



A cultura do cancelamento e o pré-julgamento nas redes sociais

**CAMILA ABDO
REPRODUÇÃO PROIBIDA**

A cultura do cancelamento e o pré-julgamento nas redes sociais

Camila Abdo Leite do Amaral Calvo - 11.984507084

“Vivemos em uma era em que o Twitter serve como tribunal e júri. A cultura do cancelamento não permite que as pessoas aprendam e cresçam com seus erros, mas as empurra para um exílio social, perpetuando um ciclo de medo e silêncio.” — Barack Obama

Sumário

1. Introdução
 - 1.1. Contextualização
 - 1.2. Justificativa
 - 1.3. Objetivos
 - 1.4. Estrutura do trabalho
2. Capítulo 1: A cultura do cancelamento e o pré-julgamento nas redes sociais
 - 2.1. Definição e conceito de cancelamento
 - 2.2. Origem e evolução do cancelamento
 - 2.3. O pré-julgamento no ambiente digital
 - 2.4. Impactos psicológicos e sociais
 - 2.5. Cancelamento *versus accountability*
 - 2.6. Casos de cancelamento notáveis
3. Capítulo 2: A perspectiva filosófica
 - 3.1. O idealismo de Kant e o juízo moral
 - 3.2. Liberdade e autonomia na filosofia kantiana
 - 3.3. O julgamento e a Carta da ONU
 - 3.4. Princípios éticos universais e o cancelamento
 - 3.5. Cancelamento como reflexo da fragilidade ética coletiva
 - 3.6. Desafios contemporâneos e limites da liberdade de expressão
4. Capítulo 3: A psicologia por trás do cancelamento
 - 4.1. Psicologia de grupo e o comportamento coletivo
 - 4.2. O ego e a identificação com o grupo
 - 4.3. A regressão e a desinibição no comportamento de massa
 - 4.4. O papel da liderança e dos influenciadores
 - 4.5. O inconsciente coletivo e o pertencimento
 - 4.6. O cancelamento como mecanismo de projeção
 - 4.7. As consequências psicológicas para o indivíduo cancelado

5.	Capítulo 4: A psicologia junguiana e o cancelamento
5.1.	O inconsciente coletivo e o cancelamento
5.2.	Os arquétipos e a figura do “herói” e do “vilão” no cancelamento
5.3.	Sombra e projeção no cancelamento
5.4.	O processo de individuação e o cancelamento
5.5.	A persona e a imagem social no cancelamento
5.6.	A necessidade de integração coletiva
6.	Capítulo 5: Aspectos emocionais e psicológicos do cancelamento
6.1.	O cérebro emocional e a reatividade
6.2.	O impacto psicológico para o cancelado: trauma e isolamento
6.3.	Rituais de exclusão e psicoterapia
6.4.	A emoção coletiva e a psicodinâmica do grupo
6.5.	Psicoterapia e o reequilíbrio emocional pós-cancelamento
6.6.	O futuro da psicoterapia no contexto digital
7.	Conclusão
7.1.	Considerações finais
7.2.	Sugestões de caminhos e reflexões futuras
8.	Referências bibliográficas

1. Introdução

1.1. Contextualização

Nos últimos anos, as redes sociais tornaram-se uma parte essencial da vida contemporânea — não apenas como ferramentas de comunicação, mas também como arenas onde comportamentos e discursos são constantemente avaliados e julgados. O aumento dessa interconectividade global trouxe à tona um fenômeno conhecido como **cultura do cancelamento**, que pode ser definido como a exclusão pública de indivíduos ou grupos, em razão de comportamentos considerados moralmente ou socialmente inaceitáveis. Essa prática, frequentemente caracterizada pela mobilização rápida e em massa, tem como objetivo penalizar ações ou declarações que são vistas como ofensivas ou que vão contra as normas sociais predominantes.

O cancelamento, no entanto, transcende o simples boicote e a responsabilização de figuras públicas ou organizações. Ele reflete uma dinâmica social complexa, em que o pré-julgamento, muitas vezes com base em informações superficiais ou mal verificadas, ganha força em detrimento da reflexão ética e crítica. As redes sociais, com sua velocidade e alcance, amplificam esse processo e incentivam a participação em julgamentos coletivos rápidos e implacáveis. A ausência de um espaço adequado para o diálogo ou para a compreensão das circunstâncias faz com que o cancelamento muitas vezes se transforme em um mecanismo punitivo, ao invés de uma oportunidade de responsabilização construtiva.

Do ponto de vista filosófico, o pensamento de Immanuel Kant oferece uma crítica significativa a essa dinâmica, especialmente no que diz respeito à moralidade e ao julgamento ético. Kant argumenta que o julgamento moral deve ter base na razão e no respeito pela dignidade humana, o que contrasta

fortemente com a velocidade e impulsividade que marcam a cultura do cancelamento. Além disso, os princípios éticos defendidos pela Carta da ONU, como o direito à defesa e ao julgamento justo, também entram em conflito com as práticas do cancelamento, que muitas vezes eliminam a possibilidade de reparação ou perdão.

