

Percepção de adolescentes sobre jogos digitais na perspectiva da Gestalt-terapia

Perception of adolescents about digital games from the perspective of Gestalt-therapy

Percepción de los adolescentes sobre los juegos digitales desde la perspectiva de la Terapia Gestalt

Recebido: 05/09/2022 | Aceito: 22/02/2023 | Publicado: 30/03/2023

Simone Subi Loureiro Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2568-4317>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: sisubilima@gmail.com

Deyseane Maria Araújo Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6461-6336>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: deyseane.lima@yahoo.com.br

João Vitor Moreira Maia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2497-3977>

Espaço Sorge, Brasil

E-mail: jv_psi@sorge.page

Resumo

Os jogos digitais estão presentes na atividade de adolescentes para além do uso no entretenimento, portanto, o presente trabalho objetiva compreender os sentidos e os significados do jogo digital para adolescentes de uma escola pública municipal de Fortaleza na perspectiva da Gestalt-terapia. Trata-se de uma pesquisa do tipo transversal, de alcance exploratório e de natureza qualitativa. A coleta de dados foi feita por meio de um grupo focal de inspiração fenomenológica e buscou privilegiar a dimensão do vivido e da experiência individual. Quanto a análise de dados, adotou-se uma perspectiva fenomenológica à luz do referencial Merleau-Pontyano. Os achados foram organizados em três categorias principais a partir dos objetivos específicos: a) função dos jogos para os adolescentes; b) percepção dos jovens sobre os limites dos jogos; c) consequências advindas dos jogos.

Palavras-chave: Jogo; Adolescente; Gestalt-terapia

Abstract

Digital games are present in the activity of teenagers beyond their use in entertainment, therefore, the present work aims to understand the senses and meanings of digital games for teenagers from a municipal public school in Fortaleza from the perspective of Gestalt therapy. This is a cross-sectional research, with an exploratory scope and a qualitative nature. Data collection was carried out through a focus group of phenomenological inspiration and sought to privilege the dimension of what was lived and the individual experience. As for data analysis, a phenomenological perspective was adopted in the light of the Merleau-Pontyan framework. The findings were organized into three main categories based on specific objectives: a) function of games for adolescents; b) young people's perception of the limits of games; c) consequences arising from the games.

Keywords: Game; Adolescent; Gestalt-therapy

Resumen

Los juegos digitales están presentes en la actividad de los adolescentes más allá de su uso en el entretenimiento, por lo tanto, el presente trabajo tiene como objetivo comprender los sentidos y significados de los juegos digitales para los adolescentes de una escuela pública municipal de Fortaleza en la perspectiva de la terapia Gestalt. Se trata de una investigación transversal, de alcance exploratorio y de carácter cualitativo. La recolección de datos se realizó a través de un grupo focal de inspiración fenomenológica y buscó privilegiar la dimensión de lo vivido y la experiencia individual. En cuanto al análisis de datos, se adoptó una perspectiva fenomenológica a la luz del marco Merleau-Pontyan. Los hallazgos se organizaron en tres categorías principales con base en objetivos específicos: a) función de los juegos para adolescentes; b) la percepción de los jóvenes sobre los límites de los juegos; c) las consecuencias derivadas de los juegos.

Palabras clave: Juego; Adolescente; Terapia Gestalt.

Introdução

O jogo digital tem sido fonte cada vez maior de preocupação para pais, educadores e profissionais que lidam com a faixa etária à medida que tem aumentado progressivamente o tempo que as pessoas passam em contato com as telas, em especial na experiência de crianças e adolescentes (Fortim, 2020). A literatura indica que o uso excessivo pode acarretar consequências adversas, quando outras atividades como estudos, prática de esportes e contato social e familiar passam a ser substituídos pelos jogos. Esses comportamentos têm sido, inclusive, considerados passíveis de provocar dependência (Young & Abreu, 2019).

Nessa perspectiva, o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-5) inclui como “Condições para Estudos Posteriores” a categoria Transtorno do Jogo pela Internet, caracterizando-o em um grupo de sintomas cognitivos e comportamentais, incluindo a progressiva perda de controle sobre o jogo, tolerância e sintomas de abstinência, análogos aos sintomas dos transtornos por uso de substâncias. Além disso, podem trazer consequências para a saúde como lesões relacionadas a má postura, sedentarismo e privação de sono (Oliveira et al 2017).

Ademais, os jogos digitais são vistos de forma negativa, por estarem associados a supostas influências prejudiciais no comportamento de crianças e adolescentes, sendo causadores de comportamentos violentos e gerando dependência. Fortim (2020) considera o tema controverso, justificando que não há evidências que comprovem a correlação entre violência e jogos digitais, bem como o fato de que a dependência em jogos remete a um contexto relacional e não de causa e efeito linear.

Entendendo que o jogo digital já faz parte da realidade contemporânea e que tem ocupado diversos territórios para além do entretenimento (Fortim, 2020), observa-se a necessidade de se compreender melhor os processos envolvidos no fenômeno e como os adolescentes percebem suas funções, limites e consequências.

Para tanto, será adotado o referencial teórico da Gestalt-terapia (GT). Olhar para as adolescências a partir desta abordagem, é olhar para o indivíduo em relação com os outros e com a cultura, uma vez que compreende o desenvolvimento humano como um processo permanente e contínuo de ajustamento criativo mediado pela capacidade inata de autorregulação orgânica do indivíduo. Muitos autores e teorias psicológicas separam esse processo em fases introduzindo uma ideia de classificação e hierarquização (Baroncelli, 2012).

À vista disso, falar em adolescência é falar de uma das etapas do desenvolvimento humano que se caracteriza por alterações físicas, psíquicas e sociais. No entanto, não podemos falar de uma única adolescência, mas de muitas adolescências, uma vez que a vivência dessa fase é singular, influenciada pelo campo e pelo self.

