

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**RELAÇÃO ENTRE OS JOGOS ELETRÔNICOS, CARACTERÍSTICAS DE  
PERSONALIDADE E BEM-ESTAR SUBJETIVO DURANTE A PANDEMIA**

Dissertação de Mestrado

VANESSA BECK RIEGEL

Porto Alegre

2022

**VANESSA BECK RIEGEL**

**RELAÇÃO ENTRE OS JOGOS ELETRÔNICOS,  
CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDADE E BEM-ESTAR SUBJETIVO  
DURANTE A PANDEMIA**

Dissertação de Mestrado apresentada como exigência à obtenção do grau de Mestre em Psicologia, sob orientação do Prof.º Dr.º Claudio Hutz.

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Instituto de Psicologia

Programa de Pós-Graduação em Psicologia

Porto Alegre

2022

**VANESSA BECK RIEGEL**

**RELAÇÃO ENTRE OS JOGOS ELETRÔNICOS, CARACTERÍSTICAS DE  
PERSONALIDADE E BEM-ESTAR SUBJETIVO DURANTE A PANDEMIA**

Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) , como requisito para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

**BANCA EXAMINADORA:**



---

**Prof. Dr. Cristian Zanon**  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul



---

**Prof.ª Dr.ª Sheyla Christine Santos Fernandes**  
Universidade Federal de Alagoas



---

**Prof.ª Dr.ª Caroline Tozzi Reppold**  
Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre

**Porto Alegre, 28 de junho de 2022**

**AGRADECIMENTOS**

Primeiramente agradeço à minha mãe, Cristina Beck, por todo o amor, carinho e apoio incondicional durante todo o meu mestrado, me incentivando em todas as minhas decisões e oportunizando as minhas primeiras experiências com videogames na infância, que foram essenciais para a criação desse trabalho. Agradeço também à minha madrinha Beatriz Beck e ao tio Jorge Luiz Nachtigall que me deram suporte em diversas situações durante esse período.

Agradeço às minhas irmãs-amigas Andressa Bringhenti Mangan e Mariana Berlese Rodrigues pelos momentos de escuta e de diversão nas nossas chamadas de vídeos, que foram essenciais para manter a minha saúde mental na pandemia. Agradeço ao meu namorado Raphael Cabral de Mello por me auxiliar nesse estudo do início ao fim, madrugando comigo por vários dias, me auxiliando nos momentos de crise e sendo o responsável pela análise estatística, tornando possível a conclusão deste trabalho. À minha gata Athena por sempre me fazer companhia, me motivando a continuar o meu estudo e ajudando a me distrair com as suas brincadeiras.

Sou muito agradecida ao meu orientador Claudio Simon Hutz por ter me acolhido após a troca de orientador e ter me apoiado a realizar um novo estudo na minha área de interesse, orientando-me em um momento tão difícil e delicado como esse. A Fabíola Cacciatore e Ana Claudia Araujo da Cruz e todos do grupo do LABMENS por me auxiliarem, estarem sempre dispostas a esclarecer as minhas dúvidas referentes ao mestrado e à dissertação e me apoiarem do início ao fim. Também agradeço aos meus colegas de mestrado, que fizeram um grupo no Whats App logo antes da pandemia, possibilitando a criação de um vínculo, apesar do isolamento social, que foi de extrema importância para mim. Acredito que com isso fiquei mais próxima dos meus colegas do que seria nas aulas presenciais, pois conversávamos todos os dias para trocar informações e apoiarmos uns aos outros. Agradeço também aos jogos eletrônicos por auxiliarem na manutenção do meu bem-estar, reduzindo o estresse advindo da pandemia.

Por fim, agradeço ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGPSICO) e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) que me concedeu uma bolsa de estudos para a realização desta pesquisa.

## **RESUMO**

O presente estudo visou analisar a relação dos jogos eletrônicos com o Bem-Estar Subjetivo

e Neuroticismo durante a pandemia a fim de compreender se houve diferença para aqueles que jogavam antes e os que iniciaram a jogar neste período. Foram abordados os impactos psicológicos decorrentes da quarentena, bem como a importância do lazer e da ludicidade neste período e como se relacionam com o Neuroticismo e o Bem-Estar Subjetivo, que é composto por Satisfação de Vida e Afetos Positivos e Negativos. Em seguida há um breve histórico dos jogos eletrônicos e suas características, definição do perfil dos jogadores e dos gêneros de jogos. Faz-se, então, uma análise crítica aos critérios utilizados para a classificação do uso problemático de jogos. O estudo contou com 266 participantes, brasileiros maiores de 18 anos, realizado por meio de *surveys* publicados em diversas redes sociais e analisados através do *software* estatístico R. Foram utilizados para essa pesquisa: questionário sociodemográfico, questionário de perfil de jogador, Escala de Satisfação de Vida, Escala de Afetos Positivos e Negativos e Escala Fatorial de Neuroticismo Revisada. A análise foi realizada através das abordagens estatísticas ANOVA e o modelo Quasi-Poisson. Também foi estudado a relação dos facetos do Neuroticismo no hábito de jogar. Verificou-se que o hábito de jogar aumentou os níveis de Satisfação de Vida tanto antes quanto durante a pandemia. Maiores níveis de Neuroticismo apontam uma maior probabilidade de um indivíduo ter o hábito de jogar, contudo, os resultados indicam uma correlação entre as variáveis e não causa e efeito. Os participantes que jogaram competitivamente somente durante a pandemia tiveram aumento de Afetos Negativos, enquanto que os que já possuíam esse hábito e o mantiveram durante esse período, tiveram redução nos Afetos Negativos, porém não foi encontrada correlação entre jogos eletrônicos e Afetos Positivos. Dentre as facetos do Neuroticismo, somente a de ansiedade teve correlação positiva com o hábito de jogar na pandemia. Por fim, analisamos os relatos dos participantes quanto a sua visão do efeito dos jogos eletrônicos neste período, comparando-os aos resultados obtidos, onde foi possível perceber que os jogos eletrônicos auxiliaram a diminuir a ansiedade e contribuíram para o aumento do bem-estar.

Palavras-Chaves: Games, Bem-Estar Subjetivo, Big Five, Neuroticismo, Pandemia

## **ABSTRACT**

The present study aimed to analyze the relation of Electronic Games on Subjective Well-Being and Neuroticism during the pandemic, in order to comprehend if there was a difference

between those that used to play and those who started playing in this period. The psychological impact due to the quarantine were approached, as well as the importance of leisure and playfulness in this period and how they relate to Neuroticism and Subjective Well-Being, which is composed of Life Satisfaction and Positive and Negative Affections. After, there is a brief history of electronic games, followed by its main characteristics, gamer profiles definition and game genres descriptions. Then, a critical analysis of the classification criteria for problematic usage of games is made. The study had 266 participants, brazilians over 18 years old, conducted through surveys published in multiple social medias and analyzed through the statistical software R. The instruments used for this study was: sociodemographic questionnaire, gamer profile questionnaire, Life Satisfaction Scale, Positive and Negative Affection Scale and Revised Neuroticism Factor Scale. The analysis was made through the statistical methods ANOVA and Quasi-Poisson model. Furthermore, we studied the importance of Neuroticism's facets in gaming habits. The playing games habit was found to increase Life Satisfaction levels both before and during the pandemic. Higher levels of Neuroticism indicate a greater probability of an individual having the habit of playing games, however, the results indicate a correlation between the variables and not cause and effect. Participants who played competitively only during the pandemic had an increase in Negative Affects, while those who already had this habit and maintained it during this period had a reduction in Negative Affects, but no correlation was found between Electronic Games and Positive Affects. Among the facets of Neuroticism, only anxiety had a positive correlation with the habit of playing in the pandemic. Finally, we analyzed the participants' reports regarding their view of the effect of electronic games in this period, comparing them to the results obtained, where it was possible to perceive that Electronic Games helped to reduce anxiety and contributed to an increase in well-being.

Key-Words: Games, Subjective Well-Being, Big Five, Neuroticism, Pandemic

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	10
-------------------------	----

1.1 Impactos Psicológicos Da Quarentena.....	10
1.2 O Conceito de Lazer.....	13
1.3 A Importância do Lúdico na Vida Adulta.....	15
1.4 Bem-Estar Subjetivo.....	16
1.5 Personalidade.....	17
1.6 Neuroticismo.....	18
1.7 Fatores de Personalidade em Jogadores.....	20
<b>CAPÍTULO 2: Jogos Eletrônicos.....</b>	<b>22</b>
2.1 Características dos Jogos Eletrônicos.....	22
2.2 O Perfil dos Jogadores.....	23
2.3 Gêneros de Jogos.....	25
2.4 A Compulsão pelo Jogar.....	26
<b>JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>3</b>
0	
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>31</b>
<b>MÉTODO.....</b>	<b>31</b>
Considerações Éticas.....	31
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>31</b>
<b>APÊNDICE A.....</b>	<b>35</b>
<b>APÊNDICE B.....</b>	<b>36</b>
<b>APÊNDICE C.....</b>	<b>40</b>
<b>APÊNDICE D.....</b>	<b>41</b>
<b>APÊNDICE E.....</b>	<b>43</b>
<b>APÊNDICE F.....</b>	<b>44</b>
<b>ANEXO A.....</b>	<b>51</b>

## LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Tabela 1. Tabela comparativa entre critérios diagnósticos do DSM-V e CID-11..... 30

## **CAPÍTULO 1**

### **1.1 Impactos Psicológicos da Quarentena**



Os estudos quantitativos analisados por Brooks et al. (2020) sobre os impactos psicológicos da quarentena em inúmeros países mostram que houve maiores índices de sintomas depressivos, de estresse, irritabilidade, insônia, mau-humor, raiva, exaustão emocional e sintomas de estresse pós-traumático. As pessoas que se isolaram por terem entrado em contato com alguém que tinha suspeita de COVID-19 apresentaram medo (mais de 20%), nervosismo (18%), tristeza (18%) e culpa (10%), enquanto que uma parcela menor apresentou sentimentos positivos como felicidade (5%) e alívio (4%). Os autores analisaram também estudos qualitativos, onde constataram a alta frequência de sentimentos como o medo, tristeza e insônia induzidos por ansiedade, além de letargia, confusão e raiva. Averiguaram também, por meio de um estudo realizado na Coreia do Sul, que determinadas características pré-quarentena contribuíram para o aumento dos sintomas. A presença de um histórico prévio de transtornos psiquiátricos foi relacionada a sintomas de ansiedade e raiva durante esse período, perdurando mesmo após seis meses do término da quarentena (Brooks et al.,2020).

Brooks et al. (2020) avaliaram que os estressores que se destacaram durante a quarentena, foram o medo de contrair o vírus, frustração e tédio, suprimentos e informações insuficientes. Dentre os estudos que analisaram, três destes demonstraram que longos períodos de isolamento social estão associados com a piora da saúde mental, sendo possível desenvolver sintomas de estresse pós-traumático, comportamentos evitativos e sentimentos de raiva, aumentando a probabilidade após 10 dias de duração. Em oito pesquisas as pessoas relataram ter medo de infectar a si mesmas e aos outros, principalmente os membros de suas famílias, além do receio dos possíveis efeitos psicológicos decorrentes da COVID-19. O tédio advindo do isolamento social, alteração da rotina e confinamento foi angustiante para os participantes de nove estudos, pois foi necessário migrar para o ambiente virtual para realizar as tarefas de rotina e socializar. A falta de suprimentos básicos e de medicamentos também se mostraram como fatores estressantes mesmo após o término da quarentena em alguns países. Além disso, a ineficiência das autoridades em saúde pública em prover à população outros suprimentos necessários juntamente a falta de transparência e de informações sobre os riscos da COVID-19 fizeram as pessoas temerem pelo pior (Brooks et al., 2020).

Um fator que afeta os indivíduos durante a quarentena e irá perdurar mesmo após o seu término, ainda de acordo com Brooks et al. (2020), é o prejuízo socioeconômico, visto que diversos trabalhos foram interrompidos, sem uma previsão de retorno. A perda financeira resultante da

quarentena é um fator de risco para sintomas de ansiedade, raiva e transtornos psicológicos, pois torna mais difícil de a pessoa lidar de forma adequada com as adversidades que surgem neste período. A fim de evitar o agravamento dos prejuízos psicológicos, Brooks et al. (2020) sugerem que a quarentena tenha o menor tempo de duração possível e afirmam que é necessário estimular a interação social, mesmo que por meio das mídias digitais, e promover formas de evitar o tédio. Dessa forma, os dispositivos digitais como celular, tablet, computador e videogames podem diminuir os sentimentos de isolamento, estresse e pânico.

