



CURSO DE PSICOLOGIA

SERGIO BRUNO DANTAS PONTES

**A DEPENDÊNCIA DE JOGOS E A ANSIEDADE: UMA INTERPRETAÇÃO
ANALÍTICO-COMPORTAMENTAL**

FORTALEZA

2022

SERGIO BRUNO DANTAS PONTES

**A DEPENDÊNCIA DE JOGOS E A ANSIEDADE: UMA INTERPRETAÇÃO
ANALÍTICA COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em (nome
do curso) da Faculdade Ari de Sá.

Orientador: Dr. Tiago Oliveira Magalhães

FORTALEZA

2022

Folha destinada à inclusão da **Ficha Catalográfica** a ser solicitada à Biblioteca da FAS e posteriormente impressa no verso da Folha de Rosto (folha anterior).

Espaço destinado à elaboração da ficha catalográfica sob responsabilidade da Faculdade Ari de Sá.

SERGIO BRUNO DANTAS PONTES

**A DEPENDÊNCIA DE JOGOS E A ANSIEDADE: UMA INTERPRETAÇÃO
ANALÍTICA COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em (nome
do curso) da Faculdade Ari de Sá.

Orientador: Dr. Tiago Oliveira Magalhães

Aprovada em: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Tiago de Oliveira Magalhães
Faculdade Ari de Sá

Prof. Dr. Áurea Júlia Abreu Costa
Faculdade Ari de Sá

Prof. Me. Karine Lima Verde Pessoa
Faculdade Ari de Sá

Dedico este trabalho à minha namorada Denise, a meu avô, minha mãe e ao meu falecido pai. Sem vocês não sei se teria conseguido realizar este trabalho.

AGRADECIMENTOS

À Deus pela oportunidade de um novo dia.

À meu pai, por ter me dado subsídios, educação e ter feito um papel grandioso em minha formação como ser humano.

À Denise por tanto que não cabe em uma breve linha, mas acima de tudo por seu amor e acolhimento.

À minha mãe por ter se esforçado em dar sempre o que estivesse ao seu alcance.

Ao meu avô que é meu segundo pai, por ter me ensinado um pouco da sua sabedoria de vida.

À Yara, minha cachorrinha que é mais que um animal de estimação e esteve sempre do meu lado desde o dia em que eu a adotei.

À todos os meus professores que foram guias em minhas jornada acadêmica, em especial a professora Elívia, Caio e o Tiago, que resguardo carinho e muito respeito e admiração.

Aos meus colegas de turma pela amizade e todo apoio necessário nessa jornada.

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo investigar o usufruto dos jogos digitais por indivíduos acometidos por sintomas ansiosos, por motivos da pertinência deste assunto na atualidade e do potencial de desenvolvimento exponencial da indústria de jogos. Para tanto foi utilizado como método a revisão narrativa, que por características são amplos os meios que obtém uma descrição apropriada para o desenvolvimento de assuntos específicos, sensível em utilizar de amplas fontes sem necessariamente citá-las, a metodologia para buscar referências basicamente, não é delimitada (ROTHER, 2007). O processo de criação deste trabalho utilizou a análise de teses, dissertações, artigos científicos, reportagens, livros, sites e revistas acerca do transtorno de ansiedade, dependência em jogos, psicologia e análise do comportamento. Compreendendo com uma análise funcional os resultados angariados demonstram que os sujeitos usam do manejo de jogos como evitação e esquiva para situações aversivas, quantos mais jogam menos sintomas ansiosos apresentam.

Palavras-chave: jogos. ansiedade. dependência. análise do comportamento.

1	INTRODUÇÃO	13
2	SEÇÃO PRIMÁRIA (TRANSTORNOS EMOCIONAIS E A DEPENDÊNCIA DE JOGOS ELETRÔNICOS)	14
2.1	SEÇÃO SECUNDÁRIA (ANSIEDADE E JOGOS ELETRÔNICOS)	14
2.1.1	Seção Terciária (A ANÁLISE DO COMPORTAMENTO COMO ABORDAGEM PARA ELUCIDAR O COMPORTAMENTO DEPENDENTE)	15
3	MÉTODO	15
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	16
4.1	tabela 1	16
4.2	tabela 2	16
4.3	tabela 3	18
4.4	tabela 4	18
4.5	tabela 5	18
5	CONCLUSÃO	27
	REFERÊNCIAS	27

1 INTRODUÇÃO

A disseminação e a popularização dos jogos de videogames surge na segunda metade do século XX. Hoje o que acontece comumente quando se fala sobre os problemas acerca dos jogos eletrônicos é, que estes problemas parecem ter surgido com eles, fazendo parecer que o passado foi algo utópico. No imaginário social, ao se referir sobre jogos e tecnologia, entretenimentos estes que vieram para ficar, há sempre quem os culpe por comportamentos problemáticos. No entanto, serão os jogos o principal fator adoecedor? Sobre isso, é interessante falar sobre a atualidade e se aprofundar brevemente sobre os jogos para se ter uma clareza maior.

