

A CONSTRUÇÃO DE DISCURSOS SOBRE A POSITIVIDADE TÓXICA NO “TIKTOK”

THE CONSTRUCTION OF DISCOURSES ON TOXIC POSITIVITY IN “TIKTOK”

Maria da Conceição Sales de Almeida¹
Francisco Vieira da Silva²

Resumo: O artigo analisa a construção de discursos sobre a positividade tóxica no *TikTok*, objetivando investigar as condições históricas de emergência de discursos sobre a positividade tóxica na atualidade e descrever a constituição de discursos sobre a positividade tóxica no *TikTok*. Para tanto, toma como embasamento teórico os estudos discursivos foucaultianos em diálogo com autores que refletem sobre os efeitos da sociedade do desempenho nas subjetividades contemporâneas, como o filósofo Han (2015) e Cabanas e Illouz (2022). Trata-se de um estudo descritivo-interpretativo de base qualitativa, pois visa compreender a forma como esses discursos se organizam e se constroem, auxiliando em uma análise minuciosa dos dados coletados. O *corpus* é formado por quatro vídeos retirados do *TikTok* que tematizam a positividade tóxica. As análises possibilitam compreender que os discursos sobre a positividade tóxica mobilizam estratégias como a ironia e o sarcasmo e, com isso, criam formas de resistência ao imperativo da felicidade.

Palavras-chave: Discurso; Positividade tóxica; *TikTok*.

Abstract: The article analyzes the construction of discourses on toxic positivity in TikTok, aiming to investigate the historical conditions of emergence of discourses on toxic positivity today and describe the constitution of discourses on toxic positivity in TikTok. To this end, it takes as a theoretical basis the Foucauldian discursive studies in dialogue with authors who reflect on the effects of performance society on contemporary subjectivities, such as the philosopher Han (2015) and Cabanas and Illouz (2022). This is a descriptive-interpretative study of qualitative basis, because it aims to understand how these discourses are organized and built, assisting in a thorough analysis of the collected data. The corpus consists of four videos taken from TikTok that thematize toxic positivity. The analyses make it possible to understand that the discourses on toxic positivity mobilize strategies such as irony and sarcasm and thus create forms of resistance to the imperative of happiness.

Keywords: Speech; Toxic positivity; Tiktok.

¹ Graduanda do Curso de Letras Português pela Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA), Campus Caraúbas/RN. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/1476023490402808>. Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-3776-2956> E-mail: ceicaosales.as@gmail.com.

² Doutor em Linguística pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), Docente do Departamento de Linguagens e Ciências Humanas (DLCH) pela Universidade Federal Rural do Semi-Árido (UFERSA), Campus Caraúbas/RN. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8730615940772209>. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4922-8826>. E-mail: francis.vieiras@ufersa.edu.br.

Introdução

Os discursos sobre saúde mental vêm ganhando cada vez mais espaço nas redes sociais, tornando perceptível o quanto é relevante fazermos pesquisas sobre questões psicológicas, já que são temáticas que circunda no dia a dia de muitos, viabilizando um consumo cada vez mais frequente desse tipo de conteúdo, inclusive os que englobam a positividade tóxica, sendo ela uma manifestação gerada pelos sujeitos, no qual eles se prendem a um ideal de felicidade, mudando sua forma de agir e pensar para conseguir viver sempre em harmonia, descartando os momentos de infelicidade.

Logo, notamos que muitos usuários, sejam eles humoristas ou não, utilizam-se do humor para ironizar questões tão sérias como essa, pois sabemos que o humor nem sempre é genuíno, muitas vezes ele vem atrelado a uma crítica, podendo torna-se um mecanismo de defesa do outro contra problemas pessoais enfrentados em seu dia a dia. Com isso, sabemos que as redes sociais são cruciais para propagação de conteúdos, já que são plataformas que atingem um maior alcance em um curto período de tempo. Em vista disso, observamos a relevância que se tem em analisar os discursos sobre a positividade tóxica dentro do aplicativo *TikTok*, uma vez que o mesmo faz sucesso em nosso dia a dia, possibilitando que seus usuários assistam vídeos curtos sobre assuntos diversos, possibilitando observar a forma como os discursos propagados no mesmo tem um grande peso no cotidiano deles.

Além disso, é um tópico pouco discutido no campo do estudo da análise do discurso, tendo poucas referências em meio à internet, em que muitas abordam não a temática da positividade tóxica em si, mas temas como correntes da felicidade: emoções, gênero e poder (FREIRE FILHO, 2017), a questão do imperativo da superação e da felicidade (MENDES; OLIVEIRA, 2014) entre outros, passando a ser um trabalho base para instigar outros estudiosos, interessados na área do discurso, a se aprofundarem nos estudos dos discursos que propagam sobre a positividade tóxica, sem contar que é uma temática muito relevante de ser abordada, já que está presente diariamente no dia a dia dos sujeitos.

Ainda assim, é uma pesquisa que está relacionada com a minha área de atuação, uma vez que como docente de língua portuguesa me vejo na obrigação de compreender

a forma como os discursos se constroem para conseqüentemente ter mais aptidão para falar sobre essa temática em sala de aula. Outro fator pertinente para realizar a pesquisa em pauta é o fato de observar a contribuição que a minha pesquisa tem dentro do âmbito acadêmico, pois devemos repassar para as pessoas que analisar os discursos vai para além de aspectos externos.

A pesquisa tem como objetivo geral analisar como são constituídos os discursos sobre a positividade tóxica no *TikTok* e como objetivos específicos: I) investigar as condições históricas de emergência de discursos sobre a positividade tóxica na atualidade; II) descrever a constituição de discursos sobre a positividade tóxica no *TikTok*.

