entre um Baby Boomer e novas gerações.

Geração X

1965 - 1980



Brincadeira na rua, com TV

Surge já fazendo uso de recursos tecnológicos, a partir da década de 60, com extensão até o final dos anos 70. No Brasil, cresceram sob o período de ditadura e viveram a redemocratização desde o início.

Geração Y

1981 - 1996



Brincadeira em casa, com PC

Da década de 80, essa geração presenciou avanços tecnológicos, inovação e o início da automação no mundo do trabalho. De outro lado, compõe o início do aprofundamento da individualização, mas com capacidade de realizar mais de uma coisa ao mesmo tempo. A X prefere tranquilidade, a Y quer movimento.

Geração Z

1997 - 2009



Em casa, com alta tecnologia

Como padrão internacional, são formados por jovens nascidos em meados da década de 90. Em sua maioria, ~~são~~ não estão no mercado de trabalho. Tendência ao individualismo e a formas de vivência antissocial são traços desse grupo. São contemporâneos, conectados em rede e dominam tecnologias.

Geração Alpha

2010 - atual



Relacionamento com IA

Nascidos em um mundo digital, convivem desde cedo com smartphones, assistentes virtuais e internet. Aprendem com tecnologia, são imediatistas, criativos e hiperconectados. São moldados por redes sociais.

Entendendo as Gerações

Geração Baby Boomers (1945 – 1964)

Brincadeiras e brinquedos: Pião, bolinha de gude, esconde-esconde, carrinho de rolimã, bonecas de pano.

Relação com os pais: Obediência, respeito à autoridade; pouca abertura para diálogo.

Uso do tempo: Rua com amigos; obrigações familiares; consumo doméstico era limitado (rádio, revistas).

Forma de consumir informação: Rádio, jornais impressos e enciclopédias. Escola tradicional com foco em memorização.

Desafio com os pais:

- Pais geralmente mais rígidos, marcados por guerras e escassez.
- O desafio dos filhos era obedecer e honrar, mesmo sem muito diálogo emocional.



Entendendo as Gerações

Geração X (1965 – 1980)

Brincadeiras e brinquedos: Atari, bicicleta, jogo de botão, futebol na rua, boneca Barbie, Lego.

Relação com os pais: Relação hierárquica, mas com mais presença afetiva.

Uso do tempo: Equilíbrio entre rua, estudos e início da vida eletrônica (TV e games).

Forma de consumir informação: **Televisão (Jornal Nacional, Globo Repórter), livros escolares, revistas como Veja e Manchete.** Ainda com uso de enciclopédias impressas.

Desafio com os pais:

- Início da mudança de autoridade para proximidade.
- O desafio era equilibrar respeito e diálogo com pais que ainda valorizavam estrutura.



Entendendo as Gerações

Geração Y / Millennials (1981 – 1996)

Brincadeiras e brinquedos: Tamagotchi, Game Boy, PlayStation 1/2, Cavaleiros do Zodíaco, TV a cabo, internet discada.

Relação com os pais: Relação mais próxima, filhos mais ouvidos; muitos filhos únicos.

Uso do tempo: Casa, jogando ou no computador; início de redes sociais (MSN, Orkut).

Forma de consumir informação: Google, revistas especializadas, televisão e fóruns. Transição do físico para o digital. Começo do aprendizado autodidata com a internet.

Desafio com os pais:

- Cresceram durante a transição digital, com pais tentando entender um novo mundo.
- Desafio: manter o diálogo e o respeito em um tempo de revolução social e tecnológica.



Entendendo as Gerações

Geração Z (1997 – 2009)

Brincadeiras e brinquedos: Beyblade, Ben 10, Polly Pocket, Max Steel, slime, PlayStation 3, jogos online (Club Penguin, Habbo, The Sims).

Relação com os pais: Pais mais liberais; convivência intensa, porém mediada por telas.

Uso do tempo: Jogos online, redes sociais (Facebook, depois Instagram, WhatsApp), vídeos no YouTube.

Forma de consumir informação: **YouTube, redes sociais, Google, videoaulas.** Preferência por vídeos e conteúdos visuais curtos.

Desafio com os pais:

- Conflito geracional mais intenso: pais ainda analógicos, filhos 100% digitais.
- Desafio: comunicação geracional e limites sobre o uso da tecnologia.



Entendendo as Gerações

Geração Alpha (2010 – atual)

Brincadeiras e brinquedos: LOL Surprise, Pop It, Fidget Toys, Roblox, Minecraft, Baby Alive interativa, TikTok, realidade aumentada.

Relação com os pais: Relação próxima e digitalizada; pais atuam como mediadores de conteúdo.

Uso do tempo: Em telas desde cedo; consomem conteúdos audiovisuais e interativos.

Forma de consumir informação: YouTube Kids, TikTok, assistentes de voz, apps educativos.

Preferência por conteúdos curtos, gamificados e interativos.

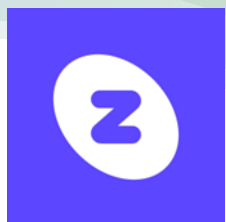
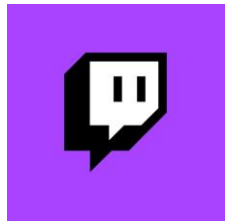
Desafio com os pais:

- Relação simbiótica com a tecnologia; pais precisam ser guias e não apenas espectadores.
- Desafio: ensinar valores eternos em um mundo de verdades relativas e informação excessiva.



2. Compreendendo o cenário digital e seus efeitos

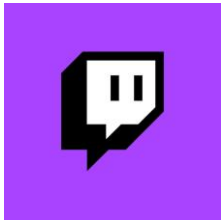
Redes Sociais e Uso de Telas



2. Compreendendo o cenário digital e seus efeitos

Redes Sociais e Uso de Telas

Twitch



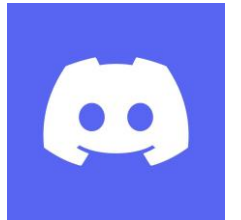
Yubo



Zepeto



Discord



BeReal



Wink



**A tecnologia não apenas
distrain – ela forma. Forma
amores, hábitos e modos de
ver o mundo.**

2065...

Os adolescentes de hoje
em 2065:



Cenário digital e seus efeitos

CNN ESPORTES

Inter de Milão x Barcelona: horário e onde assistir ao jogo da Champions

Equipes se enfrentam nesta **terça-feira (6)**, às 16h (de Brasília), no estádio Giuseppe Meazza

Da CNN

06/05/2025 às 05:00

Cenário digital e seus efeitos



Cenário digital e seus efeitos



Cenário digital e seus efeitos

CRIATIVIDADE 7.abr.2025

Heineken cria plugin que corrige posição dos olhos para torcedores assistirem Champions League durante reuniões online

"The Eyes Dribble" permite simular contato visual em videochamadas enquanto o usuário acompanha partidas que ocorrem em horário comercial na América Latina

por Carlos Merigo



Cenário digital e seus efeitos

Por que importa

A iniciativa aborda um dilema comum para muitos profissionais que são apaixonados por futebol: como conciliar as responsabilidades de trabalho com o desejo de assistir a jogos importantes que acontecem durante o expediente.