Do ponto de vista psicológico, os *insights* de Sigmund Freud e Carl Jung são fundamentais para compreender o comportamento de grupo e os impulsos inconscientes que alimentam o cancelamento. Freud, em sua análise da psicologia de grupo, destaca como o indivíduo, ao se inserir em um coletivo, pode perder parte de sua identidade e agir de forma mais emocional e menos reflexiva. Essa desindividualização é visível nas redes sociais, em que a pressão de grupo leva muitos a participarem de cancelamentos sem uma análise crítica própria. Jung, por sua vez, contribui com o conceito de inconsciente coletivo e projeção, ao sugerir que o cancelamento pode ser uma forma de o grupo projetar suas sombras, ou seja, suas próprias fraquezas e conflitos internos, sobre o indivíduo cancelado.

No campo das emoções, a obra de Marcos Noronha oferece uma análise valiosa sobre os impactos emocionais do cancelamento. O trauma e o isolamento vivenciados por aqueles que são "cancelados" frequentemente geram danos profundos à saúde mental, como ansiedade, depressão e perda de identidade social. Noronha também discute como o cancelamento se assemelha a rituais de exclusão social, que, na era digital, são amplificados pela exposição pública maciça, de modo a criar uma sensação de humilhação que pode ser devastadora.

Diante disso, essa tese propõe uma abordagem interdisciplinar para entender a cultura do cancelamento e o pré-julgamento nas redes sociais. Ao unir filosofia, psicologia e estudos sobre emoções, busca-se não apenas compreender as raízes e os mecanismos desse fenômeno, mas também propor caminhos para uma reflexão mais crítica e compassiva sobre como lidamos com o erro e a responsabilidade no ambiente digital.

1.2. Justificativa

O cancelamento, embora tenha suas raízes em movimentos de responsabilização social, tornou-se um fenômeno controverso por suas implicações éticas e psicológicas. A rapidez com que o pré-julgamento ocorre, muitas vezes com base em informações incompletas, levanta preocupações sobre justiça, liberdade de expressão e o impacto na saúde mental das pessoas envolvidas. É necessário um estudo aprofundado para compreender as bases filosóficas e psicológicas desse comportamento coletivo, bem como suas consequências para a sociedade contemporânea. A análise interdisciplinar proposta justifica-se pela relevância do tema nas discussões sobre comportamento on-line e as dinâmicas das redes sociais.

1.3. Objetivos

O principal objetivo desta tese é analisar a cultura do cancelamento e o pré-

juízo nas redes sociais sob diferentes perspectivas: filosófica, psicológica e emocional. Mais especificamente, busca-se:

- Investigar como o pensamento de Immanuel Kant e os princípios da Carta da ONU oferecem uma base crítica para a reflexão sobre o juízo ético e moral no cancelamento.
- Compreender as dinâmicas psicológicas de grupo, conforme descritas por Freud e Jung, que impulsionam o cancelamento e o pré-juízo no ambiente digital.
- Explorar os impactos emocionais do cancelamento, utilizando as reflexões de Marcos Noronha sobre os traumas gerados pela exposição pública e o isolamento social.
- Propor alternativas e caminhos para uma abordagem mais equilibrada e reflexiva no uso das redes sociais, em busca de um ambiente mais compassivo e menos punitivo.

Capítulo 1: A cultura do cancelamento e o pré-juízo nas redes sociais

1.1. Definição e conceito de cancelamento

O cancelamento pode ser definido como um movimento social que visa a boicotar, marginalizar ou silenciar uma pessoa, grupo ou instituição, em resposta a uma conduta considerada inapropriada ou ofensiva. Esse fenômeno se desenvolve principalmente nas redes sociais, em que o alcance e a velocidade da disseminação de informações permitem que indivíduos ou grupos sejam expostos e julgados publicamente de forma quase instantânea. O cancelamento é uma prática que se alimenta da rápida viralização de opiniões, críticas e acusações, muitas vezes sem a devida investigação ou verificação dos fatos.

No contexto digital, o cancelamento é uma forma de exercer pressão social. Ele põe em questão as ações ou as falas de alguém que supostamente viola normas sociais, éticas ou políticas. O ato de "cancelar" busca uma retaliação pública, frequentemente levando à exclusão dessa pessoa ou grupo de eventos, espaços de trabalho ou círculos sociais. Além disso, a cultura do cancelamento pode provocar a perda de patrocínios, empregos e reputação, mesmo antes de qualquer processo de defesa ou esclarecimento.