A pesquisa corresponde a uma análise descritiva interpretativa, já que a pesquisa descritiva “têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou, então, o estabelecimento de relações entre variáveis” (GIL, 2017, p. 42), ou seja, é uma pesquisa que visa coletar, observar, analisar, registrar e interpretar a constituição de discursos sobre a positividade tóxica no *TikTok*. Com isso, tem natureza qualitativa, pois busca compreender os motivos pelos quais esses discursos se constroem, averiguando evidências quanto aos dados verbais e/ou visuais. O *corpus* é composto por quatro vídeos de cunho humorístico, que tem duração máxima de trinta segundos a um minuto, retirados de diferentes perfis do aplicativo antes mencionado.

Os principais autores que serão responsáveis por embasar o artigo serão o filósofo Michel Foucault, a partir de reflexões sobre discurso, enunciado e poder, assim como o filósofo Byung-Chul Han que fala sobre a questão da sociedade do cansaço e Edgar Cabanas e Eva Illouz que vão abordar a “psicologia da felicidade”.

O trabalho será dividido em quatro tópicos, além da seção de introdução, no qual contemplarão o referencial teórico, a análise dos vídeos, as considerações finais do trabalho e as referências.

Referencial teórico

O referencial teórico será dividido em subtópicos, nos quais discutiremos sobre a forma como os discursos podem ser constituídos, ou seja, o que motiva o outro a enunciar determinados pensamentos em seu meio social, de acordo com as contribuições do filósofo Foucault (1996), assim como discorreremos sobre a questão da relação de poder que os discursos podem exercer sobre os sujeitos. Ainda assim, abordaremos sobre a positividade tóxica, a partir da perspectiva de Han (2015) e Cabanas e Illouz (2022), destacando a forma como essa felicidade em excesso pode afetar a vida dos sujeitos.

Discurso e relações de poder

Diante da perspectiva de Michel Foucault o discurso é “[...] um conjunto de enunciados, na medida em que se apoiem na mesma formação discursiva; [...] ele é constituído de um número limitado de enunciados, para os quais podemos definir um conjunto de condições de existência.” (FOUCAULT, 2008, p. 132). Percebemos, assim, que o discurso perpassa as construções linguísticas e tem como objetivo compreender o que motivou o indivíduo a proferir determinado enunciado de tal maneira.

Com isso, levando em consideração a visão do autor, sabemos que ao longo do tempo os discursos podem se manifestar de diferentes maneiras, visto que cada época requer características próprias. Portanto, se pararmos para analisar, os discursos são estruturados em decorrência de construções históricas, ou seja, por trás de todo e qualquer discurso teremos influência de acontecimentos históricos, no qual possibilitará sua produção, fazendo com que os sujeitos não digam qualquer coisa em qualquer lugar, a qualquer momento. Com isso, Azevedo (2013, p. 53) afirma sobre essa questão citada anteriormente quando ele ressalta que “[...] o discurso, enquanto um conjunto de enunciados que se apoiam em uma mesma formação discursiva, não possui apenas um sentido ou uma verdade, ele possui, acima de tudo, uma história.”

Em vista disso, sabemos que são criadas regras quanto ao que pode ser dito ou não, percebendo que não é todo mundo que pode falar sobre tudo em determinadas

circunstâncias, e dentro dessa concepção adentramos nas relações de poder existentes nos discursos que propagam no meio social. Sobre isso, podemos dizer que:

Por mais que o discurso seja aparentemente bem pouca coisa, as interdições que o atingem recebem logo, rapidamente, sua ligação com o desejo e com o poder. Nisto não há nada de espantoso, visto que o discurso – como na psicanálise nos mostrou – não é simplesmente aquilo que manifesta (ou oculta) o desejo; é, também, aquilo que é o objeto de desejo; e visto que – isto a história não cessa de nos ensinar – o discurso não é simplesmente aquilo que traduz as lutas ou os sistemas de dominação, mas aquilo por que, pelo que se luta, o poder do qual nos queremos apoderar (FOUCAULT, 1996, p. 10).

Posto isso, os discursos sempre vão levar em consideração o desejo e o poder, é tanto que o autor deixa bem claro que “[...] em toda sociedade a produção do discurso é ao mesmo tempo controlada, selecionada, organizada e redistribuída por um certo número de procedimentos que têm por função conjurar seus poderes e perigos, dominar seu acontecimento aleatório, esquivar sua pesada e temível materialidade.” (FOUCAULT, 1996, p. 8-9). É interessante quando pensamos nos discursos como enunciados que emergem em seu interior relações de poder, pois tudo em nossa volta tem influência do mesmo, inclusive as coisas pelas quais enunciamos.

Foucault (1995) ainda ressalta que o sujeito é o grande responsável pelas relações de poder, visto que ele exerce poder em relações externas, ou seja, no convívio social, como também sobre ele próprio. Com isso, o autor enfatiza que diversos são os cenários que o poder pode estar envolto, então, as relações de poder:

[...] exercem por um aspecto extremamente importante através da produção e da troca de signos; e também não são dissociáveis das atividades finalizadas, seja daquelas que permitem exercer este poder (como as técnicas de adestramento, os procedimentos de dominação, as maneiras de obter obediência), seja daquelas que recorrem, para se desdobrarem, a relações de poder (assim na divisão do trabalho e na hierarquia das tarefas) (FOUCAULT, 1995, p. 241).

E, levando essa consideração a abordagem do poder, notamos que ele tem total ligação com os discursos de humor, pois “[...] o humor desnuda o que já é visível, mas o faz de forma a gerar uma reflexão sobre as relações de poder responsáveis pela emergência de certas condutas e comportamentos.” (SILVA, 2023. p. 201). Assim, percebendo que, quando optamos por rir de uma determinada situação, estamos situados em relações de poder que permitem que certos discursos sejam risíveis e outros não.

Portanto, é fundamental enxergamos os discursos com um olhar mais cauteloso, pois um simples enunciado pode estar repleto de diversas questões, sendo elas: poder, resistência, afeto, medo, lutas, entre outras, possibilitando os sujeitos, através do mesmo, a manifestarem os seus ideais, viabilizando a análise de discursos diversos. Diante disso, o próximo tópico irá discorrer a questão dos discursos sobre a positividade tóxica, especificamente a forma como esses discursos podem afetar o cotidiano dos sujeitos e como se articulam às relações de poder e resistência.