“Em vez de obrigar os torcedores a escolher entre uma reunião e uma partida, damos a possibilidade de desfrutar de ambos ao mesmo tempo”, explica Santiago Castro, diretor geral criativo da Publicis Argentina.

Cenário digital e seus efeitos

MULTITAREFAS SÃO LADRAS

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21

Mão na massa!

*Papel e caneta, em 30 segundos,
escreva 1 letra e um número.*

Créditos:

Dave Crenshaw, autor do livro [The myth of multitasking](#)

Cenário digital e seus efeitos

itatiaia® CIDADES

• Últimas notícias • Itatiaia Esporte • Política • Cidades • Trends • Brasil • Mundo •

Cidades > Artigo

Bebê reborn no hospital? Mineira de 17 anos viraliza com conteúdo inusitado

Yasmim Becker, de 17 anos, moradora de Janaúba, no Norte de Minas Gerais, coleciona bebês reborn e cria conteúdos sobre eles nas redes sociais

04/05/2025 às 09:30 • Maria Fernanda Ramos

[f](#) [in](#) [X](#) [WhatsApp](#) [Link](#)



Cenário digital e seus efeitos

Economia

Geração Z: Um em cada quatro jovens candidatos a vagas de emprego levou pais para entrevistas, diz pesquisa

Cerca de 70% do grupo entrevistado pediu ajuda dos pais para procurar emprego

Por O GLOBO, O Globo — Rio de Janeiro

15/10/2024 04h00 · Atualizado há 6 meses

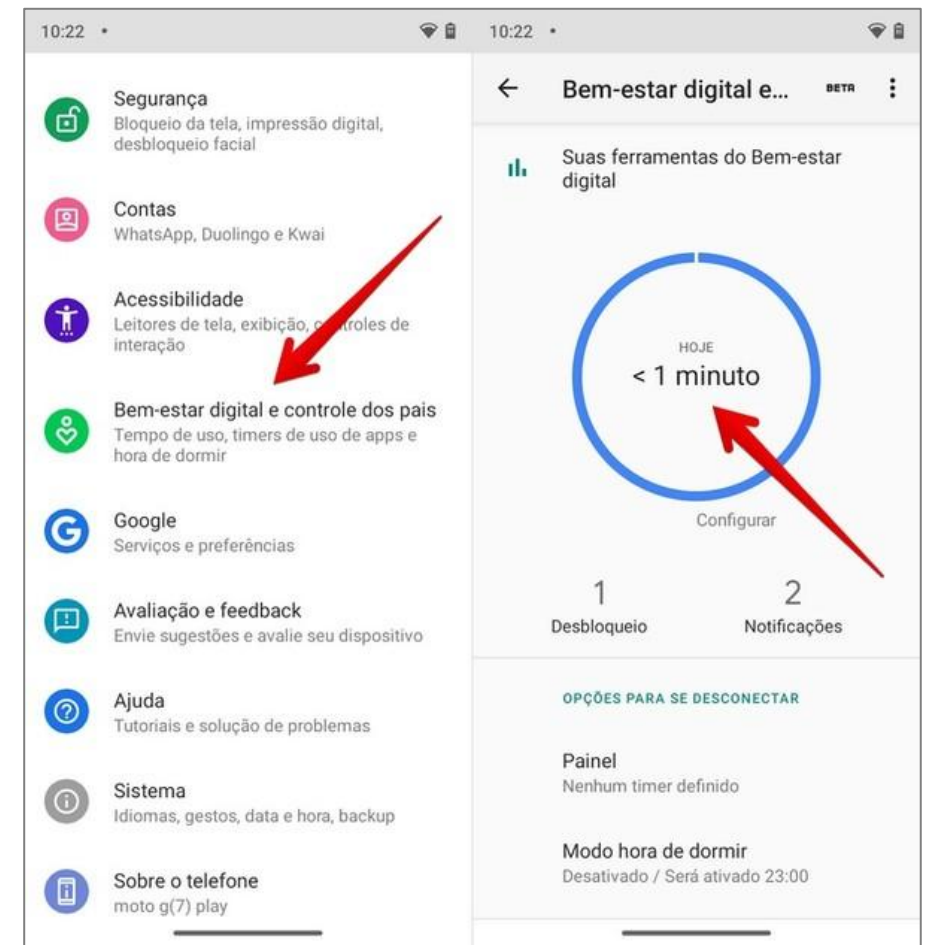
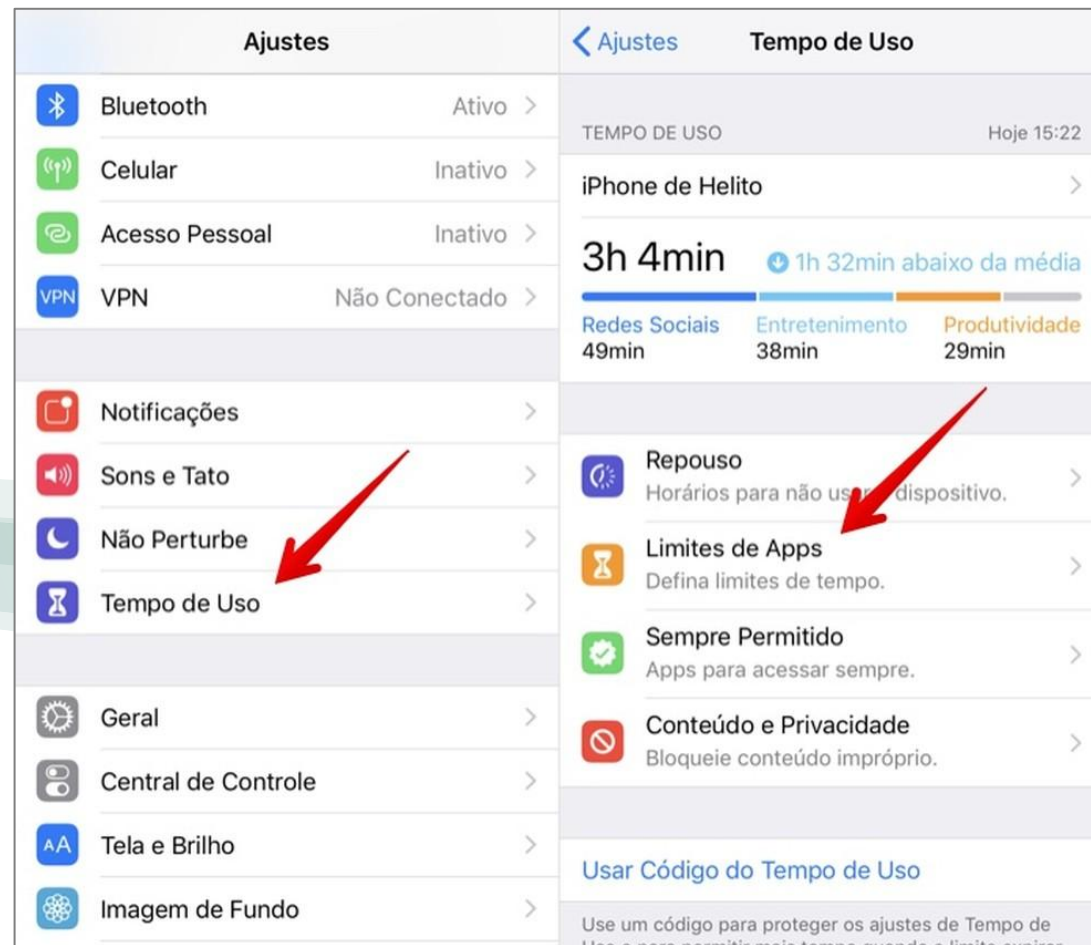