Em Gestalt-terapia, self, campo e ajustamento criativo são conceitos que funcionam de modo imbricado. O self é um fenômeno que emerge no processo de contato, faz parte das relações, não existe fora delas. Ele incorpora e é incorporado nas relações que os indivíduos mantêm consigo, com os outros e com o mundo natural e cultural (Távora, 2014). Considerando que este é um conceito complexo da GT:

(...) self não é uma entidade física e nem uma instância psíquica, mas um processo especificamente pessoal e característico de uma maneira própria de reagir, em um dado momento e campo, em razão de seu estilo pessoal. Não é o seu ser, mas seu ser-no-mundo, variável conforme situações (Ginger & Ginger, 1995, p. 126).

Outrossim, concebe o ser humano como um existente impossível de ser compreendido fora do contexto de suas relações, desde as mais elementares, com as pessoas de seu convívio, até as mais amplas, com a sociedade, a história e o universo (Baroncelli, 2012). Daí a necessidade da ideia de contato que remete à emoção experienciada, o movimento à procura da mudança, energia que transforma, consciência dando sentido à realidade.

A própria ideia de contato faz referência ao campo, o lugar do contato, onde todos os seres em relação se distinguem, se singularizam e podem ser reconhecidos (Ribeiro, 2021). Nesse contexto de relações, o contato do organismo ocorre e é limitado pela fronteira de contato, mas não separado do meio por ela. É na fronteira de contato em que o organismo inicia a experiência a partir de algo do meio que mobiliza sua sensorialidade tornando-se uma necessidade. Nesse movimento existem possibilidades e limites de ação no sentido de satisfazer a necessidade em aberto. O contato será encerrado quando a necessidade for atendida (Lehmkuhl, 2015).

Sobre a forma como as adolescências são estudadas pela GT, Baroncelli (2012) assinala que a abordagem entende, em cada adolescente, a manifestação da concretude da existência do ser-no-mundo. Mediante essa concepção, percebe-se que essa concretude inclui, mas não se limita, nem se organiza, a partir do aspecto fisiológico das mudanças corporais. As adolescências se manifestam, portanto, em determinados corpos, mas também em referência a uma sociedade, etnia, classe social, cultura, família e para determinada pessoa que vai significar todos estes aspectos sempre de forma única.

As ciências psicológicas vêm, há muitos anos, ampliando e complementando o perfil referente a crianças e adolescentes, de acordo com as diferentes matrizes teóricas e concepções de homem e também de mundo. É justamente em contraposição à concepção de adolescência, encontrada tanto na literatura científica, quanto no imaginário do homem comum, que estereotipa e generaliza este período do desenvolvimento, tomado como uma série previsível de características comuns a todos aqueles que vivenciam o período, que este trabalho se propõe a discutir aspectos que se apresentaram no contato com o fenômeno do jogo nas adolescências. O adolescente só pode ser compreendido no contexto da sociedade em que está inserido, pois indivíduo e sociedade são eminentemente entrelaçados.

Partindo dos pontos já apresentados acerca dos benefícios, riscos e implicações dos jogos digitais na adolescência, entendendo que muito se fala sobre essa experiência na perspectiva de profissionais e estudiosos do tema, porém pouco se sabendo sobre a percepção de quem joga, o presente trabalho busca responder ao problema de pesquisa: como os adolescentes percebem o jogo digital? Como é esta vivência? Como eles enxergam as consequências do jogo em suas vidas?

Este trabalho pretende somar com a ciência psicológica, bem como outras áreas que possam se beneficiar do conhecimento produzido sobre o uso de jogos digitais na adolescência, dando ênfase à percepção das pessoas que jogam. A nível de indivíduo, espera-se que uma das contribuições da pesquisa seja suscitar reflexões nos participantes acerca do tema do estudo, por meio do envolvimento nas discussões, o que pode gerar conscientização em relação à forma que o participante do estudo se relaciona com o jogo digital.

O interesse em realizar esse estudo surgiu do contato que tenho com adolescentes em uma escola Ensino Fundamental II enquanto Professora de Matemática. No dia a dia é possível perceber que há um grande engajamento dos alunos em jogos digitais, tema que surge constantemente em conversas informais com as turmas. Além disso, enquanto estudante de psicologia, participei como bolsista de uma Iniciação Científica, cujo objetivo foi compreender a necessidade do psicoterapeuta em introduzir-se no mundo dos jogos para entrar em contato com

o adolescente contemporâneo, levando em consideração que o jogo pode ser um mediador do discurso do paciente.

Desse modo, me instiga compreender a experiência dos jogos na percepção dos que jogam, pois a maior parte das pesquisas quantitativas apresentam dados generalizáveis, importantes e necessários ao entendimento do fenômeno que é o jogo nas adolescências, mas requer estudos qualitativos que venham dar conta das experiências individuais que emergem neste contexto.

Dessa forma, realizou-se uma pesquisa de campo de abordagem qualitativa, com o objetivo geral de compreender os sentidos e os significados do jogo digital para adolescentes de uma escola pública municipal de Fortaleza na perspectiva da Gestalt-terapia e, como objetivos específicos: (a) identificar as funções dos jogos para os adolescentes da pesquisa; (b) compreender como essas pessoas percebem os limites relacionados ao uso dos jogos; (c) descrever como esses adolescentes percebem as consequências advindas dos jogos.

Metodologia

O estudo trata-se de uma pesquisa descritiva, que se propõe a descrever uma realidade ou fenômeno (Gil, 2002), com abordagem qualitativa, na qual trabalha com o universo de significados, motivações, aspirações, crenças, valores e atitudes no local em que um fenômeno ocorre (Minayo, 2014). Ademais, faz uso do referencial metodológico à luz da fenomenologia de Maurice Merleau-Ponty.

A escolha do método ocorreu por preconizar o alcance do sentido da vivência para a pessoa em determinadas situações. Desse modo, compreende-se que as vivências que alguém experimenta não possuem um único significado em si mesmas, mas que obtêm um sentido para quem as vive, que se relaciona à sua própria maneira de existir (Forghieri, 2011).