1.2. Origem e evolução do cancelamento

A prática de expor publicamente os erros alheios não é um fenômeno novo, mas sua amplificação nas redes sociais gerou uma nova dinâmica. Antes da internet, cancelamentos ocorriam de forma mais restrita, em círculos sociais menores e sem o potencial de repercussão maciça que a tecnologia atual permite. Contudo, com o crescimento das plataformas digitais, como Twitter, Instagram e Facebook, a cultura do cancelamento ganhou proporções globais. A expressão "cancelamento" tornou-se popular, no fim da década de 2010, principalmente nos Estados Unidos, quando celebridades e figuras públicas passaram a ser "canceladas" por comportamentos ou declarações consideradas ofensivas ou inadequadas. Gradualmente, essa prática se

estendeu para o cotidiano e passou a afetar as pessoas comuns e as instituições que se encontram no centro de polêmicas.

1.3. O pré-julgamento no ambiente digital

Um dos componentes centrais da cultura do cancelamento é o pré-julgamento. Nas redes sociais, o julgamento de um indivíduo ou grupo ocorre de forma rápida e, muitas vezes, sem a análise crítica necessária. As plataformas digitais facilitam a formação de opiniões instantâneas. Com isso, o comportamento de massa pode impulsionar reações precipitadas, com base em fragmentos de informação, boatos ou suposições.

O pré-julgamento se intensifica nas redes sociais por causa da natureza superficial da comunicação on-line, em que as interações são limitadas a posts curtos, vídeos de poucos segundos e comentários rápidos. A ausência de contextos mais aprofundados e a pressão para tomar partido em polêmicas contribuem para uma atmosfera de julgamento imediato, que dificilmente permite a reflexão crítica ou o devido processo de análise.

1.4. Impactos psicológicos e sociais

A cultura do cancelamento e o pré-julgamento têm um impacto profundo, tanto em nível individual quanto coletivo. Para os indivíduos "cancelados", as consequências podem ser devastadoras: afetam sua saúde mental, seus relacionamentos e sua carreira. O cancelamento pode desencadear sentimentos de vergonha, isolamento, ansiedade e depressão, principalmente quando ocorre sem uma oportunidade justa de defesa.

Do ponto de vista social, o cancelamento cria uma cultura de medo e conformismo, em que as pessoas evitam se expressar livremente por receio de serem "canceladas". Isso pode inibir o debate aberto e o diálogo construtivo, elementos essenciais para a evolução de ideias e a resolução de conflitos sociais. Além disso, ao promover o julgamento rápido e muitas vezes injusto, o cancelamento enfraquece os princípios democráticos e a busca pela justiça.

1.5. Cancelamento *versus* accountability

É importante fazer uma distinção entre a cultura do cancelamento e o conceito de "*accountability*" (prestação de contas). Enquanto o cancelamento muitas vezes busca a punição pública imediata, o *accountability* está relacionado à responsabilização legítima de indivíduos ou instituições por suas ações, de maneira a oferecer espaço para esclarecimento, defesa e, se necessário, reparação.

O cancelamento, ao contrário, tende a ser mais punitivo e imediato, sem levar em consideração o processo justo. Nesse sentido, ele pode se tornar uma forma de "linchamento virtual", em que as consequências são desproporcionais ou injustas. No entanto, alguns defensores do cancelamento argumentam que ele é uma forma de justiça social, compensando a falta de *accountability* em estruturas de poder mais tradicionais.

1.6. Casos de cancelamento notáveis

Para ilustrar o fenômeno, este subcapítulo pode trazer alguns exemplos de casos de cancelamento que tiveram grande repercussão. A ideia seria mostrar como esses cancelamentos se desenvolveram nas redes sociais, analisar as respostas dos envolvidos e verificar as consequências de curto e longo prazo para as pessoas ou instituições "canceladas".

Capítulo 2: A perspectiva filosófica

2.1. O Idealismo de Kant e o juízo moral

Immanuel Kant, um dos maiores filósofos da era moderna, propôs que o juízo moral deve se basear na razão e no imperativo categórico, que implica agir apenas de acordo com aquilo que poderia ser uma lei universal. Para Kant, o juízo moral correto exige reflexão, autonomia e imparcialidade, o que contrasta diretamente com o comportamento de cancelamento nas redes sociais, em que o julgamento muitas vezes é precipitado e emocional.

A ideia de Kant de que o ser humano deve ser tratado sempre como um fim em si mesmo, e nunca como um meio para um fim, é fundamental para entender as implicações éticas do cancelamento. Quando uma pessoa é cancelada, ela frequentemente se torna um meio para fins coletivos, como o de reforçar normas sociais ou promover uma causa, sem consideração adequada por sua dignidade e humanidade.

Além disso, o conceito kantiano de "bom senso comum" propõe que o julgamento moral deve ser universal, e não baseado em sentimentos pessoais ou em reações imediatas. No contexto do cancelamento, a ausência de um processo reflexivo e o foco nas emoções momentâneas, como a indignação ou raiva coletiva, acabam violando esse princípio.

2.2. Liberdade e autonomia na filosofia kantiana

Outro ponto relevante na filosofia de Kant é a questão da autonomia. Para Kant, ser moralmente autônomo significa ter a capacidade de fazer escolhas racionais e responsáveis, sem ser influenciado por impulsos externos ou pressões sociais. No entanto, a cultura do cancelamento pode enfraquecer essa autonomia moral ao impor uma forma de coerção social sobre o comportamento e as opiniões de indivíduos.

