

# Como navegar com segurança nos mares digitais

O segredo da felicidade está no cotidiano, não em sonhos.

Também no aproveitamento de todos os avanços que nos proporciona a civilização, para tornar a casa agradável, a vida mais simples, como se destaca neste editorial.

03/02/2015

A aventura educacional, hoje, inclui o desejo de aprender e ensinar a

aproveitar os novos meios e modos de comunicar para que seu uso nos ajude a amadurecer como pessoas, e para que as crianças não diminuam a qualidade de sua vida familiar, e sim que a melhorem. Portanto, não seria eficaz simplesmente proibir o uso das novas tecnologias – a privação nem sempre é via de educação–, pelo contrário, seria melhor aprender a aproveitá-las, seguindo o conselho do Papa Francisco, que disse que comunicar bem pode ajudar-nos a “conhecer-nos melhor entre nós, a ser mais unidos”[1].

O caminho adequado será acompanhar os mais jovens para que adquiram uma consciência reta, e prepará-los para o dia a dia. Assim crescerão e aprenderão a comportar-se com naturalidade e sentido cristão em todos os ambientes. A tarefa de educar busca a formação em virtudes, e ao mesmo tempo semeia critérios profundos. Só desse modo

os filhos poderão ter uma vida boa, ordenando e moderando os seus impulsos, controlando os seus atos, superando com alegria os obstáculos para buscar e fazer o bem, também na esfera digital.

Como cada pessoa é diferente, é bom pensar como aproximar-se de cada filho. Será conveniente buscar momentos em que marido e mulher estejam a sós para falar sobre como ajudar cada um; e, um dos âmbitos sobre o que se deve refletir é, justamente, o uso das novas tecnologias, já que educar exige tempo, dedicação e alguma organização.

A educação deve favorecer que cada criança seja dona de si mesma. Este objetivo é atingido ajudando-as a lutar em coisas concretas, a vencer-se em pequenas batalhas, a cumprir um horário, a respeitar o silêncio dos outros, a ter horas previstas para

usar os videogames ou conectar-se à Internet. Como dizia São João Paulo II “esta fadiga e este esforço são necessários, aí se tempera o corpo, mas também o homem inteiro experimenta a alegria de dominar-se e de superar os obstáculos e resistências. Certamente, este é um dos elementos de crescimento que caracteriza a juventude”[2].

## Domínio de si

O Catecismo da Igreja Católica descreve a função da temperança no sentido de «moderar», «manter», «assegurar», «orientar», «guardar»... A temperança conduz a um espírito senhoril no uso dos bens criados que se alcança «ordenando» as inclinações para o bem. Quando se vive esta virtude, **“a vida recupera então os matizes que a intemperança esbate. Ficamos em condições de nos preocuparmos com os outros, de compartilhar”**

**com todos as coisas pessoais, de nos dedicarmos a tarefas grandes”[3].**

## **A etiqueta digital**

“O desejo de conexão digital pode acabar isolando-nos do nosso próximo, de quem está mais perto de nós”[4]. Una tarefa sempre atual será a de promover as relações pessoais. Por exemplo, o modo normal de falar sobre temas importantes, será através de uma conversa “face a face”. As coisas importantes não podem ser resolvidas ou decididas através de mensagens ou virtualmente. Poderia ser muito útil estabelecer este tipo de política em casa: para pedir desculpas depois de um mau comportamento, ou para consultar sobre um plano importante convém recorrer a conversas no mundo físico.

Além disso, é oportuno explicar com paciência a importância de não

deixar-se levar pelo imediatismo. O atordoamento pode conduzir, por exemplo, a faltas de cortesia e de educação com o próximo. Pode ser oportuno ter outras regras de "etiqueta digital", como: não atender ao telefone quando se está conversando com alguém, especialmente se é uma pessoa mais velha; por em *off* os dispositivos eletrônicos durante as refeições; respeitar a vez para utilizar o computador da casa, etc. Também é formativo explicar por que não convém responder com a "cabeça quente", em especial nos meios que chegam a muita gente: redes sociais, grupos de WhatsApp, etc. Nesses ambientes não é bom fazer muitas declarações, nem comunicar decisões tomadas quando estamos ofendidos ou magoados, porque nessas situações a paixão leva a dizer ou escrever coisas que pouco tempo depois podemos acabar lamentando. Se os pais estiverem atentos e

perceberem que um filho deixou-se levar pela ira ou precipitação, será uma boa ocasião para ter uma conversa mais profunda, ensinando-o a temperar seu caráter, animando-o a atuar com serenidade, e a não reagir sob a influência das paixões momentâneas.