Neste trabalho, a fenomenologia de Merleau-Ponty foi utilizada como base por propor um olhar mundano sobre o fenômeno estudado. À vista disso, é preciso se dispor a acessar e compreender o mundo vivido da forma como ele se revela a partir de sua descrição. Para tanto, faz-se necessário colocar em suspenso as ideias preconcebidas, os preconceitos e conhecimentos prévios, atitude conhecida como redução fenomenológica, a fim de permitir que emerja o que nasce com a experiência (Merleau-Ponty, 1945/2006 citado por Correia & Moreira, 2016).

Sendo assim, a redução fenomenológica deve por “entre parênteses as relações espontâneas da consciência com o mundo, não para negá-las, mas para compreendê-las” (Merleau-Ponty, 1990, p. 158-159). Portanto, propor o “voltar às coisas mesmas” seria retornar à experiência humana direta, sem que esta seja oriunda de ideias preconcebidas, teorias científicas ou status metafísicos (Warmling, 2018), ainda que se entenda que esta redução não seja completa. Portanto, pretende-se compreender a experiência dos participantes da pesquisa a partir desta perspectiva.

Participaram desta pesquisa oito adolescentes matriculados no 8º ano do Ensino Fundamental de uma escola pública municipal de Fortaleza, sendo quatro do gênero feminino e quatro do gênero masculino, com idades variando de 12 a 15 anos. Todos os participantes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) e apresentaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) assinado pelos responsáveis. A seleção dos participantes aconteceu após a divulgação do projeto de pesquisa nas salas de aula das duas turmas de 8º ano do turno da manhã. A pesquisadora, que também é professora desses alunos, apresentou o tema e o modelo da pesquisa e informou a necessidade de assentimento dos participantes e autorização dos pais. A divulgação contou com 10

vagas, sendo todas preenchidas inicialmente. Houve desistência de dois alunos que não levaram a autorização dos responsáveis.

Nos termos assinados foram explicitados os procedimentos que seriam utilizados na coleta de dados, bem como que as atividades seriam áudio-gravadas. Ao longo deste trabalho, os participantes foram citados por nomes fictícios (pseudônimos) a fim de garantir o anonimato e o sigilo dos voluntários.

As atividades ocorreram no Laboratório de Informática Educativa (LIE) da escola, tendo em vista que o ambiente possui infraestrutura adequada para a realização da áudio-gravação das atividades em grupo.

Os participantes e a pesquisadora estiveram sentados em círculo com o gravador no centro da mesa. O ambiente conta com ar-condicionado e isolamento acústico, o que permitiu que todos pudessem se ouvir. As atividades aconteceram no horário de aula e os alunos foram liberados pela gestão e pelos professores durante as duas primeiras aulas da manhã.

Com o objetivo de compreender os sentidos atribuídos à experiência de jogar jogos digitais pelos adolescentes voluntários, desenvolveu-se um grupo fenomenológico, organizado em dois encontros de 120 minutos, cada um. No primeiro encontro, realizou-se a coleta de dados e no segundo, a devolutiva do processo com a elaboração de um fanzine pelos participantes, a fim de levar contribuições da pesquisa para a comunidade escolar.

O primeiro encontro pode ser didaticamente dividido em quatro momentos, conforme serão expostos a seguir. Inicialmente os participantes foram recebidos e convidados a sentarem no círculo, previamente preparado. Os adolescentes se organizaram de acordo com sua preferência. Em seguida, a pesquisadora explicou o que é uma pesquisa, a importância da participação deles no momento e sobre como a atividade seria conduzida. Vale salientar que houve a orientação de que não haveria julgamento dos relatos e que o sigilo seria mantido. Ademais, as regras para a realização do grupo foram mencionadas e expostas em cartaz: (A) falar uma pessoa de cada vez; (B) evitar discussões paralelas para que todos possam participar; (C) dizer livremente o que pensa; (D) evitar o domínio da discussão por parte de um dos integrantes; (E) manter a atenção e o discurso na temática em questão (Gondim, 2002).

O segundo momento foi centrado na realização de um jogo chamado “Mito ou Verdade”, elaborado pela pesquisadora, onde foram trazidas algumas afirmações acerca do uso de jogos digitais. Cada participante recebeu duas plaquinhas, uma plaquinha contendo o nome Mito e outra, Verdade e deveria avaliar as afirmações e levantar aquela que considerasse mais adequada. As frases utilizadas no jogo foram: (1) Jogo digital é coisa de criança; (2) Vídeo game influencia a violência; (3) Jogo digital causa isolamento; (4) Jogo digital melhora a saúde mental; (5) Jogo digital pode viciar; (6) Para não ter problemas com jogos digitais é melhor nunca jogar.

O jogo “Mito ou Verdade” foi uma escolha da pesquisadora devido seu caráter lúdico e possibilidade de facilitar a expressão dos participantes. Arenales-Loli e Abrão e Parré e Tardivo (2013) apontam para o fato de que, no adolescente, o discurso verbal está em desenvolvimento, logo sua comunicação ocorre ora pela via da brincadeira, ora pela oralidade

Após a reflexão dos participantes acerca das plaquinhas apresentadas, iniciou-se o terceiro momento da atividade, a elaboração de um desenho com a seguinte temática: “O que o jogo significa para você? Como é a experiência do jogo para você?”. Os adolescentes se dividiram em duas mesas redondas nas quais estavam disponíveis materiais para a produção: folhas de papel ofício e lápis de cor. Ademais, foi colocada uma música ambiente chamada *Lou-fi*, um estilo musical bastante ouvido por jogadores enquanto jogam. Esta etapa teve

duração aproximada de 30 minutos.

Em seguida, no quarto momento, os participantes foram convidados a sentar novamente em círculo e apresentar o desenho relatando o que desenharam, como foi que se sentiram durante a realização da atividade, o que eles pensaram e como estavam se sentindo compartilhando com os demais esta experiência.