Para falar de jogos e sobre seu papel na nossa sociedade atual é interessante dissertar que vivemos uma era em que as relações são líquidas, o excesso de informação nos sobrecarrega e o desenvolvimento tecnológico está quase que completamente envolto nisso tudo. Assim, o que os jogos nos dizem sobre nossa atualidade? É importante também resgatar um pouco do que alguns teóricos da psicologia falam sobre os jogos. Segundo HUIZINGA (2011 apud CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME, 2017), diversos autores fundamentais da psicologia, como Freud, Vygotsky e Piaget, reconhecem a relevância e benefícios dos jogos na vida humana como sociabilidade, afetividade e cognição, destacando-o como atividade universal, uma forma para apreender o mundo, regras e cultura, através do brincar. Percebe-se que o mundo lúdico pode proporcionar vários significados. No entanto, os jogos eletrônicos existem atualmente de forma peculiar e anacrônica dos jogos referidos por estes autores. Em pesquisas consistentes mais recentes, o uso de jogos digitais foi relacionado a uma melhor e maior facilidade de aprendizado, desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e afetivas e também bons resultados no que diz respeito a facilitar a socialização, bastante efetivo em pacientes autistas (FINKE, HICKERSON E KREMKOW, 2018 (*APUD* FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). Diante disso é possível observar os aspectos positivos acerca dos jogos. Contudo, fatores negativos também os cerceiam e sobre isso é importante destacar que existe uma crescente preocupação acerca dos jogos digitais, por parte dos pais e cuidadores, relacionada ao tempo aumentando progressivamente dos jovens ao uso dos games (BREDA, PICON, MOREIRA e SPRITZER, 2014).

Que os jogos podem ser mais atraentes que outras atividades não reforçadoras como atividade cotidianas normais, isso é óbvio, mas será se ele pode se tornar um “vício”? Esse é outro ponto deste trabalho, como os jogos podem se tornar algo fora de controle se

transformando antes o que podia ser uma estratégia de coping por exemplo, em um uso dependente e prejudicando a vida do sujeito.

TRANSTORNOS EMOCIONAIS E A DEPENDÊNCIA DE JOGOS ELETRÔNICOS

Acerca do comportamento dependente é interessante citar as principais comorbidades para uma melhor compreensão. Uma parcela relevante de pessoas com dependência em games apresenta concomitantemente outros problemas emocionais, principalmente depressão, ansiedade social e déficit de atenção. Os transtornos emocionais ou problemas internalizantes, são interpretados como desafios e dificuldades emocionais, como ansiedade e depressão (GAUY, 2016). Podemos considerar também que SILVA (2019, P. 3):” Os transtornos emocionais trazem consigo uma série de inquietações, pois este termo remete a pensar em danos, sejam eles psicológicos ou até mesmo físicos, devido às grandes repercussões que possam vir a ocorrer” que para Tais condições podem deixar os sujeitos mais vulneráveis a desenvolver dependência de jogos eletrônicos KING et al, 2018; VONDRACKOVA; GABRHELIK, 2016 (APUD FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). Dessa forma, não é correto delimitar os jogos como algo positivo ou negativo. Visto até como uma forma de desmistificar o imaginário e consenso popular e se esgueirar de concepções errôneas e de preconceito, desse tema tão atual e pouco discutido, falar sobre isso de forma não enviesada é extremamente necessário. O profissional de saúde mental precisa estar disposto a educar e elucidar, não “demonizando” ou elevando o status, mas sim tendo compreensão crítica e referenciada sobre o panorama envolto a essa problemática, inclusive apontando a existência dessa questão, pois muitos sequer sabem que sofrem com isso, sendo bastante comum adolescentes e jovens adultos não reconhecerem que seu uso é problemático, assim não buscam ajuda e não se envolvem no tratamento (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019).

ANSIEDADE E JOGOS ELETRÔNICOS

Depressão, ansiedade social, déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), são comorbidades apresentadas na maioria das pessoas com dependência em jogos eletrônicos SPRITZER e PICON (2013 apud GONÇALVES e AZAMBUJA, 2021).

Na prevalência da ansiedade, os jogos são utilizados como estratégia para lidar Segundo BORGES et al. (2008, apud ROSA e SERRA, 2021), o nível da ansiedade e o manejo do coping por crianças e adolescentes estão correlacionados de forma benéfica, sendo

maior o nível de ansiedade, maior o uso do coping, também é interessante que, assim como, quanto mais velho, mais desenvolvida a utilização de estratégias de coping. O coping pode ser interpretado como um recurso de estratégias para ter como lidar e se adaptar com situações estressantes, adversas e agudas (ANTONIAZZI, DELL'AGLIO e BANDEIRA, 1998). Ansiedade é um sentimento desagradável e apreensivo de medo, sendo composto por tensão e desconforto que antecede um perigo (CASTILLO et all, 2000). Também é importante considerar o que MERCÊS fala (2020, p. 2):

O diagnóstico de ansiedade, criado em 1973 e revisado em 1982, 1998 e 2017, é definido como um “sentimento vago e incômodo de desconforto ou temor, acompanhado de resposta autonômica (fonte frequentemente não específica ou desconhecida pelo indivíduo), sentimento de apreensão causado pela antecipação do perigo, e é considerado um sinal de alerta que chama a atenção para um perigo iminente, o que permite ao indivíduo tomar medidas para lidar com a ameaça”. O diagnóstico de medo, criado em 1980 e revisado em 1996, 2000 e 2017, é definido como uma “resposta à ameaça percebida que é conscientemente reconhecida como um perigo.

