



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CAMPUS DO AGRESTE
NÚCLEO DE DESIGN E COMUNICAÇÃO
CURSO DE DESIGN

MATHEUS FREITAS DE SOUSA

**O refúgio lúdico: Jogos como meio de socialização
e apoio a saúde mental no período pandêmico**

Caruaru
2022

MATHEUS FREITAS DE SOUSA

**O refúgio lúdico: Jogos como meio de socialização
e apoio a saúde mental no período pandêmico**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Design da
Universidade Federal de Pernambuco -
Centro Acadêmico do Agreste, como
requisito parcial para a obtenção do título
de bacharel em Design.

Área de concentração: Design de jogos.

Orientador: Profº. Me. Fábio Caparica de
Luna.

Caruaru

2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Sousa, Matheus Freitas de.

O refúgio lúdico: jogos como meio de socialização e apoio a saúde mental
no período pandêmico / Matheus Freitas de Sousa. - Caruaru, 2022.
52 p. : il.

Orientador(a): Fábio Caparica de Luna

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro Acadêmico do Agreste, Design, 2022.

Inclui referências, anexos.

1. Jogos. 2. Saúde. 3. Socialização. 4. Psicologia. 5. Pandemia. I. Luna,
Fábio Caparica de. (Orientação). II. Título.

790 CDD (22.ed.)



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DO AGRESTE
NÚCLEO DE DESIGN E COMUNICAÇÃO
CURSO DE DESIGN

**PARECER DE COMISSÃO EXAMINADORA DE DEFESA DE
PROJETO DE GRADUAÇÃO EM DESIGN DE**

MATHEUS FREITAS DE SOUSA

***“O refúgio lúdico: Jogos como meio de socialização
e apoio a saúde mental no período pandêmico”***

Monografia

A comissão examinadora, composta pelos membros abaixo, sob a presidência do primeiro,
considera o(a) aluno(a) MATHEUS FREITAS DE SOUSA.

APROVADO(A)

(Conforme defesa realizada por videoconferência)

Caruaru-PE, 07 de Novembro de 2022.

Orientador(a)

1º Avaliador(a)

2º Avaliador(a)

Dedico esse trabalho a todos aqueles que costumam se aventurar em uma boa partida e se deixam levar pela diversão dos jogos, àqueles que não gostam de jogar pois preferem fazer alguma outra atividade lúdica, e, acima de tudo, dedico esse trabalho a todos nós que, no tempo de grande escuridão, nunca nos esquecemos de acender nossa própria luz.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha família que durante todo esse tempo tiveram a paciência e o zelo de me apoiar durante toda essa trajetória.

Agradeço a meus amigos, que também formaram a torcida e o apoio necessário para que eu me animasse cada vez mais com a pesquisa.

Agradeço a meu orientador, o prof. Fábio Caparica, que me guiou majestosamente de forma paciente e me ensinou a ultrapassar todos os obstáculos que apareceram no caminho com confiança e perseverança.

E por fim agradeço a Deus, a energia, ao universo ou a qualquer lei que possa nos reger, de maneira que tudo ocorra no tempo certo e da maneira correta, como há de ser.

No jogo existe alguma coisa "em jogo" que transcende as necessidades imediatas da vida e confere um sentido à ação. Todo jogo significa alguma coisa. Não se explica nada chamando "instinto" ao princípio ativo que constitui a essência do jogo; chamar-lhe "espírito" ou "vontade" seria dizer demasiado. Seja qual for a maneira como o considerem, o simples fato de o jogo encerrar um sentido implica a presença de um elemento não material em sua própria essência.

(HUIZINGA, 2000).

RESUMO

Este trabalho tem como tema o uso dos jogos como auxílio à saúde mental e apoio à socialização na pandemia. Ele possui como objetivo geral investigar quais os jogos utilizados na pandemia e entender de que forma eles auxiliaram a saúde mental e socialização dos jogadores durante o período pandêmico. Em relação aos objetivos específicos, buscamos mapear o perfil dos jogadores e quais os tipos de jogos mais jogados; entender as relações entre psicologia, socialização e jogos; e entender se a mídia sobre jogos exerceu algum papel significativo de auxílio durante a pandemia e como ela o fez. Durante a pesquisa foram utilizadas duas metodologias, a primeira, e mais extensa, foi a de pesquisa bibliográfica, em seguida foi aplicado um questionário para traçar o perfil dos jogadores e validar as hipóteses e os conceitos teóricos contidos em nossa pesquisa. Como resultados da pesquisa bibliográfica foram obtidos conceitos e ideias fundamentais para entender a relação dos jogos com a psicologia e socialização, e tais conceitos, juntos ao questionário, mostraram um aumento significativo na frequência e quantidade de horas utilizadas nos jogos. Pudemos então concluir que o ato de jogar exerceu um importante papel no auxílio da saúde mental e socialização dos entrevistados durante o período de pandemia da COVID-19, assim como a mídia de jogos.

Palavras-chave: Jogos; Saúde; Socialização; Psicologia; Pandemia.

ABSTRACT

This study has, as research theme, the use of games as a support for mental health and contribution to socialization in the COVID-19 pandemic. The general objective is to investigate what games were most played during COVID and to understand how they helped the mental health and socialization of the players during the pandemic period. In relation to the specific objectives, we sought to map the players profile and the most played games; understand the relationship between psychology, socialization and games; and understand if the games media has played some important support role during the pandemic and how. During the research two methodologies were used, the first and more extensive one, was a bibliographic research, and the second one was a questionnaire to trace the players profile and to validate the hypothesis and theoretical concepts contained in this research. In the bibliographic research results we got important concepts and ideas to understand the relationship between psychology, socialization and games, and those concepts, in addition to the questionnaire, showed a significant increase in the frequency and hours quantity used during gameplays. We concluded that the act of playing has exerted an important role in the support of mental health and socialization of players during the COVID-19 period, as well as game media.

Keywords: Games; Health; Socialization; Psychology; Pandemic.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 –	Primeira etapa	29
Figura 2 –	Segunda etapa	30
Figura 3 –	Terceira etapa	30
Figura 4 –	Última etapa	31

LISTA DE SIGLAS

FPS	FIRST PERSON SHOOTER (TIRO EM PRIMEIRA PESSOA)
MOBA	MULTIPLAYER ONLINE BATTLE ARENA (ARENA DE BATALHA MULTIPLAYER ONLINE)
OMS	ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE
OPAS	ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE
RPG	ROLE PLAYING GAME (JOGO DE INTERPRETAÇÃO DE PAPÉIS)
TEPT	TRANSTORNO DE ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO
TOC	TRANSTORNO OBSESSIVO COMPULSIVO
UN	UNITED NATIONS (NAÇÕES UNIDAS)

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	13
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	16
3	RELACIONANDO JOGOS, PSICOLOGIA E SOCIALIZAÇÃO.....	18
3.1	AS RELAÇÕES ENTRE SOCIALIZAÇÃO E SAÚDE MENTAL.....	18
3.2	O IMPACTO DOS JOGOS NA SOCIALIZAÇÃO.....	19
3.3	A RELAÇÃO ENTRE JOGOS E PSICOLOGIA.....	21
4	IMPACTOS DA PANDEMIA NA SOCIALIZAÇÃO E SAÚDE MENTAL.....	24
4.1	IMPACTOS NA SOCIALIZAÇÃO.....	24
4.2	IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL.....	25
5	A JOGABILIDADE E A MÍDIA DE JOGOS NA PANDEMIA.....	27
5.1	O APOIO DOS JOGOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19.....	27
5.2	O CONSUMO DA MÍDIA DE JOGOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19.....	29
6	METODOLOGIA.....	30
6.1	PESQUISA BIBLIOGRÁFICA.....	30
6.2	PESQUISA MISTA (QUALITATIVA E QUANTITATIVA).....	32
7	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	34
7.1	PERFIL.....	34
7.2	FREQUÊNCIA E TEMPO JOGANDO ANTES DA PANDEMIA.....	34
7.3	TIPOS DE JOGOS.....	35
7.4	QUEM NÃO JOGAVA E PASSOU A JOGAR.....	36
7.4.1	Qual o motivo.....	37
7.4.2	Tipos de jogos.....	37
7.5	FREQUÊNCIA E TEMPO JOGANDO DURANTE A PANDEMIA.....	37
7.5.1	Frequência.....	37
7.5.2	Tempo.....	38
7.5.3	Motivos.....	39
7.6	O CONSUMO DE MÍDIA SOBRE JOGOS ANTES DA PANDEMIA.....	40
7.7	O CONSUMO DE MÍDIA SOBRE JOGOS DURANTE A PANDEMIA.....	41
7.8	TIPOS DE MÍDIAS CONSUMIDAS.....	42

7.9	RELAÇÃO E COMPARAÇÃO DOS DADOS.....	43
7.9.1	Frequência.....	43
7.9.2	Tempo.....	43
7.9.3	Sobre o tempo de consumo de mídia sobre jogos.....	44
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	46
	REFERÊNCIAS.....	48
	ANEXO A - QUESTIONÁRIO.....	51

1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 a OMS (Organização Mundial da Saúde) foi informada sobre casos de pneumonia na cidade de Wuhan (China) e mais tarde, em janeiro de 2020, autoridades chinesas confirmaram ter identificado um novo tipo de coronavírus. Com base nisso, a OMS tem trabalhado com autoridades chinesas e especialistas globais para entender mais sobre o novo vírus com a finalidade de frear sua contaminação.

Meses mais tarde, em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada como uma pandemia, e a contaminação acabou se espalhando em escala global (OPAS, 2020?). Conforme a pandemia avançava, medidas de proteção eram exigidas de maneiras cada vez mais rigorosas de acordo com a legislação de cada país afetado, dentre essas medidas estavam o uso de máscaras, higienização individual, de locais e objetos e o cuidado com as interações sociais. Os governos também adotaram medidas de controle do vírus através dos *lockdowns*¹, o que permitiu um impacto positivo temporário para prevenir mais infecções, mas surgiram dificuldades em relação a interações sociais e isso acarretou impactos psicológicos significativos na vida de todos envolvidos.

Estar confinado e manter o distanciamento social acabou gerando nas pessoas tédio, frustração e sensação de isolamento do resto do mundo, o que os deixou angustiados (BROOKS et al., 2020, tradução nossa). As pessoas encontraram diversas maneiras de manter a saúde, tanto física, quanto mental dentro de suas casas, como estavam impedidas de interagir e sair por causa do *lockdown*, precisaram se reinventar e encontrar meios de distração que algumas vezes acabavam saindo de suas rotinas diárias, maneiras essas que incluíam novos hobbies, como arte, culinária, tricô, praticar exercícios ou meios de interação que não precisavam do contato físico, como conversar com os parentes pelo meio virtual ou jogando jogos, que é a área sobre a qual esse estudo se propõe analisar.