Para finalizar, foram feitos os agradecimentos da pesquisadora e os acertos para o próximo encontro, para a confecção de materiais sobre o tema do encontro, a fim de levar a discussão a outras séries.

O segundo encontro teve o objetivo de promover uma devolutiva do primeiro encontro, bem como produzir em coletivo um fanzine a partir dos temas que surgiram no primeiro encontro. Os participantes se encontraram na biblioteca em se organizaram em duplas para confeccionar o material. Foram disponibilizados materiais diversos para corte, colagem, desenhos, pinturas, além de acesso à internet para pesquisas.

Cada dupla escolheu um tema para desenvolver. Ao final, apresentamos para os demais o material e partilhamos com os colegas de sala as informações que foram condensadas.

Os relatos obtidos a partir do grupo fenomenológico foram analisados a partir das orientações dadas por Martins e Bicudo (1989), conforme descrito a seguir: (1°) Realizou-se a leitura das transcrições das discussões e relatos do grupo, sem buscar qualquer interpretação ou identificar atributo ou elemento ali contido; (2°) Novamente, foi feita a leitura das descrições, com atenção para notar as unidades de significados a partir da perspectiva da pesquisadora; (3°) A partir das afirmações obtidas, adotou-se uma postura reflexiva com o objetivo de chegar à categorias. Essa transformação em categorias é necessária, porque as descrições feitas pelos sujeitos expressam, de forma oculta, realidades múltiplas que desejamos elucidar em seus aspectos mais gerais que focalizam o fenômeno situado; (4°) Sintetizaram-se todas as unidades de significado transformadas em afirmações que representam o fenômeno.

Esta pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Christus - UNICHRISTUS e atende às considerações da Resolução 510/2016 que dispõe sobre normas aplicáveis a pesquisa em Ciências Humanas e Sociais cujos procedimentos metodológicos envolvam a utilização de dados diretamente obtidos com os participantes ou de informações identificáveis ou que possam acarretar riscos maiores do que os existentes na vida cotidiana (Brasil, 2016). O parecer do comitê que aprovou a pesquisa encontra-se sob o CAAE 52765121.7.0000.5049.

É sabido que toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados (Resolução 466/2012). A presente pesquisa apresentou risco mínimo, mas ainda assim pode acarretar riscos de ordem psicológica, intelectual e/ou emocional, tais como desconforto, constrangimento, alterações de visão de mundo. No sentido de reduzir essa possibilidade, a entrevistadora esteve atenta a esses sinais que puderam ser apresentados de maneira verbal ou não verbal, ofertando, quando necessário, um momento de escuta e encaminhamento do participante ao Serviço Escola de Psicologia Aplicada da Unichristus (SEPA) para atendimento psicológico, atendendo aos procedimentos regulares de inscrição e espera exigidos pelo serviço.

Na perspectiva de um compromisso social e ético, realizou-se, ao final da pesquisa, a elaboração de uma cartilha com orientações sobre o uso de jogos na adolescência, em parceria com os participantes da pesquisa, pois, neste trabalho, partiu-se do entendimento de que um dos principais desafios da pesquisa é o processo de devolução aos sujeitos do conhecimento que foi produzido a partir deles, e a solução dos problemas pesquisados indo além da autorreferencialidade da pesquisa acadêmica a fim de tornar-se um conhecimento responsável para a resolução de questões sociais urgentes (Lima & Bavaresco, 2016)

O objetivo desta etapa da pesquisa foi promover maior conhecimento sobre a história dos jogos, seus benefícios e riscos, bem como outros aspectos que surgiram durante a pesquisa. Em um outro momento, os elaboradores da cartilha poderão apresentar o trabalho para os demais alunos da escola, fomentando espaços de discussão e conscientização junto à comunidade escolar.

Resultados e Discussão

Após a leitura e a análise de todo o conteúdo transcrito, foram observados aspectos relevantes nas falas dos adolescentes, os quais foram segmentados em unidades de sentido, tendo também como referência os objetivos específicos do presente estudo.

A narrativa das experiências vividas permitiu indicar as funções dos jogos para os adolescentes, em que se destaca a relação dos jogos digitais e o vivido de situações de conflito; a indicação de que há na vivência dos jogos uma função terapêutica, admitindo-se também em algumas experiências um sentido de fuga da realidade; ou ainda a vivência do jogo como possibilidade de “ser” e os efeitos de tais experiências na construção das identidades nas adolescências.

Outro aspecto que se destaca faz referência a percepção dos adolescentes sobre os limites do jogar, indicando a questão do excesso e os efeitos desse jogar na dinâmica relacional com os pais. Soma-se a essas narrativas sobre os limites do jogar, a percepção dos sujeitos colaboradores da pesquisa acerca das consequências advindas dos jogos no que diz respeito a socialização para além das experiências imersivas nos jogos digitais, em uma diferenciação de uma relação saudável e/ou tóxica com tal experiência lúdica.

Funções dos jogos digitais

Na experiência dos adolescentes participantes da pesquisa os jogos digitais configuram como uma forma de lidar com as situações de conflito que vivenciam no âmbito familiar e exercem para eles uma “*função terapêutica*”, por favorecer a regulação emocional. Contudo, apontam também, que em determinados momentos, o jogo se apresenta como uma possibilidade de “*fugir*” dessa realidade. Ademais, o jogo também desponta como um lugar de vivências, através do qual se pode “*ser*” o que no ambiente familiar não é permitido, algo que remete à construção da identidade na adolescência.

Jogo digital e os conflitos: função terapêutica x fuga da realidade.

“Nem todo contato é saudável e a fuga não tem conotação boa ou má, sendo apenas uma maneira de o organismo lidar com o perigo na fronteira” (Perls, 1981 citado por Frazão & Fukumitsu; 2015).

O jogo digital aparece com função terapêutica como uma forma de viver outras emoções e de reduzir o mal-estar produzido pelos conflitos, mas também uma maneira de lidar com aquilo que não se sabe nomear. Nas falas dos participantes, observa-se o entendimento de que o jogo pode ser um refúgio, um tempo necessário para se reestabelecer as emoções, tendo a consciência de que ele não irá resolver os conflitos.