A positividade tóxica

A positividade tóxica nada mais é do que a necessidade humana de se mostrar sempre bem em todos os momentos de sua vida, sejam eles difíceis ou não, impossibilitando momentos de aflição quanto a problemas do cotidiano, no qual cada vez mais as pessoas vêm tentando transparecer que tudo que acontece na sua vida tem um propósito e que nada é motivo para te deixar triste.

O pensamento positivo nos dias atuais vai muito além de uma simples sensação agradável, mas é algo que passou a consumir os sujeitos de tal forma que eles passaram a adquirir problemas mentais cada vez mais, visto que se sentem pressionados a estarem sempre bem, a ponto de atrelar esse estado de felicidade a um excesso de produtividade, causando

Doenças neuronais como a depressão, transtorno de déficit de atenção com síndrome de hiperatividade (TDAH), Transtorno de personalidade limítrofe (TPL) ou a Síndrome de Burnout (SB) determinam a paisagem patológica do começo do século XXI. Não são infecções, mas enfartos, provocados não pela *negatividade* de algo imunologicamente diverso, mas pelo excesso de *positividade* (HAN, 2015, p. 7).

Além disso, é nítida a forma como os discursos sobre a felicidade passaram a serem vistos como ferramentas de empreendimento, proferindo que é só seguir um passo a passo e trabalhar a sua mente todos os dias que os dias infelizes vão embora e dias melhores estão por vir, tornando você um sujeito mais positivo. Segundo Cabanas e Illouz (2022), nos dias atuais, são produzidas diversas obras voltadas para manuais de como ser uma pessoa mais positiva e como encontrar harmonia em seu dia a dia, assim como indivíduos específicos que são responsáveis por desempenhar o papel de *coaches*,

proporcionando um autoconhecimento aos sujeitos para que sua vida melhore significativamente.

Com isso, os sujeitos passaram a se preocupar tanto em fazer da felicidade um produto, que cada vez mais as redes sociais têm se tornado uma fonte de controle e poder, induzindo os sujeitos a consumirem mais conteúdos como esses, acreditando que esse pensamento da felicidade em excesso é o que deve ser seguido. Sobre isso, Cabanas e Illouz (2022) ponderam

[...] o lado importante da mineração de dados em escala massiva não está no que o *big data* pode falar sobre a felicidade, mas como esses dados podem ser usados, sem que tenhamos consciência disso, para influenciar e agir sobre o modo como entendemos a felicidade e a relação que estabelecemos conosco e com o mundo por meio dela. Ao garimpar o que gostamos de fazer e quando, com que frequência e em que sequência de eventos o fazemos, os especialistas, as instituições e as corporações passam a deter informações preciosas, com um potencial enorme de agir sobre os menores aspectos da vida particular de cada um - por exemplos, quais notícias devemos ler, quais anúncios devemos ver, quais músicas devemos ouvir a depender no nosso humor ou quais conselhos de saúde e de estilo de vida devemos receber -, mas que também influenciam os padrões comportamentais mais amplos do coletivo ao moldar o que deve ou não ser valorizado como algo que contribui para nossa felicidade (CABANAS; ILLOUZ, 2022, p. 52-53).

Portanto, falar sobre a positividade tóxica vai muito além de entender sua definição, temos que adentrar na temática passando a analisar os malefícios que essa “doença neuronal” pode acarretar no cotidiano dos sujeitos. Com isso, o próximo tópico visa analisar o importante papel que o *TikTok* tem na propagação desses discursos, assim como o efeito que eles podem gerar nos sujeitos que consomem esse tipo de conteúdo e a forma como esses discursos são produzidos e/ou expostos nas redes sociais.

O TikTok e a produção dos discursos sobre a positividade tóxica

As redes sociais atualmente são uma grande aliada para propagar diversos discursos. “A mídia social *TikTok*, no ano de 2020, ganhou grande espaço com os usuários chegando a ultrapassar o *Facebook* e *WhatsApp* em *downloads* nas lojas de aplicativo” (GOECKING *et al*, 2021, p. 2). Nesse período, a plataforma conseguiu atingir um número considerável de usuários, tornando-se um grande meio de divulgação de

inúmeros assuntos que circulam na rede, ganhando o título de umas das principais mídias sociais da atualidade.

É uma rede social que “O formato de rolagem de tela infinita é parte do design característico que possibilita o consumo sem pausas. Na mídia são compartilhados conteúdos diversos [...] Vídeos virais, trends e novos criadores de conteúdo surgem a todo momento nesta mídia social [...] (GOECKING *et al*, 2021, p. 3), percebendo que o aplicativo disponibiliza de um amplo acervo de conteúdos, visto que tem rolagem infinita.

Entretanto, apesar dos diversos benefícios que a rede social pode proporcionar, como a interação com diversos sujeitos que fazem parte do aplicativo, o desenvolvimento de vídeos criativos e divertidos, a facilidade de uso, entre outros, o aplicativo acabou gerando problemas emocionais nas pessoas, visto que “o consumo de seus conteúdos pode carregar gatilhos emocionais que ativam, ou até mesmo desencadear, transtornos mentais como a ansiedade ou depressão, gerados pela grande carga de informações relacionadas à crise sanitária ou pela saturação de diversas atividades oferecidas, podendo gerar até um nível de dependência.” (MALAVÉ *apud* GOECKING *et al*, 2020, p. 2), fazendo com que os indivíduos se sentiam na obrigação de estar sempre de bem com a vida e de torná-la perfeita.

Em vista disso, podemos observar o quanto as redes sociais estão envoltas de poder, pois hoje sabemos que “O acesso à informação passou a ser personalizado, o que atende aos usuários das plataformas digitais que não desejam ver publicações, anúncios publicitários, recomendações de produtos, inadequados às suas preferências.” (KAUFMAN; SANTAELLA, 2020, p. 6), ou seja, percebemos que cada vez mais as redes sociais estão atuando sobre nós ao ditar nossas preferências, impondo o que é mais relevante ou não.