¹ No contexto pandêmico, o lockdown se caracteriza como uma medida adotada por governos para que os cidadãos adotem distanciamento social e permaneçam em casa, evitando a propagação do vírus.

É significativo o papel psicológico e social que os jogos podem exercer na vida dos jogadores, seja por suas características gráficas, interativas, sociais, pela imersão (como a história dentro do jogo, as missões ou as interações), etc. Por meio dessas características, o jogo propicia a experiência de tensões e resoluções em tempo real, e com isso acabam estimulando as emoções dos espectadores enquanto submersos no imaginário do jogo. (JENSEN et al., 2019) Por propiciar tamanha imersão, os jogos podem ser grandes aliados em situações difíceis como as enfrentadas por quem estava em *lockdown*.

Essa pesquisa surge da necessidade de analisar o auxílio e impacto dos jogos em fatores humanos afetados pela pandemia, sendo esses fatores a saúde mental dos jogadores (para isso precisamos entender o papel da psicologia dentro dos jogos) e a possibilidade de socialização contida neles, delimitando esses fatores dentro do período pandêmico. Portanto, a pergunta que guia nossa pesquisa é: como o uso dos jogos beneficiou a saúde mental e a socialização dos jogadores no período de pandemia?

O resultado da nossa pesquisa tem uma justificativa social, ao investigar como os jogos surgem na pandemia como uma ferramenta e um ambiente propício à socialização e de que forma cumprem esse papel; científica, ao entender como possibilitaram o auxílio à saúde mental dos jogadores e quais características psicológicas estão presentes no ato de jogar; e mercadológica, ao fornecer um entendimento de como os jogos foram utilizados em uma situação de crise, entendimento esse que poderá ser usado como auxílio para criadores de jogos e empresas que trabalham no ramo para aprimorar seu conhecimentos.

A partir disso, nosso objetivo geral é investigar quais os jogos utilizados na pandemia e entender de que forma eles auxiliaram a saúde mental e socialização dos jogadores durante o período pandêmico. Nossos objetivos específicos são (i) mapear o perfil dos jogadores, assim como (ii) quais os tipos de jogos mais jogados e o porquê de tais jogos; (iii) entender as relações entre psicologia, socialização e jogos, para que possamos tirar uma conclusão sobre quais impactos os jogos tiveram positivamente nessas relações e como usá-los para o benefício dos

jogadores; e por fim, (iv) entender se a mídia sobre jogos exerceu algum papel importante de apoio durante os tempos pandêmicos e como o fez.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Johan Huizinga afirma que o jogo não é um fenômeno exclusivamente humano ao escrever “É-nos possível afirmar com segurança que a civilização humana não acrescentou característica essencial alguma à ideia geral de jogo. Os animais brincam tal como os homens.” (HUIZINGA, p.3, 2000), mas um fenômeno que existe por si só, independente de estar atrelado a conceitos como, por exemplo, a cultura. O autor explica esse fato ao fazer um paralelo entre as regras dos jogos conhecidos pelos seres humanos as quais os mesmos estipularam e as regras presentes nas brincadeiras irracionais que são parte do comportamento dos animais.

A partir das constatações de Huizinga que o jogo é um poderoso fenômeno que existe em si mesmo, podemos analisar a influência que os jogos possuem quando usados em conjunto com áreas do conhecimento, como psicologia, pedagogia, sociologia, etc. Harvey Wichman cita em seu artigo um estudo que utilizou o dilema do prisioneiro² para analisar os efeitos da comunicação e do isolamento entre os jogadores. Eles foram colocados sobre quatro condições de comunicação: não ouvir nem ver uns aos outros, ouvir mas não ver uns aos outros, ver mas não ouvir uns aos outros e ver e ouvir uns aos outros; de acordo com cada uma dessas condições os pesquisadores puderam notar relações entre o comportamento e o resultado dos jogadores. onde as conclusões permitiram entender como funciona a confiança e a ética nesse tipo de situação.

Podemos também citar um estudo de caso feito na Universidade Federal de Santa Maria, que teve como objetivo “discutir a utilização de realidade aumentada no desenvolvimento de jogos educacionais tridimensionais para o apoio ao ensino e aprendizagem de cores em Língua Inglesa através da Realidade Aumentada” (PANEGALLI et al., 2015). O estudo resultou em um protótipo intitulado “Collor challenge”, que possibilita que os jogadores aprendam as cores na língua inglesa de maneira interativa por meio da Realidade Aumentada.

² Jogo onde os participantes são apresentados a um dilema e precisam escolher entre cooperar ou trair uns aos outros, para isso é necessário que os jogadores não possuam nenhuma comunicação entre si.

Até aqui podemos notar a existência dos jogos desde o conceito abstrato explicado por Huizinga, que é o jogo como um fenômeno que existe por si só e não depende da capacidade humana de cognição, até o conceito de jogo como dinâmica, presente no então apresentado dilema do prisioneiro e o jogo como ferramenta, mostrado no estudo sobre Realidade Aumentada.

Por fim, podemos analisar o jogo em termos de performance e entretenimento como é o caso do *streaming* de jogos, aqui temos o papel do *streamer*³ e do público, entretanto focaremos especificamente no público, pois este é capaz de interagir e se deixar levar pela imersão do jogo, ainda que não tenha controle direto sobre a jogabilidade nem sobre a situação na qual está experienciando. A partir disso faremos um paralelo com os jogos esportivos, onde o público também não possui o controle sobre os resultados obtidos pelos jogadores, mas também são levados pela imersão e acabam compartilhando as emoções mutuamente. Segundo MEZZAROBÀ (2016) "Há um certo caráter universal e comunicacional do esporte [...] Isso permite uma abertura para o universo lúdico, podendo gerar momentos de entrega, prazer, êxtase, sublimação corporal/emocional" (MEZZAROBÀ, p.70, 2016), isso nos permite voltar ao conceito de Huizinga, o jogo como fenômeno, que supera a capacidade de cognição humana e entra para o campo lúdico, etéreo, que não somos capazes de explicar com precisão, mas somos plenamente capazes de sentir.

Entendidas as várias "faces" presentes no conceito de jogo, podemos então começar a entender de que maneira essas várias formas podem criar uma relação nas áreas de psicologia e socialização.

³ Criador de conteúdo responsável por jogar o jogo e apresentar o conteúdo para seu público.

3 RELACIONANDO JOGOS, PSICOLOGIA E SOCIALIZAÇÃO

3.1 AS RELAÇÕES ENTRE SOCIALIZAÇÃO E SAÚDE MENTAL

A saúde mental dos indivíduos está diretamente ligada com suas capacidades de socialização, entretanto, antes de nos aprofundarmos nesta discussão, é de grande importância frisar que a socialização faz parte de uma extensa área de pesquisa, e é mais conhecida por seus estudos dentro da Sociologia, portanto, nosso objetivo em analisar a ligação entre saúde mental e socialização limita-se ao propósito de entender a interação presente nos jogos e na relação social dos jogadores, portanto, relembramos que o estudo da saúde mental dentro do processo social se desenvolve muito além do escopo apresentado nesse estudo.

Tendo em vista isso, o conceito mais perceptível de saúde mental dentro da socialização é o conceito de identidade. Medeiro explica o conceito de identidade fazendo um paralelo entre o termo segundo a psicologia e segundo a sociologia, da seguinte maneira:

“Para o psicólogo, ao abordar as questões da identidade, o que conta é a saúde mental do indivíduo. Por sua vez, para o sociólogo, é fundamental entender o papel que tem o indivíduo no grupo e qual será sua eficácia para o funcionamento do grupo. Para a sociologia, não se pode falar de identidade sem relacioná-la ao conceito de socialização.” (MEDEIRO, 2002, p.80)

Portanto, percebemos que a identidade para a psicologia leva em conta a saúde mental, enquanto a sociologia necessita entender o contexto social do indivíduo no grupo para que se entenda a identidade. Abrantes ajuda a esclarecer essa relação social-psicológica da identidade quando diz que: todas as experiências do indivíduo contribuem para o processo de socialização, visto que o que é internalizado por ele influencia e orienta a participação do mesmo na vida social. (ABRANTES, 2011)

Wazlawick explica que, caso as habilidades e formas de comportamento do indivíduo (que sejam aprovadas socialmente) coincidam com o bem-estar psicológico subjetivo, então pode-se dizer que ocorre uma socialização positiva

(WAZLAWICK, et al., 2017). Abrantes complementa essa ideia ao afirmar que cada indivíduo interioriza seus valores, competências e disposições enquanto os associa a sua identidade, que necessita da concordância de dois fatores: (a) os papéis a ele atribuídos e (b) suas próprias intenções. (ABRANTES, 2011)

Juntando todas essas definições, podemos perceber a importância da formação de identidade para o indivíduo, tanto em contexto social, que levará em conta fatores como desejo, expectativas, normas e regras da sociedade em que está inserido para cada indivíduo, e em contexto psicológico e subjetivo, que aborda fatores como saúde mental, expectativas, experiências, conhecimento e domínio sobre si mesmo. Quando esses dois contextos estão em harmonia, ocorre então a socialização positiva.

3.2 O IMPACTO DOS JOGOS NA SOCIALIZAÇÃO

Entendemos então que, para que os jogos possuam um impacto positivo na socialização, precisarão estar em harmonia com o desenvolvimento do que entendemos anteriormente como identidade. Isso consiste em desenvolver tanto os fatores sociais, como a integração positiva com os grupos sociais ao qual o indivíduo é inserido (podemos usar como exemplo as relações sociais dentro de um jogo) e o não impedimento da integração dos jogadores com a sociedade (não havendo interferência em atividades sociais importantes para o indivíduo, como escola, trabalho, etc.) e fatores psicológicos, como saúde mental (abordaremos de melhor forma essa relação no tópico seguinte).

Segundo Jensen, "apesar de muitas vezes os grupos [...] passarem por situações conflitantes, a interatividade e a possibilidade de socialização já foi, e para alguns ainda é, um dos recursos mais atrativos do game." (JENSEN et al., p.45, 2019). A partir disso percebemos que uma das habilidades humanas desenvolvidas dentro de um jogo é a socialização. Seja um jogo de tabuleiro, de videogame (online ou presencial), de computador ou até mesmo os jogos como brincadeiras são fortemente capazes de desenvolver a habilidade social dos jogadores, desde que o jogo possua mais de uma pessoa jogando simultaneamente.

Alguns jogos requerem uma maior interação entre jogadores do que outros, um exemplo de jogo com pouca interação social é The Sims (Maxis, 2000), que consiste em um jogo de simulação onde o objetivo é viver uma vida virtual e controlar toda uma família ou apenas um “Sim” (personagem criado e controlado pelo jogador dentro do jogo, podendo ser mais de um). Esse tipo de jogo não necessariamente precisa de uma interação direta entre jogadores (embora alguns conteúdos dentro do jogo possam ser compartilhados entre eles, mas não constitui uma parte significativa do objetivo principal).