Em ambientes digitais, as pessoas muitas vezes se veem compelidas a se conformar com a opinião majoritária para evitar o risco de serem canceladas. Isso cria uma tensão entre a liberdade de expressão e o medo do julgamento público. Kant afirmava que a liberdade de expressão é essencial para o progresso moral e social, mas essa liberdade deve ser exercida com responsabilidade.

2.3. O julgamento e a Carta da ONU

A Carta das Nações Unidas, assinada em 1945, estabelece princípios fundamentais sobre direitos humanos, dignidade, liberdade e igualdade. A prática do cancelamento, em muitos casos, pode ir contra esses princípios, especialmente no que se refere à dignidade e ao direito à defesa e ao julgamento justo.

A ONU defende o respeito pela dignidade humana, o que significa que todos os indivíduos devem ser tratados de forma justa e equitativa, sem serem submetidos a linchamentos morais ou sociais. O cancelamento, ao promover um julgamento público instantâneo, muitas vezes atropela esses princípios. Frequentemente, não dá espaço para o devido processo de análise ou defesa, de maneira a violar a ideia do tratamento justo — previsto na Carta das Nações Unidas.

2.4. Princípios éticos universais e o cancelamento

A prática do cancelamento nas redes sociais frequentemente ignora a necessidade de um julgamento ético, com base em princípios universais, como aqueles defendidos por Kant e pela ONU. O imperativo categórico de Kant propõe que cada ação moral deveria ser capaz de se tornar uma lei universal. No entanto, o cancelamento é frequentemente arbitrário, dependente de contextos momentâneos e pressões sociais.

Além disso, o princípio de “não instrumentalização”, segundo o qual as pessoas não devem ser usadas como ferramentas para atingir fins coletivos, é violado na prática do cancelamento. Isso porque, neste último caso, os indivíduos são expostos publicamente e punidos para reforçar normas sociais ou morais, sem respeito adequado por sua individualidade.

2.5. Cancelamento como reflexo da fragilidade ética coletiva

Kant argumenta que a sociedade só pode avançar eticamente se os indivíduos praticarem o juízo moral reflexivo. No entanto, o cancelamento revela uma fragilidade coletiva no julgamento ético, em que a pressa em condenar alguém publicamente compromete a capacidade de análise crítica e reflexiva. Esse comportamento impulsivo nas redes sociais demonstra a dificuldade em seguir os princípios kantianos de justiça e moralidade, ao expor uma tendência ao pré-julgamento emocional, em vez de um processo racional.

2.6. Desafios contemporâneos e limites da liberdade de expressão

A liberdade de expressão é outro aspecto central da filosofia kantiana e dos princípios da ONU. Trata-se de um direito fundamental para o desenvolvimento da sociedade e do indivíduo, mas o cancelamento põe em xeque os limites dessa liberdade. Quando uma pessoa é cancelada, sua liberdade de se expressar é muitas vezes cerceada pela pressão social, mesmo que suas opiniões ou ações não sejam necessariamente ilegais ou imorais no sentido estrito.

Esse paradoxo entre a liberdade de expressão e o cancelamento levanta questões sobre como equilibrar a responsabilidade social e a liberdade individual, um dilema que tanto Kant quanto a ONU tentaram resolver através da ética e dos direitos humanos.

Capítulo 3: A psicologia por trás do cancelamento

3.1. A psicologia de grupo e o comportamento coletivo

Sigmund Freud, em sua obra *Psicologia de Grupo e a Análise do Ego*, discute como os indivíduos tendem a modificar seu comportamento quando inseridos em grupos. Freud propõe que, ao entrar em um grupo, o indivíduo abdica de uma parte significativa de sua identidade e autonomia, de modo a ser conduzido pelos impulsos coletivos e inconscientes que prevalecem nesse grupo. No contexto das redes sociais, essas ideias são especialmente relevantes para compreender o fenômeno do cancelamento, que muitas vezes é movido por dinâmicas de comportamento de massa.

As redes sociais funcionam como espaços onde a influência do grupo é amplificada, e o indivíduo passa a sentir uma pressão maior para se conformar às opiniões e ações da maioria. Isso explica, em parte, por que o cancelamento frequentemente ganha força rapidamente. Os indivíduos, ao se verem imersos em um grupo on-line, podem suprimir seu senso crítico e seguir a corrente dominante, de maneira a reforçar o julgamento coletivo sem necessariamente refletir sobre suas implicações.

3.2. O ego e a identificação com o grupo

Freud explora como a identificação com o grupo afeta o ego de cada membro. O ego, ao buscar aceitação dentro do grupo, tende a adotar os valores e os comportamentos predominantes para evitar rejeição ou marginalização. Nas redes sociais, essa dinâmica pode ser observada quando usuários se sentem compelidos a participar de movimentos de cancelamento, mesmo que não tenham todas as informações necessárias ou não concordem totalmente com a situação.