Adentrando nessa linha de raciocínio, retomamos ao fato de poder fazer-se presente em todos os lugares, até mesmo nas redes sociais, mostrando que não conseguimos ter o controle sobre tudo, pelo contrário, somos subordinados até mesmo pelos algoritmos, criando uma falsa sensação de estarmos no controle de tudo, sendo que estamos criando uma realidade do mundo em que vivemos a partir das informações

que chegam até nós. Com isso, Kaufman e Santaella (2020) afirmam sobre o domínio dos algoritmos sobre os sujeitos quando eles ressaltam que

Os usuários dessas plataformas deveriam ter recursos disponíveis para interferir na filtragem de conteúdo em vez da entrega passiva ao designo dos algoritmos. Mas para que isso seja possível, todos os especialistas são unânimes: uma formação educacional profunda é indispensável. Só isso capacita o ser humano para o exercício do pensamento crítico, pois é este que funciona como antídoto contra crenças infundadas (KAUFMAN; SANTAELLA, 2020, p. 9).

E, além dessa relação de poder que as redes sociais exercem sobre nós, os discursos podem ser irradiados de diferentes maneiras nessas redes, retratando sobre assuntos sérios de forma humorística, como uma forma de ironia e sarcasmo. Assim, alguns discursos que propagam sobre a positividade tóxica no *TikTok* foram retratados nesse cunho mais humorístico, levando em consideração que o humor pode abordar diversas temáticas e lutas para que “nenhuma proibição ou controle possa atingir suas produções” (POSSENTI *apud* SILVA, 2023, p. 205).

Portanto, notamos o quanto é importante levarmos em consideração a forma como os discursos sobre a positividade tóxica são propagados em meio as mídias sociais, pois percebemos, ao longo das discussões acerca dos tópicos abordados, que analisá-los vai para além de entender qual conteúdo aquela enunciação quer nos passar, mas sim o quanto os discursos têm o poder de intervir na vida dos sujeitos. Com isso, a próxima seção tratará de analisar os vídeos elencados, levando em consideração todas as discussões realizadas no referencial.

Análise dos dados

A análise foi desenvolvida a partir do *corpus* composto por quatro vídeos de cunho humorístico, que vão abordar o discurso da positividade tóxica. Os vídeos selecionados têm duração de trinta segundos a um minuto e meio. Na análise, serão levados em consideração desde os aspectos mais visíveis, sendo eles: descrição do perfil, número de seguidores e quantidade de comentários, curtidas e compartilhamentos, como também a materialidade verbo-visual dos vídeos. Vale lembrar que os vídeos em questão foram retirados de diferentes contas do *TikTok*.

Análise do vídeo 1

O primeiro vídeo analisado foi retirado da conta @suelenpereira_terapias³. Conforme consta no perfil, trata-se de uma psicoterapeuta, consteladora familiar e mestra reiki, sendo acompanhada por um total de 4.503 seguidores, seguindo 482 pessoas e tendo um total de 244,7 mil curtidas, englobando todos os seus vídeos, informações essas dispostas na página inicial do perfil dela. Ainda levando em consideração o perfil da conta, notamos que além de apresentar algumas informações na descrição sobre suas respectivas áreas de atuação, ela também deixa registrado um questionamento, sendo ele: “Em busca da cura interior?”.

Quanto ao vídeo em questão, importa destacar que teve um total de 80 curtidas e 2 comentários, 19 internautas salvaram essa publicação e 68 fizeram o envio do vídeo pelo *WhatsApp*. Um ponto bastante pertinente de analisarmos inicialmente é o fato de a temática abordada no vídeo estar vinculada à área de atuação profissional da titular da conta, uma vez que ela trabalha na área da psicologia, adentrando nesse universo da saúde mental.

Com isso, por sua área de atuação estar relacionada com o assunto abordado no vídeo, suas publicações passam a ter um maior efeito nos sujeitos que assistem, pois eles provavelmente darão mais credibilidade para aquele assunto que está sendo retratado, uma vez que ela tem propriedade para falar sobre esse assunto, é tanto que Foucault (1996) ressalta essa questão, ao explicar que não são todos os sujeitos que podem falar sobre tudo a todo momento, é preciso ter aptidão para falar sobre algo e, assim, obter o reconhecimento dos demais sujeitos.

Além de todos esses fatores expostos, podemos observar também que a *influencer* soube se utilizar muito bem dos benefícios que as redes sociais podem promover aos seus usuários, uma vez que a plataforma pode ser utilizada como fonte de renda, podendo observar a influência do neoliberalismo em meio a esses aplicativos, já que “O sujeito neoliberal como empreendedor de si mesmo é incapaz de se relacionar livre de qualquer propósito.” (HAN, 2020, p. 11), no qual ao propagar esse tipo de

³ Link de acesso a conta: #aprendendo #equilibrioemocional #mesiga #reikienergy #psicanalise #ps... | positividade | TikTok. Acesso em: 05 de julho de 2023.

conteúdo, ela induz os sujeitos a desfrutarem de seu produto, que no caso seria o acompanhamento/consulta, como também faz com que o seus vídeos fiquem cada vez mais engajados e a plataforma comece a pagar por isso.

A *influencer* coloca um alerta no vídeo que diz “Cuidado com a positividade tóxica!”, com uma imagem de sirene, a indicar um alerta sobre algo, elucidando os seus seguidores que se deve tomar cuidado com a positividade tóxica, uma vez que sabemos que discursos como esse podem desencadear uma série de gatilhos emocionais nos sujeitos, já que a positividade em excesso acaba responsabilizando

[...] as pessoas pela maior parte de seus infortúnios e sua impotência circunstancial, independentemente de quão míope, sem base ou injusto isso possa ser.; [...] Em um mundo em que todos são responsabilizados por seus próprios sofrimentos, há pouco espaço para a pena e a compaixão. Em um mundo em que se diz que todos são inerentemente equipados com os mecanismos necessários para a adversidade em vantagem, também há pouco espaço para reclamações (CABANAS; ILLOUZ, 2022, p. 217).