Um estudo transversal, realizado por Teodoro et al. (2020), com 45.161 brasileiros pela Fundação do Instituto Oswaldo Cruz (Fiocruz) juntamente a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), entre abril e maio de 2020, analisou os sintomas de depressão, ansiedade e insônia em adultos por meio de um questionário online feito pela plataforma RedCap. A pesquisa incluiu participantes de todas as regiões do Brasil e revelou que, na maior parte do tempo, 40,4% deles sentiram-se tristes ou deprimidos, 52,6% apresentaram ansiedade e nervosismo, 43,5% passaram a ter problemas de sono, enquanto que 48% dos que já sofriam com isso tiveram um agravamento do sintoma. A ansiedade e tristeza ocorreram com o dobro de frequência nas mulheres, já o problema de sono também foi maior em mulheres (49,8%) enquanto que nos homens a frequência foi de 37,1%. Averiguou-se também que os sintomas listados acima foram mais frequentes em pessoas que já tinham diagnóstico prévio à pandemia e em jovens adultos com idade entre 18 a 29 anos. Barros et al. (2020) sugerem que a propensão dos jovens em ter uma vida mais agitada e o desenvolvimento de carreira acarretam maior sofrimento para enfrentar o isolamento social. Houve um reordenamento do tempo em função da pandemia acarretou uma perda da noção do tempo, pois o acesso a internet em tempo integral tornou mais difícil o estabelecimento de horários fixos para cada tarefa. Como consequência, o tempo de trabalho e lazer se misturam no chamado *Home Office*, uma modalidade de trabalho que tornou-se mais comum na pandemia e traz a necessidade de o indivíduo adequar um escritório em sua casa.

O teletrabalho, também conhecido como *Home Office*, conforme Losekann e Mourão (2020), foi a alternativa viável para dar continuidade às atividades laborais durante a pandemia, visto a necessidade do isolamento social oriunda desse período. Essa mudança foi desafiadora para aqueles que não estavam habituados com tecnologias, as empresas e os trabalhadores precisaram se adaptar e reorganizar os recursos disponíveis. O ambiente laboral e pessoal se entrelaçaram e a distinção entre o tempo e espaço destes tornou-se difuso, sendo mais difícil distinguir quando se

inicia e termina a jornada de trabalho, visto que tornou-se mais comum realizar múltiplas tarefas ao mesmo tempo. Devido a distância física que se gerou entre o trabalhador e a empresa, houve a necessidade de maiores registros *online* para que o funcionário mostrasse ao empregador a sua produtividade, a fim de não parecer ocioso. Como consequência, o trabalho passou a invadir outros espaços, pois com a possibilidade de o indivíduo trabalhar em qualquer lugar, a delimitação do próprio horário de trabalho tornou-se mais tênue, sendo mais comum o indivíduo ter que atender a demandas fora do horário de expediente. O *Home Office* dificulta a percepção de alterações na saúde dos trabalhadores por parte dos gestores, visto que essa transição ocorreu de forma abrupta em um período onde o estresse advindo da pandemia acarretou em piora na saúde mental da população. Os autores apontam que mesmo após o término da pandemia, é necessário atentar-se à saúde dos trabalhadores, visto que há funcionários em diversas áreas que se manterão em *Home Office* (Losekann & Mourão, 2020). Conforme Teodoro et al. (2020), a pandemia também acarretou em mudanças não somente nas atividades laborais, como também acadêmicas, sociais e de lazer que migraram para o ambiente virtual por tempo indeterminado, prejudicando não só a produtividade das pessoas como também a saúde mental.

Os lares tornaram-se, de acordo com Clemente e Stoppa (2020), a única área destinada ao lazer durante a pandemia. Contudo, a maior parte da população não possui condições de experienciar o lazer de forma adequada em sua residência. Devido a este ser espaço muitas vezes não estruturado para as atividades simultâneas dos membros da família, houve a necessidade de se reinventar as práticas de lazer conforme os recursos disponíveis. Destacou-se nesse período o aumento da aquisição de aparelhos eletrônicos como televisão, bem como o crescimento da audiência dos canais de TV e a popularização das *lives*. As formas de entretenimento mais utilizadas no Brasil, de acordo com a Decode (2020), uma empresa de análise de dados do Banco de Investimentos BTG Pactual, incluem: *Youtube*, Aplicativos de Música (*Spotify* e *Deezer*), *Live Streaming*, *Netflix*, jogos eletrônicos, atividades físicas, cozinhar, consumo de vinho e jardinagem. As plataformas que possibilitam a exibição e criação de *lives* tiveram maiores números de acessos, seguidos da *Netflix* e de um aumento de 60% no interesse por jogos eletrônicos e pelas *live streams* de sites como a *Twitch TV*. Clemente e Stoppa (2020) explicam que estas atividades seriam reservadas ao tempo “livre”, contudo, não é adequado separar o tempo de lazer e o das obrigações durante a pandemia de forma convencional, visto que o isolamento social não foi o resultado de uma livre escolha. Eles ressaltam que a falta da liberdade oriunda deste momento cria

a necessidade de se repensar as formas de lazer, visto que apesar de a tecnologia ter sido a principal ferramenta para dar continuidade às atividades laborais, acadêmicas, sociais e de lazer, cerca de 46 milhões de brasileiros não possuíam internet. Considerando a barreira econômica que foi ampliada neste período e ao aumento do desemprego, as formas de entretenimento anteriormente citadas foram majoritariamente praticadas por aqueles com maior nível socioeconômico.

## 1.2 O Conceito de Lazer

Teodoro et al. (2020) estudaram a gestão das atividades de lazer no período da pandemia por meio de um questionário online com 2,278 participantes, sendo a maioria dos estados de São Paulo, Paraná, Distrito Federal, Pernambuco e Minas Gerais. Destes, 51,4% tem de 18 a 39 anos e 61,4% deles se identificaram como sendo do gênero feminino, 38,4% masculino e 0,2% que optaram por não declarar a informação. A maior parte dos participantes (79%) dispôs de tempo para usufruir de atividades de lazer, enquanto que 21% não teve este tempo durante a quarentena. Contudo, para 54,2% das pessoas este tempo sofreu uma diminuição quando comparado com o ao período anterior à pandemia, já para 32,3% o tempo foi aumentado e para 13,5% não houve mudanças. A média diária do tempo de lazer foi de 03h22min de segunda à sexta-feira e de 05h08min aos finais de semana. Dentre as atividades de lazer, as que ganharam um maior destaque foram as relacionadas ao ambiente virtual, cuja média de horas está em torno de 02h00min por dia, seguida da atividade intelectual, manual e artística que ocupam de 00h59min à 01h15min por dia. Houve um aumento significativo no uso de redes sociais, principalmente nas *lives* do Instagram cuja frequência aumentou em 70% logo no primeiro mês da quarentena. Na questão aberta do questionário da pesquisa, 17% dos participantes optaram por detalhar suas práticas de lazer, sendo que no conteúdo online a média de tempo gasto foi: três horas em *lives*, duas horas e trinta minutos em videogames, duas horas em pesquisas na internet e uma hora em jogos virtuais. Por meio do estudo, os autores perceberam que assim como as redes sociais, os jogos eletrônicos vêm sendo incluídos por um maior período de tempo nos momentos de lazer durante a pandemia.

O lazer, segundo Gomes (2014), é compreendido por diversos autores como sendo um “não trabalho”, um tempo restante após a realização das obrigações cotidianas, sendo atribuído a improdutividade, liberdade e prazer. Referindo o seu trabalho de 2011, o autor explicita que este conceito advém de uma perspectiva eurocêntrica que percebe o lazer como antítese do trabalho e condicionado a ele. A dicotomização destes conceitos vem sendo questionada, tendo em vista que

a linha que divide o tempo de trabalho e lazer tem se tornado cada vez mais tênue devido às flexibilizações laborais e aos avanços tecnológicos. Contudo, essa abordagem desconsidera as diferentes realidades sociais ao redor do mundo, pois há sociedades cujo funcionamento no qual esse modelo de sistema laboral não se aplica, como por exemplo as comunidades indígenas e quilombolas. Sendo assim, não há uma compreensão universal do que é o lazer, mas sim uma condizente ao sistema capitalista. Em outras culturas, a forma de experienciá-lo difere deste modelo eurocêntrico, contudo, o autor compreende o lazer como “...uma necessidade humana e dimensão da cultura que constitui um campo de práticas sociais vivenciadas ludicamente pelos sujeitos, estando presente na vida cotidiana em todos os tempos, lugares e contextos.” (Gomes, 2014, p.9). É um fenômeno sociopolítico que se modifica conforme o momento histórico no qual o indivíduo está inserido e relaciona-se com diversas dimensões sociais como educação, política, economia, linguagem e também laboral, ao contrário do que é instituído em nossa cultura (Gomes, 2011).

Conforme Gomes (2011), o lazer é composto por três elementos essenciais, sendo eles a ludicidade, as manifestações culturais e o tempo/espço social. A ludicidade é associada à infância, brincadeiras e jogos, sendo inerente aos humanos e vivenciados de forma subjetiva, de acordo com o contexto em que o sujeito está inserido. De acordo com Brandão (2012), inicia-se no período neonatal, nos momentos que o bebê interage com quem e com o que o rodeia. Isso inclui brincar com as mãos ou seio da mãe, segurar um bicho de pelúcia, o balbucio e evolui para outras práticas na vida adulta. Gomes (2011) explica que posteriormente ela pode ser expressa de outras formas como a artística, gestual, verbal e visual, não sendo restrita à infância. As expressões estão atreladas aos costumes, tradições, normas sociais, educacionais de cada cultura e estimula o pensamento simbólico, exteriorizando as mais diversas emoções, como por exemplo, alegria, prazer, angústia e frustração.

Ao explicitar as manifestações culturais, Gomes (2011) refere seu estudo de 2010, afirmando que as formas de se vivenciar o lazer não podem ser compreendidas fora do contexto social, pois o que se considera como lúdico é subjetivo e se constrói por meio de relações interpessoais e das normais sociais. Algumas formas de expressão destas práticas são as festas, viagens, dança, teatro, cinema, literatura e os jogos eletrônicos. No entanto, a lógica produtivista vigente desde a Revolução industrial dissemina o preconceito com certas práticas de lazer, sendo associadas à improdutividade e perda de tempo, visto que não contribuem para o modo capitalista

de produção. Em relação ao tempo/espaço social, neste sistema econômico há uma evidente separação entre o trabalho/estudo produtivo e o lazer, que indica que estes não podem coexistir e que o tempo para usufruir de atividades lúdicas deve ser aquele que sobra após o término das obrigações do indivíduo. Essa lógica reforça a idealização dos finais de semana como sendo os únicos momentos onde é permitido a fuga da realidade e o usufruto de momentos prazerosos. Os diversos âmbitos da vida, incluindo o laboral, possuem linhas tênues, não sendo possível definir uma fronteira absoluta entre eles (Gomes, 2014). Logo, o trabalho, estudo, relações sociais e momentos de lazer estão interligados de forma que não é possível definir um tempo/espaço separado para cada um destes.

### **1.3 A Importância do Lúdico na Vida Adulta**

A ludicidade na vida adulta, de acordo com Souza (2019), é frequentemente alvo de preconceitos, sendo vista como o oposto de seriedade e uma perda de tempo, pois atrapalha o âmbito laboral e a produtividade. O brincar e jogar são inatos aos seres humanos e a forma pela qual estes são vivenciados varia conforme a cultura em que ele se encontra. O termo mais aceito para os momentos lúdicos dos adultos é o jogar, visto que o brincar remete ao infantil e a imaturidade, havendo assim uma privação social de certos tipos de atividades que não sejam classificadas como adequadas a um adulto (Souza, 2019). Tanto o brincar quanto o jogar estimulam a liberação dos neurotransmissores dopamina, serotonina, ocitocina e endorfina, conhecidos como os “hormônios da felicidade”. A dopamina vem acompanhada da sensação prazerosa após conseguir finalizar as metas do dia-a-dia, bem como após as vitórias em jogos, sendo benéfica para as funções cognitivas, melhorando o humor e a qualidade do sono e da aprendizagem. A endorfina é liberada pela prática de atividades físicas, de lazer em grupo e do “riso social”, reduzindo a dor e melhorando os laços sociais, além de produzir um efeito calmante. A serotonina advém de atividades aeróbicas, de tomar sol e de momentos de relaxamento, relacionando-se com a sensação de felicidade e Bem-Estar que ajudam no tratamento de transtornos mentais como a depressão e a ansiedade. A ocitocina se produz por meio das relações afetivas e quando se vê algo que remete a fofura, como filhotes e bebês, auxiliando nas relações sociais. Em razão disso, a autora explica a relevância do brincar e jogar na vida adulta:

“Brincar e o jogar podem ser utilizados como recurso terapêutico, para a estimulação dos hormônios citados acima com o intuito de levar o indivíduo a ter uma qualidade de vida, melhorar seus laços sociais, diminuição do estresse, estimulação psicomotricidade, aumentar a qualidade do

sono e do descanso e assim obtendo uma crescente produtividade, aumento da criatividade, dentre outros benefícios que podem e são utilizados como instrumentos de auxílio nos processos de enfrentamento em casos de transtorno de ansiedade e depressão. (Souza, 2019, p. 8)”

Os jogos eletrônicos são uma das brincadeiras praticadas na vida adulta e, segundo de Freitas Bittercourt (2012), estes não devem ser entendidos como sendo inúteis ou direcionados apenas para algo produtivo, pois o lúdico não é o oposto do trabalho produtivo, mas sim um complemento capaz de auxiliar no desenvolvimento saudável da individualidade e criatividade. Dessa forma, o jogar e o brincar são essenciais para o Bem-Estar Subjetivo e a felicidade, não importando em qual estágio de vida o indivíduo esteja (de Freitas Bittencourt, 2012).