Em contrapartida, jogos online competitivos possuem um fator de interação significativo (embora não necessariamente venham a gerar algum vínculo social entre os envolvidos). Um exemplo desse tipo de jogo é Fortnite (Epic Games, 2017) onde os jogadores competem em uma arena que diminui a um certo período de tempo e o objetivo é derrotar todos os outros jogadores até restar somente um. Dentro dele é possível jogar competindo sozinho, em dupla ou em times de quatro jogadores, o que abre espaço para certos níveis de interação social.

Outros exemplos incluem League of Legends (Riot Games, 2009), um MOBA onde jogadores competem contra si entre dois grupos de 5 pessoas em uma arena com o objetivo de destruir o nexus inimigo; Overwatch (Blizzard Entertainment, 2016), um jogo de FPS (ou tiro) em primeira pessoa onde os jogadores também competem entre si em times; Fall Guys (Mediatonic, 2020), aqui os jogadores competem sozinhos em vários desafios onde precisam sobreviver e pegar a coroa no final do jogo; entre tantos outros jogos competitivos.

Essas interações sociais podem surgir de diferentes maneiras e com diferentes propósitos sociais, um desses propósitos, segundo Jia, é quando o jogador busca vencer os outros, e, levado por essa motivação, é estimulado a permanecer mais tempo como cliente dos jogos. (JIA, 2015, tradução nossa). Além da competição, temos como exemplo a colaboração. Jogadores que estão em um mesmo time, clã, grupo ou que possuem algum tipo de organização em comum dentro do jogo acabam por se comprometer uns com os outros.

O ato de jogar, se comparado com outros tipos de entretenimento, se destaca por envolver relações em vários domínios que não existem em outras dinâmicas sociais, vencer juntos, competir uns com os outros e se juntar pelo bem da comunidade/organização são exemplos desses domínios. (JIA, 2015, tradução nossa)

Portanto, jogos são ferramentas com grande potencial de desenvolvimento social, não se limitando apenas a jogos online ou virtuais, mas abrangendo também desde simples brincadeiras de criança até jogos de tabuleiro ou videogame. A possibilidade de competição ou cooperação é um forte recurso presente nos jogos para surgimento de importantes redes e conexões entre jogadores. Quando os jogos trabalham em conjunto com o desenvolvimento subjetivo e social, podem tornar-se ferramentas positivas na construção da identidade do indivíduo.

3.3 A RELAÇÃO ENTRE JOGOS E PSICOLOGIA

É possível deduzir que um dos fatores humanos afetados pelo *lockdown* causado pela pandemia de COVID-19 foi a saúde mental, portanto, para que entendamos a influência dos jogos nesse fator precisamos antes analisarmos o impacto deles na psicologia.

Segundo Hodent, fatores como: quão focados estamos ao realizar uma tarefa, nossa motivação para realizá-la e emoções associadas terão impacto no processamento da informação durante o jogo. (HODENT, 2021, tradução nossa). Para explicar melhor essa ideia, há um termo bastante conhecido no meio dos jogos eletrônicos, que é o *rage*, (raiva ou fúria, em inglês).

O *rage* é definido como “expressar reações impulsivas e muitas vezes violentas quando o jogador enfrenta frustrações intensas durante o jogo” (PRZYBYLSKI et al., 2014, tradução nossa). Para complementar a fala de Przybylski, Moreau leva o termo *rage* mais adiante, quando explica outro termo de mesma natureza, que é o *rage-quitting*, que consiste em desconectar-se do jogo, na maioria das vezes de maneira violenta, também em decorrência de experiências emocionais negativas de grande intensidade dentro do jogo. (Moreau et al., 2022,

tradução nossa). Tivemos um exemplo claro desses termos em uma situação acontecida na China, quando um jogador de League of Legends teve um ataque de fúria e acabou golpeando o monitor com a cabeça depois de seu time perder a partida (IGAMES, 2017).

A partir disso podemos ter uma percepção mais clara de como as emoções e ações são afetadas pelos acontecimentos do jogo, não só internamente, mas também externamente. Dependendo da quantidade de imersão que envolve o jogador, seu estado mental e emocional podem ter uma influência maior ou menor por meio dos estímulos recebidos.

Devido essa imersão proporcionada pelos jogos e a constante demanda de atenção por meio da atividade, é comum as pessoas entenderem o ato de jogar como uma fuga do mundo exterior, entretanto, Pedroso e Forte defendem que, na atividade lúdica, "não fugimos realmente, apenas tomamos como realidade o ambiente em que escolhemos viver por um tempo [...] e depois regressamos ao mundo real, mais como uma experiência imersiva do que, de fato, escapista." (PEDROSO e FORTE, 2021) e Novak reforça essa ideia ao dizer que há muitas razões pelas quais as pessoas jogam, algumas delas sendo como uma forma de terapia ou lidando com problemas em um ambiente "seguro" separado do mundo real, embora parecido com ele. (NOVAK, 2010).

Regis nos proporciona um breve entendimento dessa imersão na realidade dos jogos quando afirma que atenção e percepção seletivas são sentidos aguçados necessários para realizar tarefas aninhadas dentro do jogo, onde um objetivo leva a outro, e, entre cada objetivo, o jogador precisa desprender sua atenção, que é desviada para várias outras tarefas, exigindo um alto desempenho cognitivo por parte dele. (RÉGIS, 2009).

Podemos então ter um breve entendimento não só do impacto provocado pelos jogos na saúde mental, mas também do nível cognitivo exigido em cada tarefa, e compreender, em um nível introdutório, parte da psicologia presente nos jogos, abrangendo os impulsos emocionais repentinos que podem ser ativados por algumas circunstâncias dentro da atividade (como o *rage*) ou o envolvimento do

indivíduo no mundo virtual por meio da imersão, sendo compreendido muitas vezes de maneira equivocada como uma simples maneira de escapar de problemas do cotidiano.

4 IMPACTOS DA PANDEMIA NA SOCIALIZAÇÃO E SAÚDE MENTAL

Sabendo da relação entre socialização, saúde mental e como os jogos se inserem nessas duas áreas, é importante entendermos como esses temas se apresentam no escopo da pandemia. Como já dito anteriormente, nosso estudo é delimitado pelo tempo da pandemia de COVID-19, que se estende ativamente desde 2020 até os dias atuais (2022). Para um aprofundamento mais claro, dividimos esse tópico entre os impactos na socialização e em seguida os impactos na saúde mental.

4.1 IMPACTOS NA SOCIALIZAÇÃO

Em um enfrentamento contra pandemias é comum que instituições sociais fechem devido ao grande número de pessoas circulando nesses locais. Qiu afirma que em pandemias a mobilidade é um fator chave, são restringidas viagens que incluem visitas a família, transporte de mercadorias e ocorre o fechamento de aeroportos e cancelamento de voos (Qiu et al., 2017, tradução nossa), além disso, é restringido o funcionamento de escolas, mercados e eventos, tudo isso torna-se uma realidade quando surge uma pandemia com grande risco de mortalidade. (Qiu et al., 2017, tradução nossa)

Além da restrição dos espaços sociais, que torna as pessoas cada vez mais isoladas devido a pouca circulação nesses locais, temos as feridas sociais que ficam mais evidentes em meio a cenários caóticos. As desigualdades na sociedade revelaram atitudes discriminatórias crescentes em relação a grupos de pessoas com base em seu status social, raça/etnia, idade, gênero, etc. (KIRAN, 2020, tradução nossa). Kiran diz que isso se deve ao fato de que pessoas nessas categorias serem, de maneira estigmatizada, avaliadas como mais propensas a se infectar pelo vírus e como resultado vistos como pessoas que devem ser mantidas afastadas para o bem de outros grupos. (KIRAN, 2020, tradução nossa).

Todos esses problemas são somados ao *lockdown*, o que interfere ainda mais nessas relações sociais. Quando a esfera social é quebrada, surgem então os conflitos internos enfrentados pelos indivíduos.

4.2 IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

Entendida a ligação entre socialização e saúde mental que pudemos analisar anteriormente, é possível se presumir que, com a interferência na vida social dos indivíduos causada pela pandemia e pelo *lockdown*, a saúde mental de quem está inserido nesse cenário também sofre um grande impacto.

Nesse cenário não está inserido somente o contexto familiar, mas também é de grande importância o papel exercido pelos governos e pela mídia. No cenário familiar, Brooks aponta que a perda da rotina habitual e o confinamento causavam tédio, frustração e uma sensação de isolamento do resto do mundo, o que resultava na sensação de angústia. (BROOKS, 2020, tradução nossa). Taylor lista alguns estressores relacionados a pandemias como: exposição a trauma (pelas mortes e infecções) e desordens como TEPT, TOC (devido a contaminação), transtornos relacionados ao luto, perda de produtividade e problemas como ansiedade e transtornos de humor. (TAYLOR, 2022, tradução nossa)

Em contextos maiores, estão as esferas governamentais e midiáticas, que também exerceram papéis fundamentais na saúde mental dos indivíduos durante a pandemia de COVID-19. Qiu menciona os impactos negativos na saúde, economia, sociedade e segurança gerados pela pandemia. Principalmente nas esferas políticas (QIU et al., 2017, tradução nossa). A transparência é um aspecto fundamental para a relação do povo com o governo. Os cidadãos precisam confiar nas instituições e em suas respostas à crise, e precisam de fontes confiáveis. (UN, 2020, tradução nossa) "A pandemia trouxe grandes transtornos para o funcionamento dos governos [...] e de funções públicas, incluindo a formulação de políticas, o fornecimento de serviços básicos, aplicação da lei e o funcionamento do sistema de justiça." (UN, 2020, p.1, tradução nossa).

Além dos governos, a maioria das pessoas recebe informação por meio de canais midiáticos, logo, a mídia também precisa de certa responsabilidade em momentos de crise. É possível supor que numa pandemia o conteúdo midiático tenha um efeito negativo quanto ao problema de saúde mental, principalmente quando a mídia foca mais no problema do que em soluções e medidas de

autoproteção (KLEMM et al., 2016, tradução nossa).

A mídia é um canal que lida com expectativas constantes dos espectadores em tempos de pandemia, devido ao fato de que durante esse período várias incertezas circulam as mentes dos indivíduos, como por exemplo o medo de se a doença se tornará pandemia, a taxa de mortalidade e evolução do vírus, se as medidas de cuidado serão efetivas, o tempo de duração e as paranoias individuais em relação a estar infectado ou não. (TAYLOR, 2022, tradução nossa).

Percebemos então os vários problemas que surgem na socialização e, simultaneamente, na saúde mental. Os problemas sociais surgem na esfera familiar, em grupos sociais, instituições sociais, e em esferas maiores como na cultura e em todo o país. O isolamento traz os mais variados problemas em relação à saúde mental, entre eles o esgotamento psicológico, e tudo fica mais intenso quando os indivíduos são submetidos a situações conflitantes como o *lockdown*.