Logo, diante dessas considerações, fica possível observar que tais transtornos ansiosos possam ser um fator que propicie a um risco maior para estar possivelmente dependente de games. É imponente uma análise científica acerca desse fenômeno e uma óptica bastante sistemática e efetiva para observá-lo seria a análise do comportamento e seus conceitos.

A ANÁLISE DO COMPORTAMENTO COMO ABORDAGEM PARA ELUCIDAR O COMPORTAMENTO DEPENDENTE

A análise do comportamento pode trazer à luz contingências que subvertem um uso saudável ao problemático, percebendo como a saúde mental não é desconexa do social, evitando com isso colocar a culpa de comportamentos disfuncionais simplesmente nos jogos, que tem suas qualidade didáticas e lúdicas (TODOROV E HANNA, 2010). Tal campo se mostra efetivo para compreender a correlação e fornecer os conceitos necessários para observar interação com a dependência de jogos e os transtornos de ansiedade.

Faz-se assim imprescindível a aproximação da análise do comportamento a temática, compreendendo como os jogos virtuais influenciam os comportamentos e fenômenos dos seus usuários, o tornando alguém mais ou menos ansioso e como isso o afeta, buscando também abarcar e compreender como o transtorno de ansiedade nos usuários levam a um uso problemático dos jogos. Transformando o que antes podia ser uma estratégia de coping, uma

forma de lidar com intempéries da vida, em um comportamento de fuga e esquiwa recorrente, atrapalhando a vida do usuário de forma integral.

São o foco desta pesquisa e tem como objetivo investigar a dependência de jogos eletrônicos, caracterizando e seus critérios diagnósticos, relacionar aos transtornos de ansiedade, caracterizando e com isso através de uma análise funcional embasada em análise do comportamento, associar os transtornos ansiosos como principal comorbidade que leva a um comportamento dependente de jogos eletrônicos.

MÉTODOS

Este artigo utiliza como método a revisão narrativa que tem por característica ter amplos meios para se obter uma descrição apropriada. Possibilitando o desenvolvimento de assuntos específicos, através da utilização de amplas fontes, sem que a metodologia para buscar referências seja explicitamente delimitada (ROTHER, 2007). O processo de criação deste trabalho utilizou a análise de teses, dissertações, artigos científicos, reportagens, livros, sites e revistas usando das palavras chave “transtorno de ansiedade”, “dependência em jogos”, “psicologia” e “análise do comportamento”.

Colocando em relevância os transtornos de ansiedade, a dependência em jogos, plataformas como Scielo, Biblioteca virtual em saúde e google acadêmico foram priorizados os artigos obtidos nessas plataformas e que as demais fontes foram obtidas, principalmente, nas bibliografias dos artigos nelas encontrados.

RESULTADOS

A tabela 1 demonstra sobre a quantidade de artigos utilizados para discorrer sobre cada tema do artigo.

Primeiramente sobre a temática “transtornos de ansiedade” foram selecionados:

TABELA 1

TÍTULO	AUTOR	ANO
A Relação entre o Uso de	ROSA E SERRA	2021

Jogos Digitais Online e Sintomas de Ansiedade em Crianças e Adolescentes		
Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais	APA	2014

Este primeiro artigo denota primeiramente a relação do usufruto dos jogos digitais e os transtornos de ansiedade. Em seguida foi retirado do DSM a definição do transtorno de ansiedade. No entanto, não ficou apenas exclusivamente delimitado a esses dois títulos a fonte de pesquisa acerca de transtornos de ansiedade, sendo também incluído no próximo parágrafo que se fala sobre jogos e dependência de jogos.

A tabela 2 sobre a temática de jogos no geral e dependência de jogos:

TABELA 2

TÍTULO	AUTOR	ANO
Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico,	lemos e santana	2012
Influência dos jogos eletrônicos e virtuais no comportamento social dos adolescentes	DA SILVA CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME	2017
mais da metade dos brasileiros joga games eletrônicos	forbes	2019
Indústria dos videogames bate recordes e fatura US \$134 bilhões	abade	2021
Vício em games agora é um transtorno mental: como isso pode ajudar ou atrapalhar quem joga muito	GABRIEL e RIBEIRO	2019
Onde termina o uso recreativo e inicia a	GONÇALVES E AZAMBUJA	2021

dependência de jogos eletrônicos: uma revisão da literatura		
Games viciam. Fato ou ficção?	FORTIM, SPRITZER e LIMA	2019
Uma abordagem cognitivo-comportamental do uso prejudicial de jogos eletrônicos	SARTES E FERREIRA	2018
Dependência de Jogos Eletrônicos em Crianças e Adolescentes	BREDA PICON, MOREIRA SPRITZER	2014
Controvérsias em torno das noções de dependência e vício em jogos eletrônicos	MENESES	2014

Sobre esses títulos foram selecionados dados sobre jogos de forma geral, aspectos educacionais, econômicos, educacionais, etc. Sobre o diagnóstico de dependência de jogos, comorbidades, histórico, etc. Transtorno de ansiedade como principal comorbidade à jogos eletrônicos.