#### **1.4 Bem-Estar Subjetivo**

Conforme Hutz & Giacomoni (1997), o conceito de Bem-Estar Subjetivo está atrelado a diversos fatores como idade, gênero, cultura e nível socioeconômico, logo é preciso compreendê-lo dentro de um contexto, não sendo adequado a sua generalização. O Bem-Estar Subjetivo é um conceito estudado dentro da Psicologia Positiva que compreende as experiências subjetivas como resultantes das emoções do indivíduo e do nível de satisfação com a sua própria vida (Hutz & Giacomoni, 1997; Coser & Giacomoni, 2019). Em seus estudos apresentados em “As Relações entre o Uso de Jogos Eletrônicos, Personalidade e o Bem-Estar de Jogadores”, Coser e Giacomoni (2019) explicam que a sensação de felicidade, atrelada a maiores níveis de Bem-Estar Subjetivo, necessita que haja mais Afetos Positivos do que Negativos. Enquanto que a Satisfação de Vida é inversamente proporcional à distância entre o estado de vida atual de um indivíduo e o estado que ele almeja alcançar. Diener (2012) explicita que há certos preditores de Bem-Estar Subjetivo que transpassam as diferenças culturais, sendo alguns deles de aspecto pessoal, tais como suporte social, ter alguém em quem pode confiar, possuir alguma expertise e traços de personalidade. Além destes, aspectos nacionais, tais como ter suas necessidades básicas supridas, como alimentação e saúde, e a falta de corrupção também podem ser fatores explicativos. Mesmo quando fatores decisivos como renda são controlados pelos pesquisadores, há evidências de que algumas culturas tendem a ser mais felizes que outras. O autor cita como exemplo os países sul-americanos, que tendem a um maior índice de bem estar subjetivo do que países do leste asiático, quando condições materiais são controladas. Essa diferença pode ser explicada pela positividade, suporte social e a forma pela qual cada um tende a demonstrar os sentimentos positivos. Além disso, possuir determinadas características e estar dentro dos padrões culturalmente aceitos também são

preditores de Bem-Estar, como por exemplo, a auto-estima, uma variável mais relevante em culturas mais individualistas, assim como introvertidos sentem-se melhor em culturas em que esse aspecto é socialmente valorizado. Um fator importante a ser considerado é o critério utilizado pelo indivíduo ao classificar o nível de Bem-Estar, visto que há diferença neste quando é medido em relação aos desejos e expectativas individuais ou pelos padrões socialmente esperados. As adversidades ou eventos inesperados também possuem correlações relevantes, sendo que alguns deles são mais fáceis de se adaptar do que outros, dependendo se eles são compreendidos como negativos ou positivos e quais são os impactos destes na vida do indivíduo.

### **1.5 Personalidade**

A preferência por determinados tipos de jogos, as características que os tornam atraentes e a forma pela qual são utilizados estão relacionados com os diferentes fatores de personalidade de cada indivíduo (Coser & Giacomoni, 2019). A personalidade, segundo Mazer et al. (2017, p.86), é definida como:

“...as características individuais que correspondem a um padrão persistente de emoções, pensamentos e comportamentos. Os traços da personalidade têm consequências, no sentido de que suas características estão associadas a uma variedade importante de indicadores nos níveis individual, interpessoal e social, tais como: felicidade, saúde física e psicológica, espiritualidade e identidade; qualidade das relações familiares, amorosas e com colegas; escolha, satisfação e desempenho profissionais; envolvimento na comunidade, atividade criminosa, e ideologia política.”

Diversas teorias dentro da Psicologia abordam o tema da personalidade, sendo o *Big Five* a teoria utilizada no presente estudo, sendo conhecida por unificar determinados modelos e embasá-los empiricamente (Nunes et al., 2018). O *Big Five* é composto pelos Cinco Grandes Fatores da Personalidade que estão presentes em todos os indivíduos, em maior ou menor grau, sendo eles: Extroversão (E), Socialização (S), Realização (R), Neuroticismo (N) e Abertura à Experiência (A). De acordo com Lima e Simões (2000), a Extroversão se relaciona com a quantidade e qualidade das interações sociais, além da capacidade de expressar alegria. Maiores níveis de Extroversão estão relacionados ao otimismo, afeto, maior prazer em interações sociais e frequentar ambientes externos. Níveis baixos são associados a indivíduos mais calmos e reservados que preferem manter-se distantes, evitando ser o centro das atenções. A Socialização refere-se ao grau de benevolência do indivíduo, no qual pessoas com altos escores nesse fator tendem a ser mais empáticas, altruístas e prestativas, se preocupando mais com os outros. Escores mais baixos associam-se ao narcisismo e sentimentos de indiferença com o outro, contudo, quando este fator se encontra em excesso, há



uma maior chance de o indivíduo apresentar sintomas de personalidade dependente. A Realização é relacionada a organização, persistência, motivação e comportamentos que facilitam o cumprimento de objetivos. Pessoas que têm alta pontuação podem vir a ter mais sucesso no ambiente laboral e acadêmico, visto que são percebidas como auto disciplinadas, pontuais e organizadas, porém quando em excesso, essa característica associa-se a um funcionamento obsessivo-compulsivo. A Abertura à Experiência se relaciona a preferência do indivíduo por novas experiências ou por manter a sua já conhecida rotina. Aqueles com maiores níveis costumam ter maior curiosidade intelectual, imaginação, criatividade, tolerância e disposição a experimentar situações novas. Indivíduos com níveis mais baixos preferem aquilo que lhes é familiar, sendo mais conservadores com interesses mais restritos (Lima & Simões, 2000). Dentre os cinco fatores, o Neuroticismo é comumente apontado em estudos como um dos fatores de personalidade que possui significativa correlação com o hábito de jogar, sendo relevante uma maior compreensão de como estas duas variáveis estão associadas (Dionísio & Vicente, 2021; Wittek et al., 2016; Braun et al., 2016; Abreu, 2008; Allen & Anderson, 2018).

## 1.6 Neuroticismo

O conceito de Neuroticismo utilizado no presente trabalho é baseado no modelo proposto por Costa e McCrae (1992), no qual os Cinco Grandes Fatores de Personalidade (*Big Five*) possuem ao todo 30 facetas, sendo seis delas referentes ao Neuroticismo. Este fator é caracterizado pela instabilidade emocional, onde um nível alto deste indica uma percepção da realidade como majoritariamente negativa, baixa resiliência, mudanças constantes de humor, dificuldade de controle de impulsos e para lidar com o estresse. As 6 facetas do Neuroticismo são a ansiedade, raiva/hostilidade, depressão, embaraço/constrangimento e impulsividade:

- **Ansiedade:** Refere-se a sentimentos como medo, insegurança, apreensão, nervosismo e preocupação com o presente e futuro, sendo comum o indivíduo com maior pontuação nessa faceta apresentar comportamentos fóbicos e medos específicos, além de antecipar catástrofes e pensar demasiadamente no que pode dar errado. Níveis baixos desta faceta indicam maior tranquilidade e menor tendência a pensamentos intrusivos, sendo menos provável que experiencie estados emocionais negativos frequentemente (Costa & McCrae, 1992).
- **Raiva/ Hostilidade:** Essa faceta se relaciona com o quanto o indivíduo experencia

sentimentos como raiva, frustração e amargura, sem necessariamente expressá-la. A expressão destes varia conforme o nível de socialização do indivíduo, contudo, aqueles que possuem atitudes mais hostis costumam ter maiores escores, enquanto que a baixa reatividade a raiva está associada a pessoas mais fáceis de lidar (Costa & McCrae, 1992).

- **Depressão:** Indivíduos com esse aspecto acentuado costumam vivenciar, com maior frequência, Afetos Negativos como tristeza, desesperança, culpa, solidão e falta de motivação. A mensuração destes sentimentos nessa escala diferencia-se dos critérios para o diagnóstico da depressão como uma patologia, pois o modelo de Costa & McCrae (1992) explicita que os afetos desta faceta apresentam-se dentro de um contínuo considerado típico/normal.
- **Embaraço/Constrangimento:** Aproxima-se da timidez, estando relacionado a vergonha, embaraço, desconforto frente à outras pessoas, tendência inferioridade e medo de ser exposto ao ridículo. Indivíduos com traços mais intensos são mais propensos a sentirem-se inadequados e terem medo de serem interpretados erroneamente, enquanto que traços mais sutis indicam um menor desconforto frente a situações de socialização (Costa & McCrae, 1992).
- **Impulsividade:** Refere-se a dificuldade em controlar impulsos e anseios, comum em indivíduos cujos desejos são muito intensos, a ponto de serem difíceis de resistir. Esse afeto difere-se de espontaneidade e rapidez em tomada de decisão, não sendo antecedida por pensamentos sobre os prós e os contras, comumente acarretando em arrependimentos posteriores. Um baixo nível nesta faceta indica maior tolerância à frustração e maior controle de impulsos (Costa & McCrae, 1992).
- **Vulnerabilidade:** Relacionada à suscetibilidade ao estresse, onde pessoas com maiores níveis possuem dificuldades para enfrentar as adversidades e podem tornar-se dependentes ou entrar em pânico frente a emergências (Costa & McCrae, 1992).

### **1.7 Fatores de Personalidade em Jogadores**

O Neuroticismo se relaciona com o equilíbrio emocional, onde scores mais altos indicam uma tendência do indivíduo a perceber o mundo de forma negativa, sendo comuns estudos (Abreu, 2008; Allen & Anderson, 2018) que relacionam altos níveis desse fator aqueles que jogam videogame de forma patológica. Quando em excesso, esse fator também pode estar associado à

ansiedade, baixa hospitalidade, depressão, dificuldade de controle de impulsos e maior tendência a se tornar dependente (Peixoto & Meneses, 2018). Essas características costumam ser associadas a jogadores de forma generalizada, contudo, estudos recentes (Dionísio & Vicente, 2021; Coser & Giacomoni, 2019) têm averiguado a relação entre o hábito de jogar jogos eletrônicos e os fatores de personalidade, questionando a veracidade dessas associações como sendo necessariamente negativas.

Dionísio e Vicente (2021) conduziram um estudo em Portugal com pessoas que jogaram Pokémon GO, distinguindo-os em participantes que jogaram por menos de 3 meses e aqueles que passaram desse período, a fim de compreender os seus respectivos fatores de personalidade. O jogo Pokémon tem como objetivo capturar, batalhar e treinar os Pokémons, que são criaturas virtuais, registrando-os na Pokédex, um tipo de caderneta virtual que permite agrupá-los, contendo informações sobre os Pokémons capturados. Pokémon GO é uma versão criada para celulares que inclui um sistema de realidade aumentada por meio da utilização da câmera e do giroscópio do aparelho, cuja função é detectar movimentações do celular. Como resultado, as criaturas virtuais parecem habitar o ambiente real em que o jogador se encontra, gerando maior imersão.

A pesquisa contém uma amostra de 480 jogadores, 271 do sexo masculino, com idades entre 18 e 60 anos, averiguou-se que aqueles que mantiveram o hábito de jogar por mais de 3 meses e que investiram mais tempo no jogo, apresentaram menores níveis de Neuroticismo. A pesquisa considera fatores como escolaridade, situação profissional, com quem o participante coabita e quais foram os impactos nas interações sociais durante o período em que jogaram. O jogo tem como objetivo incentivar a locomoção a diversos ambientes e a interação social, sendo características relevantes para o aumento dos níveis de Extroversão, contudo, somente esse fator não seria o suficiente para justificar menores níveis de Neuroticismo. É possível considerar, portanto, que jogadores de outros tipos de jogos também possam ter baixos níveis desse fator de personalidade. Os participantes relataram que o uso de redes sociais diminuiu consideravelmente e praticamente todos afirmaram conseguir interromper a jogatina para atender chamadas telefônicas ou responder mensagens, além de o tempo dedicado ao convívio familiar não ter sofrido alterações durante esse período. Além disso, os jogadores informaram não ter o costume de investir dinheiro real no jogo e com este tiveram seu círculo de amizade ampliado, mais especificamente entre 1 a 5 amigos. Houve diferença nos grupos etários, no qual os adultos marcaram menores níveis de Neuroticismo e maior Realização, comparados aos adultos jovens. Em relação ao gênero, as mulheres

apresentaram pontuações médias mais elevadas em todos os fatores de personalidade. Na escolaridade também foi possível observar diferenças, sendo que aqueles que possuem nível superior obtiveram escores significativamente mais altos na Socialização e na Abertura à Experiência. As motivações para jogar Pokémon GO diferem entre os gêneros, sendo mais comum os homens jogarem devido ao sentimento de nostalgia e a possibilidade de socialização, enquanto as mulheres utilizam o jogo como uma forma divertida de exercício e cuidados com a saúde.

Por fim, os autores explicam que apesar de os jogadores de forma geral serem mais introvertidos, conforme progredem no jogo, tendem a apresentar mais Extroversão e Realização. É possível perceber que nesse jogo em específico, que apresenta uma proposta não convencional de socialização, os jogadores tenham fatores de personalidade distintos de outros gêneros. A generalização dos videogames como dispositivos que geram maior introversão não é adequada, visto que cada tipo de jogo atrai pessoas com fatores de personalidades diferentes e as consequências do hábito de jogar precisam ser averiguadas tendo estes aspectos em vista.