**QUANTO TEMPO VOCÊ UTILIZA
DE REDE SOCIAL?**

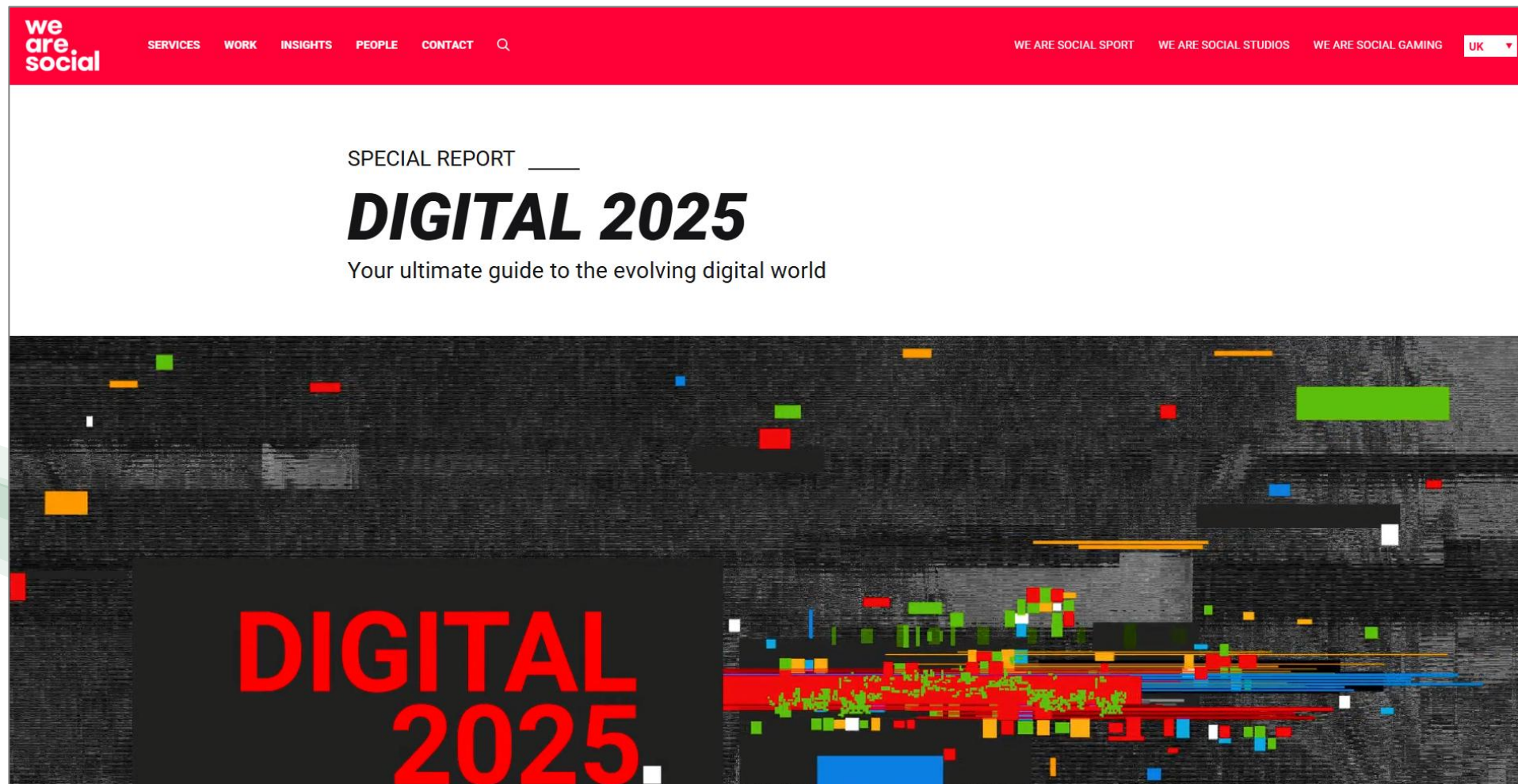
Cenário digital e seus efeitos

Quanto tempo você utiliza de rede social?