A tabela 3 sobre a temática da análise do comportamento:

TABELA 3

TÍTULO	AUTOR	ANO
Compreendendo a prática do analista do comportamento	BANDINI	2015
Análise do comportamento no Brasil	TODOROV E HANNA	2010
Princípios básicos de análise do comportamento	MOREIRA E MEDEIROS	2019
Análise funcional: Definição e aplicação na terapia analítico-comportamental	NENO	2003

Sobre estes títulos foram selecionados os principais dados para angariação de conceitos da análise do comportamento.

a tabela 4 sobre a metodologia foi retirada a pesquisa do artigo:

TABELA 4

TÍTULO	AUTOR	ANO
Revisão sistemática X revisão narrativa.	ROTHER	2007

Os artigos selecionados foram os seguintes, seguindo os parâmetros indicados na metodologia :

TABELA 5

TÍTULO	AUTOR	ANO
Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico,	LEMOS E SANTANA	2012
Influência dos jogos eletrônicos e virtuais no comportamento social dos adolescentes	DA SILVA CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME	2017
mais da metade dos brasileiros joga games eletrônicos	FORBES	2019
Indústria dos videogames bate recordes e fatura US \$134 bilhões	ABADE	2021
Vício em games agora é um transtorno mental: como isso pode ajudar ou atrapalhar quem joga muito	GABRIEL e RIBEIRO	2019
Onde termina o uso recreativo e inicia a dependência de jogos eletrônicos: uma revisão da literatura	GONÇALVES E AZAMBUJA	2021

A Relação entre o Uso de Jogos Digitais Online e Sintomas de Ansiedade em Crianças e Adolescentes	ROSA E SERRA	2021
Compreendendo a prática do analista do comportamento	BANDINI	2015
Revisão sistemática X revisão narrativa.	ROTHER	2007
Análise do comportamento no Brasil	TODOROV E HANNA	2010
Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais	APA	2014
Games viciam. Fato ou ficção?	FORTIM, SPRITZER e LIMA	2019
Princípios básicos de análise do comportamento	MOREIRA E MEDEIROS	2019
Uma abordagem cognitivo-comportamental do uso prejudicial de jogos eletrônicos	SARTES E FERREIRA	2018
Dependência de Jogos Eletrônicos em Crianças e Adolescentes	BREDA PICON, MOREIRA SPRITZER	2014
Controvérsias em torno das noções de dependência e vício em jogos eletrônicos	MENESES	2014
Análise funcional: Definição e aplicação na terapia analítico-comportamental	NENO	2003

Estamos permeados de utensílios tecnológicos que fazem parte da nossa vida e somos quase incapazes de não usufruí-los. Os jogos vêm inseridos em diversas dessas plataformas e em uma ampla gama de tecnologias, que abarcam cada vez mais um público maior, principalmente crianças e jovens adultos (CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME, 2017).

Isso faz com que estejam cada vez mais populares, podendo ser destacados como atividade de lazer preponderante. Outro fator que merece destaque é que a indústria de games é hoje mais lucrativa que a de cinema, perdendo apenas em termos de movimentação financeira para a indústria automobilística (BREDA, PICON, MOREIRA e SPRITZER, 2014).

Os jogos já fazem parte do cotidiano, na nossa cultura eles podem ser ferramentas potencializadoras de diversos aspectos, pois o brincar e os jogos são vistos como algo relacionados ao prazer e socialização (CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME, 2017). O ato de jogar e o jogo em si proporciona uma forma de ludicidade em uma realidade paralela, uma realidade alternativa, uma segunda realidade, onde se pode ocupar um fazer e postura lúdica (CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME, 2017). Em certos casos pode não haver separação e até mesmo exclusão de um em prol de outro, como acontece em pessoas que levam uma vida no virtual, deixando de lado o real. O player pode passar a necessitar o prazer dos games como fuga ou abandono de comportamentos reais, trazendo diversos malefícios ao sujeito (CAVALLI, TREVISOL e VENDRAME, 2017). Sobre isso é importante destacar de atividades reais perderem o seu valor (alguns consideram o mundo real como frustrante e com poucas emoções), tornando a conexão com o mundo virtual tão forte no sujeito que ele esquece das necessidades do mundo real, distorcendo a realidade do tempo e a sua interrupção pode ser algo deveras aversivo (LE MOS; SANTANA, 2012).

Quando se trata sobre comportamento humano é preciso uma análise mais complexa para além de se dizer de comportamentos positivos ou negativos, para se fazer um análise mais definida, pode se usar por exemplo a compressão no comportamento operante, pois se trata não apenas como estímulos anteriores a uma resposta, mas também como estímulos que seguiram após elas e mesmo os estímulos antecedentes passam a ter funções discrepantes, a serem ligadas ao comportamento, não mais eliciam uma resposta automática e sim também a frequência e probabilidade de ocorrência.(BANDINI, et al., 2015). Por isso é necessário entender o comportamento operante, que é quando uma pessoa age e ocasiona mudanças no ambiente(BANDINI, et al., 2015, p. 21). O que nos leva a ter mais alguns comportamentos que outros, mantê-los, desprendê-los,etc, seguindo um viés interpretativo da AEC para exemplificar, acontece que, quando há um tipo de mudança comportamental as consequências que vem a seguir, podem fazer com que a frequências das respostas possam diminuir ou aumentar, sendo chamados de reforço e punição, em função se aumenta ou diminui as respostas por consequências (BANDINI, et al., 2015). Sendo assim, uma interrupção de jogar

pode ser interpretada como comportamento operante, pois recebe reforços condicionados ao ato e sua interrupção pode ser tida como uma punição negativa.