Notamos ainda que existem várias *hashtags*⁴ no vídeo como #equilibrioemocional, #psicanalise, #neurociencia, #autoconhecimento, #autoconhecimentotransforma, entre outras, todas voltadas para temáticas que englobam a saúde mental. Ao utilizar-se dessa estratégia, os usuários tanto conseguem ter um maior alcance em seus vídeos, como também possibilitam que mais usuários consigam assistir vídeos similares a este, tornando mais rápido e eficiente a conscientização de determinados assuntos.

O vídeo a todo momento discursiviza expressões relacionadas à positividade, sendo elas: “sorria!”, “bom dia vida!”, “alegria!”, “seja otimismo”, entre outros termos, para gerar um efeito de humor, no qual ironiza e gera questionamentos quanto a uma questão tão séria como essa, já que “Sabemos que o humor foi amplamente empregado para questionar e potencialmente subverter a ordem social vigente em diversos momentos da história e agora não poderia ser diferente.” (SILVA, 2023, p. 200), salientando que na realidade não é fácil lidarmos com as adversidades que a vida nos impõe.

Além de todos esses fatores, podemos observar as reações dos personagens utilizadas diante das situações, pois o personagem que faz o papel do sujeito que é

⁴ As *hashtags* “[...] classificam, agrupam e direcionam as informações contidas na web sobre os mais variados temas e assuntos, possibilitando maior participação e cooperação dos usuários, através da utilização de palavras-chave para organização.” (Moura; Mandaji, 2014, p. 6-7)

positivo em excesso mostra-se sorridente e feliz, enquanto o personagem que só se dá mal no vídeo mostra-se fadado em relação a todas as coisas que vem acontecendo com ele, observando que a partir do momento que o sujeito passa a aderir esse comportamento ele não apenas é responsável por propagar discursos de positividade, como também é necessário estar sempre com um sorriso no rosto demonstrando que está tudo bem.

Análise do vídeo 2

O segundo vídeo analisado foi retirado do perfil @caish.me⁵. Conforme a descrição, trata-se de uma criadora de universos mágicos, ou seja, ela produz conteúdos utilizando-se da animação. Além disso, a proprietária da conta deixa disponível em seu perfil um site, no qual se pode conhecer um pouco mais da história dela como criadora e vê todos os trabalhos desenvolvidos ao longo de sua carreira. Ela segue um total de 416 pessoas, 11,2 mil pessoas acompanham o seu trabalho e juntando todos os seus vídeos desenvolvidos ela teve um total de 140,6 mil curtidas.

O vídeo em análise teve um total de 27,2 mil curtidas, 219 comentários, 457 compartilhamentos no *WhatsApp* e a publicação foi salva por 3,128 mil usuários do aplicativo. O primeiro ponto importante que devemos observar ao analisarmos o vídeo é a descrição que é feita, a saber: “Parte 13 | A solzinha voltou meio diferente! Otimismo e fofura são incríveis! Mas passe filtro solar, positividade demais também pode ser tóxica (ela coloca uma carinha triste) [...]”. Isso mostra que, a princípio, a personagem denominada “solzinha” já apareceu outras vezes em seu perfil e sempre aborda assunto que envolvem o bem-estar do outro, porém, dessa vez ela voltou um pouco diferente, pois ela resolveu incentivar o outro a lidar de forma mais otimista com os problemas enfrentados no dia a dia.

Além disso, notamos ainda na legenda colocada no vídeo que “solzinha” vem representando a positividade tóxica, é tanto que fica claro isso quando a proprietária da conta diz “[...] mas passe filtro solar, positividade demais também pode ser tóxica [...]”. Fazendo então essa relação com o sol, mostra-se que se não nos protegermos

⁵ Link de acesso a conta: A Solzinha voltou meio... diferente! Otimismo e fofura são incríveis! Ma... | positividade toxica | TikTok Acesso em: 13 de julho de 2023

automaticamente iremos queimar e isso nos trará prejuízo. Assim como acontece com a positividade tóxica, é importante sabermos lidar da melhor forma possível com os problemas existentes, porém devemos tomar cuidado no modo como vamos resolver determinadas situações, pois nem sempre ser positivo em excesso pode contribuir para isso, pelo contrário, pode acabar frustrando.

Ainda na parte da legenda, observamos um posicionamento discursivo que se utiliza das *hashtags*, sendo elas #animation, #positividadetoxica, #criatividade, #inspiração, #motivação, pois a proprietária da conta vem por meio delas enfatizar o seu trabalho, visto que ela utiliza-se de animações para desenvolver o seus vídeos, visando um maior alcance do seu vídeo, ou seja, fazer com ele apareça com mais frequência quando as pessoas procurarem por essas *hashtags* em específico, possibilitando um maior reconhecimento, assim como dar ênfase para temática da positividade tóxica.

É interessante notarmos ainda que o vídeo já inicia com uma frase de efeito, presumindo que um simples enunciado “vai ficar tudo bem” pode resolver a vida dos sujeitos, independentemente do que aquele indivíduo possa estar passando ou não, como Cabanas e Illouz (2022) esclarecem

[...] a ciência da felicidade nos força a escolher entre o sofrimento e o bem-estar. Ela pressupõe que nós sempre podemos optar - a positividade e a negatividade são dois polos antípodas - e que existe a possibilidade de nos livrarmos do sofrimento de uma vez por todas. Tragédias são inevitáveis, não há dúvida, mas a ciência da felicidade insiste que sofrimento e felicidade são uma questão de escolha pessoal. Quem não faz da adversidade um meio de crescimento pessoal é suspeito de querer e merecer suas próprias desgraças, não importam as circunstâncias. No fim, então, não temos muita opção: a ciência da felicidade não só nos obriga a ser feliz, mas também nos culpa por não levar uma vida mais bem-sucedida e gratificante. (Cabanas; Illouz, 2022, p. 16)

Em vista disso, é assim que muitos sujeitos começam a se cobrar em excesso, achando que é um processo fácil, quando na verdade é difícil e acaba gerando uma série de problemas emocionais. Nem sempre podemos ignorar as dificuldades que aparecem em nossa rotina, pelo contrário, devemos olhar para elas e tentar solucionar da melhor forma possível, pois não temos uma fórmula mágica ou “o fim do arco-íris” como a solzinha deixa bem claro em sua fala para resolver os obstáculos de maneira simples, até por que tentar pensar mais positivo não ajuda tanto assim a solucionar os problemas.