... quando você vai jogar um jogo que você gosta, ainda mais com um amigo, você acaba focando no seu jogo e esquece do mundo, como se o mundo não existisse. Você está concentrado naquele jogo. Você

esquece o que aconteceu com você e se sente bem, se sente mais leve. Digo isso por experiência própria.

É um antiestresse (ALDO).

... daí o jogo se torna terapia (KIKO).

Quando eu tinha um problema de ansiedade, e não tenho mais, esse jogo ajudou a meio que melhorar.

Eu ficava com falta de ar às vezes, pressão baixa, suando frio, aí quando eu ficava assim, quando eu sentia que ia ficar com essas crises, eu ia jogar (KATE).

Da forma como é trazido pelos participantes, o jogo digital poderia ser utilizado em um momento no qual o mundo é um lugar estressante e lá, no jogo, é possível encontrar amigos, pessoas que ajudam de alguma forma a se sentir bem. Fazer escolhas a partir de um referencial interno é uma das premissas fundamentais da Gestalt-terapia, pois a abordagem considera o indivíduo possuidor de potencialidades naturais que possibilitam buscar o equilíbrio do organismo (Pagung et al., 2021). Nesse sentido, ao entrar em contato com uma série de situações em sua volta, a partir de sua percepção, o sujeito elege algo como sendo prioridade e esse passa a ser seu foco de interesse (Pagung et al., 2021). Os adolescentes reconhecem que o problema anterior não deixa de existir, mas que após a atividade de entretenimento, eles retornam com mais tranquilidade para enfrentá-lo.

o jogo, para as pessoas que não gostam de socializar é uma forma de fugir da realidade (RITA).

(a pessoa joga) só para esquecer, é um modo de refúgio também, aconteceu alguma coisa com o pai ou com a mãe, vai jogar, ler um livro, sei lá... (IZA).

Ainda que parte dos participantes falem do ajustamento criativo proporcionado pelo jogo digital, outros o apontam como uma possibilidade de fugir dos conflitos, evitando o contato com a realidade. Observa-se aqui o contato saudável com o jogo, quando ele é uma escolha consciente, mas que ele também aparece como uma possibilidade de não fazer contato com algo. Desse modo, ao fazer uso do jogo, não como um recurso criativo, mas como a única alternativa para lidar com os conflitos, tem-se a indicação de um ajustamento neurótico, onde o indivíduo não entra em contato com as oposições do ambiente, isolando-se em uma única atividade e, conseqüentemente, não conseguindo mais alterar sua forma de manejar o meio a fim de atender suas necessidades. Na Gestalt-terapia a fuga do contato é chamada de deflexão, que consiste na ausência ou evitação de contato direto consigo e com o mundo ou a sua presença de forma superficial, não acontecendo, porém, de forma unilateral, ou seja, apenas considerando o sujeito. Há que se observar o ambiente e as relações que se estabelecem nele.

As dificuldades vivenciadas no ambiente familiar, provenientes da convivência com um irmão mais novo, foi um dos pontos de concordância entre os participantes. Segundo os relatos, os pais esperam que eles atendam os pequenos em seus pedidos, responsabilizando-os pelos comportamentos dos irmãos mais novos. Assim, quando choram ou querem algo, os culpados são sempre os adolescentes que, apesar de se sentirem chateados, não se sentem ouvidos e atendidos pelos pais em suas demandas. Além disso, em alguns momentos, os genitores cobram que eles desempenhem a função de cuidadores.

Digamos assim, o meu irmão é muito chato, tá ligado? (GUIDO)

...às vezes (jogo para fugir da realidade), mas eu tento jogar só que ele também não deixa. Vamos supor, tô aqui jogando com o Guido e minha mãe fala: “Aldo, não sei o que com o seu irmão. Daí eu me sento,

O significado de ser irmão mais velho é comumente atrelado com a atitude de dar exemplo. Na percepção do filho mais velho (primogênito) as expectativas dos pais são tidas como elevadas, muitas vezes são lhe dadas responsabilidades e espera-se que o primeiro filho seja capaz de cumpri-las (Silva & Lucas, 2020).

Jogo digital como possibilidade de “ser” e a construção das identidades nas adolescências

A partir da perspectiva gestáltica acerca da concepção de ser humano e de mundo, a adolescência é compreendida como um período que não é fixo e nem é determinado por formas universais, lineares e padronizadas, mas como uma forma singular de ser com o mundo (Lima, 2019), ainda que com alguns fenômenos comuns a esta faixa etária, como a busca por uma identidade própria, cada indivíduo inserido em um campo único de relações experimentará esta construção à sua maneira.

Zanella e Antony (2016) refletem sobre a adolescência como sendo um momento em que a jovem busca por autonomia e liberdade, firmando uma luta entre si e o ambiente para definir sua identidade. Esta é uma fase marcada por conflitos que emergem de seus questionamentos sobre o que introjetou da família e da sociedade. Além do conflito relacionado à sua escolha profissional, ele também busca saber quem é, no que diz respeito à sua personalidade e à sexualidade.

Dessa maneira, a expressão de uma participante ilustra bem esse conflito, uma vez que a família se opõe à sua experiência com o corpo e com a identidade, ela busca no jogo digital uma possibilidade de vivenciar o novo.