É importante entender a necessidade do jogador e como o jogo se torna uma forma de lidar com outras questões, pois o ato de jogar é muito mais do que as pessoas pensam, não é simplesmente realizar missões, objetivos dentro do jogo e matar monstros, mas sobre satisfazer demandas e necessidades psicológicas profundas (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). Acontece assim que negligenciam necessidades fisiológicas e outras obrigações como acadêmicas, trabalho e família e ocorre também que ao serem impedidos de jogar demonstram resistência e revolta (FERREIRA, OLIVEIRA e SARTES, 2018).

O que acontece de levar os seus usuários a estarem tão engajados no universo do jogo? Isso é algo que precisa ser analisado para compreender o comportamento dependente. A interação proporcionada nos jogos faz surgir uma sintonia afetiva entre os jogadores, o que garante continuidade no jogo e diversão (BREDA, PICON, MOREIRA e SPRITZER, 2014). Na adolescência o manejo excessivo da internet, pode ser um utensílio de jovens inibidos que ao chegarem no ensino médio usam da internet como evitação de situações desprazerosas e se tornam um alívio, esquivando do desconforto por um isolamento no meio digital (ROSA e SERRA, 2021). Assim o mundo virtual pode ser um recurso de não ter que lidar com o mundo real, uma fuga e esquiva de situações aversivas. A urgência de discutir sobre o mundo virtual se torna tão importante como com as problemáticas do mundo real, pois ambos se retroalimentam e se implicam, levando a um comportamento social e virtual permeado de experiências que são mutuamente influenciadas. Mas afinal, o que leva ao uso dependente, transformando algo que podia ser controlado em um usufruto que foge do controle.

Pessoas consideram ideias de que os jogos podem gerar comportamentos de violência e dependência (no senso comum bastante chamado de vício). Quando a sociedade se refere a um jogador como "viciado" está usando de um termo que carrega uma carga pejorativa, preconceituosa e taxativa, sendo assim um “viciado” seria alguém que comete atos imorais e nocivos. Já a palavra dependência, comumente usada pela ciência, torna-se mais adequada para se tratar desse assunto, uma vez que os jogos podem levar a problemas e transtornos (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). Por outro lado o termo dependente também caiu no senso comum, assim muitos usuários afirmam serem dependentes, só por passarem muito tempo jogando YEE, 2006 (*apud* MENESES, 2014).

Na clínica de psicologia cada caso deve ser tratado individualmente, observando cada aspecto subjetivo e o histórico de cada paciente. Entretanto, pode-se colocar em questão alguns aspectos gerais, sobre fatores que são relevantes para gerar um comportamento de

dependência. As redes sociais, por exemplo, apresentam um sólido sistema de recompensas no sujeito, através de curtidas(RIBEIRO, 2019). Isso também ocorre nos jogos, o que pode representar um fator preponderante para dependência e formas de manejar o humor. Quando se ganha uma partida e isso pode desencadear sensações prazerosas.

Uma técnica bastante usada nos jogos é o reforço intermitente, conceito este da análise do comportamento. Compõe um dos fatores que ajuda com que a realidade possa se tornar menos reforçadora que os jogos virtuais, típico também nos jogos de apostas. Uma vez que a cada nova jogada pode proporcionar novas conquistas FERSTER E SKINNER, 1957 (APUD FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). É de suma importância elucidar sobre esquemas de reforçamento quando diz respeito a uma análise funcional e princípios básicos da análise do comportamento. Nem todos nossos pedidos são atendidos, eles podem levar tempo, assim ocorre nos esquemas de reforçamento intermitente. O conceito de esquema de reforçamento diz respeito aos critérios uma resposta ou conjunto delas deve atingir para que ocorra um reforço (MOREIRA e MEDEIROS, 2019).

Existem dois tipos de esquemas de reforço, o contínuo e o intermitente (MOREIRA e MEDEIROS, 2019). No contínuo, também conhecido pela sigla CRF, toda resposta emitida recebe um reforçador. No esquema de reforço intermitente nem todas as respostas emitidas recebem reforços, ou melhor, apenas algumas respostas recebem reforços (MOREIRA e MEDEIROS, 2019). Dentro do esquema de reforço intermitente existem quatro tipos: razão fixa, razão variável, intervalo fixo e intervalo variável, eles se organizam de acordo com o número necessário de respostas para receber cada reforçador ou tempo entre os reforçadores, assim esquemas de razão e de intervalo (MOREIRA e MEDEIROS, 2019). No esquema de reforço de razão fixa ocorre o seguinte, o esquema de respostas exigidas para surgir o reforçador é sempre o mesmo (MOREIRA e MEDEIROS, 2019). No esquema de razão variável, podendo se dizer muito mais comum no cotidiano ocorre o seguinte, o número de respostas a serem emitidas a apresentação de cada reforçador varia, dessa forma ele costuma conduzir altas taxas de resposta e conseqüentemente resistência à extinção, o que pode ser problemático(MOREIRA e MEDEIROS, 2019). Nos esquemas de intervalo, o número de respostas não é o fator principal e sim o intervalo entre um reforçador e outro, bastando apenas uma resposta para emissão do reforço. Assim como os esquemas de razão, os de intervalos também podem ser fixos ou variáveis (MOREIRA e MEDEIROS, 2019).