## CAPÍTULO 2

### 2.1 Características dos Jogos Eletrônicos

A tecnologia está cada vez mais inserida na nossa cultura, estando incluída nas formas de divertimento, tanto em crianças quanto em adultos. Isso pode ser observado por meio de vídeo games, que abrangem ambos os públicos. De acordo com Lima e Correia (2014), inicialmente os jogos eletrônicos foram criados no âmbito acadêmico, na década de 50, e, somente na década de 70, foi lançado primeiro console, Magnavox Odyssey, seguido do Atari 2600 que popularizou o conceito de videogame para fins de entretenimento. Em 1978 iniciou-se a “era de ouro” dos videogames, com o lançamento do jogo *Space Invaders* para o *arcade* em 1980, no qual o jogador precisa enfrentar ondas de inimigos utilizando um canhão laser que se movimenta no canto inferior da tela. Em 1980, surgiu o título *PacMan* que tornou-se uma franquia presente em diversos meios

de comunicação, seguido de *Donkey Kong* e *Mario* em 1981. A indústria dos videogames foi se tornando mais influente na sociedade, sobrepujando a indústria cinematográfica, que no ano de 2000, movimentou 7,3 bilhões de dólares, enquanto que os videogames nos Estados Unidos movimentaram 8,9 bilhões. Os videogames passaram a atrair o público adulto, não sendo mais categorizados como brinquedos e mudaram o seu enfoque para este novo público, cujas exigências eram maiores, resultando em consoles mais avançados (Lima & Correia, 2014).

Os jogos eletrônicos, segundo Brandão (2010), são caracterizados pela interatividade, narrativas não lineares e gráficos fascinantes, no entanto, não são esses os aspectos que tornam os jogos atraentes. O autor explicita que o que torna os jogos atraentes são as suas mecânicas e processos, que oferecem desafios aos jogadores, testando suas habilidades ao máximo. Isso resulta, no que a ciência cognitiva chama, de regime de competência que resulta em uma sensação de prazer e frustração simultâneos. Os jogos colaboram no processo de construção emocional, nos proporcionando oportunidades que não teríamos sem eles. O jogo simula uma situação, onde podemos agir da forma que desejarmos e observar as consequências de nossos atos, sem que isso infrinja algum dano na vida real. Com isso, temos a possibilidade de explorarmos o mundo digital que nos é apresentado de forma lúdica.

Dentre as mais diversas formas de entretenimento, os jogos vêm ganhando maior popularidade tendo em vista que a narrativa e a exploração do ambiente proporcionam a sensação de imersão. Os cientistas da era digital propõem que, além da sensação de pertencer a um outro ambiente, o jogador possa "navegar" pelo local, interagindo com os objetos de forma que o indivíduo se sinta, verdadeiramente, imerso em outra realidade (Ferreira, 2010). Em pesquisas, os jogadores comparam os jogos com livros e filmes, relatando que os três permitem o envolvimento com a história que, apesar de serem transmitidas de diferentes formas, resultam em uma sensação de imersão. Ferreira (2010) também afirma que para jogar se utiliza sua imaginação quase da mesma forma que se usaria para a leitura, por ser possível visualizar o que o criador do jogo pensou. Para proporcionar a sensação de imersão nos jogos, os desenvolvedores investem em gráficos mais realistas juntamente a sons multicanais, contudo, a participação do corpo neste processo tem se popularizado, contrapondo o estigma de que as pessoas permanecem imóveis quando estão em contato com os jogos eletrônicos. Os fliperamas deram início ao processo de imersão por meio do visual dos *arcades*, simulando diversos meios de transporte como carros, motos e aviões, no qual não apenas o dispositivo assume a forma destes, como também realiza movimentos de acordo com

a direção que o jogador comanda por meio do controle. Nas plataformas mais recentes os elementos mais utilizados para propiciar a imersão são os *joysticks*, controles dos videogames, que podem assumir formas relacionadas a tipos específicos de jogos, como um *joystick* de guitarra para jogos de música, de volante para jogos de corrida, de arma para jogos de tiro. A Nintendo deu origem a outro mecanismo imersivo por meio do console Wii, no qual a pessoa precisa movimentar o corpo para jogar, não havendo tanto a necessidade de pressionar botões, pois o personagem do jogo irá imitar os movimentos que o jogador fizer. Por meio dessa interação há uma imersão sensorial, no qual o videogame captura os movimentos realizados, requerendo apenas que a pessoa esteja com o controle em mãos enquanto joga. Esse dispositivo é muito utilizado para jogos de dança como *Just Dance* ou jogos de esportes, sendo também mais convidativo para pessoas que não possuem experiências prévias com jogos, pois não requer que a pessoa aperte uma sequência específica de botões para realizar as suas ações. Após o sucesso do Wii, a Sony e a Microsoft também investiram em um sensor de movimento.

## 2.2 O Perfil dos Jogadores

Uma pesquisa feita por Pereira et. al. (2012) nos mostra que os jogadores, são em maioria, homens de 20 a 30 anos, de classe média à alta, que concluíram o ensino médio e que jogam de 12 a 30 horas por semana, tendo uma média de 20 horas semanais. Seus hobbies além do vídeo game são variados, incluindo animes, artes marciais, livros e, diferente do que se imagina, alguns deles saem para shoppings ou bares.

Os motivos de cada indivíduo para exercer tal atividade variam, no entanto há algumas razões comuns entre eles como a possibilidade de vivenciar uma história fictícia, a fuga da realidade e percepção diferenciada dos conceitos de “bem” ou “mal”. Assim como em livros e filmes, os entrevistados se envolvem emocionalmente com a trama do jogo. Um deles relata que *"os dramas são muito humanos e isso que é legal, porque você se identifica com o problema dos personagens porque são problemas humanos"* ( p. 87). A percepção de cada indivíduo com relação aos aspectos da história estão relacionados com suas experiências pessoais, possibilitando que cada pessoa se identifique com variados personagens de forma subjetiva e transpondo para o jogo os seus desejos. Há um relato de um dos entrevistados que evidencia a sensação de projeção de seus sentimentos para o jogo:

*Que é uma coisa assim, é como se fosse uma experiência vicária, mas uma coisa que eu não faria na vida real... Mas eu prefiro bem mais quando dá pra entrar no personagem, dá pra*

*sentir alguma coisa jogando... Então o que me pegou bastante é que eu sentia muita emoção jogando, pela história do personagem, pelo que ele estava passando, porque ele entra bastante na psique daquele personagem. Que está lutando para ir atrás, então eu peguei e senti isso bastante... Uma coisa desses personagens é que eles são muito solitários. Ele trabalha praticamente sozinho; ele não tem uma vida social, então é uma vivência muito solitária. E aí nisso eu também me identifico, sabe. (p. 89)*

Os jogadores relataram encontrar um relaxamento e alívio de suas problemáticas cotidianas por meio do vídeo game, pois este permite a imersão em um outro mundo que possibilita ao indivíduo interpretar um papel diferente do que o faz na realidade. No entanto, alguns utilizam o jogo para escapar de seus conflitos internos, evitando ter insights relacionados a sua identidade ou objetivos na vida real. A entrevistada que mais disse utilizar o videogame como uma válvula de escape, afirma que quando o jogo a coloca em contato com aspectos difíceis de sua vida, ela o abandona. Além disso, ela não consegue gostar de um personagem que tenha alguma característica negativa que ela também tenha.

A dualidade bem/mal foi comentada diversas vezes como sendo um elemento encontrado tanto no protagonista da história quanto no antagonista, no qual há a coexistência tanto de aspectos positivos quanto negativos. Dessa forma, não está claramente dividido o que é bom ou mau, pois esses conceitos estão sujeitos a diferentes pontos de vista, o que um dos entrevistados define como a percepção de um mundo “menos preto e branco”, pois “aprender a ver os cinzas é importante”.

### 2.3 Gêneros de Jogos

Os gêneros dos jogos eletrônicos tem se diversificado durante os tempos, sendo comum que elementos de um gênero sejam encontrados em outros. A definição de cada um deles tornou-se mais abrangente, não sendo adequado compreendê-los como conceitos fechados. A seguir encontram-se os gêneros que foram abordados durante este estudo, embasados por Konzack (2015):

**Estratégia:** envolve planejamento e raciocínio, havendo normalmente um turno para cada jogador/inteligência artificial. Quando há *ação* conjuntamente, este elemento tende a ser secundário à resolução de problemas do jogo. Exemplos: *Starcraft, League of Legends/, Dota, Age of Empires*.

**Simulação:** é caracterizado pela simulação de algum fator real, aproximado ao máximo pelo digital. Neste gênero estão incluídos jogos onde se controla ou gerencia meios de transportes, cidades, comportamentos, dentre outros. Exemplos: *Truck Simulator Honk, The Sims, Stardew*

*Valley*.

**Ação:** tem enfoque na coordenação motora do jogador, o qual precisa agir rapidamente para enfrentar os desafios propostos pelo jogo. É um dos gêneros comuns de se encontrar juntamente com outros tipos de jogos, podendo ou não ser o elemento principal do jogo. Exemplos: *God of War, Dark Souls, Monster Hunter*.

**Luta:** caracteriza-se por batalhas das mais diversas formas, podendo ser em combate de curta ou longa distância com o objetivo de derrotar um ou mais oponentes. Exemplos: *Street Fighter, Super Smash Bros, Blazblue*.

**Aventura:** possui uma narrativa envolta de diversos desafios, podendo conter *Puzzles* (quebra-cabeças) e lutas, comumente vem acompanhado de outro gênero como o de Ação. Exemplos: *Uncharted, The Last of Us*.

**Role Playing Game (RPG):** tem enfoque na construção dos atributos e habilidades do personagem que é controlado pelo jogador dentro de uma narrativa, envolvendo inúmeras missões a serem cumpridas, geralmente em um mundo de fantasia. Comumente há uma história principal e histórias opcionais de Non-Playable Characters (NPCs) secundários que advém de *side-quests* (missões secundárias) e que podem ser feitas paralelamente à história principal. Exemplos: *Final Fantasy, Dragon Quest, Fire Emblem*.

**Casuais:** são jogos mais rápidos, simples e de fácil compreensão de seu funcionamento, não tendo necessariamente o objetivo de ser imersivo, mas sim de ser um passatempo divertido. Dentre eles é possível encontrar jogos de *puzzle* (quebra-cabeça), dança, tabuleiro e entre outros, sendo conhecidos como *web games* e popularizados pelo celular e jogos de *flash* em redes sociais. Exemplos: *Candy Crush, Animal Crossing, Angry Birds*.

## 2.4 A Compulsão pelo Jogar

Segundo Abreu et al. (2008), as inúmeras possibilidades de interação proporcionadas pelo vídeo game podem resultar no uso problemático de jogos, no qual o usuário dedica uma quantia significativa de tempo à ele e apresenta prejuízo em diversas áreas de sua vida real. Há controvérsias na forma de classificar o vício pelo vídeo game, sendo que a mais difundida é que os adictos se isolam da sociedade e que são potencialmente perigosos, por utilizarem os jogos para expressar seus sentimentos agressivos que estão reprimidos. Abreu et al. (2008) explicitam que o vício diminui o rendimento escolar e laboral, afasta o indivíduo do convívio social e familiar, além



de provocar insônia, falta de apetite e sedentarismo. A dependência em jogos eletrônicos é comparada ao alcoolismo, dependência química e jogos de azar pela mudança de comportamento e o desejo de repetição, vinculados a um sentimento viciante. Os jogos têm a mesma função dos fármacos que visam um escape do mundo real. Contudo, Meneses (2014) afirma que essas associações são geralmente reducionistas, pois é provável que estejam enviesadas pela cultura de uma sociedade que visa a produção. De acordo com o seu estudo, cerca de metade dos jogadores entrevistados se intitulam dependentes, o que provavelmente é resultado de uma tendência em utilizar a palavra “dependência” de forma superficial, desconsiderando os sintomas indicativos do vício e utilizando, como determinante, o argumento de que investem muitas horas em jogos. O autor explica que a forma pela qual os jogos eletrônicos são vistos está relacionada ao fato destes não pertencerem ao campo do trabalho, mas sim ao do lazer. Desta forma, o uso abusivo de jogos acaba sendo classificado de forma semelhante ao uso de substâncias psicoativas, visto que ambos estão relacionados apenas ao consumo e não há nada sendo produzido durante o seu uso. Este conceito pode ser atribuído à visão produtivista do capitalismo, onde o que não produz não tem valor (Meneses, 2014).