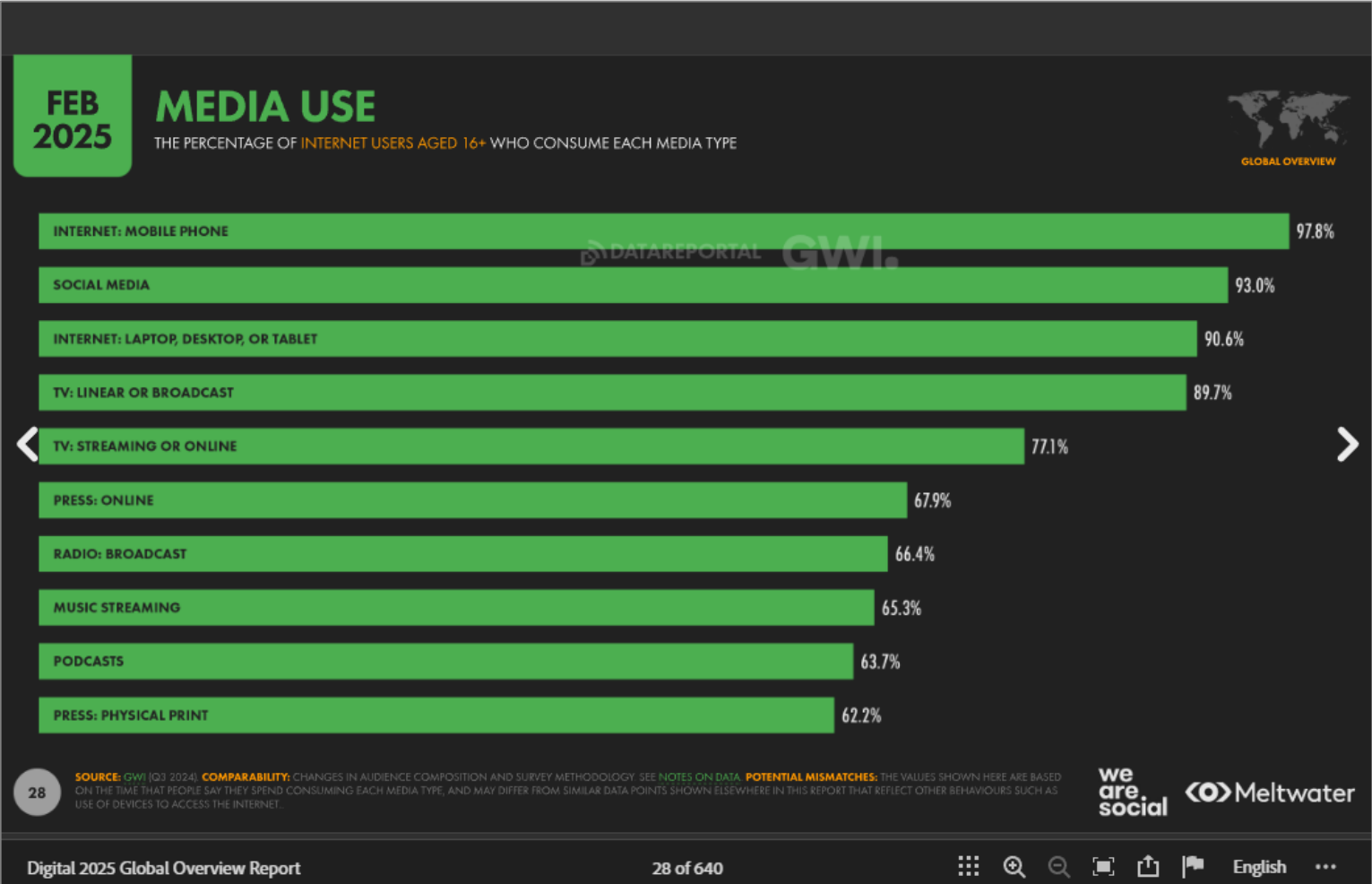
Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



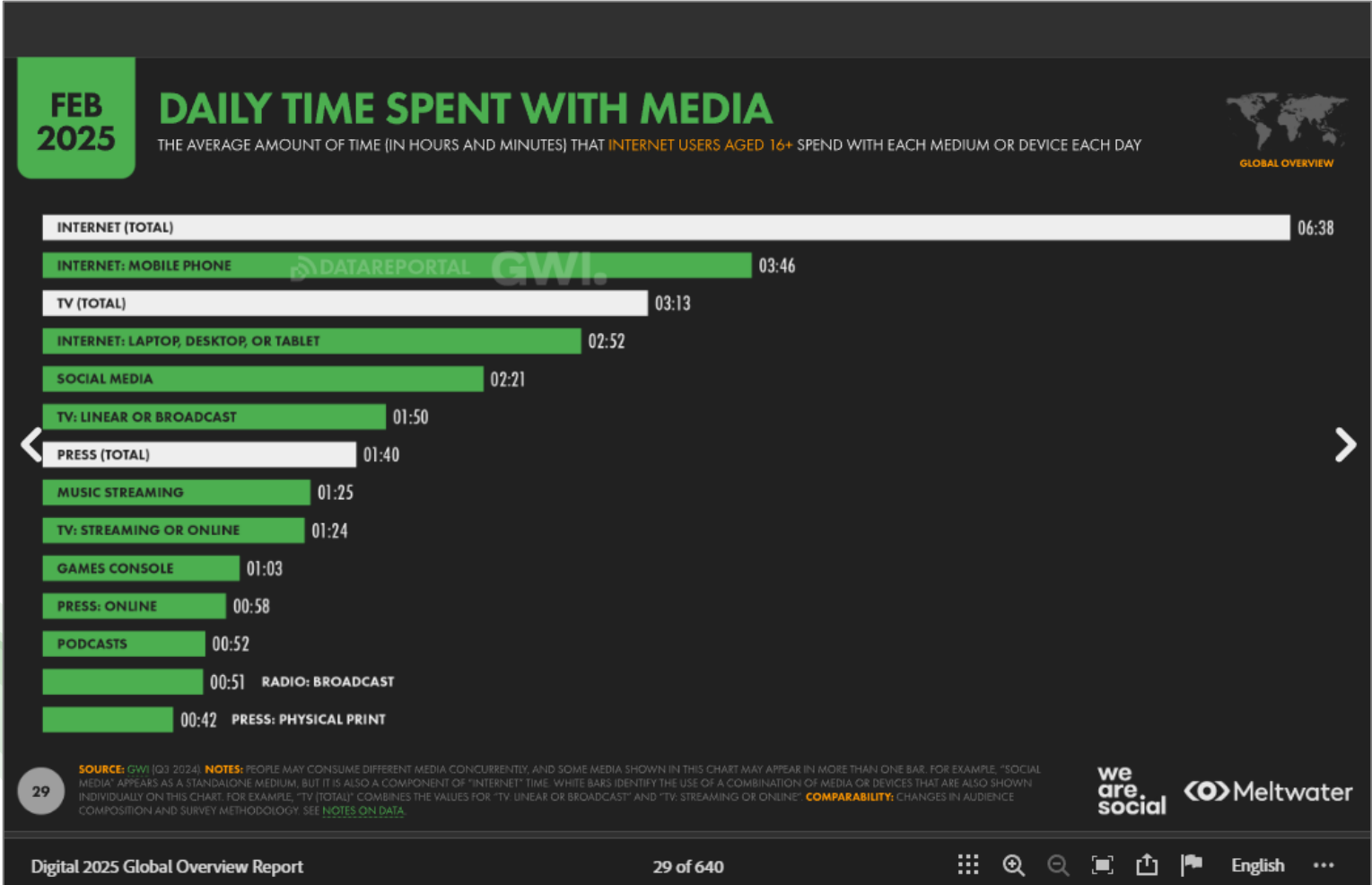
Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