Um outro fator pertinente para observarmos é a forma como a tutora do perfil resiste contra as falas da “solzinha”, evidenciada na seguinte passagem do vídeo: “Você é uma pessoa incrível e não pode deixar nenhum problema apagar sua luz.” - enunciado dito pela solzinha - “Eu posso ser uma pessoa incrível, mas as coisas ruins ainda podem acontecer. Eu não posso simplesmente ignorar.” - enunciado dito pela proprietária da conta - no qual notamos que a titular da conta deixa muito claro em sua fala que falar é fácil, porém colocar em prática essas afirmações em seu dia a dia é difícil, demonstrando essa resistência quanto aos enunciados, fazendo com que a “solzinha” passe a analisar melhor as suas afirmações, visto que não é bem assim que as coisas funcionam, deixando visível que os discursos estão dotados de poder, pois o mesmo tenta induzir os sujeitos a seguir uma determinada linha de raciocínio visando ser o melhor.

Análise do vídeo 3

O vídeo em questão foi retirado do perfil @jeancoue⁶ que possui 78,3 mil seguidores, segue apenas 105 usuários e totalizando suas curtidas em relação a todos os vídeos já publicados no perfil ele conta com 2,3 milhões curtidas. Pela descrição presente no perfil, Jean é ator, criador de conteúdo, e segundo ele, “uma beleza”. Só pela descrição já podemos inferir que o perfil veio com o intuito de criticar determinadas temáticas, que são bastantes corriqueiras em nosso cotidiano, através do humor, como forma de ironizar.

Analisando o cenário do vídeo, percebemos que ele teve um número de 4,278 mil curtidas, 48 comentários, 68 compartilhamentos no *WhatsApp* e 438 vídeos salvos. A princípio, o que nos chama atenção de imediato ao iniciarmos a análise do vídeo é legenda “a romantização do sofrimento” sendo fixada em todo o vídeo como forma de enfatizar o assunto abordado, assim como mostrando que muitas vezes os sujeitos não sabem lidar com o sofrimento corriqueiro e acaba mascarando esse sofrimento em forma de romantização, com o intuito de amenizar os problemas existentes.

Na parte da descrição do vídeo, podemos notar que o titular da conta demarca que os enunciados presentes ao longo do vídeo só mostram o quanto os sujeitos se

⁶ Link de acesso a conta: É daí pra pior, né?! ☐ #positividadetoxica #romantização #sofrimento ... | TikTok Acesso em: 5 de julho de 2023

utilizam desses discursos para tentar minimizar um problema, sendo que na verdade esses discursos acabam piorando a situação do outro, pois começa a surgir aquele sentimento de insuficiência, no qual o outro se sente incapaz de lidar com os seus próprios problemas.

Além disso, como já falado anteriormente nas demais análises, as *hashtags* têm um grande peso na propagação e circulação dos vídeos, pois elas fazem com que mais pessoas assistam os vídeos e automaticamente esses vídeos cheguem até mais usuários e esses sujeitos passem a ter uma visão do que seria a positividade tóxica se tornando uma forma de conscientizar o outro de uma maneira mais descontraída.

Ainda, é interessante quando observamos a forma como o humor pode se inserir em meio a diversos assuntos, pois a forma como se enuncia algo diz muito sobre a forma como se quer que o outro compreenda a sua linha de raciocínio. Podemos perceber, nesse caso, que o proprietário da conta se mostra totalmente apto a fazer com que os seus seguidores se divirtam com a publicação, mas ao mesmo tempo façam uma autoanálise da forma como o outro lida com os sujeitos quanto a determinadas situações, observando se a positividade tóxica é algo que habita nele ou não. Foucault (1996) inclusive ressalta sobre isso quando aborda em a ordem do discurso que

[...] o ritual define a qualificação que devem possuir os indivíduos que falam (e que, no jogo de um diálogo, da interrogação, da recitação, devem ocupar determinada posição e formular determinado tipo de enunciados); define os gestos, os comportamentos, as circunstâncias, e todo o conjunto de signos que devem acompanhar o discurso; fixa, enfim, a eficácia suposta ou imposta das palavras, seu efeito sobre aqueles aos quais se dirige, os limites de seu valor de coerção (FOUCAULT, 1996, p. 39).

As expressões utilizadas pelo personagem falam muito sobre o assunto em questão, pois, a partir do momento que o sujeito se permite viver um ideal de extrema positividade, é preciso exprimir isso de alguma forma, não apenas com palavras, mas com expressões, adentrando no que Foucault (1996) manifesta em sua obra quando diz que devemos observar todos os aspectos sejam eles procedimentos externos, procedimentos internos, como também as condições de funcionamento dos discursos.

No vídeo, a todo momento, utiliza-se enunciados como “a gente passa por dificuldades na vida pra aprender a dar valor pras coisas”, “tudo que vem fácil vai fácil, e quando você se esforça você é bem recompensado”, “tenta olhar pelo lado bom das

coisas”, entre outras, podendo observar que o sujeito carrega o fardo de ter que se responsabilizar pelo seu próprio destino. Ainda assim, notamos também que os enunciados propagados são pronto e acabado, não tendo uma individualidade nas enunciações.