O uso problemático de jogos possui critérios diagnósticos definidos pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª Edição (DSM-V) e também pela Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde - 11ª Edição (CID-11) (American Psychiatric Association, 2014; World Health Organization, 2018). A tabela a seguir apresenta os critérios de ambos, comparando primariamente os do DSM-V que se assemelham com os do CID-11:

Tabela 1

**Comparação entre critérios diagnósticos do DSM-V e CID-11**

DSM-V	CID-11
Tentativas fracassadas de controlar a participação nos jogos pela internet.	Perda do controle sobre o jogo (frequência, intensidade, duração, término, contexto).
Perda de interesse por passatempos e divertimentos anteriores em consequência dos, e com a exceção dos, jogos pela internet.	Maior prioridade dada ao tempo de jogo em detrimento aos outros interesses de vida e atividades diárias.
Colocou em risco ou perdeu um relacionamento, emprego ou oportunidade educacional ou de carreira significativa devido à participação em jogos pela internet.	Continuidade ou crescimento do tempo de jogo apesar da ocorrência de consequências negativas.
Preocupação com jogos pela internet. (O indivíduo pensa na partida anterior do jogo ou antecipa a próxima partida; jogo pela internet torna-se a atividade dominante na vida diária).	
Sintomas de abstinência quando os jogos pela internet são retirados. (Esses sintomas são tipicamente descritos como irritabilidade, ansiedade ou tristeza, mas não há sinais físicos de abstinência farmacológica).	
Tolerância – a necessidade de passar quantidades crescentes de tempo envolvidos nos jogos pela internet.	
Uso excessivo continuado de jogos pela internet apesar do conhecimento dos problemas psicossociais.	
Enganou membros da família, terapeutas ou outros em relação à quantidade de jogo pela internet.	
Uso de jogos pela internet para evitar ou aliviar o humor negativo (p. ex, sentimentos de desamparo, culpa, ansiedade)	

Coser e Giacomoni (2019) contestam os critérios adotados por ambos os manuais, visto que originam-se de preconceitos disseminados pela mídia enviesada pelo paradigma produtivista, que acaba por afetar também as pesquisas do meio acadêmico. Há jogadores que dedicam tanto tempo aos jogos que acabam prejudicando outros âmbitos como o social e o laboral, contudo, não há evidências de que os videogames sejam os causadores desse comportamento. Os sintomas listados pela Tabela 1 são os mesmos dos Transtornos Relacionados à Substância e Adição, porém o objeto de dependência passa a ser o videogame, não havendo assim uma adaptação apropriada dos critérios diagnósticos. De acordo com Meneses (2014), há poucos estudos que avaliam as evidências da validade de questionários que mensuram comportamentos aditivos nos jogadores, no qual se utiliza os critérios do transtorno por jogos de aposta como sendo equivalentes ao uso problemático de jogos eletrônicos. É fundamental a diferenciação entre os diversos tipos de comportamentos aditivos e evitar a patologização dos hábitos diários dos indivíduos, principalmente quando relacionados ao âmbito do lazer. O autor explica que os jogos têm sido foco de estudos do campo da educação, a fim de auxiliar o processo de aprendizagem, como também da

saúde, com enfoque em recuperação ou aprimoramento das funções cognitivas. Os benefícios advindos dos jogos variam conforme o gênero: os jogos de tiro podem aprimorar a coordenação motora, acurácia e percepção espacial, enquanto que os Massive Multiplayer Online (MMO) possibilita a interação social e o trabalho de equipe. No entanto, há poucos estudos sobre os benefícios para o Bem-Estar, que podem vir a ser maiores do que os prejuízos, propiciando emoções positivas como motivação, prazer e sensação de conquista (Meneses, 2014).

Coser (2019), conjuntamente ao seu estudo, elencou o estudo de McGuire (1984), onde foram observadas evidências de que a utilização de jogos como promoção de qualidade de vida implicam em um aumento relevante nos Afetos Positivos e na auto-estima dos indivíduos que participaram da intervenção com os jogos, comparados àqueles que não o fizeram. Além disso, há indícios de que pessoas que jogam de forma moderada têm maior nível de bem-estar e melhor regulação de humor, além de estresse e ansiedade reduzidos em comparação àquelas que não jogam ou o fazem excessivamente. Entretanto, Coser (2019) afirma que não há um consenso sobre a quantidade de horas de jogo classificada como moderada, tendo em vista que a faixa etária e os gêneros de jogo estão atrelados ao tempo que um indivíduo dedica a esse hábito. Portanto, o aspecto a ser analisado para compreender quando o jogo está sendo utilizado de forma moderada, é o impacto que traz à vida de cada pessoa. Crianças e adolescentes podem despende de mais tempo de jogo sem que isso acarrete em consequências significativas em sua vida, em contraste a um adulto que esteja trabalhando e tenha um tempo reduzido para o seu lazer. Há indícios que a exposição prolongada e contínua à *Blue Light* (luz emitida por telas de aparelhos tecnológicos) pode causar prejuízos à visão, ao bem-estar e ao sono, sendo recomendado que o indivíduo cesse a atividade por 2 horas antes de dormir, o que inclui não só o videogame, como também a televisão e o celular (Coser & Giacomoni, 2019). Contudo, não é uma recomendação simples a ser seguida, principalmente em meio a pandemia, onde a tecnologia é o principal meio de comunicação, sendo utilizada no âmbito laboral, acadêmico, social e de lazer.

Apesar da crença popular de que pessoas que investem muitas horas em jogos eletrônicos têm prejuízos na saúde mental, Coser e Giacomoni (2019) explicitam que não há evidências suficientes de que o número de horas jogadas afete a saúde mental. O seu estudo foi composto por uma amostra de 759 participantes, sendo que 599 deles possuem o hábito de jogar pelo menos uma hora por dia e 160 não jogam jogos eletrônicos. A idade deles é de 18 a 70 anos, sendo a maioria do Rio Grande do Sul (59,4%), seguido da região Sudeste (17,8%), Nordeste (7,3%), Centro-Oeste

(3,9%) e Norte (1,2%). Foram analisadas variáveis sociodemográficas e sobre seu perfil de jogador, em conjunto de Escalas de Satisfação de Vida e de Afetos Positivos e Negativos. Os resultados demonstram que a correlação entre as horas jogadas e o nível de Bem-Estar é desprezível, pois há diversos fatores como as motivações sociais, a fuga da realidade e satisfação das necessidades psicológicas básicas que precisam ser considerados para compreender o Bem-Estar dos jogadores. A quantidade de tempo dedicada aos jogos não pode, isoladamente, ser considerada como responsável por prejuízos na saúde mental dos indivíduos, ao contrário do que é difundido pela mídia que tende a patologizar os jogos eletrônicos. Logo, a análise do uso problemático de jogos deve ser feita cautelosamente, devido à complexidade dos processos envolvidos no engajamento desta atividade.

O nível de Bem-Estar dos jogadores é influenciado pelas suas motivações, sendo que baixos níveis de saúde mental antecedem o seu uso problemático, não sendo então o videogame o responsável pelos prejuízos daqueles que o jogam. As motivações para esse hábito variam, sendo a mais comum delas a diversão, que acarreta em emoções positivas, assim como a sensação de conquista, de enfrentar desafios e de interagir com outras pessoas que têm este gosto em comum (Coser & Giacomoni., 2019). Vuorre et al. (2021) realizaram um estudo longitudinal com a colaboração de empresas responsáveis pela publicação de jogos, como a Nintendo Americana, Sony e Microsoft, a fim de averiguar a relação entre Bem-Estar e jogos eletrônicos. A pesquisa se deu por meio de três *surveys*, ao longo de seis semanas, enviados para o email de jogadores de diversos países como Austrália, Canadá, Índia, Irlanda, Nova Zelândia, África do Sul, Reino Unido e Estados Unidos, totalizando 38.935 respostas. Os resultados apontaram que não é possível encontrar uma relação causal entre o ato de jogar, quantidade de horas jogadas e o Bem-Estar, contudo, as motivações pelas quais um indivíduo joga podem ter correlação com o Bem-Estar. Uma parcela significativa dos participantes demonstrou que a qualidade de tempo subjetiva da prática de jogar videogames pode ser mais relevante do que a quantidade de horas, sendo importante que estudos futuros busquem compreender as motivações ligadas a esse hábito. Segundo os autores, pesquisas que apontam os jogos eletrônicos como prejudiciais à saúde não costumam incluir diversos gêneros de jogos e diferentes perfis de jogadores, além de não analisar pessoas que já possuem esse hábito, ao invés disso, simulam a experiência de jogar de forma artificial a fim de responder ao problema de uma pesquisa em específico (Vuorre et al., 2021). Allen e Anderson (2018) explicam que as frustrações da vida de um indivíduo e a não satisfação

das necessidades psicológicas básicas são preditores para o uso abusivo de jogos eletrônicos. A satisfação decorrente do ato de jogar pode melhorar o bem-estar a curto prazo, contudo o seu efeito benéfico pode variar conforme o nível de satisfação prévio do indivíduo em relação a sua vida. De acordo com suas pesquisas, os participantes pontuaram que as conquistas do mundo real têm maior relevância do que as do videogame, contrapondo a ideia de que os jogadores conseguem suprir os seus desejos por meio deste e por isso o utilizam, necessariamente, como uma via de escape do mundo real (Allen & Anderson, 2018).

## **JUSTIFICATIVA**

A pandemia acarretou em inúmeras mudanças na vida das pessoas e teve grande impacto na saúde mental, visto que em diversos países houve um aumento nos sintomas psicopatológicos, incluindo o Brasil (Brooks et al., 2020; Barros et al. 2020). Não só apenas o âmbito laboral necessitou ser modificado, como também os hábitos de lazer, que foram restritos devido ao isolamento social (Clemente & Stoppa, 2020; Losekann & Mourão, 2020). Há indícios que a tecnologia teve um papel imprescindível nos momentos de lazer, sendo os jogos eletrônicos um dos passatempos mais populares durante esse período (Teodoro et al., 2020). Tendo isso em vista, torna-se relevante analisar como os jogos eletrônicos se relacionam com o Bem-Estar Subjetivo e o Neuroticismo, considerando a escassez de pesquisas nacionais sobre jogos no âmbito do lazer e na saúde mental.

## **PROBLEMAS DE PESQUISA**

O presente estudo visa responder às seguintes questões:

- 1** - Os jogos eletrônicos auxiliaram a elevar os níveis de Bem-Estar Subjetivo durante a pandemia?
- 2** - Pessoas com alto nível de Neuroticismo tiveram menos Bem-Estar Subjetivo com os jogos eletrônicos?

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo geral:**

Compreender a relação entre o hábito de jogar antes e durante a pandemia com os níveis de Bem-Estar Subjetivo e Neuroticismo.

### **Objetivos específicos:**

1 - Averiguar a relação entre Satisfação de Vida, Neuroticismo, Afetos Positivos e Afetos Negativos e jogos eletrônicos em diferentes gêneros e fases de desenvolvimento dos indivíduos.

2 - Avaliar se há relação entre Bem-Estar Subjetivo e horas de jogo.

## MÉTODOS

### Considerações Éticas

Esse estudo faz parte de um projeto aprovado pelo comitê de ética (número 2584044), será realizado de acordo com as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo Seres Humanos (Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde) e faz parte de um projeto de pesquisa maior aprovado pelo Comitê de Ética do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Foi credenciado junto à Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) do Ministério da Saúde, sob o título “Aprimoramento de Escalas e Relações entre Traços de Personalidade e Construtos da Psicologia Positiva”. Os participantes do estudo serão informados acerca dos objetivos, meio de coleta e análise dos dados e garantia de confidencialidade. Os dados da pesquisa serão mantidos no Instituto de Psicologia da UFRGS e o acesso será restrito aos pesquisadores do grupo.

## REFERÊNCIAS

- Abreu, C. N. D., Karam, R. G., Góes, D. S., & Spritzer, D. T. (2008). Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 30(2), 156-167. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000200014>
- Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2018). Satisfaction and frustration of basic psychological needs in the real world and in video games predict internet gaming disorder scores and well-being. *Computers in Human Behavior*, 84, 220-229. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.034>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora.
- Barros, M. B. D. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. D., Romero, D., de Souza Júnior, P. R. B., Azevedo, L. O., Machado, I. E., Damascena, G. N., Gomes, C. S., Werneck, A. O., da Silva, D. R. P., de Pina, M. F. & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29, e2020427. <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>
- Brandão, R. P., de Freitas Bittencourt, M. I. G., & De Vilhena, J. (2010). A mágica do jogo e o

potencial do brincar. *Revista mal-estar e subjetividade*, 10(3), 835-863. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27117236007>

Braun, B., Stopfer, J. M., Müller, K. W., Beutel, M. E., & Egloff, B. (2016). Personality and video gaming: Comparing regular gamers, non-gamers, and gaming addicts and differentiating 35 between game genres. *Computers in Human Behavior*, 55, 406-412. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.041>

Brooks, Samantha K; Webster, Rebecca K; Smith, Louise E; Woodland, Lisa; Wessely, Simon; Greenberg, Neil; Rubin, Gideon James (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence*. *The Lancet*, (), S0140673620304608-. doi:10.1016/S0140-6736(20)30460-8

Burke, B., & Lucier-Greer, M. (2021). Comparing video game engagement measures as related to individual and relational well-being in a community sample of adult gamers. *Computers in Human Behavior Reports*, 4, 100136.

Busarello, R. I., Bieging, P., & Ulbricht, V. R. (2010, Janeiro). Narrativas interativas: imersão, participação e transformação no caso da nova tecnologia para games kinect [Apresentação de trabalho]. Congresso Panamericano de Comunicação 2010, Brasília, Brasil.