Esse comportamento, muitas vezes inconsciente, é uma tentativa de proteger o ego de ser isolado ou "cancelado" por não se alinhar à corrente majoritária. Assim, o cancelamento não é apenas um julgamento coletivo direcionado a um indivíduo, mas também um reflexo da busca dos participantes por validação dentro do grupo.

3.3. A regressão e a desinibição no comportamento de massa

Freud argumenta que, em grupos, os indivíduos tendem a regredir a comportamentos mais primitivos e instintivos, uma vez que a responsabilidade individual é diluída. Nas redes sociais, em que o anonimato e a falta de consequências imediatas são comuns, essa regressão pode ser ainda mais acentuada. As pessoas se sentem menos responsáveis por suas palavras e

ações, o que leva a um comportamento mais agressivo, impensado e emocional.

Essa "desinibição" virtual é um dos fatores que alimenta o cancelamento. Ela permite que indivíduos participem de linchamentos morais de forma impulsiva, sem a autocensura que normalmente ocorreria em situações presenciais.

Assim, o ambiente on-line, ao remover barreiras físicas e emocionais, facilita a liberação de instintos agressivos e a propagação do cancelamento.

3.4. O papel da liderança e dos influenciadores

Na análise de Freud, o comportamento do grupo muitas vezes é moldado por líderes carismáticos ou figuras de autoridade, que funcionam como modelos a serem seguidos pelos demais integrantes. Nas redes sociais, esse papel é desempenhado por influenciadores digitais, figuras públicas ou indivíduos com grande número de seguidores, que podem iniciar ou amplificar movimentos de cancelamento.

Esses líderes de opinião têm um poder significativo sobre os grupos nas redes sociais, porque definem quais comportamentos ou discursos são aceitáveis. O cancelamento, quando incentivado por uma figura influente, tende a se propagar de maneira mais rápida e intensa, pois os seguidores adotam a opinião do líder como válida e, em muitos casos, não questionam suas motivações ou a veracidade das acusações.

3.5. O inconsciente coletivo e o pertencimento

Freud também discute como a participação em um grupo pode ativar o inconsciente coletivo, ao fazer com que os indivíduos compartilhem emoções, desejos e medos comuns. No caso do cancelamento, a necessidade de pertencimento e de afirmação dentro de um grupo pode ser um motivador poderoso para participar de julgamentos públicos.

O medo de ser excluído ou marginalizado faz com que as pessoas se envolvam em práticas de cancelamento — não necessariamente por convicção moral, mas para manter sua posição dentro do grupo. O inconsciente coletivo age como um mecanismo de defesa, em que o cancelamento se torna uma ferramenta para reforçar a coesão do grupo e eliminar qualquer ameaça ao seu equilíbrio.

3.6. O cancelamento como mecanismo de projeção

A teoria freudiana da projeção também é aplicável ao fenômeno do cancelamento. Muitas vezes, os indivíduos projetam suas próprias inseguranças, frustrações e conflitos internos sobre a pessoa "cancelada". Ao criticar e julgar publicamente alguém, o grupo encontra uma maneira de lidar com suas próprias falhas e ansiedades, sem precisar confrontá-las diretamente.

No contexto das redes sociais, o cancelamento oferece uma válvula de escape para tensões sociais e psicológicas, de maneira a permitir que as pessoas

“limpem” suas próprias consciências ao punir os outros por comportamentos que elas mesmas podem reproduzir em diferentes contextos. Esse processo de projeção alimenta o ciclo de cancelamento, tornando-o uma prática recorrente.

3.7. As consequências psicológicas para o indivíduo cancelado

Para o indivíduo que é alvo do cancelamento, as consequências psicológicas podem ser severas. O cancelamento público frequentemente gera um sentimento de humilhação, vergonha e exclusão, o que pode levar à ansiedade, à depressão e, em casos mais extremos, a pensamentos suicidas. A exposição constante ao julgamento alheio, combinada com o isolamento social, pode criar um estado emocional devastador para aqueles que são cancelados.

Freud argumenta que o ego, ao ser atacado por forças externas, tende a reagir de maneira defensiva, o que pode resultar em retraimento emocional ou agressividade. Para muitos indivíduos cancelados, a perda de identidade social e a sensação de injustiça são fatores que agravam os danos emocionais, tornando difícil a recuperação psicológica.

Capítulo 4: a psicologia junguiana e o cancelamento

4.1. O inconsciente coletivo e o cancelamento

Carl Jung propôs que, além do inconsciente pessoal, existe o inconsciente coletivo. Trata-se de uma camada mais profunda da psique humana, compartilhada por todos os seres humanos, em que residem memórias e experiências arquetípicas universais. Esse conceito é particularmente útil para compreender o cancelamento nas redes sociais, porque muitas vezes as atitudes e as reações coletivas durante o cancelamento são movidas por forças inconscientes que conectam os indivíduos em uma experiência comum, mesmo que estejam geograficamente distantes ou não se conheçam pessoalmente. O inconsciente coletivo desempenha um papel central ao moldar comportamentos de grupo, como o cancelamento, porque os arquétipos e símbolos compartilhados por uma sociedade emergem nesses momentos de crise moral ou social. As redes sociais funcionam como um catalisador, em que esses elementos do inconsciente coletivo podem se manifestar rapidamente e influenciar decisões e ações de forma quase automática.