## **Dominar a curiosidade**

Um bom caminho para consolidar a confiança que os filhos têm em seus pais, é tentar responder desde que são pequenos às suas curiosidades, quando perguntam o porquê das coisas. Um filho só se abre com seus pais quando nota que eles estão acostumados a ouvi-lo em qualquer momento, sobre qualquer coisa. Será conveniente facilitar que perguntem as dúvidas que naturalmente vão surgindo. E quando não tivermos as respostas, talvez dizê-lo com claridade: "isto não sei, mas vou pesquisar" e depois, quando

conseguimos os dados, terminar a explicação.

Se os filhos tiverem a confiança de perguntar aos pais as dúvidas que surgirem, evitaremos que resolvam todas as suas perguntas só e sempre através da internet. Muitos pais de família preocupam-se pelas facilidades que a rede oferece para acessar pornografia ou informação potencialmente danosa, como mensagens que promovem o ódio ou informações sobre como fabricar armas, etc. Inclusive, às vezes, chegamos a esses conteúdos sem os termos buscado. Com poucos *clics* um menino inquieto pode encontrar um oceano de material violento e cheio de ódio, de sensualidade, etc. Em algumas ocasiões, esta informação encontra-se em sites que parecem inofensivos. Neste campo é importante ensinar a utilizar Internet com um objetivo claro, não só para passar o tempo, e se, sem

querer aparecem conteúdos inconvenientes, cortar sem concessões, pondo em prática o conselho de São Josemaria: “Deixa-me que te repita: tem a coragem de fugir, e a energia de não manusear a tua fraqueza pensando até onde poderias chegar”[5].

Algumas vezes, pode ser útil pedir ajuda aos filhos para configurar as opções de privacidade da rede social pessoal ou conversar sobre um correio “maligno” que o pai ou a mãe receberam. Assim se pode ir dando critério, já que, afinal vão ser eles mesmos que agirão, e é importante lançar-se à “arriscada confiança” de permitir-lhes crescer em responsabilidade de acordo com a idade de cada um.

## **Ajudar a focar-se**

Ouve-se com frequência que as novas tecnologias favorecem a superficialidade. No entanto, o que

não chega a dizer-se é que o problema radica na dispersão da atenção que se produz quando se realiza de forma simultânea três ou quatro tarefas. Algumas crianças pretendem ler um livro, e enquanto isso, não só escutam música, mas ao mesmo tempo revisam as atualizações das suas redes sociais, e estão atentos às notificações que chegam ao smartphone. Esfumaça-se a linha entre uma atividade e outra. Embora seja verdade que algumas atividades podem ser feitas ao mesmo tempo, também é claro que há outras que requerem uma maior concentração, como é o caso do estudo. Normalmente o cérebro não tem capacidade de estar em várias coisas com a mesma intensidade. Será muito útil buscar formas que ajudem a centrar a atenção; além disso, será um dos melhores conselhos para que no dia de amanhã se convertam em bons profissionais.

Nesta tarefa é preciso apresentar os motivos de fundo. Ante uma pergunta como: porque não posso ver agora um vídeo de só três minutos? É necessário explicar – por exemplo – que não se trata só de tempo, mas que é melhor não acostumar-se a seguir todos os estímulos que aparecem ao nosso redor, que podem nos distrair da atividade que estamos realizando nesse momento: *faz o que deves e está no que fazes*[6].

Como recorda o Papa Francisco, “devemos recuperar um certo sentido de pausa e calma. Isto requer tempo e capacidade de fazer silêncio para escutar”[7]. Precisamos estar prevenidos contra a dissipação. Vale a pena evitar que a atenção se disperse excessivamente, para facilitar que os filhos se concentrem no estudo, ou para conseguir que rezem com vontade. O contrário torna tudo mais difícil, pois assim

*deixas que os teus sentidos e potências bebam em qualquer charco. - E depois andas desse jeito: sem firmeza, dispersa a atenção, adormecida a vontade e desperta a concupiscência*[8].

## O falso atrativo da vaidade

Muitos dos avanços tecnológicos atuais, quando não são retamente utilizados, têm a potencialidade de aumentar o individualismo, de centrar tudo em melhorar a aparência manifestando uma mentalidade superficial. “Os jovens são particularmente sensíveis ao vazio de significado e de valores que muitas vezes os circunda. E, infelizmente, pagam as suas consequências”[9].

Uma manifestação de vaidade é a obsessão por incrementar a qualquer preço a quantidade de contatos (*friends/followers*) acumulados na esfera digital. Nas redes sociais

geralmente conseguem mais seguidores aqueles que publicam com constância material interessante, divertido, ou íntimo. “O significado e a eficácia das diferentes formas de expressão parecem determinados mais pela sua popularidade do que pela sua importância intrínseca e validade. E frequentemente a popularidade está mais ligada com a celebriidade ou com estratégias de persuasão do que com a lógica da argumentação” [10].