Clemente, A. C. F., & Stoppa, E. A. (2020). Lazer doméstico em tempos de pandemia da covid-19. *LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, 23(3), 460-484. <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25524>

Coser, F. S. (2019). O uso de jogos eletrônicos e suas relações com o bem-estar. [Dissertação de Mestrado Universidade Federal do Rio Grande do Sul]. <http://hdl.handle.net/10183/202541>

Coser, F. S., & Giacomoni, C. H. (2019). As Relações entre o Uso de Jogos Eletrônicos, Personalidade e o Bem-Estar de Jogadores. *Avaliação Psicológica*, 18(4). <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2019.1804.18566.06>

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Neo Personality Inventory-revised (NEO PI-R). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

DECODE, BTG Pactual. O Legado da Quarentena para o Consumo. Mai. 2020. <https://lp.decode.buzz/legado-da-quarentena-consumo>.

de Freitas Bittencourt, M. I. G. (2012). *Jogando além: o interjogo entre a mágica do jogo eletrônico e o brincar criativo do jogador* [Dissertação de doutorado PUC-Rio]. <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/27844/27844.PDF>

Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American psychologist*, 67(8), 590. doi: 10.1037/a0029541.

Dionísio, A., & Vicente, H. O. (2021). *Padrões de Jogo e Fatores de Personalidade numa Amostra de Jogadores Portugueses de Pokémon GO* [Dissertação de mestrado, Instituto Superior Miguel Torga]. <http://repositorio.ismt.pt/jspui/handle/123456789/1272>

- Ferreira, E. (2010). Paradigmas do jogar: Interação, corpo e imersão nos videogames. *C-Legenda-Revista do Programa de Pós-graduação em Cinema e Audiovisual*, (22). <https://periodicos.uff.br/ciberlegenda/article/view/36645/21225>
- Franco, S. D. G. (2003). O brincar e a experiência analítica. *Ágora: estudos em teoria psicanalítica*, 6(1), 45-59. <https://doi.org/10.1590/S1516-14982003000100003>
- Gomes, C. L. (2011). Estudos do Lazer e geopolítica do conhecimento. *LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, 14(3). <https://doi.org/10.35699/1981-3171.2011.762>
- Gomes, C. L. (2014). Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer*, 1(1), 3-20. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/430>
- Hutz, C. S.; Giacomoni, C. H. . A mensuração do bem-estar subjetivo: escala de afeto positivo e negativo e escala de satisfação de vida.. In: XXVI Congresso Interamericano de Psicologia, 1997, São Paulo. Anais, 1997. p. 313-313.
- Hutz, C. S., Zanon, C., & Bardagi, M. P. (2014). Satisfação de Vida. Em Hutz, C. S. (Eds.), *Avaliação em Psicologia Positiva* (pp. 43-47). São Paulo, Brasil: Artmed.
- James, G., Witten, D., Hastie, T., & Tibshirani, R. (2013). *An introduction to statistical learning* (Vol. 112, p. 18). New York: springer.
- Konzack, L. (2015). Video game genres. In *Encyclopedia of Information Science and Technology, Third Edition* (pp. 3070-3076). IGI Global.
- Kort-Butler, L. A. (2021). The well-being of gamers, video game players, and non-players. *The Social Science Journal*, 1-17.
- Lima, R. B. P. L. F., & Correia, A. A. A. N. W. (2014) Design e inovação tecnológica na indústria de videogames: Nintendo, um estudo de caso [Apresentação de trabalho]. SBGames 2014, Porto Alegre, RS. DOI: 10.5151/9788580392159-05
- Lima, M., & Simões, A. (2000). NEO PI-R: manual profissional. Lisboa: CEGOC-TEA.
- Losekann, R. G. C. B., & Mourão, H. C. (2020). Desafios do teletrabalho na pandemia Covid-19: quando o home vira office. *Caderno de Administração*, 28, 71-75. Doi: <https://doi.org/10.4025/cadadm.v28iEdição E.53637>
- Mazer, A. K., Macedo, B. B. D., & Juruena, M. F. (2017). Transtornos da personalidade. *Medicina*, 50(1), 85-97. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v50isup11.p85-97>
- Meneses, G. P. (2014). *Videogame é droga? Controvérsias em torno da dependência de jogos eletrônicos* [Dissertação de doutorado Universidade de São Paulo]. DOI: 10.11606/D.8.2014.tde-11062015-155920



- Morettin, P. A., & BUSSAB, W. O. (2017). *Estatística básica*. Saraiva Educação SA.
- Nunes, C. H., Zanon, C. & Hutz, C. S. (2018). Avaliação da Personalidade e da Inteligência a partir de teoria fatorial. Em C. S. Hutz, D, R. Bandeira e C. S. Hutz (Orgs). *Avaliação Psicológica da Inteligência e das Personalidade* (pp, 217-232). Porto Alegre: ArtMed.
- Peixoto, A. C., & Meneses, R. F. (2018). Os Cinco Grandes Fatores de Personalidade e as Habilidades Sociais: Revisão das Relações. *E-Revista de Estudos Interculturais do CEI-ISCAP*, 6, 1-32. [https://www.iscap.pt/cei/e-rei/n6/artigos/Ana-Peixoto-e-Rute-Meneses\\_Cinco-Fatores-de-Personalidade.pdf](https://www.iscap.pt/cei/e-rei/n6/artigos/Ana-Peixoto-e-Rute-Meneses_Cinco-Fatores-de-Personalidade.pdf)
- Pereira, O. C. N., Neca, L. D. O., Facchini, A. H., Lima, T. P., & Freitas, L. V. D. (2012). Jogar videogame como uma experiência simbólica: entrevistas com jogadores. *Boletim de Psicologia*, 62(136), 81-91. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432012000100008](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432012000100008)
- Sauter, M., Braun, T., & Mack, W. (2021). Social context and gaming motives predict mental health better than time played: An exploratory regression analysis with over 13,000 video game players. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 94-100.
- Souza, N. R. (2019). Ludicidade do adulto: Como recursos lúdicos podem ser utilizados para o auxílio nos processos de enfrentamento em casos de transtorno de ansiedade e depressão. <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1293.pdf>
- Teodoro, A. P. E. G., Brito, G. A. P. de, Camargo, L. A. R., Silva, M. R. da, & Bramante, A. C. (2020). A Dimensão Tempo na Gestão das Experiências de Lazer em Período de Pandemia da Covid-19 no Brasil. *LICERE - Revista Do Programa De Pós-graduação Interdisciplinar Em Estudos Do Lazer*, 23(3), 126–162. <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25305>
- Vuorre, M., Johannes, N., Magnusson, K., & Przybylski, A. K. (2021). Time spent playing video games is unlikely to impact well-being. DOI: 10.31234/osf.io/8cxyh
- Wenner, M. (2009). The serious need for play. *Scientific American Mind*, 20(1), 22-29. <https://www.jstor.org/stable/24940063>
- Wittek, C. T., Finserås, T. R., Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Hanss, D., Griffiths, M. D., & Molde, H. (2016). Prevalence and predictors of video game addiction: A study based on a national representative sample of gamers. *International journal of mental health and addiction*, 14(5), 672-686.
- World Health Organization. (2018). International statistical classification of diseases and related health problems (11th Revision). <https://icd.who.int/en>
- Zanon, C., Bastianello, M. R., Pacico, J. C., & Hutz, C. S. (2013). Desenvolvimento e validação de uma escala de afetos positivos e negativos. *Psico-USF*, 18(2), 193-201. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712013000200003>

## APÊNDICES

### Apêndice A

#### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Nome do estudo: Relação entre os Jogos Eletrônicos, Características de Personalidade e Bem-Estar Subjetivo durante a Pandemia Instituições: Universidade Federal do Rio Grande do Sul – Instituto de Psicologia (UFRGS). Comitê de Ética do Instituto de Psicologia, UFRGS - Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600; fone: 33085066 e ou 33085698 e e-mail: cep-psico@ufrgs.br Pesquisador responsável: Prof. Dr. Claudio Hutz (UFRGS) Telefone para contato: (51) 3308 5261 (UFRGS).

Você está sendo convidado para participar voluntariamente de uma pesquisa sobre a os efeitos dos jogos eletrônicos no bem-estar durante a pandemia e sua correlação com características de personalidade. Estamos à disposição para esclarecer quaisquer dúvidas em relação à pesquisa antes e durante a execução da mesma. Leia as informações abaixo antes de expressar ou não o seu consentimento para participar da pesquisa. O tempo médio para responder o questionário é de 10 à 15 minutos.

1. OBJETIVO DO ESTUDO: O objetivo geral deste projeto é avaliar o efeito dos jogos eletrônicos no bem-estar antes e durante a pandemia.

2. EXPLICAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS: Neste estudo, você será solicitado a responder a escalas que avaliam o Bem-Estar Subjetivo, uma característica de personalidade e Afetos Positivos e Negativos. Além dessas, você irá responder um questionário com informações sócio demográficas e outro relacionado ao perfil de jogador. Sua participação é completamente voluntária e você tem o direito de interromper a participação a qualquer momento caso desejar.

3. POSSÍVEIS RISCOS E DESCONFORTOS: Os procedimentos envolvidos neste estudo têm riscos mínimos. O risco máximo é de desconforto físico e ansiedade relacionada aos procedimentos de testagem.

4. DIREITO DE DESISTÊNCIA: Você pode desistir a qualquer momento de participar do estudo, não havendo qualquer consequência por causa desta decisão. Essa pesquisa é desenvolvida pelo prof. Dr. Claudio S. Hutz, do Programa de Pósgraduação do Instituto de Psicologia da UFRGS.

Você poderá entrar em contato com os pesquisadores se necessitar recomendações ou encaminhamentos em caso de desconforto. Maiores informações também podem ser obtidas pelo e-mail claudio.hutz@gmail.com ou pelo telefone (51) 33085446. Você pode também entrar em

contato com Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS (Rua Ramiro Barcelos, 2600 – Porto Alegre/RS – Telefone: 33085698.

## **Apêndice B**

### **Formulário de Pesquisa**

1. Você está de acordo com os termos da pesquisa?

- Concordo voluntariamente na minha participação, sabendo que poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízos.
- Não concordo em participar do estudo.

### **Questionário Sociodemográfico**

2. Qual a sua idade?

- Menor de 18 anos
- 19 à 25 anos
- 26 à 35 anos
- 36 à 45 anos
- 46 à 55 anos
- 56 à 65 anos
- Mais de 65 anos

3. Com qual gênero você se identifica?

- Masculino
- Feminino
- Prefiro não responder
- Outro: \_\_\_\_\_

4. Você nasceu no Brasil?

- Sim
- Não

5. Você mora no Brasil?

- Sim
- Não

6. Em qual estado você mora?

---

7. Qual a sua etnia?

- Branco (a)
- Pardo (a)
- Preto (a)
- Amarelo (a)
- Indígena
- Outro

8. Qual a sua escolaridade?

- Ensino Fundamental Incompleto
- Ensino Fundamental Completo
- Ensino Médio Incompleto
- Ensino Médio Completo
- Ensino Técnico Completo
- Ensino Técnico Incompleto
- Ensino Superior Incompleto
- Ensino Superior Completo
- Pós-graduação Incompleta
- Pós-graduação Completa
- Outro

9. Qual a sua renda ou seu salário mensal?

- Até 1 salário mínimo (até R\$ 1.212)
- De 1 a 2 salários mínimos (de R\$ 1.212 até R\$ 2.242,00)
- De 2 a 5 salários mínimos (de R\$ 2.242,00 até R\$ 6.060,00)
- Mais de 5 salários mínimos (mais de R\$ 6.060,00)
- Prefiro não declarar

10. Você foi diagnosticado com COVID-19?

- Sim
- Não

11. Você tem outros hobbies, excluindo os jogos eletrônicos?

- Sim

- Não
12. Você reside com outras pessoas?
- Sim
  - Não
13. Você tem um animal de estimação?
- Sim
  - Não
14. Você tem filho(s)? Se sim, a gestação do filho mais novo iniciou-se antes da pandemia?
- Sim, tenho filho(s) e o mais novo nasceu antes da pandemia
  - Sim, tenho filho(s) e a gestação do mais novo iniciou antes da pandemia, porém nasceu durante a pandemia
  - Sim, tenho filho(s) e a gestação do mais novo iniciou durante a pandemia
  - Não, não tenho filho(s)
15. Caso tenha um ou mais filhos, qual a idade do mais novo?
- 

16. Você começou a trabalhar em Home Office durante a pandemia?

- Sim
- Não

17. Você fez/iniciou acompanhamento psicológico ou psiquiátrico?

	Sim	Não
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Perfil de Jogador

Será avaliado o consumo de jogos eletrônicos pré-pandemia e durante a pandemia.

18. Você possui/possuía o costume de jogar?

	Sim	Não
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19. Caso tenha respondido "sim" para a questão anterior, qual a frequência semanal que você joga/jogava?