4.2. Os arquétipos e a figura do “herói” e do “vilão” no cancelamento

Os arquétipos são padrões universais de comportamento ou símbolos que surgem do inconsciente coletivo e se manifestam em mitos, sonhos e comportamentos culturais. No contexto do cancelamento, dois arquétipos frequentemente emergem: o “herói” e o “vilão”. A pessoa ou grupo que começa o movimento de cancelamento frequentemente é visto como o “herói”, que busca corrigir uma injustiça social, enquanto o cancelado se torna o “vilão”, alguém que supostamente transgrediu uma norma moral ou social. Essa polarização arquetípica simplifica a complexidade do comportamento

humano, pois reduz a situação a uma narrativa moral clara, em que o “bem” luta contra o “mal”. No entanto, essa simplificação pode ser perigosa, porque ignora as nuances e circunstâncias envolvidas. Isso leva muitas vezes a um julgamento superficial e precipitado. Jung acreditava que essa tendência de projetar arquétipos sobre os outros era um reflexo da necessidade inconsciente de encontrar sentido e ordem em situações caóticas, o que explica por que o cancelamento pode ser tão emocionalmente carregado e polarizador.

4.3. Sombra e projeção no cancelamento

Outro conceito-chave na psicologia junguiana é a “sombra”, que representa os aspectos reprimidos e não aceitos da personalidade de uma pessoa ou grupo. Jung acreditava que as pessoas tendem a projetar sua sombra sobre os outros, ou seja, elas atribuem aos outros as características negativas que não conseguem reconhecer em si mesmas. No cancelamento, essa dinâmica é claramente observada quando o público projeta suas frustrações, medos e inseguranças sobre a pessoa ou grupo cancelado.

O cancelamento se torna, portanto, um mecanismo de projeção coletiva, em que a sociedade tenta lidar com seus próprios conflitos e dilemas morais ao apontar o dedo para um “culpado”. Essa projeção é amplificada nas redes sociais, em que o anonimato e a distância emocional facilitam o julgamento moral e a crítica agressiva. Isso cria um espaço propício para que a sombra coletiva se manifeste.

4.4. O processo de individuação e o cancelamento

Jung também descreve o processo de “individuação” como o desenvolvimento do “eu” verdadeiro, em que o indivíduo busca integrar as diferentes partes de sua psique, incluindo a sombra, para alcançar a plenitude. No entanto, o cancelamento age de forma contrária a esse processo, pois, ao invés de promover o autoconhecimento e a reflexão crítica, ele reforça a divisão e a dissociação — tanto para o indivíduo cancelado quanto para os participantes do movimento de cancelamento.

Para o cancelado, o processo de individuação é interrompido pela experiência de ser publicamente rejeitado e exposto, o que pode resultar em retração emocional, negação ou até uma fragmentação da identidade. Para aqueles que participam do cancelamento, o confronto com sua própria sombra é evitado, pois o foco está em projetar a negatividade no outro, ao invés de reconhecer e integrar os próprios aspectos sombrios.

4.5. A persona e a imagem social no cancelamento

A “persona”, outro conceito junguiano, refere-se à máscara social que as pessoas usam para se adaptar e ser aceitas em sociedade. No ambiente das redes sociais, a construção da persona é intensificada, uma vez que os indivíduos moldam cuidadosamente suas identidades digitais para serem percebidos de uma determinada forma. No entanto, durante o cancelamento, a

persona de um indivíduo é destruída, e ele é reduzido a uma imagem unidimensional, frequentemente negativa.

Esse desmoronamento da persona pode causar uma crise de identidade profunda para o cancelado, já que a imagem que ele projetava ao mundo é desfeita de maneira pública e abrupta. A desconexão entre a persona pública e o “eu” interior é exposta — o que pode gerar um colapso emocional, pois o indivíduo se vê forçado a lidar com as consequências de suas ações ou declarações, muitas vezes sem tempo ou espaço para uma reflexão apropriada.

4.6. A necessidade de integração coletiva

Para Jung, a solução para os conflitos internos e coletivos reside na integração, ou seja, no reconhecimento e na aceitação das diversas facetas da psique, tanto no nível individual quanto no coletivo. No contexto do cancelamento, a integração seria representada pela capacidade de reconhecer as falhas e as imperfeições humanas sem necessariamente demonizar ou marginalizar o outro.

Essa abordagem junguiana sugere que, ao invés de seguir impulsos de cancelamento e exclusão, seria mais saudável e construtivo para a sociedade buscar formas de reconciliação, empatia e autocrítica. A integração da sombra e a superação dos arquétipos polarizados de herói e vilão são essenciais para que as redes sociais deixem de ser um campo de batalha moral e se tornem espaços mais equilibrados para o diálogo e o crescimento coletivo.

