XI SEMANA ACADÊMICA
01 à 03 de Junho
A Sociedade do cansaço:
SAÚDE MENTAL E A CULTURA DO DESEMPENHO NA ERA DIGITAL
FACULDADE VIDAL

DA DISCIPLINA À AUTOEXPLORAÇÃO: HISTÓRIA DO DIREITO, CONTROLE SOCIAL E SOCIEDADE DO CANSAÇO NA ERA DIGITAL

Agner Nathan de Carvalho Cardoso[1]
Paulo Anderson Nogueira de Lima[2]
Eugênio Raizer Netto[3]
Profa. Ma. Patrícia de Sousa Fernandes[4]

RESUMO

O estudo analisa, sob perspectiva histórico-jurídica, as relações entre Direito, controle social e sociedade do cansaço na era digital. Investiga-se como formas jurídicas e institucionais de disciplina, produtividade e normalização da conduta contribuíram historicamente para modelos de regulação da vida social. O objetivo consiste em compreender continuidades e rupturas entre modelos tradicionais de disciplina e a atual cultura do desempenho. A pesquisa utiliza revisão bibliográfica e documental, de natureza qualitativa, com abordagem histórico-jurídica. Os resultados indicam que a cultura contemporânea do desempenho intensifica práticas antigas de regulação social, agora deslocadas para formas digitais, métricas e subjetivas de controle. Conclui-se que a História do Direito contribui para compreender a exaustão contemporânea como fenômeno relacionado à longa trajetória de disciplinamento, racionalização, juridificação e produtividade da vida social.

PALAVRAS-CHAVE: História do Direito; Sociedade do cansaço; Controle social; Cultura do desempenho; Era digital.

INTRODUÇÃO

A sociedade do cansaço, relacionada à saúde mental e à cultura do desempenho na era digital, permite uma leitura histórico-jurídica das formas de controle da vida social. A experiência contemporânea de exaustão não se reduz a problema individual, pois envolve estruturas normativas, institucionais, econômicas e tecnológicas que estimulam produtividade

[1] Graduando em Direito, Faculdade Vidal, e-mail: nathanagner30@gmail.com.
[2] Graduando em Direito, Faculdade Vidal, e-mail: nogueira159753@gmail.com.
[3] Graduado em Engenharia de Software, Faculdade Vidal, e-mail: eugenioraizer@hotmail.com.
[4] Professora orientadora, Mestra em Ciências Sociais e Humanas, Faculdade Vidal, e-mail: patriciasfernandes@live.com.

contínua, disponibilidade permanente e responsabilização do sujeito por seu próprio rendimento (HAN, 2015).

O Direito pode ser analisado não apenas como sistema formal de regras, mas como dimensão histórica da regulação social. Desde formações jurídicas antigas até a modernidade, normas, sanções, costumes e instituições organizaram comportamentos, produziram deveres e estabeleceram padrões de conduta. Nesse sentido, a História do Direito contribui para compreender como diferentes sociedades articularam poder, autoridade, trabalho, moralidade e disciplina (WOLKMER, 2006; LOPES, 2019).

A modernidade intensificou essa racionalidade ao articular disciplina institucional, organização do trabalho e formação de sujeitos produtivos. As análises sobre vigilância, punição, normalização e governamentalidade mostram que o controle moderno não atua apenas pela repressão, mas também pela produção de corpos úteis, dóceis e calculáveis (FOUCAULT, 1987; FOUCAULT, 1979). A ética moderna do trabalho e o processo de internalização de costumes reforçam a passagem da coerção externa ao autocontrole (WEBER, 2004; ELIAS, 1994).

Na contemporaneidade, a sociedade disciplinar não desaparece, mas se reconfigura. O confinamento institucional cede espaço a formas flexíveis e contínuas de controle, mediadas por plataformas digitais, dados, indicadores, metas e reputações. Deleuze (1992) ajuda a compreender essa passagem às sociedades de controle, enquanto Zuboff (2021) e Supiot (2017) permitem relacionar vigilância digital, capitalismo informacional e governança por números.