Sobre jogar um jogo de RPG, você cria a sua própria história (risos), eu gostava mais de me identificar com personagens, uma coisa mais masculina. Enfim, um personagem masculino que, digamos assim, ele tinha uma vida ótima na relação com os pais, só que nessa relação com os pais, ele meio que, eu fazia esse personagem. Enfim, eu era esse personagem, só que ele tinha um certo problema com os pais, porque digamos assim, ele era gay e os pais dele não era... certa vez ele foi conversar com os pais, e tudo mais, e os pais acabaram que não aceitaram ele e falaram para ele esquecer que era filho deles. E tipo, enfim, eu consigo me identificar, me encaixar nesse personagem, porque já aconteceu comigo e foi meio péssimo (RITA)

Durante o relato da jovem, foi possível observar certa dificuldade em se apropriar de sua experiência, algo que se evidenciou na escolha de suas palavras e na forma como falou, de forma rápida e com o fim das frases em tom mais brando. Rita pareceu convidar o ouvinte a colocar-se em seu lugar a fim de compreender sua experiência e validá-la. Acredito que a postura de não-julgamento e acolhedora do grupo, que se manifesta inclusive na expressão corporal dos participantes, favoreceu que ela assumisse, neste momento, o lugar do personagem e sustentasse a fala até o fim.

Nesse sentido, Zanella e Antony (2016) apontam ainda para o fato de que é nesse período que o adolescente amplia sua capacidade de refletir sobre si mesmo e o mundo humano-físico-social com indagações mais profundas e abstratas. Mais do que na infância, a fronteira de contato dá lugar ao outro, como sujeito significativo na consolidação de sua autoestima, na renovação do autoconceito e da autoimagem corporal.

Por conseguinte, Zanella e Zanini (2013) indicam que por meio dos relacionamentos virtuais, o adolescente entra em contato com os amigos ideais, aqueles que correspondem à satisfação de suas necessidades, confluindo ao formar seu grupo, diferenciando-se da família.

Ainda nessa perspectiva, ao se relacionar com o mundo, a fronteira do contato do adolescente vai se constituindo e amadurecendo, encontrando sua nova forma de entrar em contato com a família, a escola e a sociedade. Esse processo de mudança, em que ele vai abandonando o corpo e o lugar da infância para construir sua nova identidade é um ajustamento criativo, definido na Gestalt-terapia como o estabelecimento do contato entre o sujeito e o mundo, a fim de produzir autorregulação.

Segundo Silva (2015), o adolescente precisa dar conta de várias transformações e construir sua própria identidade frente às expectativas de seus pais, bem como lidar com pais que ainda se comportam como se os filhos ainda fossem crianças. A fala de Rita, já mencionada, aponta para esse processo do ajustamento criativo, que é o que vai permitir que ela se adapte à sua nova identidade e perceba como se colocar no mundo novo.

Conforme já discutido, os fenômenos vividos na adolescência são singulares e de campo. Corroborando com esse ponto, em um estudo realizado sobre a família e os papéis de gênero na adolescência, Carvalho e Melo (2019) identificam desconhecimento sobre o tema e imposição de papéis de gênero no contexto familiar. Os resultados apontam para o fato de que, mesmo que a imposição não seja feita de forma autoritária nem por uso de força, elas podem se tornar complicadoras do processo de construção da identidade subjetiva e afetar o desenvolvimento psicológico. Desse modo, observa-se uma interdependência entre fatores sociais, familiares e do sujeito, todos imbricados.

Finalmente, é necessário aqui refletir sobre o papel do jogo digital em todo esse contexto da construção de identidade, pois é seu caráter interativo que contribui para a constituição da subjetividade dos sujeitos que jogam. Azevedo (2012) cita Alves (2004) e Lèvy (1999) para discutir essa interatividade, indicando que esta é compreendida como a possibilidade de o usuário participar de forma ativa, interferindo no processo com ações, reações, intervenções, tornando-se receptor e emissor de mensagens, criando novos caminhos, trilhas, cartográficas, valendo-se do desejo do sujeito.

O tipo de jogo apontado pela participante é o RPG (Role Playing Game), caracterizado pela interpretação de papéis. Segundo Fortim (2020) é considerado um subgênero da aventura, normalmente apresenta uma história na qual o jogador está inserido no papel de herói. Ao longo do jogo, trabalha junto de uma equipe de personagens para alcançar um objetivo em comum.

Azevedo (2012) cita Machado (2007, 2002) e defende que o jogador é aquele que atua, escolhe, decide e desencadeia ações, em vez de ser um observador distanciado. Fortim (2020) assinala que o jogo auxilia na experimentação da identidade, permitindo que os adolescentes desempenhem diversos papéis, sendo esses importantes para definirem quem serão no futuro.

Percepção sobre os limites dos jogos digitais

Ao longo deste trabalho foram apresentados alguns malefícios acerca do uso de jogos digitais e que estão atrelados ao uso excessivo, sendo esta, uma fonte de preocupação para pais, educadores e 0 que atendem a esta faixa etária. Este aspecto convoca uma reflexão acerca dos limites saudáveis para este uso. Fortim (2020) fala sobre a importância do acompanhamento dos pais, pois quanto maior o conhecimento acerca do tipo de jogo e das relações estabelecidas nele, maior a capacidade de intervir e regular este uso.

A questão do excesso

Uma das principais preocupações de pais e responsáveis é o excesso de jogo digital. A Organização Mundial da Saúde reconheceu em 2018 o uso problemático dos jogos digitais, incluindo o Gaming Disorder (ainda sem tradução) como um diagnóstico oficial na 11ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID-11). Porém, para se chegar a este diagnóstico, é necessário que a pessoa tenha um padrão de jogo persistente ou recorrente por pelo menos 12 meses, apresentando todas as características a seguir: a) Perda de controle sobre o jogar (relativo ao início, frequência, intensidade, duração, término e contexto); b) Aumento de prioridade dada ao jogar, ao ponto de se sobrepor a outros interesses e atividades diárias. c) Continuação ou mesmo aumento do jogar apesar da ocorrência de consequências negativas. Este padrão de comportamento é de intensidade suficiente para resultar em prejuízo significativo em nível pessoal, familiar, social, educacional, ocupacional ou em outras esferas da vida (Fortim, 2020).