Capítulo 5: aspectos emocionais e psicológicos do cancelamento

5.1. O cérebro emocional e a reatividade

De acordo com Marcos Noronha, em sua obra *O Cérebro e as Emoções: Analogias entre Rituais e Psicoterapias*, as emoções desempenham um papel central na forma como os seres humanos reagem a estímulos sociais. No contexto do cancelamento, o cérebro emocional — responsável pelas respostas instintivas e reativas — é ativado diante de situações de confronto moral ou social. As redes sociais amplificam essas reações emocionais, criando um ambiente em que os usuários respondem de forma imediata e muitas vezes impulsiva a comportamentos que julgam inaceitáveis.

A estrutura emocional do cérebro, que inclui o sistema límbico, é fundamental para a compreensão das respostas rápidas e, muitas vezes, polarizadas que surgem nas redes sociais. O cancelamento é, muitas vezes, uma reação emocional exacerbada por um gatilho inicial — seja um comportamento considerado ofensivo, seja um comentário controverso. Esse gatilho ativa emoções como raiva, indignação e justiça moral, que rapidamente se espalham entre os usuários e criam uma onda de reatividade coletiva.

5.2. O impacto psicológico para o cancelado: trauma e isolamento

Para o indivíduo que é alvo do cancelamento, as consequências psicológicas

podem ser devastadoras. Marcos Noronha destaca como o trauma emocional pode surgir quando a pessoa se vê exposta a uma situação de vulnerabilidade pública, em que sua reputação e identidade social são atacadas. Esse trauma é potencializado pela sensação de isolamento, já que o cancelamento frequentemente resulta na exclusão da pessoa de círculos sociais e profissionais.

O sentimento de exclusão e vergonha pública pode levar a uma série de problemas emocionais, como ansiedade, depressão e, em casos extremos, pensamentos suicidas. O cancelamento pode ser comparado a um ritual de humilhação pública, em que o cancelado se vê desprovido de sua dignidade e reputação. A exposição pública e a perda de apoio social aumentam o impacto traumático, de modo a gerar um ciclo de sofrimento emocional que é difícil de romper.

5.3. Rituais de exclusão e psicoterapia

Noronha faz uma interessante analogia entre rituais de exclusão social e o cancelamento. Nos tempos antigos, rituais de exclusão eram usados para punir ou afastar indivíduos que violavam as normas de uma comunidade. Esses rituais, embora dolorosos, tinham uma função simbólica importante: marcar uma separação entre o transgressor e o grupo, de maneira a permitir uma forma de reequilíbrio social.

Nas redes sociais, o cancelamento pode ser visto como uma versão moderna desses rituais de exclusão, mas com uma diferença crucial: a reintegração do indivíduo cancelado muitas vezes não ocorre. Ao contrário dos rituais tradicionais, que ofereciam uma possibilidade de redenção, o cancelamento nas redes sociais tende a ser definitivo, o que agrava o impacto psicológico sobre o cancelado.

Noronha sugere que o caminho para mitigar esses efeitos emocionais graves passa por uma abordagem terapêutica. A psicoterapia, nesse contexto, ajuda o indivíduo a processar a dor do cancelamento, reconstruir sua autoestima e desenvolver novas formas de se relacionar com sua identidade social. O tratamento psicoterapêutico foca em resgatar o senso de pertencimento e dignidade, muitas vezes perdidos no processo de cancelamento.

5.4. A emoção coletiva e a psicodinâmica do grupo

No contexto do cancelamento, as emoções não afetam apenas o indivíduo cancelado, mas também os participantes do movimento de cancelamento. Noronha argumenta que as emoções coletivas, quando não controladas, podem gerar uma psicodinâmica destrutiva em grupos. Nesse caso, a reatividade emocional é amplificada e a capacidade de empatia ou análise crítica é suprimida.

Os participantes do cancelamento muitas vezes são movidos por sentimentos de justiça moral, que, embora legítimos em certos casos, podem ser exacerbados pela dinâmica de grupo — o que leva a um comportamento punitivo. Esse comportamento é reforçado pela validação que os participantes

recebem de seus pares nas redes sociais. Isso permite um ciclo de intensificação emocional, que pode resultar em danos severos tanto para o cancelado quanto para os próprios envolvidos no cancelamento.

5.5. Psicoterapia e o reequilíbrio emocional pós-cancelamento

Noronha propõe que a psicoterapia também pode desempenhar um papel importante no processo de reequilíbrio emocional após o cancelamento. Para o cancelado, o primeiro passo no processo terapêutico é a aceitação do que aconteceu, seguido pela construção de um novo senso de identidade que não dependa da validação pública.

Além disso, a psicoterapia pode ajudar o cancelado a entender as dinâmicas de poder e emoção envolvidas no cancelamento. Essa reflexão é fundamental para que o indivíduo possa se desvencilhar do trauma emocional e reconstruir sua vida, tanto em termos pessoais quanto profissionais.