Os pressupostos da análise do comportamento podem servir como fator elucidador do amplo uso de jogos eletrônicos de forma dependente em diversas faixas etárias, que também pode ser reflexo e causa de comorbidades, que merecem receber o olhar dos profissionais de saúde mental, em que a psicologia se inclui essencialmente LEMOS e SANTANA (2012, apud GONÇALVES e AZAMBUJA, 2021). É preciso escutar atentamente o que cada jogo representa para o usuário e qual função exerce nele, que missões ele faz, assim pode-se angariar informações para uma avaliação (BREDA, PICON, MOREIRA e SPRITZER, 2014). O diagnóstico para identificação da dependência em games é feita com uma anamnese que observe diferentes fatores do sujeito, como diagnosticar, descartar e identificar outros transtornos psiquiátricos; avaliar características de personalidade; nível de inteligência; aspectos sociais e funcionamento geral do indivíduo (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019).

A dependência é um conceito bastante complexo, resultando em fatores dos jogos e dos jogadores, motivações e ganchos que os levam a ter problemas com tecnologias que podem ser bem diferentes (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019).

Sobre critérios para determinar se uma pessoa é dependente de videogames (MENESES, 2014) afirma:

Componentes Centrais da Dependência de Videogames

I. Saliência: quando a atividade passa a ser a coisa mais importante na vida da pessoa, podendo ser dividida em cognitiva (quando a pessoa pensa frequentemente sobre a atividade) e comportamental (por exemplo, quando ela negligencia necessidades básicas como sono, alimentação ou higiene para realizar a atividade).

II. Mudança de humor: experiências subjetivas influenciadas pela atividade executada.

III. Tolerância: o processo de precisar de doses continuamente maiores da atividade para obter as sensações iniciais. O jogador, portanto, precisa jogar sempre mais e mais.

IV. Sintomas de abstinência: sentimentos e sensações negativas acompanhando o término da atividade ou a impossibilidade de realizar a atividade requerida.

V. Conflito: conflito interpessoal (normalmente com as pessoas do entorno mais próximo, família, parceiros) ou intrapessoal provocado pela atividade executada. É frequentemente acompanhado por uma deterioração dos resultados acadêmicos ou profissionais, abandono de antigos passatempos, e assim por diante.

VI. Recaída e reinstalação: a tendência a retornar ao comportamento de dependência mesmo após períodos de relativo controle SMAHEL; BLINKA, 2011, (apud MENESES, 2014)

Ao se tratar de dependência (MENESES, 2014) explica que é a compulsão de forma habitual em consumir e realizar atividades ou uso de substâncias, sem levar em conta as consequências devastadoras que podem acometê-lo, o sujeito ao invés de lidar com as frustrações e manejos da vida, estaria assim lidando de forma desadaptativa com esse pseudo

manejo. Ainda assim, não fica claro se levar em contas jogadores profissionais, se colocar em consideração o número de horas jogadas e outros aspectos da vida que ficam em segundo plano, então o que diferencia um jogador comum de um jogador profissional, problemático ou dependente? No relatório “o mundo invisível dos gamers”, há uma diferenciação de classificação do que são os “gamers”, definido pela frequência de horas jogadas (cerca de mais do que 10 horas por semana) em contraste com o restante dos jogadores (TALK DIGITAL, 2017 *apud* FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). O tempo jogado necessariamente não é decisório para um diagnóstico, pois acontece de algumas pessoas jogarem de 20-30 horas por semana e ser um uso seguro, enquanto outras jogarem bem menos e já acarretar problemas. Assim deve-se levar em consideração o que a pessoa está jogando, que jogo e os aspectos psicossociais do indivíduo (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019).

O diagnóstico em dependência de jogos tem como critério uma análise completa, visando além da problemática com os games, observando situações importantes da vida, sendo imprescindível uma abordagem multiaxial, com o objetivo de identificar a presença ou descartar de outros transtornos psiquiátricos (BRENDA, PICON, MOREIRA e SPRITZER, 2014).

Para LAM (2015, *apud* ROSA e SERRA, 2021), os adolescentes utilizam da internet como forma de lidar com sintomas ansiosos, no intuito de ser uma estratégia de coping, o que é ineficaz para lidar com o estressor e com o manejo do humor, pois não consegue mediar as questões de saúde mental e o vício em internet. Os jogos podem ser usados de forma desenfreada para gerenciar estados negativos de humor, refletindo um claro sinal de dependência, segundo FORTIM e ARAÚJO, (2013, *apud* GONÇALVES e AZAMBUJA, 2021) Os diagnósticos mais frequentes em jovens com dependência em internet, são os transtornos de ansiedade, (MARKLE, 2019 *apud* ROSA e SERRA, 2021). Uma maneira de distinguir os transtornos entre si, é analisar as situações que antecedem as preocupações ou evitações, assim também com o pensamentos relacionados e associados (ROSA e SERRA, 2021). Uma das formas de lidar com o medo, sintoma esse compartilhado pelos transtornos de ansiedade, é a esquiva, pois evita as situações que causam ameaças ao sujeito AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA], (2014, *apud* ROSA e SERRA, 2021). Sobre isso é interessante citar sobre os reflexos que podem ser condicionados, no decorrer do nosso cotidiano igualmente nos laboratórios, entender isso ajuda a identificar muito do que acontece no nosso cotidiano, acerca de sentimentos e emoções (BANDINI, et al., 2015, p. 19). Entender o condicionamento respondente nos facilita compreender por que sentimos medo e ansiedade