No diálogo estabelecido com os adolescentes da pesquisa, esta também é uma questão presente e há o reconhecimento de que o hábito de jogar possa levar a prejuízos em outras atividades do dia a dia. Alguns deles se referem a esse uso como “vício” e são capazes de elencar as características relacionadas a esse comportamento, relatando uma dificuldade em se concentrar em outras tarefas:

“Eu era viciado em Free Fire, também era viciado em outros jogos do X-box, e realmente vamos supor, eu tô viciado em tal jogo, eu só vou fazer as coisas pensando nesse jogo, quando é que eu vou voltar para o jogo? Eu fico ansioso para voltar para o jogo. Você pode esquecer de algumas coisas só por causa desse jogo” (ALDO).

Ao definir a palavra vício, Kiko explica que o jogo assumia uma posição de prioridade em sua rotina, explicando que ou estava jogando, ou estava pensando em quando iria jogar:

eu também ficava ansioso quando eu jogava, aí, de manhã, eu jogava, quando eu acordava cedo para ir para escola, de manhã eu jogava, arrumava minhas coisas, merendava, jogava de novo, aí eu era doído para sair da escola para chegar em casa e poder jogar de novo. Eu já virei uma noite jogando. Isso é vício (KIKO).

É interessante observar que o termo “vício” aparece de uma forma consensual entre os adolescentes colaboradores da pesquisa. E que eles se referem a essa experiência como sendo algo do passado, que não ocorre no presente. O sentido conferido ao “vício” em jogo digital, e popularmente adotado pelo senso comum, aponta para a questão do uso problemático como um aspecto do indivíduo, ou uma característica própria dos jogos, a de causar dependência.

Ao abordar esta problemática, Fortim (2020) alerta que não se pode olhar para os jogos digitais como se fossem por si só causadores de dependência. Segundo ela, dependência é um termo simples que busca definir algo bastante complexo, enfatizando que a experiência do jogo acaba sendo única para cada jogador.

A complexidade, a que a autora se refere, trata de uma dificuldade de compreender o resultado das interações das inúmeras variáveis de uma determinada situação ou problemas, pois os contextos possuem múltiplos aspectos.

Corroborando com este pensamento, o viés fenomenológico salienta que as experiências de sofrimento do mundo contemporâneo não podem ser compreendidas em uma direção libertadora apenas através de explicações causais que tentem reduzi-las a elementos mais simples, sejam de ordem biológica ou psicológica, mas apreender e explicitar o campo de sentido a partir do qual sua emergência se torna possível (Santos & Sa, 2013).

O ser humano não é fruto de um individualismo ou de um determinismo biológico ou existencial, mas é coletivo, infinito de possibilidades, e é assim que o ser humano se desenvolve, em contato com todas essas possibilidades (Ribeiro, 2021).

Ao falar sobre o uso do jogo, Kiko relata sentir certa ansiedade para voltar a jogar. Mesmo assim, traz que não abandonava as outras atividades, mas que parecia não estar presente nelas, pois estava pronto para retornar ao jogo. Segundo Ribeiro (2021), não é possível analisar o comportamento por intermédio de elementos isolados, isso significaria destruir as características de um fenômeno. Um sintoma não pode explicar a totalidade de uma pessoa como algo separado em dado campo. Isso, porque o contato é fruto das combinações que, ao longo dos anos, foram se constituindo como nossas respostas mais habituais aos estímulos de fora.

A relação com os pais

Assim como todas as mídias de entretenimento, os jogos digitais precisam ser regulamentados pelas famílias. Quando bem utilizados, podem promover o desenvolvimento de habilidades e atitudes positivas frente ao mundo, ao passo que, quando mal utilizados, podem gerar sedentarismo, dependência e dificuldade de socializar (Fortim, 2020).

Nos relatos dos adolescentes, os pais não aparecem como aqueles que controlam o acesso, nem o conteúdo dos jogos. A relação entre pais e filhos no que toca o uso de jogo digital é tranquila e dá indícios de que é uma atividade, por vezes, compartilhada. Fortim (2020) reforça que o uso acompanhado é um ponto importante que não deve ser confundido com uma ação tutelada que interfere (ou pode interferir) no desenvolvimento para a vida. Essa vivência compartilhada no jogo ajuda a reforçar vínculos de confiança.

(Minha mãe) Não reclama, porque eu não sou muito viciado (KIKO)

Não, a minha mãe até joga comigo às vezes, tia (ALDO)

A minha (mãe) é de boa, ela até joga comigo, às vezes (KATE).

Os limites e combinados também aparecem nas falas dos adolescentes e, segundo seus relatos, são bem aceitos. Também há indicação de ser reconhecido o papel dos pais nesse aspecto e parecem atender os limites estabelecidos.

Os meus reclamam quando eu passo mais que duas horas no computador (DUDA)

A minha não reclama não, só se for na semana, tipo segunda feira (IZA).

... de vez em quando eu parava de jogar, porque meu pai não deixava eu jogar e, hoje em dia, é porque eu quero (GUIDO).

No entanto, é comum que nesta etapa pais e filhos encontrem dificuldades na relação, pois assim como o adolescente, sua relação com os pais também está passando por transformações. Na infância, cabe aos adultos a

tomada de decisões a respeito das atividades as quais a criança estará vinculada, contudo, nesta nova etapa da vida, o indivíduo passa por um movimento de afastamento para diferenciar-se e construir a própria identidade. Esse processo pode ser doloroso tanto para os pais quanto para os adolescentes.

Este é um caminho sem certezas, mas quanto mais família e adolescente estão abertos para o contato, em uma relação dialógica, maiores as chances de atualizações nessas relações. Na Gestalt-terapia, o adolescente é um ser contextualizado (ser-no-campo) e singular e, portanto, um existente que só pode ser compreendido no interior de suas relações complexas e únicas com o mundo (Baroncelli, 2012).