	Não se aplica	Menos de 1 hora	De 1 a 3 horas	De 4 a 6 horas	De 7 a 10 horas	De 11 a 15 horas	De 16 a 20 horas	De 21 a 30 horas	De 31 a 40 horas	De 41 a 50 horas	Mais de 50 horas
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

20. Sua profissão exige o consumo de jogos eletrônicos?

	Sim	Não	Não trabalho
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Descrição dos gêneros dos jogos eletrônicos

Gênero	Enfoque	Exemplos
Estratégia	Envolve planejamento de recursos e raciocínio lógico.	League of Legends, Among Us, Starcraft, Age of Empires
Simulação	Simulação de algum fator real, tais como gerenciamento de cidades.	Fifa, Truck Simulator, The Sims, Stardew Valley
Ação	Depende de ampla utilização das capacidades motoras do jogador.	Fortnite, Call of Duty, Freefire, God of War, Monster Hunter
Luta	Batalhas, tradicionalmente entre dois jogadores, das mais diversas formas.	Street Fighter, Super Smash Bros., Mortal Kombat, Blazblue
Aventura	Narrativa envolta em diversos desafios e na exploração do ambiente.	Minecraft, Uncharted, Last of Us
Role playing game (RPG)	Construção e progressão gradativa de personagem, envolta em uma narrativa.	Final Fantasy, Pokémon, Ragnarok Online, Dark Souls, Fire Emblem
Casual	Jogos rápidos, simples e de fácil compreensão.	Candy Crush, Animal Crossing, Angry Birds

21. Caso tenha/tinha o costume de jogar, qual é o gênero favorito?

Caso tenha/tinha o costume de jogar, qual é o gênero favorito?

	Não se aplica	Estratégia	Simulação	Ação	Luta	Aventura	Role Playing Game	Casual Game
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

22. Você costuma/costumava jogar com outras pessoas?

	Sim, com amigos	Sim, com pessoas desconhecidas	Sim, com ambas	Não
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

23. Você costuma/costumava jogar competitivamente (ranqueada/torneio/pvp)?

	Sim	Não
Pré-pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante a pandemia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

24. Você gostaria de comentar sobre as suas experiências com jogos eletrônicos durante a pandemia?

### Apêndice C

#### ESCALA DE SATISFAÇÃO DE VIDA

Logo abaixo, você encontrará 5 afirmativas. Assinale na escala ao lado de cada afirmativa o quanto ela descreve a sua situação pessoal. Não há respostas certas ou erradas, mas é importante você marcar com sinceridade como você se sente com relação a cada uma dessas afirmativas.

A minha vida está próxima do meu ideal.

Discordo Plenamente \_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_ Concordo Plenamente

Minhas condições de vida são excelentes.

Discordo Plenamente \_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_ Concordo Plenamente

Eu estou satisfeito com a minha vida.

Concordo Plenamente \_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_ Discordo Plenamente

Até agora eu tenho conseguido as coisas importantes que eu quero na vida.

Concordo Plenamente \_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_ Discordo Plenamente

Se eu pudesse viver a minha vida de novo eu não mudaria quase nada.

Concordo Plenamente \_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_ Discordo Plenamente

## **Apêndice D**

### **ESCALA DE AFETOS POSITIVOS E AFETOS NEGATIVOS**

Esta escala consiste em um número de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções.

Leia cada item e depois marque a resposta adequada no espaço ao lado da palavra. Indique até que ponto você tem se sentido desta forma ultimamente.



	1 - nem um pouco	2 - um pouco	3 - moderadamente	4 - bastante	5 - extremamente
Aflito	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Amável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Amedrontado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Animado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Apaixonado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Determinado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dinâmico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Entusiasmado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Forte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Humilhado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Incomodado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inquieto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inspirado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Irritado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervoso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Orgulhoso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perturbado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rancoroso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vigoroso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Apêndice E

### ESCALA DE NEUROTICISMO REVISADA

Recomenda-se responder com o celular no sentido horizontal. Leia atentamente cada uma das frases abaixo e pense no quanto ela te descreve ou tem a ver com você. Para cada uma, você pode marcar de 1 a 5. Quanto mais próximo de 5, mais a frase tem a ver com você. Não há respostas certas ou erradas. As respostas dependem de como você é. Porém, é muito importante que as suas respostas sejam sinceras.

1 Descreve-me muito mal	2 Descreve-me mal	3 Moderadamente	4 Descreve-me bem	5 Descreve-me muito bem
Não tem nada a ver comigo	Tem um pouco a ver comigo	As vezes tem e as vezes não tem a ver comigo	Tem muito a ver comigo	Tem tudo a ver comigo

1	Fico nervoso com o que pode acontecer no futuro.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
2	É muito fácil eu ficar irritado.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
3	Não sei lidar com situações difíceis.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
4	Sinto que faço as coisas sem pensar.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
5	Não sei agir bem em situações de pressão.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
6	As pessoas dizem que sou muito irritado.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
7	Estou sempre triste.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
8	Preciso de ajuda para lidar com situações difíceis.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
9	Não consigo resistir às tentações.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
10	Todo dia alguma coisa me faz sentir raiva.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
11	Às vezes a situação nem é tão grave, mas eu já me desespero.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
12	Não consigo controlar meus impulsos.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
13	Se alguém diz que precisa conversar comigo, imagino o pior.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
14	Às vezes, a raiva toma conta de mim.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
15	Não consigo tomar nenhuma decisão sem ajuda.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
16	Já pensei em me matar.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
17	É difícil para mim controlar minha raiva.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
18	Me sinto muito sozinho.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
19	Se tenho muita vontade de fazer alguma coisa, eu faço, mesmo sabendo que não devo.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
20	Tenho medo de ser julgado pelos outros.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
21	Às vezes, sinto que vou perder o controle quando estou com raiva.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
22	Minha vida é triste.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
23	Me irrita com pequenas coisas.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
24	Tenho medo de parecer estranho.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
25	Quando acontece algo errado, me desespero.	1 1 2 1 3 1 4 1 5

26	Sou uma pessoa nervosa.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
27	Geralmente preciso de ajuda para resolver meus problemas.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
28	Às vezes tenho vontade de morrer.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
29	Estou sempre me preocupando com alguma coisa.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
30	Costumo ter ataques de raiva.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
31	Parece que cada dia estou mais triste.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
32	Tenho medo de passar vergonha na frente dos outros.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
33	Às vezes, sinto tanta raiva que tenho vontade de quebrar as coisas.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
34	Fico pensando no que pode dar errado.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
35	É comum eu agir sem pensar.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
36	Sinto vergonha de mim.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
37	Se as coisas não saem como eu quero, isso me incomoda muito.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
38	As pessoas me dizem para ter mais calma.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
39	Não tenho motivos para viver.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
40	Tenho medo de parecer ridículo.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
41	Às vezes fico ansioso de uma hora para outra.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
42	Sinto que tenho pouco valor para os outros.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
43	Situações novas me deixam ansioso.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
44	Às vezes, fico triste sem saber o motivo.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
45	Fico com vergonha muito facilmente.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
46	Me sinto inferior aos outros.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
47	Tenho vontade de bater nas pessoas quando estou com raiva.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
48	Costumo fazer as coisas mesmo sabendo que não deveria.	1 1 2 1 3 1 4 1 5
49	Sempre acho que fiz algo errado	1 1 2 1 3 1 4 1 5
50	Não tenho medo de parecer ridículo	1 1 2 1 3 1 4 1 5

## Apêndice F

### RESULTADOS DO MODELO DE REGRESSÃO

	Satisfação de Vida		Afetos Positivos		Afetos Negativos		Neuroticismo	
	Coefficiente	p-valor	Coefficiente	p-valor	Coefficiente	p-valor	Coefficiente	p-valor
Intercepto	2,3534	0,002	3,2053	0	3,1277	0	4,4234	0
Idade								
19 à 25 anos	0,082	0,89	0,0893	0,6785	0,42	0,1015	0,1993	0,4283
26 à 35 anos	-0,079	0,7	0,1309	0,5251	0,4511	0,0673	0,1065	0,6591
36 à 45 anos	-0,0823	0,76	0,1484	0,4505	0,3168	0,1772	0,0555	0,8097

	46 à 55 anos	0,0026	0,94	0,2466	0,229 1	0,4558	0,061 1	0,1272	0,591 2
	56 à 65 anos	0,0578	0,77	0,3064	0,139 8	0,4425	0,074 1	-0,0031	0,989 9
<b>Mais de 65 anos</b>									
<b>Gênero</b>									
	Feminino	-0,0292	0,95	-0,2295	0,477 5	-0,2852	0,454 8	0,0714	0,853
	Masculino	-0,0901	0,93	-0,2155	0,500 2	-0,2065	0,584 3	0,1524	0,689 2
	Não binário	-0,4588	0,67	-0,2157	0,637 3	-0,5051	0,358 9	-0,0012	0,998 3
	Não entendi muito a pergunta	-0,6479	0,23	-0,5644	0,219 2	0,0384	0,940 1	0,2029	0,706 2
	Nenhum	-0,4201	0,5	-0,0265	0,951 8	-0,4412	0,393 6	-0,2617	0,616 7
<b>Prefiro não responder</b>									
<b>Estado</b>									
	Alagoas	0,5901	0,42	-0,1472	0,681 3	-0,3991	0,412 1	0,1188	0,815 2
	Amazonas	0,7966	0,23	-0,2267	0,557 2	-0,1113	0,819 8	0,3116	0,550 6
	Bahia	0,4618	0,28	-0,0032	0,992 2	-0,0893	0,831 6	0,3263	0,476 3
	Ceará	0,6868	0,11	0,1925	0,533	-0,1646	0,683	-0,0222	0,960 9
	Distrito Federal	0,2805	0,52	-0,0331	0,915 2	0,3951	0,320 6	0,7094	0,106 8
	Espírito Santo	0,4407	0,46	-0,1101	0,742 6	-0,0299	0,945 6	1,0173	0,030 8
	Goiás	0,3841	0,31	-0,1355	0,657 8	0,202	0,605 6	0,7749	0,073 9
	Maranhão	0,4273	0,4	-0,1088	0,740 6	0,2779	0,501 4	0,8298	0,068 1
	Mato Grosso	0,3914	0,42	-0,2765	0,416 4	0,0119	0,978 1	0,5141	0,273 5
	Minas Gerais	0,3984	0,41	-0,0831	0,781	0,0371	0,923 7	0,3394	0,428 4
	Pará	0,452	0,26	0,1456	0,650 6	0,165	0,688 2	0,4563	0,311 9
	Paraíba	0,343	0,43	0,0202	0,955 8	0,1173	0,796 9	0,2919	0,559 1
	Paraná	0,2409	0,74	-0,1013	0,736 6	0,1481	0,702 8	0,7688	0,074 2
	Pernambuco	0,1153	0,78	-0,0334	0,917 4	0,1594	0,697 9	0,5462	0,224 2
	Piauí	-0,5718	0,43	-0,1283	0,793	-0,0073	0,99	-0,7092	0,258

					1			9
	Rio de Janeiro	0,469	0,29	-0,0737	0,808 8	-0,1066 7	0,786 0,4044	0,352 7
	Rio Grande do Norte	-0,0107	0,92	-0,326	0,448 7	0,5633 1	0,287 1,0259	0,075 2
	Rio Grande do Sul	0,3141	0,44	0,0023	0,993 5	0,1286 0,731	0,4597	0,270 1
	Santa Catarina	0,133	0,89	-0,2569	0,415 5	-0,1326 6	0,743 0,4027	0,362 3
	São Paulo	0,2989	0,43	-0,0841	0,774 6	0,1093 6	0,773 0,5178	0,220 4
	Sergipe	0,3392	0,56	-0,2162	0,544 7	0,1089 6	0,807 0,7035	0,144 3
	<b>Tocantins</b>							
<b>Etnia</b>								
	Amarelo (a)	0,0931	0,55	-0,142	0,394 1	-0,2983 2	0,136 -0,0733	0,704 7
	Branco (a)	0,1602	0,2	0,0945	0,360 7	-0,0311 2	0,800 -0,1095	0,374 5
	Outro	0,0151	0,98	-0,3799	0,385 9	-0,3623 4	0,534 -0,0352	0,943 5
	Pardo (a)	0,1148	0,31	0,1147	0,267 7	0,024 0,846	-0,1182	0,343 4
	<b>Preto (a)</b>							
<b>Escolaridade</b>								
	Ensino Fundamental Incompleto	0,5219	0,033	-0,1037	0,627 1	0,2013 8	0,398 0,1691	0,466 5
	Ensino Médio Incompleto	-0,4001	0,52	-0,0946	0,316 4	0,0199 9	0,862 0,1052	0,373 2
	Ensino Médio Completo	-0,0654	0,26	-0,4871	0,044 6	-0,4935 0,088	0,0654	0,787 5
	Ensino Técnico Incompleto	-0,5682	0,87	-0,1101	0,161 5	0,001 2	0,992 0,0748	0,460 4
	Ensino Técnico Completo	-0,01	0,18	-0,0676	0,421 3	-0,0688 4	0,509 -0,06	0,576 4
	Ensino Superior Incompleto	0,1159	0,73	-0,1396	0,241 3	0,104 4	0,465 0,0534	0,718 3
	Ensino Superior Completo	0,0125	0,011	-0,331	0,093 3	0,1113 3	0,638 0,2927	0,229 6
	<b>Pós-graduação Incompleta</b>							
	Pós-graduação Completa	0,0244	0,92	-0,1082	0,217 4	0,0308 0,775	0,1528	0,180 6
<b>Renda</b>								
	<b>Prefiro não declarar</b>							