O choque social e mental faz com que as pessoas pensem em seus valores sociais e prestem mais atenção a questões que, em uma vida cotidiana, não são levadas em conta, como enxergar o outro ao seu redor, ajudá-lo, questionar sobre os pertences que possuem, questionar a qualidade do tempo gasto em seu cotidiano, etc. (KIRAN, 2020, tradução nossa).

5 A JOGABILIDADE E A MÍDIA DE JOGOS NA PANDEMIA

Nesta parte da pesquisa apresentamos o mapeamento do impacto dos jogos obtido através da pesquisa bibliográfica, ainda abarcando uma análise teórica, os dados do questionário são mostrados mais a frente nos tópicos de análise e discussão.

5.1 O APOIO DOS JOGOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Antes de prosseguirmos é importante citar que como a maioria das atividades, pode gerar vícios e acabar provocando um efeito negativo na saúde de quem as pratica, assim explica Sundaray e Galimotu quando escrevem que as pessoas precisam se envolver em outras atividades ao invés de se isolarem somente em jogos, e que o tempo gasto excessivamente jogando pode causar problemas psicológicos (SUNDARAY e GALIMOTU, 2020, tradução nossa), entretanto, não é do objetivo deste trabalho explorar efeitos negativos causados pelo consumo excessivo de jogos, mas focarmos nos aspectos positivos que puderam auxiliar durante os tempos difíceis de isolamento. Com isso em mente, podemos prosseguir com este tópico.

Em termos de efeitos positivos, os jogos foram de fundamental auxílio à saúde mental durante a pandemia. Barr e Copeland-Stewart relatam que a socialização baseada nos jogos permitiu uma redução nos sentimentos de solidão (BARR e COPELAND-STEWART, 2021, tradução nossa) e os jogos ajudaram as pessoas em relação ao distanciamento, e permitiram sentimentos de relaxamento, controle e facilitaram conexões sociais (PEARCE et al., 2021, tradução nossa) eles se adaptaram facilmente a pandemia quando usados como fonte de conectividade, e acabaram proporcionando resiliência, bem-estar e criatividade (COWAN et al., 2021, tradução nossa).

É indispensável quando falamos sobre jogos, socialização e pandemia, citar os jogos eletrônicos, já que eles proporcionam grandes possibilidades de socialização e conexão entre os indivíduos, porém, as possibilidades criativas dos indivíduos afetados pelo isolamento não se limitaram somente a isso.

Como dito anteriormente, os jogos permitiram um grande aflorar de criatividade para aqueles que fizeram uso deles durante o *lockdown*. Famílias inteiras se reinventaram de várias formas para utilizar esse recurso lúdico a seu favor. Cowan mostra esse lado inventivo em sua pesquisa quando relata vários casos de pessoas que "saíram da caixinha" por necessidade de lazer, como é o caso de um jovem de dezessete anos do Reino Unido que jogava questionários online pelo Zoom juntamente com seus amigos, utilizando Power Point e laptops (COWAN et al., 2021, tradução nossa). Além disso, são citados também outros casos relatados por seus entrevistados durante a pesquisa, por exemplo, um deles realizou uma "sessão de bingo por videochamada" e outro "jogava Shut The Box⁴ via Zoom". (COWAN et al., 2021, tradução nossa).

As pesquisas realizadas por Pearce também exploram esse tipo de relação entre famílias e jogos, ele relata casos em que o jogo Animal Crossing (um jogo de simulação com animais antropomórficos em que o jogador deve decorar sua ilha e fazer amizade com os outros habitantes) serviu como grande auxiliador para pais que passavam por situações de pânico e estresse. A maioria dos participantes relatou que o jogo ajudou a lidar com as dificuldades de ter que trabalhar e exercer o papel de pais simultaneamente (PEARCE, 2021, tradução nossa).

Observamos então que as crianças, os pais e até mesmo os avós se reinventaram de várias formas dentro deste período pandêmico, e utilizaram como auxílio diversas maneiras de jogabilidade, inclusive brincadeiras (que até então também são entendidas como jogos) como bingo. Para adultos, exclusivamente, percebemos que jogar os trouxe uma sensação de controle em meio ao caos de seus lares, Pearce relata que quando os pais se separaram psicologicamente de seus mundos, puderam relaxar e encontrar um senso de cumprimento de objetivos e de controle. (PEARCE, 2021, tradução nossa).

⁴ Jogo de dados onde cada jogador deve derrubar pequenas peças de um tabuleiro de acordo com o valor tirado nos dados, vence quem tiver menos pontos.

5.2 O CONSUMO DA MÍDIA DE JOGOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Assim como o ato de jogar em si, as mídias de jogos também trazem uma maneira diferente de consumir esse tipo de conteúdo. As *livestreams* nos mostram que existem outros modos de estar envolto no universo lúdico de um jogo. É o que acontece, por exemplo, na relação entre um *streamer* e seus espectadores, em plataformas como Twitch, Facebook, YouTube, etc.

Complementando essa perspectiva, acredita-se que as *livestreams* sobre jogos exerceram uma influência significativa enquanto ferramentas de entretenimento e relacionamento devido aos problemas que surgiram com o isolamento social (SCAFURA, 2020). Essa influência pode ser melhor compreendida quando entendemos que essas plataformas, quando aparecem como novas experiências tecnológicas, têm o potencial de modificar e transformar a forma de experimentar os jogos, transformando a percepção e hábitos dos indivíduos (FARIA, 2020).

Segundo Castro, “num cenário marcado pelo isolamento social percebe-se que o ambiente digital se consolida como a estrutura midiática fundamental” (CASTRO, 2020, p. 93). Essa consolidação do ambiente digital, quando percebido no escopo das mídias relacionadas a jogos, se dá devido ao fato de que produtos de divertimento demandam formas cognitivas que não estão significativamente presentes nas habilidades contidas na cultura de massa tradicional. (RÉGIS, 2009).

Podemos perceber então a influência que mídias de jogos exerceram como uma extensão do ato de jogar, tanto o jogador (neste caso o *streamer*) quanto os espectadores estão envolvidos na atividade lúdica, e experienciam a mesma de forma semelhante, mas não totalmente igual, o que permite que as mídias também exerçam um auxílio importante no combate aos problemas gerados pela pandemia e pelo isolamento.

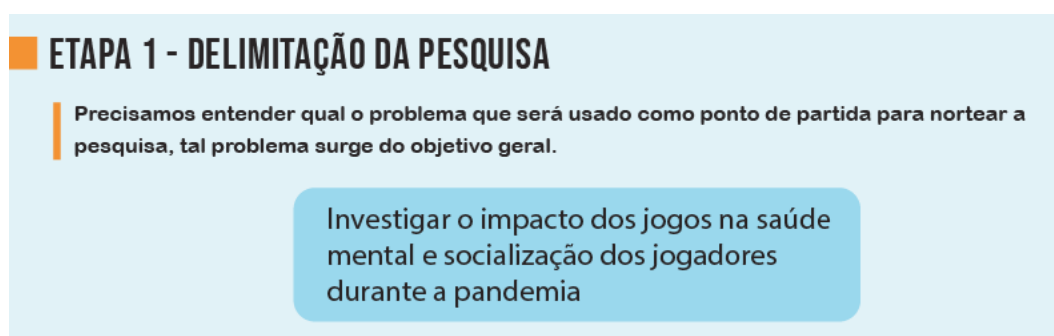
6 METODOLOGIA

6.1 PESQUISA BIBLIOGRÁFICA

A metodologia principal adotada para esse trabalho foi a de pesquisa bibliográfica. Segundo Lima e Miotto, “a pesquisa bibliográfica implica em um conjunto ordenado de procedimentos de busca por soluções, atento ao objeto de estudo, e que, por isso, não pode ser aleatório.” (LIMA e MIOTTO, p.38, 2007)

Nossa metodologia é dividida em quatro etapas, de modo que possamos ordená-la, e nela são utilizados seis subtópicos como norteamento para a pesquisa, desses seis subtópicos foi possível extrair as palavras chaves.

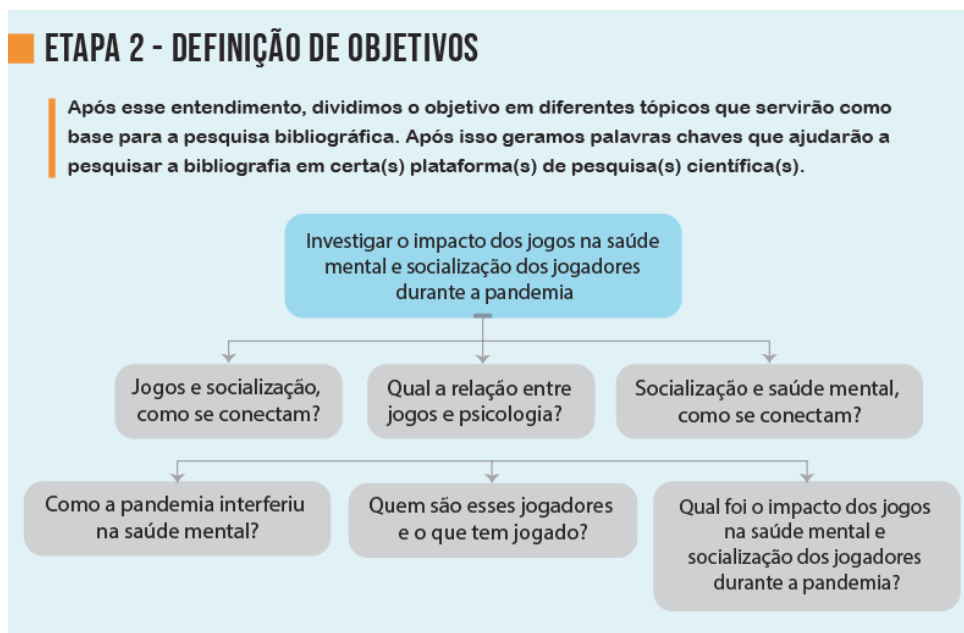
Figura 1 - Primeira etapa



Fonte: De autoria própria

Na primeira etapa da metodologia o objetivo geral serviu como norteador principal para a pesquisa, é a partir dele que podemos entender para qual caminho seguir. Após a delimitação do objetivo, seguimos para a segunda etapa.