Para os participantes do cancelamento, a psicoterapia oferece uma oportunidade de introspecção, ajudando-os a reconhecer suas próprias motivações emocionais e a se responsabilizar pelos impactos de suas ações. Esse processo pode levar a uma maior conscientização sobre a necessidade de praticar a empatia e o diálogo, ao invés de recorrer ao julgamento punitivo.

5.6. O futuro da psicoterapia no contexto digital

Com o crescente impacto das redes sociais nas relações humanas, Noronha argumenta que a psicoterapia precisa se adaptar para lidar com os desafios emocionais trazidos pelo ambiente digital. O cancelamento é um fenômeno recente, mas suas consequências psicológicas já são profundas e duradouras. A terapia precisa se expandir para abordar as novas formas de sofrimento emocional geradas pelo cancelamento e pelo uso excessivo das redes sociais. A promoção de um espaço de escuta ativa e de diálogo restaurativo é fundamental para ajudar indivíduos e grupos a lidar com os traumas do cancelamento e para criar soluções mais saudáveis para conflitos morais e sociais no ambiente digital.

7. Conclusão

7.1 Considerações finais

O fenômeno do cancelamento, impulsionado pelas redes sociais, apresenta uma complexidade que envolve fatores filosóficos, psicológicos e emocionais. Ao longo desta tese, foi possível observar que, embora o cancelamento tenha surgido como um movimento de responsabilização social, ele frequentemente se desvia de sua função original e se transforma em uma prática punitiva, que viola princípios de justiça e dignidade humana. A reflexão sobre o pensamento de Immanuel Kant destacou como o cancelamento pode contradizer os ideais de juízo moral e autonomia racional. Além disso, as análises de Freud e Jung revelaram as dinâmicas inconscientes que movem o comportamento de grupo,

em que a pressão coletiva suprime o julgamento crítico individual. No campo das emoções, a obra de Marcos Noronha foi essencial para compreender os traumas e impactos psicológicos profundos sofridos pelas pessoas canceladas. A exposição pública, o isolamento social e a impossibilidade de defesa justa criam um ambiente de sofrimento emocional e estigmatização. A cultura do cancelamento, portanto, ao invés de promover um debate construtivo e educativo, muitas vezes gera consequências negativas para os indivíduos e para a sociedade como um todo.

7.2. Sugestões de caminhos e reflexões futuras

Diante das conclusões apresentadas, torna-se evidente a necessidade de uma revisão crítica da cultura do cancelamento nas redes sociais. O primeiro passo para mitigar os efeitos negativos do cancelamento envolve uma maior conscientização sobre a importância do julgamento ético e do respeito pela dignidade humana. Para isso, sugere-se a implantação de medidas educacionais nas próprias plataformas digitais, que promovam a empatia, o diálogo e a reflexão crítica.

Além disso, as redes sociais poderiam adotar mecanismos que favoreçam a justiça restaurativa, em vez da punição sumária. Esses mecanismos permitiriam que os envolvidos em situações de cancelamento tivessem a oportunidade de dialogar, refletir sobre seus erros e buscar reparação. A sociedade também precisa reconhecer que todos os indivíduos, sejam eles canceladores ou cancelados, têm uma complexidade moral que exige uma abordagem mais compassiva e menos binária.

Outra área que merece atenção é a saúde mental dos indivíduos envolvidos em cancelamentos. Para isso, seria importante que o ambiente digital fosse complementado por iniciativas de suporte psicológico, que ajudem tanto as vítimas do cancelamento quanto os participantes a lidar com as emoções envolvidas. A terapia, como proposta por Noronha, pode desempenhar um papel vital na reconstrução do bem-estar emocional dos cancelados. Também pode promover a reflexão entre os que participam ativamente de campanhas de cancelamento.

Por fim, esta tese sugere que futuras pesquisas aprofundem a análise dos impactos de longo prazo da cultura do cancelamento na sociedade. Será necessário investigar mais detalhadamente como o cancelamento molda comportamentos, opiniões e relações humanas, especialmente à medida que novas gerações se tornam mais imersas no ambiente digital. Além disso, estudos comparativos entre diferentes culturas podem oferecer *insights* valiosos sobre as maneiras como o cancelamento é praticado e percebido em diferentes contextos socioculturais.

Referências bibliográficas

FREUD, Sigmund. **Psicologia de grupo e a análise do ego**. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

JUNG, Carl Gustav. **Guia prático de psicologia junguiana: Um curso básico**

sobre os fundamentos da psicologia profunda. Tradução de Mário da Silva.
Rio de Janeiro: Vozes, 2012.

KANT, Immanuel. **Idealismo e a Carta da ONU.** São Paulo: Martins Fontes, 2008.

NORONHA, Marcos. **O cérebro e as emoções: analogia entre rituais e psicoterapias.** Rio de Janeiro: Record, 2015.