Diante disso, o problema de pesquisa consiste em investigar como o Direito, ao longo da história, acompanhou, estruturou ou legitimou formas de controle social baseadas na disciplina, na produtividade, na normalização da conduta e, contemporaneamente, na lógica da autoexploração e do desempenho digital. A hipótese sustenta que a atual cultura do desempenho possui antecedentes históricos em formas jurídicas, institucionais e sociais anteriores de disciplina, racionalização do trabalho, vigilância e governo da vida. O objetivo geral é analisar, sob perspectiva histórico-jurídica, continuidades e rupturas entre formas tradicionais de disciplina social e a atual cultura do desempenho.

METODOLOGIA

A pesquisa caracteriza-se como revisão bibliográfica e documental, de natureza qualitativa, com abordagem histórico-jurídica e interdisciplinar. A escolha desse procedimento decorre da necessidade de analisar a sociedade do cansaço não apenas como fenômeno psicológico, mas como problema jurídico-social relacionado à formação histórica das normas, das instituições e das formas de regulação da vida.

O percurso metodológico foi organizado em três etapas: seleção de obras de História do Direito e teoria social; classificação das fontes em eixos sobre disciplina, trabalho, controle digital e proteção da pessoa humana; e análise histórico-comparativa das continuidades e rupturas entre coerção institucional, autocontrole e autoexploração digital. Por se tratar de estudo bibliográfico e documental, sem coleta de dados com seres humanos ou animais, não há submissão a Comitê de Ética em Pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise bibliográfica e documental permite identificar que a sociedade do cansaço, embora associada à hiperconexão e à produtividade contínua, possui antecedentes em processos históricos de regulação jurídica e institucional da conduta. A História do Direito demonstra que as normas sempre participaram da organização social, definindo deveres, condutas autorizadas, punições, hierarquias e expectativas coletivas (WOLKMER, 2006; LOPES, 2019).

Nos períodos anteriores à modernidade, a regulação da vida social articulava costumes, religião, autoridade política, família, trabalho e punição. O controle social não dependia apenas de leis escritas, mas de formas culturais e institucionais de obediência. Essa constatação é relevante porque impede a leitura da sociedade do cansaço como fenômeno inteiramente novo: a novidade está menos na existência do controle e mais nos meios pelos quais ele se atualiza.

A reflexão foucaultiana evidencia que a modernidade produziu formas sofisticadas de vigilância, exame, classificação e correção dos indivíduos. Prisão, escola, hospital, quartel e fábrica exemplificam instituições capazes de organizar espaços, tempos e corpos segundo padrões de utilidade e normalidade. A disciplina moderna não apenas reprime; ela fabrica sujeitos produtivos e ajustados às exigências sociais (FOUCAULT, 1987; FOUCAULT, 1979).

A racionalidade moderna também se manifesta na ética do trabalho, na valorização da produtividade e na formação de condutas orientadas por dever e rendimento. Weber (2004) permite compreender a relação entre ascese, vocação e disciplina cotidiana, enquanto Elias (1994) contribui para explicar a internalização histórica do autocontrole. Desse modo, a modernidade prepara sujeitos que não apenas obedecem, mas passam a vigiar e regular a si mesmos.

Na passagem para o mundo contemporâneo, não ocorre o desaparecimento da disciplina, mas sua reconfiguração. Deleuze (1992) interpreta essa transição como deslocamento das sociedades disciplinares para sociedades de controle, nas quais os mecanismos de regulação se tornam contínuos e flexíveis. Zuboff (2021) aprofunda esse diagnóstico ao demonstrar que dados comportamentais se transformam em matéria-prima econômica. Supiot (2017), por sua

vez, mostra como metas, indicadores e rankings produzem novas formas de sujeição jurídica e gerencial.

Nesse cenário, a sociedade do cansaço representa mutação do controle social. A coerção externa não desaparece, mas é internalizada pelo próprio sujeito, que se percebe como projeto permanente de superação. A autoexploração substitui parcialmente a obediência visível: o indivíduo trabalha, mede-se, compara-se e exige de si em nome de liberdade, autonomia e desempenho (HAN, 2015).

Os artigos recentes confirmam a atualidade jurídica do debate. Castro (2023) relaciona a sociedade do cansaço ao ambiente laboral, destacando flexibilização, metas e adoecimento. Farias, Künsch e Aiello (2022) associam burnout e ideário neoliberal à cultura do desempenho. Cavalcanti e Laraia (2024) analisam o direito à desconexão e a saúde mental dos trabalhadores em plataformas digitais. Anjos (2023) identifica repercussões da sociedade do cansaço no campo jurídico, enquanto Gabardo e Machado (2025) ampliam a discussão para os neurodireitos e a proteção da subjetividade.