antes de algumas situações (BANDINI, et al., 2015). No que diz respeito ao transtorno de ansiedade, define como características o manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais que, os transtornos de ansiedade incluem os transtornos que compartilham entre si o medo, comportamentos conturbados e ansiedade excessiva DSM-V (APA, 2014). O medo, define o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (5ª edição , American Psychiatric Association, 2014) “ Medo é a resposta emocional à ameaça iminente real ou percebida, enquanto ansiedade é a antecipação da ameaça futura”. É interessante fazer a diferenciação do que é medo e ansiedade. O medo está frequentemente associado a uma excitabilidade autonômica elevada, diante de uma situação de luta ou fuga DSM-V (APA, 2014). Na ansiedade o que ocorre é mais associação de frequência a uma tensão muscular e o estado de vigília, alerta em preparo para algo que virá a acontecer, como um perigo iminente, estando assim num comportamento de cautela ou esquiva DSM-V (APA, 2014).

Para explicar o comportamento humano, a análise do comportamento sugere que é importante analisar os diferentes níveis de seleção por consequência que levam ao comportamento, observando consequências que deram origem ao nosso organismo, nosso repertório comportamental individual e outras práticas culturais (BANDINI, et al., 2015) O comportamento humano é selecionado por três níveis de consequência, em que o jogos eletrônicos podem estar inseridos em um deles, que são: filogenético, ontogenético e cultural (BANDINI, et al., 2015). Sobre contingências de reforço, é possível visualizar se observarmos três coisas: (1) a ocasião onde ocorreu a resposta, (2) a resposta, (3) as consequências reforçadoras (BANDINI, et al., 2015). Assim a análise do comportamento traz uma chave interpretativa de como um universo indiferenciado combinou a resposta de um sujeito, com consequências e antecedentes, que foram sendo combinados entre si, formando um ambiente e levando ao responder, essa é a seleção por consequência, (BANDINI, et al., 2015). Por isso algumas táticas são usadas nos jogos para condicionarem os comportamentos de jogar levando a níveis de seleção por consequência, como por exemplo as empresas de produção de jogos, cada vez mais usam reforço positivo como técnica de engajamento (FORTIM; SPRITZER; LIMA, 2019). Essa questão é possivelmente perigosa. Diante da expiação deste conceito de engajamento para com seus usuários, a análise do comportamento se mostra bastante interessante para percebê-lo e outros, através de uma análise funcional e compreender também sobre o que os estudos mostram como principais transtornos que levam ao uso dependente, se mostrou enfático os transtornos ansiosos.

Para se fazer uma análise funcional e reconhecer fatores que levam ao uso dependente por sujeitos acometidos por transtornos de ansiedade, é interessante entender sobre alguns

pressupostos e princípios básicos acerca da análise do comportamento. Sobre reflexo, etimologicamente, tem o significado de voltar ou rebater, uma ação acontece no contexto e uma resposta é eliciada no organismo em relação com o que o estimulou (BANDINI, et al., 2015). As respostas reflexas são comportamentos herdados, como se fossem instintos que já estivessem programados para reagirmos a determinadas situações (BANDINI, et al., 2015). Nisso os reflexos podem ser condicionados levando a um comportamento operante de jogos, pois os homens podem ser condicionados para um novo tipo de comportamento aprendido, os estudos de Watson demonstram que as respostas inatas podem ser elaboradas através do condicionamento, em contextos interessantes a isso, de forma adequada, assim um organismo humano ou não, poderia responder de uma forma diferente aos estímulos futuros (BANDINI, et al., 2015).

Compreendendo a problemática da dependência dos jogos e suas comorbidades, pode-se observar que os transtornos ansiosos é uma das principais comorbidade que retroalimentam o usufruto disfuncional em jogos eletrônicos. Fazendo uma análise funcional que é um meio de explicar fenômenos, gerando hipóteses acerca de de dados buscando explicar e prevê-los, compreendendo as relações que contribuem para eles acontecerem (NENO, 2003) e observando alguns conceitos da análise do comportamento, fica claro como o comportamento respondente em que um acontecimento no ambiente elicia uma resposta no organismo, pode levar o sujeito a emitir um comportamento reflexo que o mesmo pode ser condicionado para outro vindo a ser um comportamento operante, como jogar por exemplo, podendo ser tido como comportamento reforçador, o que ocasiona maior frequência por gerar reforços positivos, punição negativa, reforço intermitente, intervalos de razão fixa e variável nos ambientes dos jogos, propiciando que se busque cada vez mais pelo usuário, uma satisfação ou mesmo esquivas e evitações de frustrações no mundo real e quanto mais jogarem mais evitam sintomas ansiosos.