Uma possível tentação é publicar coisas íntimas, que chamam mais a atenção ou despertam a curiosidade dos outros. Os jovens saberão manter-se afastados destes extremos se lutarem – sempre positivamente – por alcançar metas altas, através de vitórias concretas em pequenos atos de virtude e vencimento.

Uma comunicação familiar fluida ajudará a compreender as questões

de fundo, e a criar um ambiente de confiança no qual as dúvidas possam ser resolvidas e as incertezas manifestadas. São Josemaria geralmente aconselhava falar nobremente com os filhos, vê-los crescer com carinho, soltando a corda pouco a pouco, porque necessitam da sua liberdade e da sua personalidade.

## **A sociabilidade**

O homem é um ser social por natureza: comunicar-nos e estar em contato com outras pessoas faz parte do nosso desenvolvimento pessoal. Cada um atua em diversos círculos sociais: família, amigos, conhecidos. A adolescência é a etapa em que estas relações vão tomando forma e, principalmente, profundidade. A necessidade de relacionar-se socialmente vai muito unida ao sentido de pertencer a um grupo. As novas tecnologias oferecem recursos

aos jovens para dar coesão ao grupo de amigos; de fato é comum que entre eles formem grupos virtuais e compartilhem conteúdos de acesso restrito.

As novas tecnologias podem ser usadas como meio para fortalecer as amizades que se formaram fora da rede, mas ao admitir a amizade de amigos de amigos, que não necessariamente estão no círculo íntimo, convém fazer notar que o conteúdo que ali se publicar ficará disponível para um público amplo.

Porém às vezes o sentido de pertencer ao grupo pode levá-los a estar excessivamente preocupado com as atualizações nas postagens de seus amigos, das novas interações. Pode acontecer também que em reuniões sociais, ou festas, estejam mais preocupados com as fotos que tiram e do imediatismo com que as publicam na rede, do que com estar

com as outras pessoas presentes na reunião. É um desafio não deixar passar essas ocasiões, e de modo amável, educá-los no respeito aos demais, na nobreza de sentimentos e na cortesia.

## **Fortaleza e liberdade**

Ensinar a dizer que não, equivale a ensinar a dizer um grande sim, mostrando a beleza das virtudes, via para uma vida feliz. Por isso, é de grande ajuda explicar o valor de opor-se razoavelmente, e de saber dizer que não – se é preciso dizer que não–, com clareza e firmeza. Dizer que não, será manifestação concreta de domínio próprio, sem perder a elegância e a moderação, nem esquecer os bons modos.

Os filhos devem encontrar em seus pais os mais decididos defensores da sua liberdade pessoal. Liberdade com responsabilidade, e dependendo da idade é importante respeitar a

intimidade de seus aparelhos eletrônicos. Quando tiverem smartphones ou tablets não será o comum opor-se a que usem senhas. Em algumas famílias também se anima a que em algum momento outro irmão possa compartilhar o dispositivo, e nesse caso o conteúdo ficará exposto. Dessa maneira sabem que devem ser transparentes, e que em qualquer momento alguém mais da família entrará em seus aparelhos, mesmo que de forma esporádica e inesperada, não para "farejar" mas por um sentido de desprendimento e de vida comunitária familiar.

Em suma, não podemos esquecer que o segredo da felicidade familiar está no cotidiano, **também no aproveitamento de todos os avanços que nos proporciona a civilização, para tornar a casa agradável, a vida mais simples, a formação mais eficaz**[11].

*Juan Carlos Vásconez*

*@jucavas*

---

[1] Francisco, Mensagem para XLVIII Dia Mundial das Comunicações Sociais

[2] São João Paulo II, Carta Apostólica *Dilecti Amici*, n. 14.

[3] São Josemaria Escrivá, Amigos de Deus, 84

[4] Francisco, Mensagem para XLVIII Dia Mundial das Comunicações Sociais

[5] São Josemaria Escrivá, Sulco, 137

[6] São Josemaria Escrivá, Caminho, 815

[7] Francisco, Mensagem para XLVIII Dia Mundial das Comunicações Sociais

[8] São Josemaria Escrivá, Caminho, 375

[9] Francisco, Ângelus na praça de São Pedro, 4 de agosto de 2013

[10] Bento XVI, Mensagem para XLVII Dia Mundial das Comunicações Sociais

[11] São Josemaria Escrivá, Questões Atuais do Cristianismo, 91

---

pdf | Documento gerado automaticamente de <https://opusdei.org/pt-br/article/como-navegar-com-seguranca-nos-mares-digitais/>  
(28/01/2026)