Os resultados apontam que a sociedade do cansaço deve ser compreendida como fenômeno jurídico-social de longa duração, e não apenas como problema psicológico individual. A era digital intensifica racionalidades históricas de disciplina, produtividade e normalização por meio de plataformas, métricas, dados e governança por números. A proteção da pessoa humana exige, portanto, respostas jurídicas capazes de enfrentar formas menos visíveis de exploração, inclusive aquelas ligadas à atenção, ao desempenho, à saúde mental e à vigilância informacional.

CONCLUSÃO

A investigação confirmou que a sociedade do cansaço pode ser compreendida, sob perspectiva histórico-jurídica, como resultado de continuidades e rupturas nas formas de controle da vida social. O Direito, desde suas formações históricas, participou da organização das condutas humanas por meio de normas, instituições, deveres, sanções e modelos de normalização.

A hipótese se sustenta na medida em que a cultura contemporânea do desempenho não surge isoladamente na era digital. Ela intensifica processos presentes na disciplina moderna, na racionalização do trabalho, na burocratização da vida e na internalização do autocontrole. A diferença central está no deslocamento da coerção externa para mecanismos difusos e subjetivos, nos quais métricas, plataformas, dados e produtividade transformam o sujeito em agente de sua autoexploração.

Conclui-se que a História do Direito oferece contribuição relevante para compreender a exaustão contemporânea como fenômeno jurídico-social de longa duração. A sociedade do cansaço exige respostas normativas voltadas à dignidade da pessoa humana, à saúde mental, à proteção de dados, ao direito à desconexão e à limitação das formas digitais de vigilância e desempenho.

REFERÊNCIAS

ANJOS, Pedro Germano dos. **O direito na sociedade do cansaço: entre o "ativismo narcísico" e o "yes we can judicante".** Diké, Ilhéus, v. 22, n. 22, p. 219-243, 2023.

CASTRO, Maria Rafaela de. **A sociedade do cansaço: que tipo de ambiente laboral estamos construindo?** Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 3ª Região, Belo Horizonte, v. 69, n. 107, p. 29-50, jan./jun. 2023.

CAVALCANTI, Fernanda Beatriz Paulino da Silva; LARAIA, Maria Ivone Fortunato. **O direito fundamental à desconexão e os reflexos na saúde mental dos trabalhadores em plataformas digitais: desenvolvimento da síndrome de burnout.** Revista do Tribunal do Trabalho da 2ª Região, São Paulo, v. 16, n. 31, p. 67-83, jan./jun. 2024.

DELEUZE, Gilles. **Postscript on the societies of control.** October, Cambridge, n. 59, p. 3-7, 1992.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador: uma história dos costumes.** Tradução de Ruy Jungmann. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994. v. 1.

FARIAS, Luiz Alberto de; KÜNSCH, Dimas A.; AIELLO, Thaís Regina. **Sociedade do cansaço e ideário neoliberal: a abordagem do tema burnout em mídia de negócios no Brasil.** Signos do Consumo, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 1-18, jul./dez. 2022.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder. Organização, introdução e revisão técnica de Roberto Machado.** Rio de Janeiro: Graal, 1979.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir: nascimento da prisão. Tradução de Raquel Ramalhete.** Petrópolis: Vozes, 1987.

GABARDO, Emerson; MACHADO, Juliana Horn. **Neurodireitos como direitos fundamentais.** Revista de Investigações Constitucionais, Curitiba, v. 12, n. 2, maio/ago. 2025.

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

LOPES, José Reinaldo de Lima. **O direito na história: lições introdutórias.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

SUPIOT, Alain. **Governance by numbers: the making of a legal model of allegiance. Tradução de Saskia Brown.** Oxford: Hart Publishing, 2017.

WEBER, Max. **A ética protestante e o "espírito" do capitalismo. Tradução de José Marcos Mariani de Macedo.** São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

WOLKMER, Antonio Carlos. **Fundamentos de história do direito.** Belo Horizonte: Del Rey, 2006.

ZUBOFF, Shoshana. **A era do capitalismo de vigilância: a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder. Tradução de George Schlesinger.** Rio de Janeiro: Intrínseca, 2021.