2 CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO

Diante disso, fica compreensível que os jogos podem ser fator de ensino, aprendizagem, lazer, cultura e desenvolvimento econômico, mas que somado a uma série de outros fatores prejudiciais, podem levá-lo a um uso disfuncional, como se mostrou bastante enfático, o usufruto por usuário acometidos por transtornos de ansiedade. Por conseguinte fica esboçado como a disfuncionalidade de dependência de jogos não se trata apenas dos jogos em

si e sim um histórico biopsicossocial e outras questões psiquiátricas do indivíduo, em que o diagnóstico busca abarcar uma dimensão geral do sujeito. Dessa forma descredibiliza os jogos como os únicos e responsáveis por qualquer comportamento dependente que possa acometê-lo. No entanto, é necessário mais pesquisas para se obter até onde vai o uso relacionado de ansiedade e dependência de jogos eletrônicos.

REFERÊNCIAS

- ABBADE, João. **Indústria dos videogames bate recordes e fatura US \$134 bilhões**. 2019. Disponível em: <https://jovemnerd.com.br/nerdbunker/industria-dos-videogames-baterecordes-nos-eua-e-fat-ura-us-43-bilhoes/>. Acesso em: 19 abr. 2021.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: **DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BANDINI, Carmen; POSTALLI, Lidia; ARAÚJO, Liércio; BANDINI, Heloisa. **Compreendendo a prática do analista do comportamento**, São Carlos, EdUFSCar, 12/11/2015
- BREDA, VCT, PICON FA, MOREIRA LM, SPRITZER, DT. Dependência de Jogos Eletrônicos em Crianças e Adolescentes. **Rev. bras. psicoter.** 2014;16(1):53-67
- DA SILVA CAVALLI, Franciely; TREVISOL, Maria Teresa Ceron; VENDRAME, Thiago. Influência dos jogos eletrônicos e virtuais no comportamento social dos adolescentes. **Psicologia Argumento**, v. 31, n. 72, 2017.
- FERREIRA, Monique Bernardes de Oliveira, e SARTES, Laisa Marcorela Andreoli. “Uma abordagem cognitivo-comportamental do uso prejudicial de jogos eletrônicos”. **Gerais : Revista Interinstitucional de Psicologia**, vol. 11, nº 2, 2018, p. 306–26. [pepsic.bvsalud.org, https://doi.org/10.36298/gerais2019110209](https://doi.org/10.36298/gerais2019110209).
- FORBES. **Mais da metade dos brasileiros joga games eletrônicos**. 2019. Disponível em: <https://forbes.com.br/colunas/2019/06/mais-da-metade-dos-brasileiros-joga-games-eletronicos/>. Acesso em: 16 abr. 2021.
- FORTIM, Ivelise; SPRITZER; Daniel e LIMA, Maria. **Games viciam. Fato ou ficção?** Barueri, SP: Estação das letras e cores, 2019
- GONÇALVES, Matheus Kereski; AZAMBUJA, Luciana Schermann. Onde termina o uso recreativo e inicia a dependência de jogos eletrônicos: uma revisão da literatura. **Aletheia**, v. 54, n. 1, 2021.

- LEMOS, Igor Lins; SANTANA, Suely de Melo. Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico. **Archives Of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, [S.L.], v. 39, n. 1, p. 28-33, 2012. FapUNIFESP (SciELO).
- MENESES, Guilherme Pinho. Controvérsias em torno das noções de dependência e vício em jogos eletrônicos. **Anais da ReACT-Reunião de Antropologia da Ciência e Tecnologia**, v. 1, n. 1, 2014.
- MOREIRA, M. B. ; MEDEIROS, C. A. . **Princípios básicos de análise do comportamento**. 2. ed. Porto Alegre; Artmed, 2019. 306 p.
- NENO, Simone. Análise funcional: Definição e aplicação na terapia analítico-comportamental. **Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva**, v. 5, n. 2, p. 151-165, 2003.
- RIBEIRO, GABRIEL. Vício em games agora é um transtorno mental: como isso pode ajudar ou atrapalhar quem joga muito. **DOENÇA? CALMA...**, São Paulo, 2019
- ROSA, Laura Marques da; SERRA, Rodrigo Giacobbo. A Relação entre o Uso de Jogos Digitais Online e Sintomas de Ansiedade em Crianças e Adolescentes. **Contextos Clínicos**, [S.L.], v. 13, n. 3, p. 807-827, 15 mar. 2021. UNISINOS - Universidade do Vale do Rio Dos Sinos.
- ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa.(2007). **Editora Técnica da Acta Paulista de Enfermagem**.
- TODOROV, João Claudio; HANNA, Elenice S. Análise do comportamento no Brasil. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 26, p. 143-153, 2010.
- GAUY, Fabiana Vieira. Crianças e adolescentes com problemas emocionais e comportamentais têm necessidade de políticas de inclusão escolar?. **Educar em Revista**, p. 79-95, 2016.
- ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de psicologia (Natal)**, v. 3, p. 273-294, 1998.
- CASTILLO, Ana Regina GL et al. Transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 20-23, 2000.
- SILVA, Jakson Henrique. TRANSTORNOS EMOCIONAIS EM ACADÊMICOS DA ÁREA DE SAÚDE: QUAL A INCIDÊNCIA?. **CEP**, v. 55006, p. 310, 2019.
- MERCÊS, Claudia Angélica Mainenti Ferreira et al. Análise simultânea dos conceitos de ansiedade e medo: contribuições para os diagnósticos de enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2020.