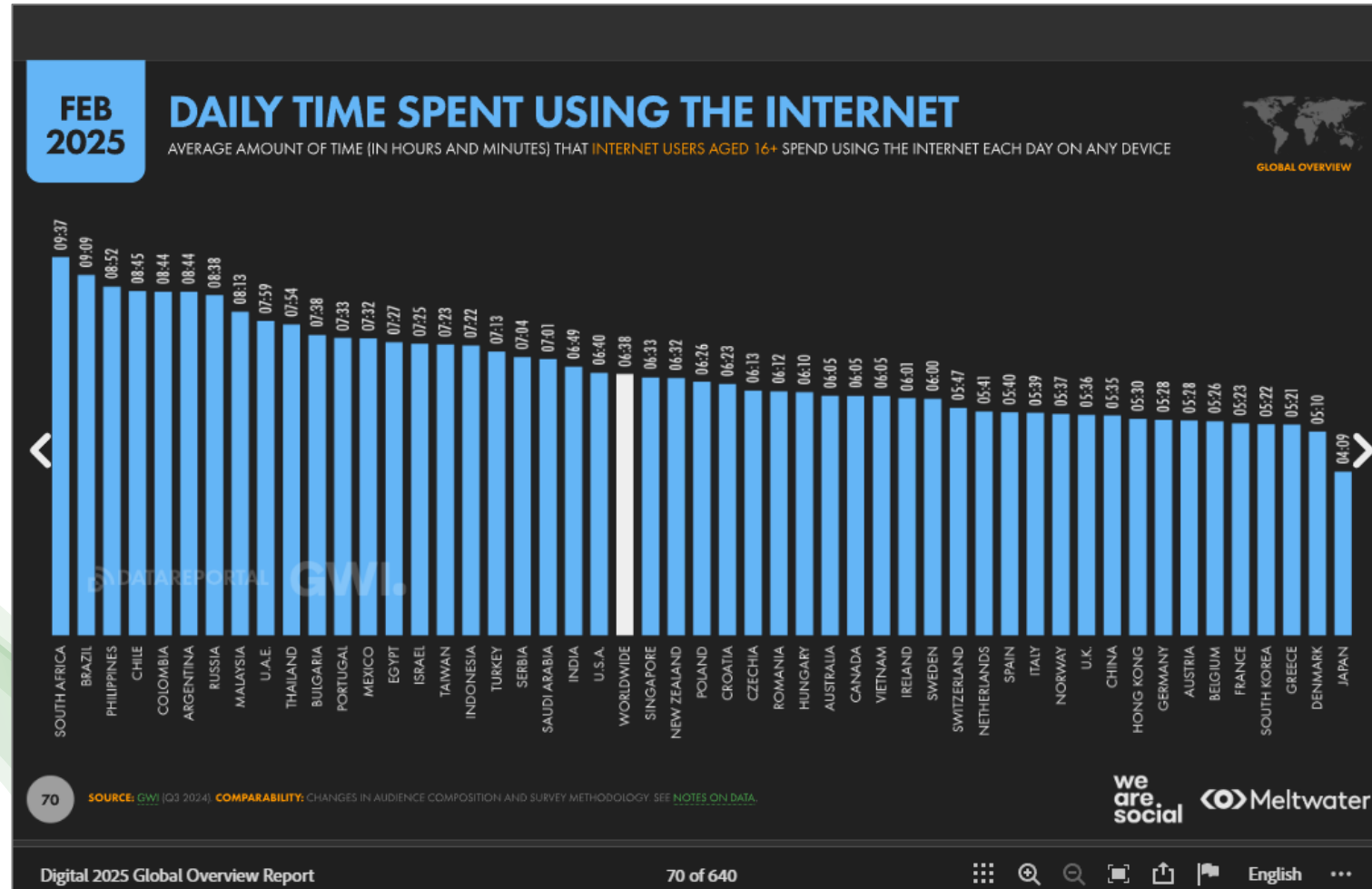
Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



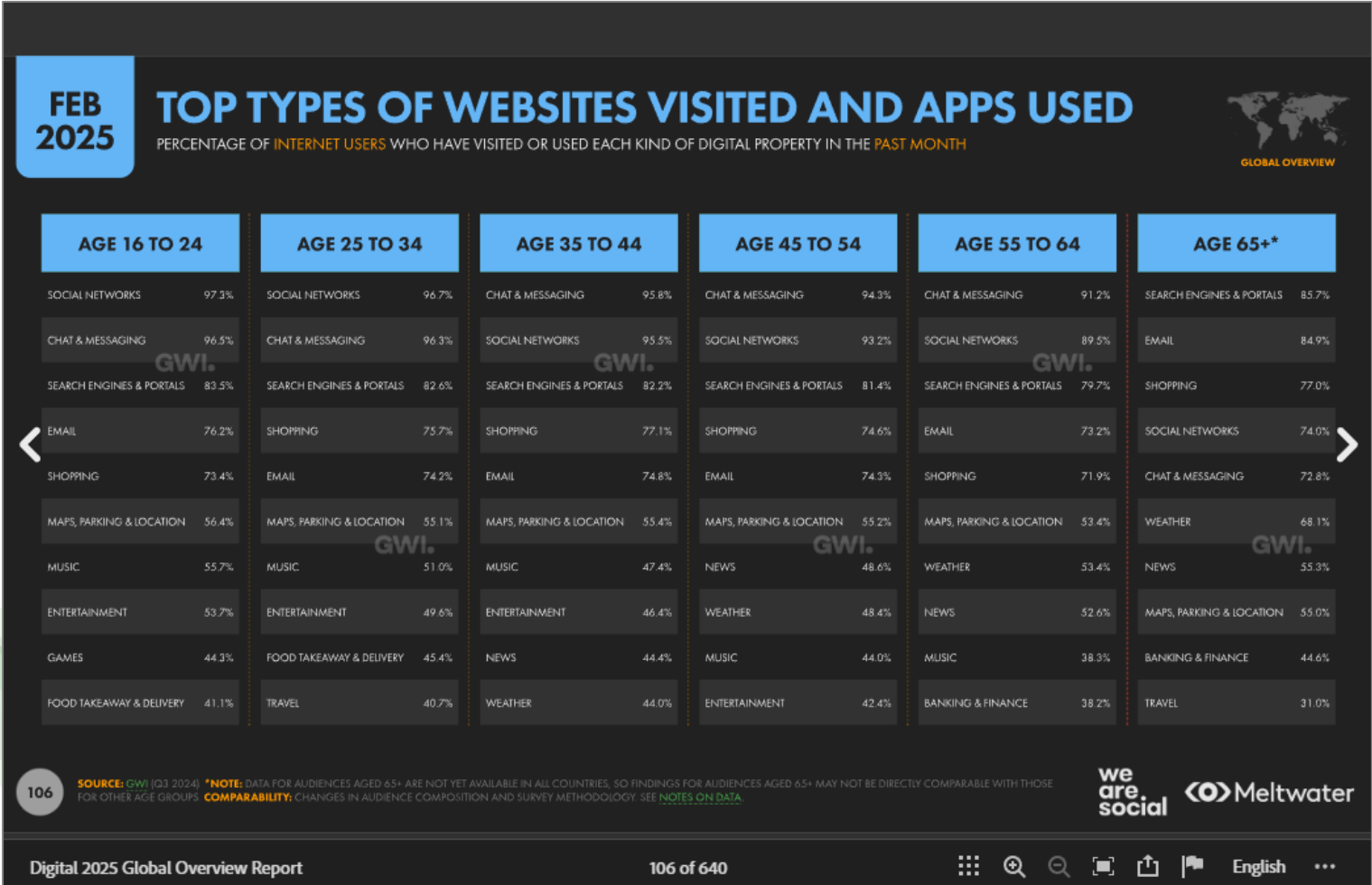
Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