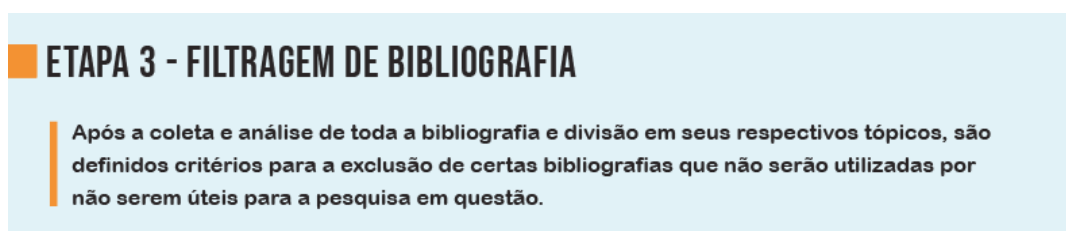
Figura 2 - Segunda etapa



Fonte: De autoria própria

Na segunda etapa dividimos o objetivo geral em seis tópicos que norteiam as áreas sobre as quais precisamos buscar material. Desses tópicos, pudemos extrair as palavras chaves que utilizamos para pesquisar todo o material presente no trabalho. As palavras chaves foram: saúde mental; pandemia; jogos; psicologia; e socialização. A plataforma utilizada para as pesquisas foi o Google Acadêmico, no período de abril a setembro de 2022.

Figura 3 - Terceira etapa



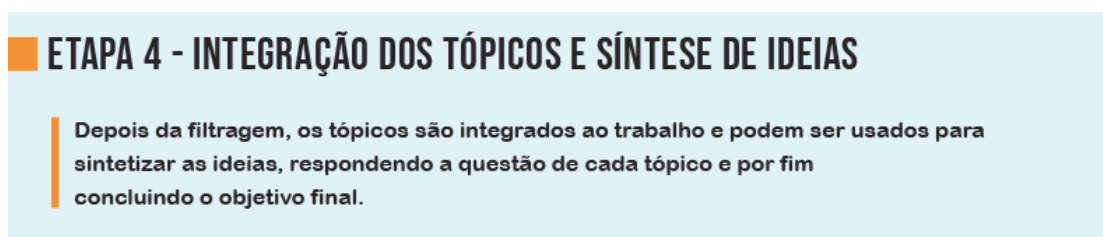
Fonte: De autoria própria

Definidas as palavras chaves, seguimos então para a terceira etapa. Nesta etapa os materiais são filtrados para que possamos escolher com mais precisão o que será incluído ou excluído de nosso trabalho. A análise do material foi feita de forma exploratória e seguiu uma abordagem qualitativa.

Para que os trabalhos fossem incluídos, seguimos os seguintes critérios: (i) publicados entre o período de 2010 a 2022; (ii) estar nas línguas: português ou inglês; (iii) com resultados ou conclusões claras que fornecessem embasamento suficiente para ser citado no trabalho; e (iv) bibliografia encontrada em plataforma científica.

Houveram pouquíssimas exceções nas quais algum desses critérios não foi preenchido, essas exceções se deram pois são materiais de grande importância para o complemento deste trabalho e, embora não se encaixem nesses filtros, são materiais fundamentais para o embasamento de alguns dos tópicos citados nas etapas anteriores.

Figura 4 - Última etapa



Fonte: De autoria própria

Por fim, na quarta etapa os materiais depois de filtrados foram incluídos no trabalho, cada uma das seis questões são transformadas em tópicos individuais.

6.2 PESQUISA MISTA (QUALITATIVA E QUANTITATIVA)

Além da metodologia aplicada anteriormente, foi utilizado também um questionário online para traçar o perfil dos jogadores, e entender a relação entre eles e os jogos durante a pandemia. É uma pesquisa quantitativa, pois busca compreender o tempo gasto nos jogos, entretanto, também fizeram se necessárias perguntas de cunho qualitativo, para entender qual a motivação por trás das mudanças nesse tempo e em alguns hábitos de consumo de mídias relacionadas à jogabilidade.

A pesquisa contou com a colaboração de 96 entrevistados e foi feita online por meio da plataforma Google Forms, e ficou disponível do dia 28 de setembro de 2022 até o dia 09 de outubro de 2022.

As perguntas tiveram como objetivo entender: (i) o perfil dos entrevistados; (ii) o tempo e frequência gastos em jogos e os motivos por trás disso; (iii) os tipos de jogos; (iv) a quantidade de tempo gasta pelos entrevistados consumindo canais midiáticos sobre esse tema.

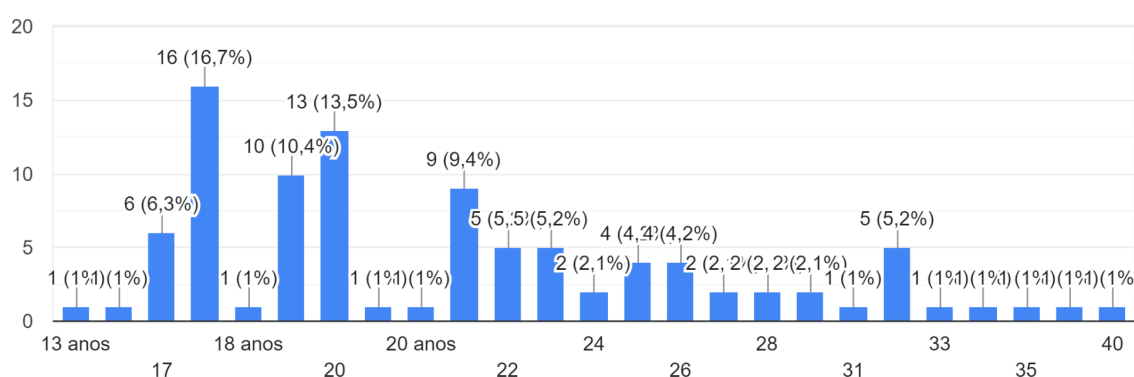
7 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

7.1 PERFIL

Abaixo podemos observar um grande intervalo de idade entre os entrevistados, o perfil obtido varia desde os 13 anos até 40 anos de idade. As três grandes maiorias apontam 18 anos (17,7%), 20 anos (15,5%) e 21 anos (9,4%).

Qual sua idade?

96 respostas

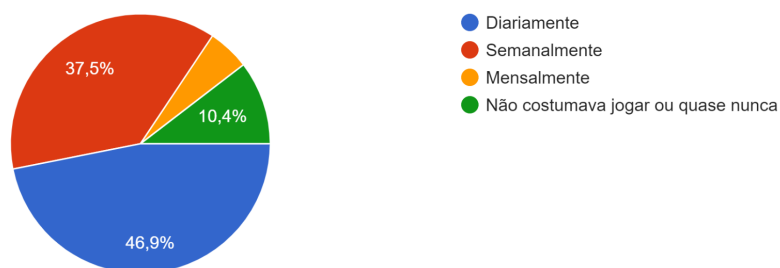


7.2 FREQUÊNCIA E TEMPO JOGANDO ANTES DA PANDEMIA

Os dados coletados sobre frequência indicam que *antes* da pandemia 45 pessoas costumavam jogar diariamente (46,9%), em seguida 36 jogavam semanalmente (37,5%), 10 não costumavam ou dificilmente jogavam (10,4%) e por fim 5 costumavam jogar mensalmente (5,2%). Em relação ao tempo, 45 pessoas relataram jogar de 2 a 4 horas (46,9%), em seguida 30 jogavam de 5 a 11 horas (31,3%), 12 relataram 1 hora ou menos (12,5%) e por fim, os extremos, 5 pessoas com mais de 12 horas (5,2%) e 4 não jogavam ou quase nunca (4,2%).

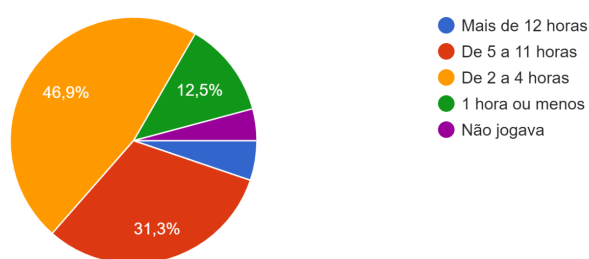
Antes da pandemia você jogava com qual frequência?

96 respostas



Por quanto tempo?

96 respostas

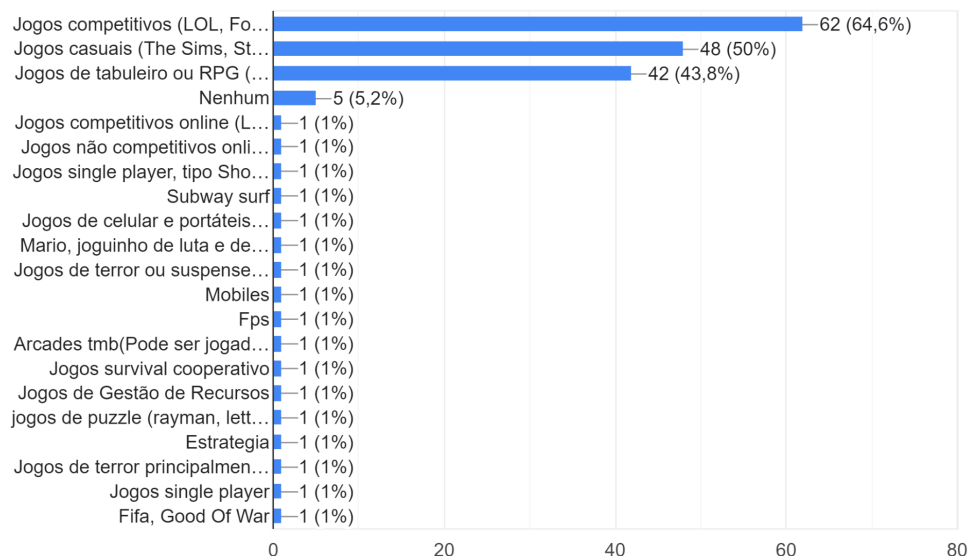


7.3 TIPOS DE JOGOS

Em relação a quais jogos os entrevistados relataram, 62 citaram os jogos competitivos (64,6%), seguidos de 48 pessoas para jogos casuais (50%) e 42 citaram jogos de tabuleiro ou RPG (43,8%). Além disso, apenas 5 deles (5,2%) relataram não jogar nada; é importante citar que eram respostas de múltipla escolha.

Qual tipo de jogo?

96 respostas

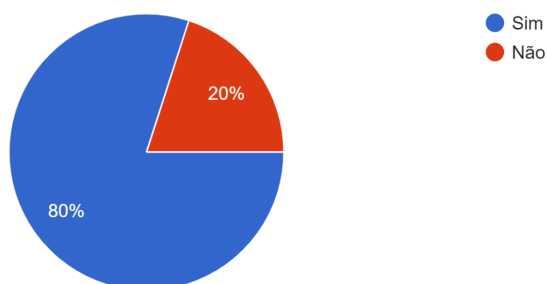


7.4 QUEM NÃO JOGAVA E PASSOU A JOGAR

Nesta pergunta misturamos respostas qualitativas e quantitativas, é uma pergunta condicional onde os entrevistados só responderiam caso tivessem relatado que não jogavam nada antes da pandemia, então deveriam responder se jogaram depois, qual o motivo e qual tipo de jogo. 4 pessoas relataram que passaram a jogar depois da pandemia e 1 delas relatou não jogar.