	Até 1 salário mínimo (até R\$ 1,212)	-0,2576	0,003	-0,0276	0,735 9	0,1167	0,235 1	0,1147	0,235 9
	De 1 a 2 salários mínimos (de R\$ 1,212 até R\$ 2,242,00)	-0,0183	0,51	0,039	0,621 9	-0,0341	0,722 4	0,0106	0,912
	De 2 a 5 salários mínimos (de R\$ 2,242,00 até R\$ 6,060,00)	0,1004	0,68	-0,0356	0,626 5	-0,0236	0,791 4	-0,0244	0,785 9
	Mais de 5 salários mínimos (mais de R\$ 6,060,00)	0,3162	0,05	0,0562	0,510 7	0,0118	0,910 6	-0,0793	0,460 3
Teve covid		0,019	0,6	0,061	0,137 7	0,0066	0,894 2	-0,0004	0,993 9
Hobbies		0,1245	0,058	0,0521	0,359 8	-0,0305	0,656 8	-0,1249	0,067 5
Reside com outros		0,0594	0,68	0,0404	0,569 5	-0,1046	0,223 9	-0,0174	0,844
Animal de estimação		-0,0016	0,66	-0,0382	0,398 6	-0,0044	0,936 8	0,0007	0,990 1
<b>Possui filho</b>									
	Não, não tenho filho(s)	-0,0073	0,95	-0,0078	0,916 2	-0,1625	0,071 2	-0,0414	0,654 3
	Sim, tenho filho(s) e o mais novo nasceu antes da pandemia	0,0385	0,73	-0,066	0,748 2	-0,4732	0,081 1	-0,5045	0,073
	Sim, tenho filho(s) e a gestação do mais novo iniciou antes da pandemia, porém nasceu durante a pandemia	0,1233	0,42	0,1045	0,466 1	-0,1357	0,464 2	0,0311	0,871 5
<b>Sim, tenho filho(s) e a gestação do mais novo iniciou durante a pandemia</b>									
Home office		0,1614	0,003	0,1081	0,015	-0,1014	0,054 8	-0,1347	0,011 6
Psicólogo pré-pandemia		-0,0074	0,97	-0,0556	0,360 5	-0,0694	0,352 4	0,128	0,084 5
Psicólogo durante a pandemia		-0,0669	0,54	0,0164	0,789 6	0,0219	0,768 4	0,046	0,544 3
Jogar antes		-0,1505	0,2	-0,2414	0,437 1	-0,5279	0,185 5	-0,0831	0,832 6
Jogar durante		-0,1892	0,57	-0,0558	0,792 4	0,0643	0,804 2	0,0777	0,766 5
<b>Frequência de jogo antes</b>									
	Menos de 1 hora	0,162	0,67	0,1381	0,657 1	0,6846	0,067 7	0,4282	0,257
	De 1 a 3 horas	0,2658	0,52	0,2841	0,389 9	0,7539	0,059 9	0,4039	0,314 5
	De 4 a 6 horas	0,2934	0,49	0,2824	0,406 8	0,6286	0,126 8	0,2236	0,587 2
	De 7 a 10 horas	0,1467	0,73	0,1727	0,618 5	0,7989	0,056 7	0,5488	0,191 3
	De 11 a 15 horas	0,3842	0,39	0,266	0,459 5	0,6976	0,106 9	0,3366	0,438
	De 16 a 20 horas	0,1657	0,72	0,2359	0,516 8	0,7793	0,077 6	0,5112	0,249 9

	De 21 a 30 horas	0,0571	0,9	0,3272	0,359 8	0,8216	0,059 1	0,4378	0,318 1
	De 31 a 40 horas	-0,0516	0,91	0,1806	0,623 3	0,8904	0,045 1	0,5135	0,249 9
	De 41 a 50 horas	0,2217	0,65	0,1968	0,614 3	0,6437	0,191 3	0,7301	0,122 8
	Mais de 50 horas	-0,486	0,33	0,0735	0,851 3	0,9734	0,043 9	0,888	0,061 4
Não se aplica									
Frequência de jogo durante									
	Menos de 1 hora	-0,0603	0,87	0,135	0,646 3	-0,2184	0,554	-0,1181	0,744 1
	De 1 a 3 horas	0,0128	0,97	0,0455	0,879 4	-0,2679	0,477 9	-0,0983	0,790 6
	De 4 a 6 horas	-0,0512	0,9	-0,0172	0,956	-0,2935	0,451 1	-0,0745	0,845 4
	De 7 a 10 horas	-0,012	0,98	0,104	0,745 2	-0,2162	0,588 9	-0,1216	0,758 1
	De 11 a 15 horas	-0,1645	0,69	-0,1091	0,735 6	-0,3023	0,453 1	-0,0214	0,956 9
	De 16 a 20 horas	0,114	0,8	-0,0733	0,832 7	-0,4173	0,337	-0,2728	0,527 3
	De 21 a 30 horas	0,0831	0,84	0,0413	0,898 2	-0,3693	0,362 7	-0,3091	0,441 1
	De 31 a 40 horas	-0,0521	0,9	-0,1363	0,686 9	-0,2432	0,562 2	0,0238	0,954 3
	De 41 a 50 horas	0,1147	0,8	0,0938	0,796 5	-0,3139	0,491 6	-0,3326	0,465
	Mais de 50 horas	0,4615	0,34	0,0495	0,893 9	-0,6676	0,155 8	-0,6329	0,162 7
Não se aplica									
Profissão pré									
	Não trabalho	-0,0676	0,81	-0,0793	0,715 8	-0,1013	0,721 2	0,2224	0,414 3
	Não	-0,0085	0,97	-0,1846	0,350 6	-0,2863	0,278 5	-0,0917	0,716 4
Sim									
Profissão durante									
	Não trabalho	0,002	> 0,99	0,0138	0,949 6	0,0076	0,978 4	-0,3606	0,181
	Não	0,0082	0,97	0,1057	0,572 4	0,1903	0,447 9	-0,1632	0,493 7
Sim									
Gênero favorito pré									

	Ação	0,124	0,83	0,0276	0,825 3	-0,0275	0,857 9	0,1106	0,478 8
	Aventura	0,0671	0,95	0,1347	0,295	-0,085	0,583 7	-0,0449	0,777 8
	Casual	-0,0627	0,36	0,0272	0,844	0,0607	0,716 3	0,1016	0,555 3
	Estratégia	0,0187	0,82	-0,0239	0,841 6	-0,0514	0,725 6	-0,1244	0,404
	Luta	-0,4309	0,08	-0,0665	0,711 9	0,259	0,208 7	0,4382	0,035
	Não se aplica	-0,0785	0,69	0,1561	0,556	0,4646	0,168 3	0,3429	0,306 8
	Role Playing Game	0,1115	0,84	0,0259	0,843 3	0,0307	0,847 3	0,1204	0,459
<b>Simulação</b>									
<b>Gênero favorito durante</b>									
	Ação	-0,2659	0,22	-0,1208	0,324 8	-0,1161	0,442 3	-0,2063	0,180 6
	Aventura	-0,1814	0,43	-0,1708	0,136 4	-0,0878	0,516 4	-0,1143	0,407 2
	Casual	-0,0062	0,67	-0,125	0,341 4	-0,191	0,240 2	-0,1215	0,465 6
	Estratégia	-0,0268	0,85	-0,0738	0,514 3	-0,1378	0,323 4	-0,0101	0,942 7
	Luta	0,231	0,2	0,0949	0,603 1	-0,248	0,259 1	-0,3267	0,125 4
	Não se aplica	-0,0951	0,94	-0,1522	0,595	-0,4076	0,265 5	-0,1085	0,763 7
	Role Playing Game	-0,2044	0,73	-0,0666	0,586 2	-0,1175	0,427 3	-0,1221	0,417 8
<b>Simulação</b>									
<b>Jogar com outros pré</b>									
	Não	0,1027	0,89	-0,0187	0,875 9	0,047	0,737 8	0,0805	0,559
	Sim, com ambas	0,1192	0,81	-0,0959	0,430 4	-0,0892	0,542 6	-0,0235	0,871 9
	Sim, com amigos	0,1159	0,86	-0,0785	0,486 7	0,0256	0,846 5	0,0372	0,773 8
<b>Sim, com pessoas desconhecidas</b>									
<b>Jogar com outros durante</b>									
	Não	0,2402	0,046	0,1234	0,252 9	0,0165	0,896	-0,2704	0,030 2
	Sim, com ambas	0,3637	0,012	0,146	0,177 3	-0,0118	0,927 5	-0,2978	0,020 4
	Sim, com amigos	0,2849	0,016	0,1214	0,217 8	-0,0433	0,704 6	-0,2044	0,063 9



Sim, com pessoas desconhecidas								
Competitivo pré	-0,1202	0,48	0,038	0,624 2	0,076	0,427 4	0,0958	0,327 4
Competitivo durante	-0,156	0,2	-0,0391	0,628 8	0,194	0,039 9	0,1868	0,051
Psicólogo pré : durante	0,0879	0,47	0,0914	0,312 4	0,0119	0,913 7	-0,037	0,736 6
Jogar pré : durante	0,0681	0,54	0,1625	0,517 9	0,3028	0,376 2	-0,0446	0,893 6
Competitivo pré : durante	0,296	0,052	0,0915	0,412 5	-0,321	0,017 2	-0,3687	0,006 4

**Nota:** A linha azul é o ponto de referência da variável.

## Anexo A

### Parecer Aprovado do Comitê de Ética

UFRGS - INSTITUTO DE  
PSICOLOGIA DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Aprimoramento de Escalas e Relações entre Traços de Personalidade e Construtos da Psicologia Positiva

**Pesquisador:** Claudio Simon Hutz

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 80264617.3.0000.5334

**Instituição Proponente:** Instituto de Psicologia - UFRGS

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 2.584.044

#### Apresentação do Projeto:

Este projeto tem por objetivo aprimorar instrumentos de avaliação da Personalidade (BFP e EFN), rever suas estruturas fatoriais e atualizar normas brasileiras. O terceiro estudo investiga as relações entre características da personalidade e diversos construtos da Psicologia Positiva (autoestima, autoeficácia, satisfação com a vida, altruísmo, entre outros).

#### Objetivo da Pesquisa:

Este projeto tem dois grandes objetivos: O primeiro é aprimorar a avaliação da personalidade feito através de escalas no modelo dos Cinco Grandes Fatores no Brasil. O segundo, é produzir um estudo detalhado das relações entre os diversos construtos da Psicologia Positiva (Satisfação com a vida, Afetos, Otimismo, Esperança, Autoestima, Autoeficácia, entre outros que serão discutidos no corpo do projeto) e características de personalidade.

#### Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

É uma pesquisa de risco mínimo. Pode haver algum desconforto ao responder aos itens dos instrumentos. Além destes riscos apontados no projeto, os pesquisadores inseriram no TCLE o seguinte: "Caso você sinta algum desconforto com o preenchimento dos instrumentos, deverá fazer uma pausa de alguns minutos, e retomar o preenchimento. Se o desconforto persistir, você

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600

Bairro: Santa Cecília

CEP: 90.035-003

UF: RS

Município: PORTO ALEGRE

Telefone: (51)3308-5698

Fax: (51)3308-5698

E-mail: cep-psico@ufrgs.br

**UFRGS - INSTITUTO DE  
PSICOLOGIA DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO**



Continuação do Parecer: 2.584.044

deve interromper sua participação na pesquisa. Caso sinta necessidade, pode entrar em contato com o pesquisador-responsável, por e-mail ou telefone, para encaminhamento apropriado."

**Benefícios:**

Haverá duas novas escalas atualizadas e com boas evidências de validade para a avaliação da personalidade. Essas escalas estarão também com normas atualizadas e com itens alterados para serem mais facilmente entendidos por pessoas de baixa escolaridade. Isso será um benefício importante tanto para a realização de novas pesquisas como para a prática profissional. O terceiro estudo trará subsídios importantes para aumentar o conhecimento da área.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

As solicitações feitas no parecer anterior foram atendidas.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Após ajustes solicitados, os mesmos estão adequados.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Aprovado.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1005942.pdf	09/03/2018 18:18:52		Aceito
Outros	ParecerCOMPESQ.pdf	09/03/2018 18:18:05	Luciana Karine de Souza	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE2.pdf	09/03/2018 15:13:28	Luciana Karine de Souza	Aceito
Folha de Rosto	FolhaRosto2.pdf	09/03/2018 15:12:51	Luciana Karine de Souza	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Neuroticismo.pdf	28/09/2017 16:21:05	Claudio Simon Hutz	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600  
Bairro: Santa Cecília CEP: 90.035-003  
UF: RS Município: PORTO ALEGRE  
Telefone: (51)3308-5698 Fax: (51)3308-5698 E-mail: cep-psico@ufrgs.br

UFRGS - INSTITUTO DE  
PSICOLOGIA DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO



Continuação do Parecer: 2.584.044

Não

PORTO ALEGRE, 05 de Abril de 2018

---

**Assinado por:**  
**Clarissa Marceli Trentini**  
**(Coordenador)**

**Endereço:** Rua Ramiro Barcelos, 2600  
**Bairro:** Santa Cecília **CEP:** 90.035-003  
**UF:** RS **Município:** PORTO ALEGRE  
**Telefone:** (51)3308-5698 **Fax:** (51)3308-5698 **E-mail:** cep-psico@ufrgs.br