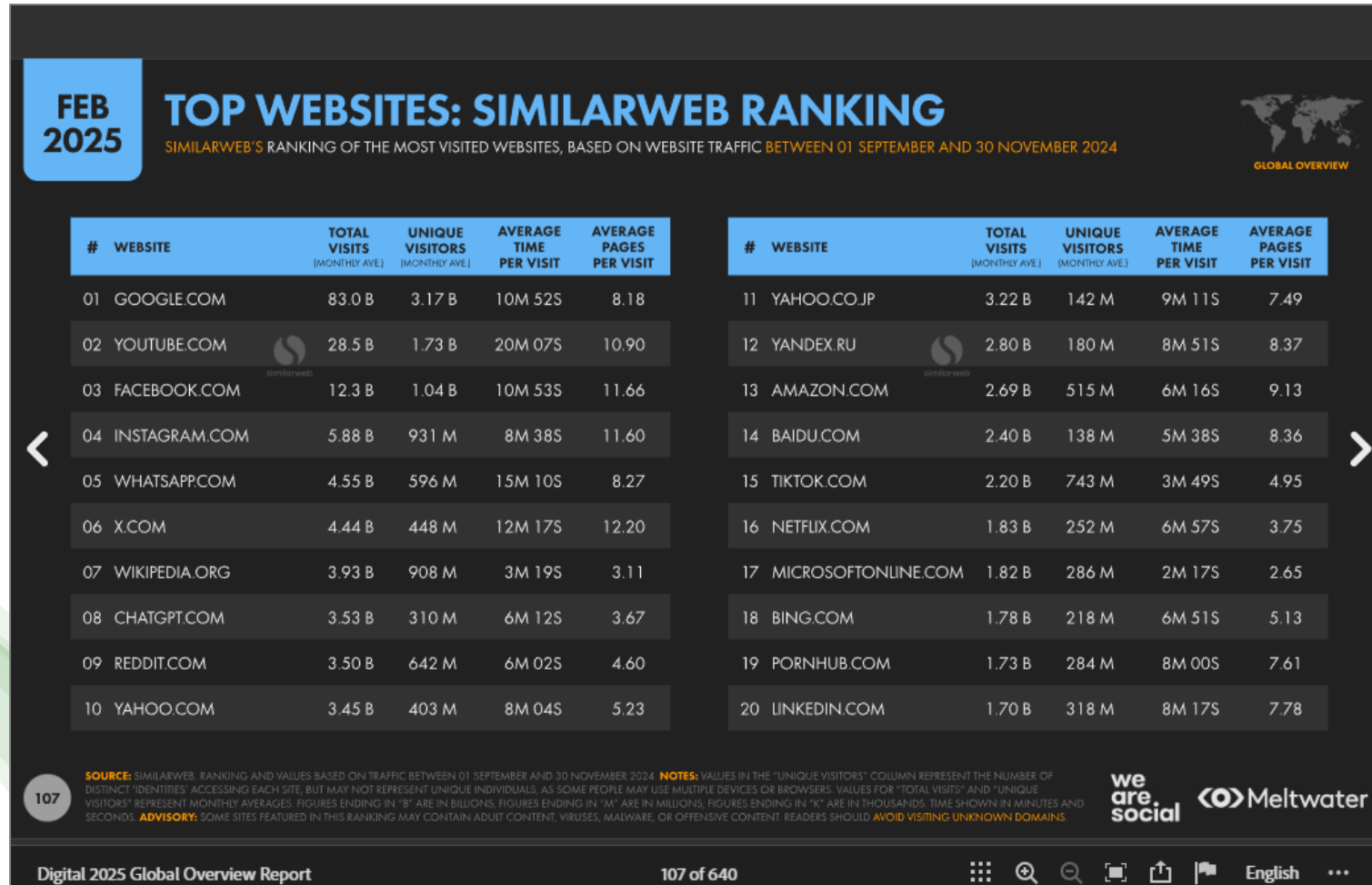
Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



Cenário digital e seus efeitos

Relatório 2025 – Uso de tecnologias digitais – We Are Social



Cenário digital e seus efeitos

Usuários de redes sociais no Brasil

- Em janeiro de 2025, o Brasil contava com **144 milhões de identidades ativas em redes sociais**, representando **67,8% da população total** do país.
- Entre os adultos (18 anos ou mais), **83,5%** utilizavam redes sociais ativamente.
- A distribuição por gênero era de **55,8% mulheres** e **44,2% homens**.

Cenário digital e seus efeitos

Tempo médio diário nas redes sociais

- Os brasileiros passam, em média, **3 horas e 37 minutos por dia** nas redes sociais, colocando o país entre os que mais utilizam essas plataformas no mundo.
- Entre os adultos (18 anos ou mais), **83,5%** utilizavam redes sociais ativamente.
- A distribuição por gênero era de **55,8% mulheres** e **44,2% homens**.

USO EXCESSIVO DE TELAS

Cenário digital e seus efeitos

Saúde mental

- 79% dos adolescentes brasileiros relatam sintomas de ansiedade ou estresse quando ficam **muito tempo online**. *Fonte: Instituto Delete/UFRJ – Pesquisa "Juventude Conectada" (2023).*
- O uso de redes sociais por mais de 3 horas diárias está associado a **aumento de até 60% nos índices de depressão e isolamento emocional** em adolescentes. *Fonte: JAMA Pediatrics (2022).*
- **32%** dos adolescentes entre 13 e 17 anos relataram sentir-se **"tristes ou sem esperança quase todos os dias"** no último ano, em correlação com uso elevado de telas. *Fonte: CDC – Youth Risk Behavior Survey (2021).*

Cenário digital e seus efeitos

Desenvolvimento cognitivo e emocional

- Crianças com mais de **2 horas diárias de tela** apresentam **pontuação até 5% menor** em testes de linguagem e desenvolvimento cognitivo. *Fonte: NIH – National Institutes of Health (2019).*
- Crianças de 0 a 2 anos que têm acesso diário a telas têm **três vezes mais chances** de apresentarem **atraso na fala**. *Fonte: Canadian Paediatric Society, 2017.*
- O excesso de estímulos digitais está ligado a **déficit de atenção** e à **diminuição da capacidade de resolver problemas complexos**. *Fonte: American Psychological Association, 2020.*

Cenário digital e seus efeitos

Saúde física

- **83%** dos adolescentes brasileiros **dormem menos de 7 horas por noite** nos dias de semana, abaixo do recomendado (8–10 horas), devido ao uso noturno de celular. *Fonte:* Fiocruz – Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2022.
- O uso de tela durante refeições está associado a um aumento de **25%** **no consumo de alimentos ultraprocessados** e menor percepção de saciedade. *Fonte:* Sociedade Brasileira de Pediatria, 2021.
- Crianças que passam **mais de 3 horas por dia em frente a telas** têm **duas vezes mais risco** de desenvolver **problemas posturais e dores musculares crônicas**. *Fonte:* *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 2020.