Passou a jogar depois?

5 respostas

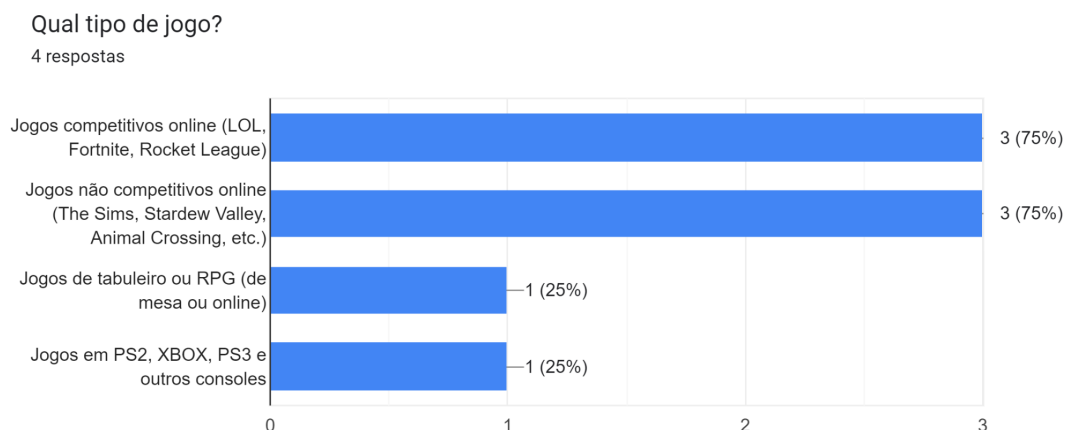


7.4.1 Qual o motivo

Obtivemos as seguintes respostas sobre qual o motivo deles terem passado a jogar depois da pandemia: diversão, passatempo e socialização; o fato de ter adquirido um notebook decente; ter adquirido novos hardwares para o computador; e, por fim, suprir o tédio.

7.4.2 Tipos de jogos

Sobre os tipos de jogos escolhidos por quem não jogava antes, os jogos competitivos e não competitivos obtiveram resultados iguais, ou seja, 3 pessoas (75%), seguido de 1 pessoa em jogos de tabuleiro ou RPG (25%) e 1 pessoa em jogos para consoles (25%).



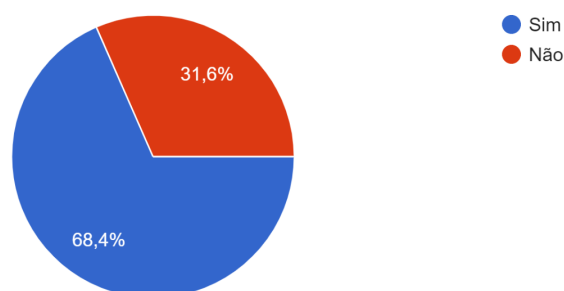
7.5 FREQUÊNCIA E TEMPO JOGANDO DURANTE A PANDEMIA

7.5.1 Frequência

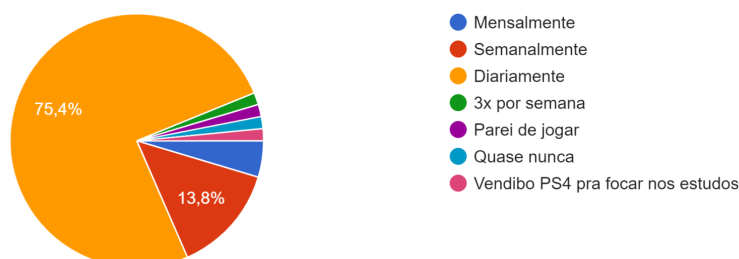
Quanto a mudança na frequência e tempo jogando, 65 entrevistados (68,4%) responderam que houve sim mudança na sua frequência jogando e 30 deles (31,6%) responderam que não houve nenhuma mudança. Desses 65, 49 deles (75,4%) relataram ter passado a jogar diariamente, seguidos de 9 (13,8%) que responderam semanalmente, depois 3 (4,6%) mensalmente e as demais respostas são divididas entre cerca de 3 vezes por semana, pessoas que pararam de jogar ou

quase nunca jogavam, e pessoas que venderam sua máquina para focar em outras áreas de suas vidas. É importante ressaltar que a segunda resposta é uma resposta condicional, só as pessoas que responderam “sim” (65 pessoas) são levadas para a segunda pergunta, as que responderam “não” não respondem a frequência nem o tempo, já que não houve mudança e passam para a próxima pergunta.

Durante a pandemia houve alguma mudança na sua frequência jogando?
95 respostas



Com qual frequência você passou a jogar?
65 respostas



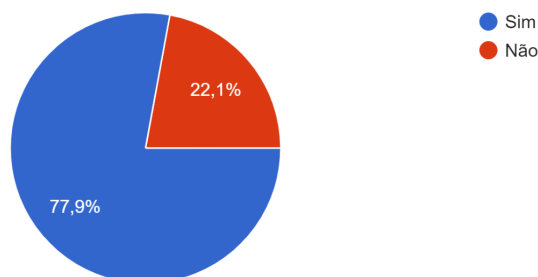
7.5.2 Tempo

Os dados obtidos sobre o tempo gasto mostram que 74 (77,9%) das pessoas tiveram sim mudança no tempo jogando e 21 (22,1%) não tiveram mudança no tempo. 32 entrevistados (43,2%) passaram a jogar de 5 a 11 horas, seguidos de 20 deles (27%) relatando jogar mais de 12 horas, depois 14 deles (18,9%) jogando de 2 a 4 horas, 5 deles (6,8%) jogando 1 hora ou menos e por fim cerca de 1% relatou parar de jogar ou não saber o tempo certo que passou jogando. Assim como a

resposta anterior, também era uma pergunta condicional e só quem respondeu sim passou para a pergunta de quanto tempo mudou.

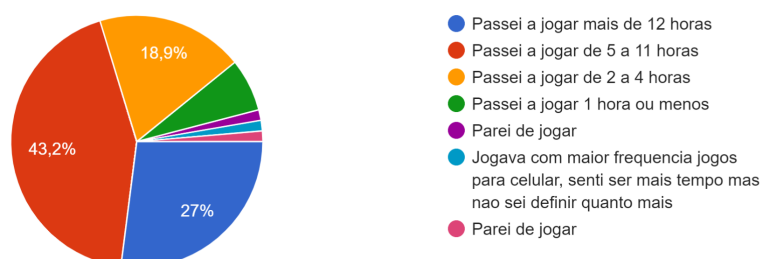
Durante a pandemia houve alguma mudança no seu tempo jogando?

95 respostas



Quanto tempo?

74 respostas



7.5.3 Motivos

Os motivos aqui relatados são de grande importância, portanto decidimos dar um enfoque maior a eles nessa parte do trabalho, pois essas respostas específicas são de grande valor para a fundamentação de nossas hipóteses. Aqui percebemos que as motivações variam em dois sentidos: (a) pessoas que diminuíram seu tempo de jogo devido a fatores externos e internos aos jogos e (b) pessoas que aumentaram seu tempo de jogo devido a esses mesmos fatores.

Quanto aos fatores que os levaram a diminuir seu tempo de jogo, estavam: (i) rotina e trabalho, pois exigiam o tempo disponível dessas pessoas, não restando tempo nenhum para os jogos; (ii) sintomas psicológicos (ansiedade, depressão, stress, etc.), nesse caso específico, os jogos não os ajudaram no combate ou diminuição desses sintomas, pelo contrário, jogar aumentava o stress ou haviam

casos em que a ansiedade e a depressão não permitiam que o indivíduo se concentrasse na atividade; e, por fim, (iii) atividades mais urgentes, como escola, ou os estudos em áreas específicas para o desenvolvimento profissional.

Quanto aos fatores que os levaram a aumentar o seu tempo de jogo, aqui podemos perceber um fato curioso, pois os mesmos fatores que fizeram alguns perderem o interesse pelos jogos apareceram em outros indivíduos como gatilho para aderir a essa mesma atividade. Esses fatores foram: (i) sintomas psicológicos, nesse caso, o jogo foi utilizado para combater esses sintomas, permitindo o alívio da depressão, stress ou ansiedade das pessoas ao serem inseridas na realidade do jogo; (ii) tédio ou tempo livre, que foram as motivações que mais apareceram dentre as respostas devido ao *lockdown*; e, finalmente, (iii) socialização, pois os jogos permitiram o contato com pessoas distantes.

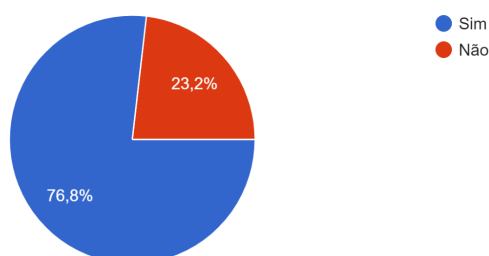
7.6 O CONSUMO DE MÍDIA SOBRE JOGOS ANTES DA PANDEMIA

Em relação ao consumo de mídias sobre jogos, 73 dos participantes (76,8%) relataram consumir conteúdos relacionados a jogos antes da pandemia, e 22 deles (23,2%) relataram não consumir. Quanto ao tempo que costumavam consumir, 40 pessoas (54,8%) responderam de 2 a 4 horas de consumo dessas mídias, seguidos de 17 pessoas (23,3%) que responderam menos de 1 hora, depois 14 delas (19,2%) relataram consumir de 5 a 11 horas e 2 delas (2,7%) mais de 12 horas.

Além das perguntas sobre tempo e consumo, aos entrevistados que responderam que não consumiam mídias sobre jogos antes da pandemia, lhes foi perguntado se passaram a consumir durante a pandemia. Dessas respostas, 11 (50%) responderam que sim e 11 (50%) responderam que não.

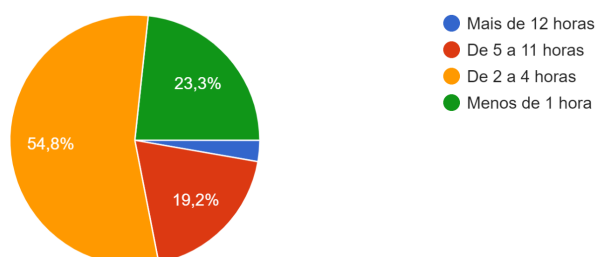
Você costumava consumir conteúdos relacionados a jogos (livestreams, vídeos no youtube, instagram de jogos, canais televisivos relacionados a jogos) ANTES da pandemia?

95 respostas



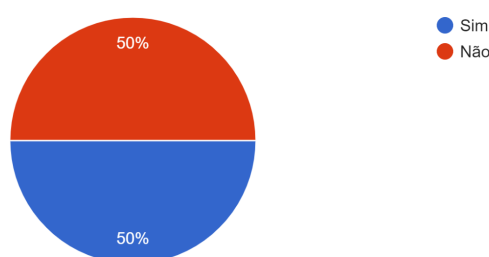
Quanto tempo?