Análise do vídeo 4

O último vídeo analisado foi retirado do perfil de @rosanegofman1⁷, que tem um total de 3,3 milhões de curtidas, somando todos os vídeos já postados, é assistida por 355,9 mil pessoas e segue apenas 86. A influencer faz questão de deixar explícito na descrição do seu perfil que ela é “avó, mãe, filha e nada santa”, assim como atriz da Netflix e do Multishow.

O vídeo escolhido para analisarmos o discurso da positividade tóxica tem 42,4 mil curtidas, 815 comentários, 3394 pessoas baixando o vídeo para compartilhar no *WhatsApp* e foi salvo, ou seja, feito download 986 vezes. A forma como a *influencer* se utiliza de um fragmento dito ao longo de seu vídeo na descrição para enfatizar que ela está “atraindo energia negativa” é muito comum de acontecer quando os sujeitos não aceitam lidar com esse positivismo em excesso, fazendo com que o outro pense que você é uma pessoa muito pessimista, negativa, sem amor pela sua vida, amargurado, dentre outros adjetivos, percebendo que na verdade o problemático é quem faz a positividade se tornar algo ruim.

Além dessas informações dispostas na descrição do vídeo, aparecem várias *hashtags*, sendo elas “respeito”, “rosanegofman”, “positividadetóxica”, “humor”, “comédia”. Podemos extrair, a partir disso, que ela se utiliza desse recurso para demonstrar que o conteúdo dela é pertinente e ao mesmo tempo humorístico, já que a profissão da mesma é voltada para o campo da atuação. Além disso, sabemos que ela utiliza desses recursos dispostos no aplicativo, pois é a partir deles que o seu conteúdo pode ser propagado para vários sujeitos.

⁷ Link de acesso ao vídeo: [AH VIREI IMÃ DE C@GSD& AGORA!#respeito #rosanegofman #positividade...](#) | TikTok Acesso em: 5 de julho de 2023.

Um elemento pertinente de observarmos logo no início do vídeo é certo movimento que é feito pela titular da conta, sendo ele o sinal de namastê⁸ quando ela fala “Ah não deu certo, porque não tinha que ser”, enunciado esse característico de práticas que buscam a leveza e paz interior na vida dos sujeitos, aspirando total ligação com a positividade, já que são técnicas que visam a aprimorar o lado positivo das pessoas, fazendo com que elas não se abalem por qualquer coisa e consigam viver em plena harmonia.

Além disso, podemos perceber que, a partir do momento que a *influencer* vai enunciar os discursos sobre a positividade tóxica, ela muda o seu tom de voz, pois é característico dos sujeitos que tentam levar uma vida mais positiva passarem esse sentimento de tranquilidade e sabemos que a nossa entonação influencia muito na forma como queremos repassar alguma informação para o outro, então por isso ela se atenta para esses detalhes, já que eles fazem toda diferença na hora de propagar os discursos. É tanto que no momento que ela rebate as frases positivas sua entonação também muda, inferindo que a mesma não tem mais paciência para discursos como esse.

Rosane Gofman utiliza-se também de um termo conhecido por ho’oponopono⁹, e esse termo é significante dentro do contexto abordado no vídeo, pois a nomenclatura está relacionada à paz de espírito, amor, gratidão, positividade, tendo plena relação com o assunto abordado no vídeo, no qual ela ressignifica o significado da palavra, uma vez que a mesma tem o intuito de rebater a esses enunciados quanto ao excesso de positividade, demonstrando estar “pouco se lixando” para afirmações e sentimentos que esbanjam harmonia em excesso.

Notamos também que a todo momento a posição da atriz se contrapõe aos enunciados da positividade tóxica, utilizando-se de estratégias de resistência por meio de discursos humorísticos, visto que “[...] o riso representa, num primeiro momento, uma estratégia de resistência em face da nossa finitude constitutiva, mas não se resume a isso, porque, ao longo do tempo, desafiou a ordem vigente através do escárnio, da paródia e da crítica corrosiva.” (SILVA, 2023, p. 204), afirmando que discursos

⁸ “Etimologicamente, namastê é uma palavra originária do sânscrito, que literalmente significa “curvo-me perante a ti”. É a forma mais digna de cumprimento entre dois seres humanos. O namastê é uma saudação respeitosa, que valoriza a essência de uma pessoa enquanto ser humano. É usado quando se cumprimenta alguém, antes de começar uma conversa.

⁹ “Na língua havaiana Ho’ significa “causa”, e oponopono, “perfeição”, Assim sendo, significaria “corrigir o erro” ou “torna-lo correto. O Ho’oponopono é um processo de solucionar problemas acessando as memórias inconscientes, oferecendo uma maneira de liberar a energia negativa destes pensamentos ou memórias dolorosas” (SONAGLIO, 2015, p. 27).

humorísticos podem ser lidos como forma de resistir a algo impondo uma postura mais espontânea e divertida.

Ainda, podemos observar que são propagados enunciados que incidem na questão do neoliberalismo presentes no vídeo, pois a partir do momento que a *influencer* diz “Deu errado porque você pensa muito, atraindo!”, “Agora se veio aqui pra me botar a culpa, já chega eu”, responsabilizando sempre o sujeito pelo seu fracasso, assim como acontece no neoliberalismo quando o mesmo além desenvolver questões político-econômicas também “[...] deve ser compreendido como uma filosofia social individualista cujo o *locus* principal é o eu e cuja pressuposição antropológica principal, é que “somos todos agentes independentes e autônomos que se encontram no mercado, construindo o próprio destino e, nesse processo, a sociedade.” (CABANAS; ILLOUZ, 2022, p. 65), ressaltando o poder que o sujeito exerce sobre si mesmo.

Considerações Finais

Neste trabalho, analisamos a forma como os discursos sobre a positividade tóxica se manifestam em meio às redes sociais, destacando os efeitos que eles podem causar nos sujeitos, assim como a forma como o outro é responsabilizado pelos seus atos e o domínio que discursos como esses podem exercer.