Cenário digital e seus efeitos

● Riscos sociais e de segurança

- **59%** dos adolescentes já sofreram ou presenciaram **cyberbullying**. *Fonte: TIC Kids Online Brasil (2023).*
- **48%** dos pais relataram que seus filhos foram **expostos a conteúdo inadequado (violência ou sexualidade)** nas redes sociais antes dos 12 anos. *Fonte: Instituto Alana / Google Brasil, 2022.*
- O uso de redes sociais por mais de 5h/dia está ligado a um aumento de **70% no risco de dependência digital severa**, com sintomas comparáveis a vícios comportamentais. *Fonte: Lancet Child & Adolescent Health, 2021.*

3. Alinhamento Cristão

Discernimento e sabedoria bíblica para pais discipuladores

- **Deuteronômio 6:3–9** – Ouvir o Senhor
- **Provérbios 22:15** – Tolice da criança
- **Provérbios 22:6** – Ensinar “no caminho”
- **Efésios 6:1–4** – Disciplina e admoestação
- **Efésios 5:15–16** – Remindo o tempo
- **1 Coríntios 6:12** – Domínio próprio

Alinhamento Cristão

■ Deuteronômio 6:3–9 – Ouvir o Senhor

3 Ouve, pois, ó Israel, e atenta que os guardes, para que bem te suceda, e muito te multipliques, como te disse o Senhor, Deus de teus pais, na terra que mana leite e mel.

4 Ouve, Israel, o Senhor, nosso Deus, é o único Senhor.

5 Amarás, pois, o Senhor, teu Deus, de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu poder.

6 E estas palavras que hoje te ordeno estarão no teu coração;

7 e as intimarás a teus filhos e delas falarás assentado em tua casa, e andando pelo caminho, e deitando-te, e levantando-te.

8 Também as atarás por sinal na tua mão, e te serão por testeiras entre os teus olhos.

9 E as escreverás nos umbrais de tua casa e nas tuas portas.

Alinhamento Cristão

■ **Provérbios 22:15** – Tolice da criança

15 A estultícia está ligada ao coração da criança, mas a vara da correção a afugentará dela.

■ **Provérbios 22:6** – Ensinar “no caminho”

6 Educa a criança no caminho em que deve andar; e até quando envelhecer não se desviará dele.

Alinhamento Cristão

■ Efésios 6:1–4 – Disciplina e admoestação

- 1 Vós, filhos, sede obedientes a vossos pais no Senhor, porque isto é justo.
- 2 Honra a teu pai e a tua mãe, que é o primeiro mandamento com promessa;
- 3 Para que te vá bem, e vivas muito tempo sobre a terra.
- 4 E vós, pais, não provoqueis à ira a vossos filhos, mas criai-os na doutrina e admoestação do Senhor.

Alinhamento Cristão

■ Efésios 5:15–16 – Remindo o tempo

15 Portanto, vede prudentemente como andais, não como néscios, mas como sábios,

16 Remindo o tempo; porquanto os dias são maus.

■ 1 Coríntios 6:12 – Domínio próprio

12 Todas as coisas me são lícitas, mas nem todas as coisas convêm. Todas as coisas me são lícitas, mas eu não me deixarei dominar por nenhuma.

Alinhamento Cristão

Conceitos-chave para os pais

- ◆ **Educar é formar o coração, não só limitar ações**
 - Limitar tempo de tela é importante, mas **não basta**.
 - É preciso ensinar o filho a amar o que é bom, verdadeiro e justo — **Jesus Cristo**.
- ◆ **A tecnologia não é neutra**
 - Ela carrega uma visão de mundo (cosmovisão): **autonomia, imediatismo, comparação social, culto à imagem**.
 - O papel dos pais é **desmascarar** essas mentiras e confrontá-las com a verdade bíblica.
- ◆ **Autoridade é amor com direção**
 - Os filhos não precisam de pais “legais” ou “liberais”, mas de pais **presentes, coerentes e que apontam para Jesus**.
 - Discipular é também aprender e a ensinar a **dizer "não"**.

4. Aplicações práticas

Para uma mudança intencional

**NÃO SE AMOLDEM AO
PADRÃO DESSE MUNDO**

Romanos 12:2

Aplicações práticas

● Diagnóstico pessoal: onde estamos?

- Quantas horas seu filho passa por dia em telas?
- Quantas horas você passa por dia em telas?
- Quantas oportunidades você pode criar para discipular seu filho?
- Quanto tempo você investe no discipulado com seu filho(a)?
- Quando foi a última vez que você teve uma conversa espiritual com seu filho?

Ef 5.15 – “Vede prudentemente como andais...”

Aplicações práticas para uma mudança

Sociedade Brasileira de Pediatria

[Dra. Júlia Rossetto]
@julia.rossetto_oftalmo

QUANTO TEMPO DE USO DE CELULAR É RECOMENDADO PARA CRIANÇAS?

@julia.rossetto_oftalmo

CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS:

Evitar **qualquer** exposição às telas!

The image is a composite of two parts. On the left, a young girl with headphones is looking at her smartphone. A yellow speech bubble contains the question 'QUANTO TEMPO DE USO DE CELULAR É RECOMENDADO PARA CRIANÇAS?'. Above her is a small box with 'Dra. Júlia Rossetto @julia.rossetto_oftalmo'. On the right, a social media post from '@julia.rossetto_oftalmo' features a photo of a toddler playing with toys and the text 'CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS: Evitar qualquer exposição às telas!'. Navigation arrows and a progress indicator are visible at the bottom of both sections.

Aplicações práticas para uma mudança

Sociedade Brasileira de Pediatria



Aplicações práticas para uma mudança

Sociedade Brasileira de Pediatria



**Atos 17.11 nos lembra:
"Examinavam cada dia
nas Escrituras se estas
coisas eram assim."**

Aplicações práticas

● Desafio prático da semana

📌 Desafio 1:

- Reserve **15 minutos por dia** para uma conversa sem celular com seu filho.