73 respostas



Passou a consumir?

22 respostas

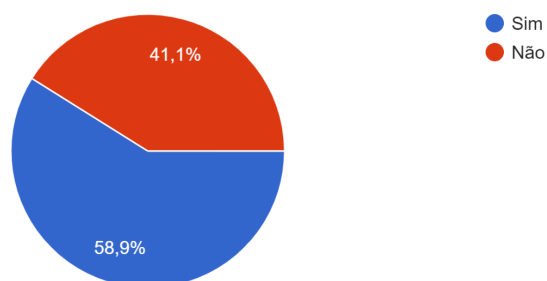


7.7 O CONSUMO DE MÍDIA SOBRE JOGOS DURANTE A PANDEMIA

Os dados sobre o consumo dessas mídias durante a pandemia revelam que 43 das pessoas (58,9%) tiveram mudanças no tempo de consumo, enquanto 30 (41,1%) relataram não ter ocorrido nenhuma mudança. Para aqueles que responderam ter havido alguma mudança, foi perguntado quanto tempo foi usado consumindo tais mídias, 22 deles (40,7%) responderam de 2 a 4 horas, 18 deles (33,3%) responderam de 5 a 11 horas, seguidos de 10 (18,5%) que responderam mais de 12 horas e finalmente 4 (7,4%) responderam menos de 1 hora.

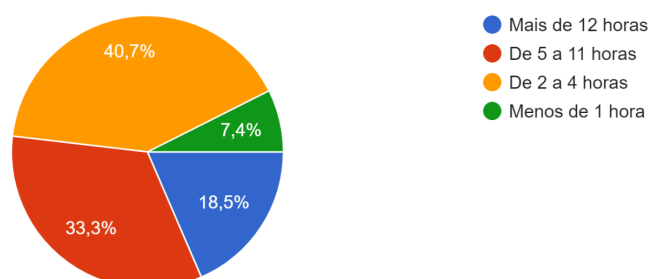
DURANTE a pandemia, houve alguma mudança no tempo de consumo dessas mídias?

73 respostas



Quanto tempo você passou a consumir durante a pandemia?

54 respostas

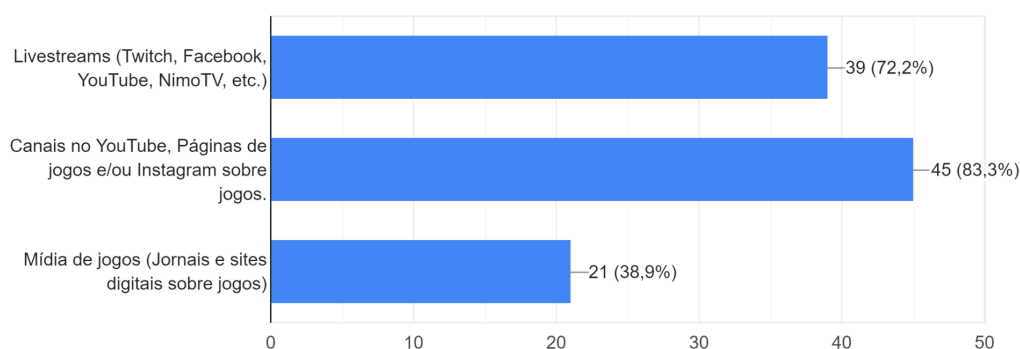


7.8 TIPOS DE MÍDIAS CONSUMIDAS

Quanto aos tipos de mídias consumidas durante a pandemia, 39 (72%) relataram consumir canais de *livestream*, 45 (83,3%) relataram consumir páginas de jogos e canais de redes sociais sobre o tema e por fim, 21 (38,9%) relataram consumir jornais e sites sobre o assunto.

Selecione o tipo de conteúdo de jogos que você passou a consumir durante a pandemia

54 respostas

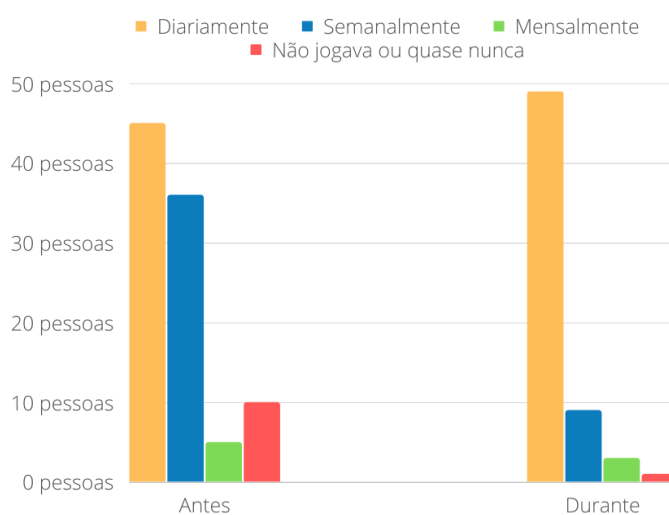


7.9 RELAÇÃO E COMPARAÇÃO DOS DADOS

7.9.1 Frequência

No gráfico abaixo podemos observar que houve um aumento nos jogadores que costumavam jogar diariamente, subindo de 45 para 49 pessoas. Em seguida vemos uma diminuição na quantidade de pessoas que jogavam semanalmente, de 36 para 9 e mensalmente de 5 para 3, além disso, quem não costumava jogar ou quase nunca também caiu de 10 para 1 pessoa.

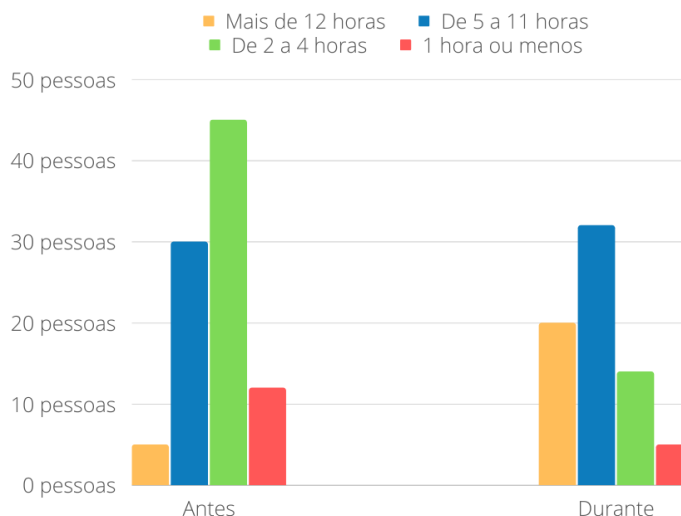
Frequência de jogo dos entrevistados antes e durante a pandemia



7.9.2 Tempo

Em relação ao tempo, o número de pessoas que jogavam mais de 12 horas aumentou de 5 para 20, pessoas que jogavam de 5 a 11 horas aumentou de 30 para 32, de 2 a 4 horas diminuiu de 45 para 14 e por fim 1 hora ou menos de 12 pessoas para 5.

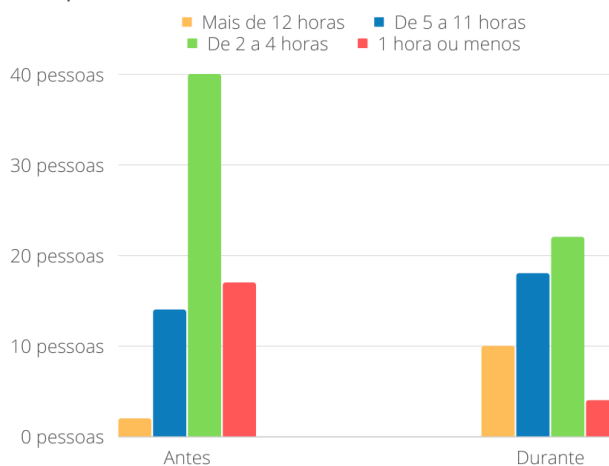
Tempo de jogo dos entrevistados antes e durante a pandemia



7.9.3 Sobre o tempo de consumo de mídias sobre jogos

O tempo de consumo das mídias mostra um aumento de 2 pessoas que consumiam esse tipo de mídia para 10 por 12 horas ou mais, em seguida vemos um aumento de quem consumia de 5 a 11 horas de 14 para 18 pessoas, depois observamos uma diminuição no tempo de 2 a 4 horas de 40 para 22 entrevistados e por fim uma diminuição de 17 para 4 entrevistados que consumiam menos de 1 hora.

Tempo de consumo da mídia de jogos pelos entrevistados antes e durante a pandemia



O que podemos concluir sobre esses dados é que os extremos menores tiveram uma queda, as pessoas que jogavam ou consumiam conteúdo por 2 a 4

horas ou 1 hora ou menos acabaram diminuindo durante a pandemia, em contrapartida, os pólos opostos, de 12 horas ou mais ou de 5 a 11 horas acabaram aumentando.

De forma semelhante aconteceu com as frequências, as pessoas passaram a consumir mais jogos diariamente e diminuíram semanal ou mensalmente. Foram poucos os dados obtidos de pessoas que não jogavam mas passaram a jogar, o que nos leva a uma conclusão muito rasa para concluir qualquer hipótese sobre esse tipo específico de consumidor, no entanto, para aqueles que já possuíam o hábito de jogar, somos capazes de afirmar que houve um aumento no tempo de jogo, principalmente pelo tempo ocioso e necessidades psicológicas gerados pela pandemia, assim como um aumento no consumo de conteúdo midiático relacionado a jogabilidade.

Com base nos dados coletados, principalmente em relação aos motivos dos jogadores, pudemos explorar melhor o uso dos jogos do ponto de vista mercadológico, e o que concluímos em relação a isso é que são muitas as possibilidades de exploração dos jogos em relação ao mercado. Uma das sugestões, para fins de exemplo, é de se criar, a partir das conclusões deste trabalho, nichos específicos centrados no desenvolvimento e exercício da identidade social e psicológica do jogador. Além disso, buscamos incentivar que as empresas e os desenvolvedores de jogos estejam mais atentos com esses critérios durante a criação, pois podem agregar um enorme valor humano e criativo para seus projetos.

Concluímos também que nosso entendimento do apoio dos jogos a favor da socialização e a saúde mental se deu na medida que percebemos o auxílio deles em relação a dois critérios apresentados anteriormente, sendo eles (a) auxílio no desenvolvimento da identidade social e psicológica do jogador durante o isolamento (nesse caso por meio de jogos competitivos, de tabuleiro ou de RPG, que proporcionam a interação com outros jogadores) e (b) ajudaram a lidar com os fatores negativos gerados pelo isolamento mostrados anteriormente, sendo eles: sintomas psicológicos, tédio ou tempo livre (que podemos resumir como necessidade de distração) e contato com outras pessoas (por meio de jogos casuais, que permitiram o senso de controle e relaxamento).