Diante disso, o trabalho contribuiu para refletirmos acerca da positividade tóxica, ponderando o comportamento dos sujeitos em seu cotidiano quanto a atitudes de positividade em excesso, já que a temática nos faz questionar a forma como consumimos determinados enunciados, assim como o peso que eles têm na vida dos sujeitos, no qual podem ser benéficos dentro da proporção adequada, mas também podem desencadear uma série de doenças neuronais, as quais “[...] Não são infecções, mas infartos, provocados não pela negatividade de algo imunologicamente diverso, mas pelo excesso de positividade” (HAN, 2015, p. 2), possibilitando o desenvolvimento de problemas que podem vir a afetar nossa psique.

Além disso, contribuiu para percebermos que ao analisarmos um discurso não podemos levar em consideração apenas o superficial, ou seja, o que está visível “aos nossos olhos”, mas sim o conjunto de todas as manifestações geradas ao longo da enunciação, como enfatiza muito bem Foucault quando ele aborda em seus estudos que

devemos levar em consideração um conjunto de fatores para conseguirmos compreender o efeito que esses enunciados querem provocar ao serem difundidos.

Referências

AZEVEDO, Sara Dionizia Rodrigues de. Formação discursiva e discurso em Michel Foucault. **Filogênese**, São Paulo, v. 6, n. 2, p. 1-15, 2013.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. **Happycracia**: fabricando cidadãos felizes. São Paulo: Ubu Editora, 2022.

CAISH. **Positividade tóxica**. [@caish.me]. 6 set. 2023. [Vídeo]. TikTok. Disponível em: A Solzinha voltou meio... diferente! Otimismo e fofura são incríveis! Ma... | positividade toxica | TikTok. Acesso em: 13 jul. 2023.

COUÉ, Jean. **É daí pra pior, né?!**. [@jeancoue]. 10 dez. 2022. [Vídeo]. TikTok. Disponível em: É daí pra pior, né?! #positividadetoxica #romantização #sofrimento ... | TikTok. Acesso em: 05 jul. 2023.

CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO, 44, 2021, Recife. **A Compulsão do TikTok e a Exibição de Transtornos Psicológicos**. Recife: Intercom, 2021.

CONGRESSO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO NA REGIÃO SUL, 15., 2014, Palhoça. **A relação das hashtags com as palavras de ordem presentes nas Manifestações Brasileiras de 2013**. Palhoça: Intercom, 2014. 14 p. Disponível em: <https://www.portalintercom.org.br/anais/sul2014/resumos/R40-1334-1.pdf>. Acesso em: 01 set. 2023.

FOUCAULT, Michel. **A arqueologia do saber**. 7 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2008.

FOUCAULT, Michel. **A ordem do discurso**. 3 ed. São Paulo: Loyola, 1996.

FOUCAULT, Michel. Sujeito e Poder. In: Dreyfus e Rabinow. **Michel Foucault: Uma Trajetória Filosófica**. Rio de Janeiro, Editora Forense Universitária, 1995. p. 231-250.

FREIRE FILHO, João (2017). Correntes da felicidade: emoções, gênero e poder. **MATRIZES**, 11(1), 61-81. <https://doi.org/10.11606/issn.1982-8160.v11i1p61-81>

GIL, A. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 6 ed. São Paulo: Grupo GEN, 2017.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica – O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. [Veneza]: Âyiné, 2020.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis: Editora Vozes, 2015.

KAUFMAN, Dora; SANTAELLA, Lucia (2020). O papel dos algoritmos de inteligência artificial nas redes sociais. **Revista FAMECOS**, 27(1), e34074. <https://doi.org/10.15448/1980-3729.2020.1.34074>.

MENDES, Marcilia Gomes; OLIVEIRA, Geilson Fernandes de (2014). Treine suas emoções, supere-se, seja feliz! Uma análise discursiva do imperativo da superação e da

felicidade na literatura de autoajuda. **Comunicação Mídia e Consumo**, 10(29), 161–182. <https://doi.org/10.18568/cmc.v10i29.601>.

MOURA, Keren Franciane; MANDAJI, Carolina Fernandes da Silva (2014). **A relação das hashtags com as palavras de ordem presentes nas Manifestações Brasileiras de 2013**. Disponível em: Microsoft Word - ArtigoIntercom.docx (portalintercom.org.br). Acesso em: 03 set. 2023.

GOFMAN, Rosane. **AH VIREI IMÃ DE C@G\$D& AGORA!?**. [@rosanegofman1]. 23 fev. 2022. [Vídeo]. TikTok. Disponível em: AH VIREI IMÃ DE C@G\$D& AGORA!?!#respeito #rosanegofman #positividade... | TikTok. Acesso em: 05 jul. 2023.

SILVA, Francisco Vieira da. Fanfics corporativas: O discurso humorístico como estratégia de resistência diante da racionalidade neoliberal. **Revista Linguagem em Foco**, Fortaleza, v. 15, n. 1, p. 199–220, 2023. DOI: 10.46230/2674-8266-15-7478. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/linguagememfoco/article/view/7478>. Acesso em: 20 ago. 2023.

SONAGLIO, L. T. O Ho'oponopono como técnica para resignificação de memórias inconscientes. **Revista Brasileira de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**, [S. l.], v. 4, n. 4, p. 24–34, 2015. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/revistasauade/index.php/revista-praticas-interativas/article/view/471>. Acesso em: 25 ago. 2023.

SIGNIFICADO. **Significado de Namastê**. Disponível em: <https://www.significados.com.br/namaste/> Acesso em: 01 de julho de 2023.

SUÉLEN PEREIRA TERAPIAS. **Cuidado com a positividade tóxica**. [@suelenpereira_terapias]. 04 mai. 2023. [Vídeo]. TikTok. Disponível em: https://www.tiktok.com/@suelenpereira_terapias/video/7218583876803906821?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7274659488203507206. Acesso em: 05 jul. 2023.

Submetido em 05 de outubro de 2023.

Aceito em 17 de novembro de 2023.