📌 Desafio 2:

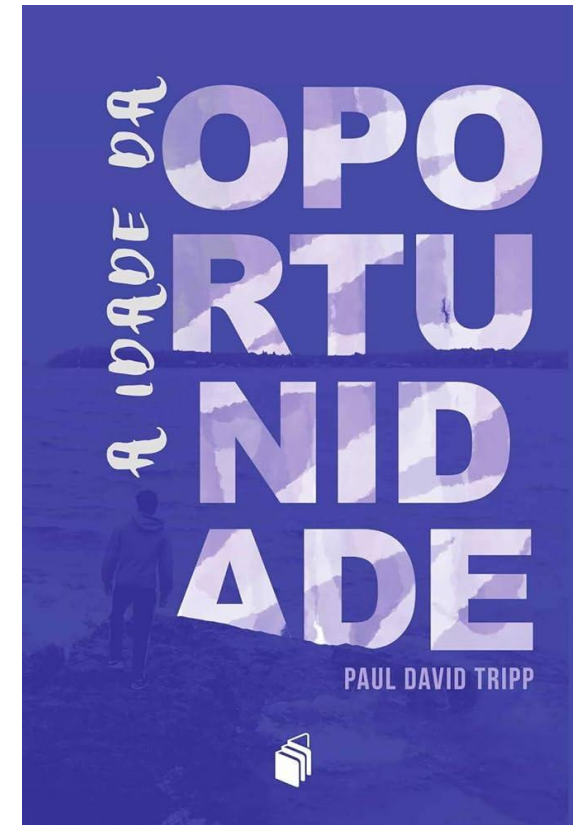
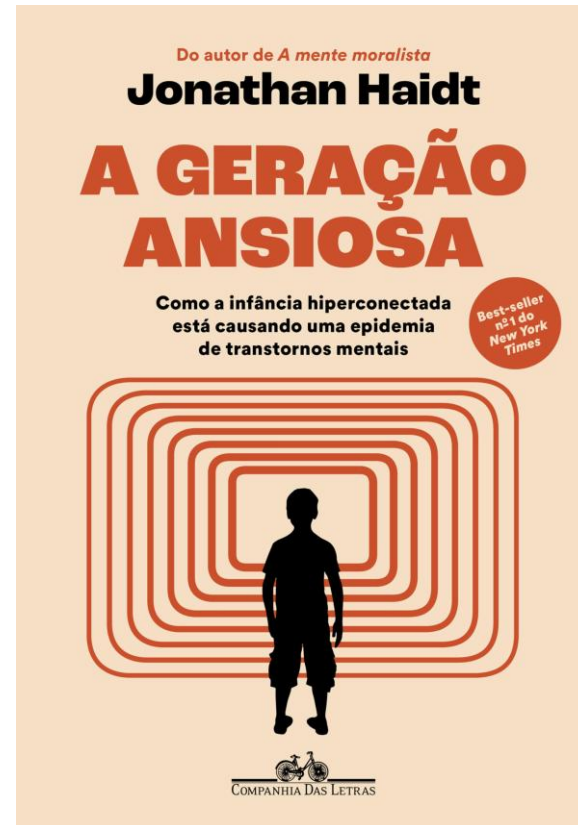
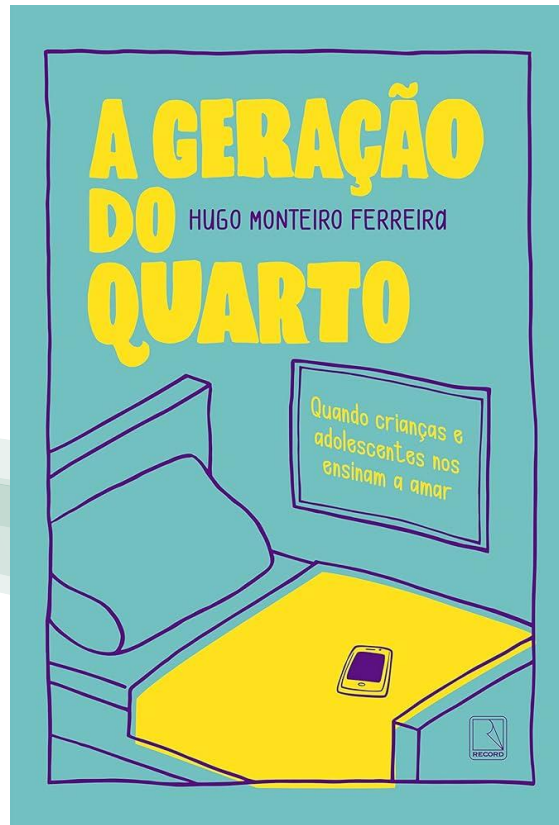
- Memorize **Efésios 5.15–16** com ele durante a semana.

📌 Desafio 3:

- Faça uma lista de perguntas que podem ser dúvida para seu filho(a) e estude na Bíblia:
 - Com quantos anos posso namorar?
 - Fazer tatuagem é pecado?
 - É errado um cristão usar piercing?

Quero mais!

Referências Bibliográficas



Quero mais!

Referências Bibliográficas

Guia de Estudo

Toda semana no blog do
pastor: *Pro Ecclesia*



Assine **gratuitamente** para receber no seu email



Dica de ferramenta

Resumo de livros – assistente ChatGPT



Apresente uma análise detalhada do livro *A geração do quarto*: quando crianças e adolescentes nos ensinam a amar

A Geração do Quarto: Quando Crianças e Adolescentes nos Ensinam a Amar, de Hugo Monteiro Ferreira, é uma obra publicada em 2022 pela Editora Record. O livro resulta de uma pesquisa realizada com mais de 3 mil jovens, entre 11 e 18 anos, em cinco capitais brasileiras: Recife, Maceió, Natal, Rio de Janeiro e Belo Horizonte. A pesquisa investigou o sofrimento emocional e mental de crianças e adolescentes que passam longos períodos isolados em seus quartos, muitas vezes enfrentando dores silenciosas, como automutilação, ideação suicida e solidão profunda. [Everand +2](#) [Submarino +1](#) [Sempre um Papo | 2025 | Ano 39 +1](#)



🧠 Contexto e Biografia do Autor

Hugo Monteiro Ferreira é professor da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), onde coordena o Núcleo do Cuidado Humano e o Grupo de Estudos de Transdisciplinaridade da Infância e da Juventude (GETIJ). Com formação interdisciplinar em Educação, Letras e Psicologia, suas pesquisas focam na saúde mental de crianças e adolescentes. Em 2014, foi finalista do Prêmio Jabuti na categoria juvenil com o livro *Emílio ou Quando se Nasce com um Vulcão ao Lado*. [trechos.com +1](#)

Apresente uma análise detalhada sobre o livro *A Geração Ansiosa*.

A Geração Ansiosa: Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais é uma obra do psicólogo social Jonathan Haidt, publicada originalmente em março de 2024 nos Estados Unidos sob o título *The Anxious Generation*. A edição brasileira foi lançada pela Companhia das Letras no mesmo ano. O livro rapidamente se tornou um best-seller internacional, alcançando o topo da lista do *The New York Times* e gerando debates sobre o impacto das tecnologias digitais na saúde mental de crianças e adolescentes. [Audible.com.au +13](#) [Companhia das Letras +2](#) [Wikipedia +1](#)



🧠 Sobre o autor

Jonathan Haidt é professor de psicologia na Universidade de Nova York e autor de obras influentes como *The Righteous Mind* (2012) e *The Coddling of the American Mind* (2018, coautoria com Greg Lukianoff). Sua pesquisa se concentra em moralidade, polarização política e, mais recentemente, nos efeitos sociais da tecnologia digital. Haidt é conhecido por sua abordagem baseada em dados e por sua capacidade de traduzir pesquisas acadêmicas complexas em narrativas acessíveis ao público geral. [Wikipedia +3](#)

Obrigado!

Família Paim: Neto, Luana, Cainã e Letícia