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os jogos carregam até hoje um certo estigma social de que são atividades com a mera finalidade de divertir, nossa pesquisa permite um olhar diferente para essa atividade, utilizando os conceitos apresentados por autores como Huizinga, que o mostram como um fenômeno natural do ser humano e até mesmo de outros animais, junto dos conceitos anteriormente apresentados sobre psicologia e socialização.

A finalidade de nossos estudos é permitir que a ciência possa se aproximar dos jogos com um olhar mais sério e livre desses estigmas sociais. Abordar a importância dos mesmos segundo a psicologia nos permite mostrar para as pessoas que o ato de jogar transcende o aspecto de diversão. Eles podem servir como importantes auxiliares para problemas cotidianos ou, como é o caso de uma pandemia, problemas mais impactantes e de maior escala que aparecem de maneira súbita.

Os principais resultados obtidos foram: (i) a maioria dos jogadores é constituída por um público jovem entre 18 e 25 anos, e os jogos mais jogados são jogos competitivos, que possuem um grande fator de interação entre jogadores, jogos casuais, que ajudam o jogador a relaxar e o mantêm em um ambiente livre de problemas que o deixem em algum estado de perturbação mental ou sensorial e jogos de RPG, que também possuem um grande fator de interação entre os indivíduos assim como um grande estímulo a imaginação (ii) a síntese de como jogos são inseridos na psicologia, como auxílio para situações difíceis e que envolvem problemas psicológicos como depressão, ansiedade e vários transtornos gerados por situações de stress; (iii) a percepção de como a socialização está inserida dentro dessa atividade, por meio de interações dentro e fora do ambiente entre os indivíduos que possuem um objetivo em comum; (iv) o registro de um aumento significativo na frequência e tempo de jogo dos indivíduos durante a pandemia; (iv) e por fim, o aumento também no consumo de mídias sobre esse tema durante a pandemia.

Limitamos nossa pesquisa com um intuito objetivo de entender quais fatores humanos são afetados durante a jogabilidade, assim como entender o perfil do público que está inserido nesse tipo de atividade. Portanto, seria de grande auxílio um aprofundamento nos fatores sociais e psicológicos presentes no ato de jogar, assim como uma exploração mais específica nos impactos que essa atividade pode causar na saúde mental dos envolvidos.

Como sugestão de outras áreas a que nosso estudo pode ajudar a expandir, temos como possibilidade usar as informações aqui obtidas e também utilizar de melhor maneira os jogos como meio de auxílio à saúde mental fora do contexto pandêmico, em outras situações como, por exemplo, pacientes em hospitais, idosos em casas de repouso ou até mesmo como uma ferramenta de auxílio na educação de crianças e jovens.

Concluimos então que os jogos carregam um potencial que transcende a ideia de lazer, pois são ferramentas lúdicas que podem servir para fins educacionais, de saúde e de desenvolvimento de habilidades, sejam elas sociais, cognitivas, emocionais, etc. Temos como ideia para trabalhos futuros nos aprofundar no entendimento desse potencial de desenvolvimento dessas habilidades, assim como explorar o lado dos jogos visto como um fenômeno, de modo que possamos perceber como eles transcendem a ideia de uma simples diversão e explorar essa dimensão mais expansiva e significativa que eles possuem.

Quando utilizados de maneira não exagerada, certos jogos trazem para os jogadores uma dimensão de realidade e percepção que vai além do que o corpo físico é capaz de experimentar, dessa forma, podemos quebrar o estigma citado anteriormente e se aproximar dessa atividade de uma nova maneira mais aberta à experimentação. Assim, podemos percebê-los não apenas como uma simples maneira de passar o tempo, mas como o poderoso refúgio que se encontra em cada um desses universos lúdicos.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, P. Para uma teoria da socialização. **Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto**, v. XXI, p. 121–139, 2011.

BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912–920, 2020.

COWAN, K. et al. Children's Digital Play during the COVID-19 Pandemic: insights from the Play Observatory. **Journal of e-Learning and Knowledge Society**, v. 17, n. 3, p. 8-17, 31 dez. 2021.

FALL GUYS. **Mediatonic**, 2020. 1 jogo eletrônico.

FARIA, N. H. S. A indústria do entretenimento e a expansão do streaming em meio a pandemia. Monografia (Comunicação Social com Habilitação em Jornalismo) - **Centro Universitário do Sul de Minas – UNIS/MG**. Varginha, p. 33. 2020.

FORTNITE. **Epic Games**, 2017. 1 jogo eletrônico.

HODENT, C. The psychology of video games. London; New York: **Routledge**, 2021.

HUIZINGA, J. Homo Ludens. 4. ed. São Paulo: **Perspectiva**, 2000.

JENSEN, L. et al. OS GAMES COMO REPRESENTAÇÃO DE COMPETIÇÃO E SOCIALIZAÇÃO: UMA ANÁLISE BALIZADA EM “WORLD OF WARCRAFT”. **Corpoconsciência**, p. 37–47, 3 abr. 2019.

JIA, A. L. et al. Socializing by Gaming: Revealing Social Relationships in Multiplayer Online Games. **ACM Transactions on Knowledge Discovery from Data**, Nova York, ano 2015, v. 10, n. 2, p. 1-29, 12 out. 2015. Disponível em: <<https://dl.acm.org/doi/10.1145/2736698>>. Acesso em: 26 abr. 2022.

Jogador de LoL quebra computador com a cabeça após derrota. Disponível em: <<https://igames.ig.com.br/2017-03-23/lol-raiva-china.html>>. Acesso em: 28 ago. 2022.

KIRAN, E. Prominent issues about the social impacts of covid 19. **Gaziantep University Journal of Social Sciences**, v. 19, n. COVID-19 Special, p. 752–766, 2020

KLEMM, C. DAS, E. HARTMANN, T. Swine flu and hype: a systematic review of media dramatization of the H1N1 influenza pandemic. **Journal of risk research**, v. 19, n. 1, p. 1–20, 2016.

LEAGUE OF LEGENDS. **Riot Games**, 2009. 1 jogo eletrônico.

LIMA, T. C. S. DE; MIOTO, R. C. T. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. **Revista Katálisis**, v. 10, n. esp., p. 37–45, 2007.

MEDEIRO, M. S. F. A construção teórica dos conceitos de socialização e identidade. **Revista de ciências sociais**, v.33, n.1, p.78-86, 2002.

MEZZAROBÀ, C. O IMPULSO LÚDICO, A EXPERIÊNCIA ESTÉTICA E A CULTURA MIDIÁTICA ESPORTIVA: ESBOÇANDO APROXIMAÇÕES E POSSIBILIDADES. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, v. 3, n. 1, p. 53–75, 2016.

NOVAK, J. **Desenvolvimento de Games**. São Paulo: Cengage Learning, 2010.

OPAS. Histórico da pandemia de COVID-19. **Organização Pan-Americana de Saúde**. [S.l.] [2020?]. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>. Acesso em: 24 jul. 2022.

OVERWATCH. **Blizzard Entertainment**, 2016. 1 jogo eletrônico.

PANEGALLI, F. S. et al. REALIDADE AUMENTADA NO DESENVOLVIMENTO DE JOGOS EDUCACIONAIS: UM ESTUDO DE CASO DE UM JOGO DE LÍNGUA INGLESA. **RENOTE**, v. 13, n. 1, 5 ago. 2015.

PEARCE, K. E. et al. “I need to just have a couple of White claws and play animal crossing tonight”: Parents coping with video games during the COVID-19 pandemic. **Psychology of Popular Media**, 2021.

PEDROSO, M. FORTE, C. E. **Comfort games: um estudo sobre os jogos como espaço de conforto emocional**. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<https://www.sbgames.org/proceedings2021/CulturaShort/217167.pdf>>.

QIU, W. et al. The pandemic and its impacts. **Health Culture and Society**, v. 9, p. 1–11, 2017.

RÉGIS, F. Tecnologias de comunicação, entretenimento e competências cognitivas na cibercultura. **Revista FAMECOS**, v. 15, n. 37, p. 32-37, 27 jan. 2009.

SCAFURA, B. Assista-me jogar: uma reflexão sobre o impacto da pandemia de Covid-19 no consumo e produção de conteúdo em plataformas de live streaming. **Revista Comunicando**, 29 dez. 2020.

SUNDARAY, A. GALIMOTU, N. C. Effects of video games on individuals during COVID-19 lockdown in India. **The International Journal of Indian Psychology**, 2020.

TAYLOR, S. The psychology of pandemics. **Annual review of clinical psychology**, v. 18, n. 1, p. 581–609, 2022.

THE SIMS. Maxis. **Electronic Arts**, 2000. 1 jogo eletrônico.

WAZLAWICK, P. et al. Para a definição do conceito de socialização positiva de jovens. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v. 11, n. 2, p. 78-100, TRI II, 2017. ISSN 1980-7031

WICHMAN, H. Effects of isolation and communication on cooperation in a two-person game. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 16, n. 1, p. 114–120, 1970.

ANEXO A - QUESTIONÁRIO

SOBRE A IDENTIFICAÇÃO DO PERFIL

1. Qual o seu nome?
2. Qual sua idade?

SOBRE A FREQUÊNCIA, O TEMPO E O TIPO DE JOGO ANTES DA PANDEMIA

3. Antes da pandemia você jogava com qual frequência?
4. Por quanto tempo?
5. Qual tipo de jogo?

PERGUNTA CONDICIONAL CASO O JOGADOR NÃO JOGASSE ANTES

6. Passou a jogar depois?
7. Por qual motivo?
8. Qual tipo de jogo?

SOBRE A FREQUÊNCIA, O TEMPO E O TIPO DE JOGO DURANTE A PANDEMIA

9. Durante a pandemia houve alguma mudança na sua frequência jogando?
10. Com qual frequência você passou a jogar?
11. Durante a pandemia houve alguma mudança no seu tempo jogando?
12. Quanto tempo?
13. Por qual motivo?

SOBRE O CONSUMO DA MÍDIA DE JOGOS ANTES DA PANDEMIA

14. Você costumava consumir conteúdos relacionados a jogos (*livestreams*, videos no youtube, instagram de jogos, canais televisivos relacionados a jogos) ANTES da pandemia?
15. Quanto tempo?

PERGUNTA CONDICIONAL CASO O JOGADOR NÃO CONSUMISSE

16. Passou a consumir?

SOBRE O CONSUMO DA MÍDIA DE JOGOS DURANTE A PANDEMIA

17. Durante a pandemia, houve alguma mudança no tempo de consumo dessas mídias?
18. Quanto tempo você passou a consumir durante a pandemia?

19. Selecione o tipo de conteúdo de jogos que você passou a consumir durante a pandemia.