No que diz respeito ao uso dos jogos digitais, os pais precisam estar atentos a uma série de elementos: tempo de tela, se o jogo é adequado para a faixa etária, se não fere algum valor familiar, se as relações estabelecidas são saudáveis. Desse modo, no sentido de encontrar o equilíbrio entre dar liberdade demais e ser intrusivo, Fortim (2020) diz que essa relação:

Depende também do quanto os jovens deixam seus pais/responsáveis saberem sobre suas atitudes, suas rotinas e seus comportamentos fora do lar. Sabe-se também que, às vezes, a predisposição do adolescente em violar as regras familiares advém da pressão ou da cumplicidade de seus pares (amigos, colegas) ou de sua própria necessidade de obter aprovação de seus grupos de afinidades, daqueles com quem fazem as coisas juntos. Outro lado da mesma moeda, os grupos de pares (virtuais ou reais) são fontes de afeto, acolhimento, compreensão e orientação moral (Fortim, 2020, p. 29, 30).

Afinal, é comum que pais se sintam perdidos e fragilizados diante da necessidade de impor limites. Sendo a adolescência sinônimo de mudança, conforme já abordado, é necessário que pais e cuidadores também estejam acolhendo essas mudanças que ocorrerão. Os adultos, que antes eram referência para os filhos, dividem ou perdem esse papel e precisam encontrar outras formas de se relacionar.

Percepção acerca das consequências advindas dos jogos digitais

Sobre o uso de jogos digitais, já vimos que não podem ser analisados como uma atividade isolada do contexto social, histórico e relacional do adolescente, podendo ter uma conotação positiva ou negativa a depender da perspectiva. As consequências apontadas por estudiosos já foram citadas neste trabalho, mas o que se pretende aqui é acessar a percepção dos adolescentes sobre este tema.

Durante a etapa de depoimentos, observou-se uma capacidade crítica dos jovens em se posicionar diante das interações que ocorrem a partir deles. A socialização que ocorre no jogo digital, por meio de chats (com ou sem áudio) foi apontada como uma das consequências dos jogos digitais, por meio da qual eles conseguem identificar relacionamentos saudáveis e tóxicos.

Socialização: saudável e tóxica

O jogo é indicado pelos adolescentes como um lugar de muita interação, onde eles precisam se reunir em equipes para superar os desafios que aparecem. Um dos jogos mais falados foi o *Garena Free Fire*, um jogo de tiro e sobrevivência que pode ser jogado no celular. O jogo se inicia com até 50 jogadores numa ilha e estes precisam encontrar, rapidamente, armas e equipamentos para tentar sobreviver e eliminar outros jogadores. Assim como qualquer jogo do gênero, o vencedor é o último jogador ainda vivo. Um dos fatores apontados como motivo de sucesso é justamente a estrutura de comunicação, onde os usuários podem trocar informações através de aplicativo no celular. Para as conversas entre os jogadores, são utilizados chats de voz ou de mensagem. Contudo,

um fator tem chamado atenção e foi unânime entre os participantes da pesquisa: os relacionamentos estabelecidos de forma aleatória no jogo podem ser tóxicos.

Quando um jogador assedia ou agride outros jogadores de forma intencional ele incorre no que é chamado de comportamento tóxico intencional (Neto, 2019). O comportamento tóxico em jogos digitais é uma expressão que se assemelha à desinibição tóxica, referente ao sentimento de segurança proporcionado pela internet, em que o indivíduo pratica comportamentos que não praticaria fora dela, tais como excesso de críticas, linguagem obscena, agressão verbal e ameaças (Suler, 2004 citado por Fernandez, 2017).

Segundo a autora, a desinibição online está associada a seis fatores: (a) anonimidade dissociativa, partindo da premissa de que não será identificado, o usuário ignora suas próprias transgressões; (b) invisibilidade, ao não “ver” o que o outro sente, ignora-se que do outro lado há uma pessoa, e a pessoa sente-se mais desinibida para expor seus sentimentos ou agredir verbalmente; (c) assincronia, a interação nem sempre ocorre simultaneamente, um usuário pode agredir e mutar a resposta do outro, não tendo que lidar com a reação naquele momento; (d) introjeção solipsista, tendo a ver com projetar o outro em sua própria mente, atribuindo a ele características que a pessoa imagina; (e) imaginação dissociativa, para o indivíduo, esse outro só existe em seu imaginário, então, é fácil ignorar que tenha agido de forma desrespeitosa, pois não há um outro que o culpe; e (f) minimização de autoridade, pois não há uma figura de autoridade no mundo online, todos são iguais.

Ao falar sobre este aspecto dos jogos, os participantes da pesquisa mostram que os motivos que geram as agressões são os mais simples, tal como não conseguir “salvar” um dos integrantes de sua equipe:

eu parei de jogar (Free Fire) porque é muita gente falando besteira. Assim, eu joguei uma partida com um amigo, né? Digamos que o cara aleatório morreu sozinho ele me xingou porque eu não consegui salvar ele (GUIDO)

Além disso, muitas das agressões verbais, entendidas por eles como humilhações, estão direcionadas àqueles jogadores cujos personagens não conseguem adquirir determinadas roupas (skin) ou armas. O jogo oferece a possibilidade de evoluir em suas habilidades de forma econômica, mas a maneira mais rápida de aumentar o nível é comprando diamantes e ouro, a moeda do jogo. A questão é que nem todos estão dispostos ou possuem recursos para gastar com o jogo e nesse momento se instala mais uma possibilidade de ser apontado.

...tem gente que não tem condição para carregar diamante e com esse diamante você compra skin de arma, skin de personagem e tal. Tem pessoas que não têm condições para carregar e as pessoas que têm condições ficam humilhando essas pessoas. Tem outras pessoas que ajudam (KIKO)

Mesmo vivenciando esse tipo de situação por muito tempo, um deles menciona que demorou bastante para chegar à conclusão da toxicidade do jogo, mas que ao reconhecer, parou de jogar. Ele acredita que, no início, havia uma relação saudável com as outras pessoas, mas que, com o passar do tempo, tudo mudou.

Bora lá, eu insisti jogar free fire por quatro/cinco anos e só mês passado eu fui realmente me tocar que free fire não é um jogo legal, não tá mais como era antigamente. Ninguém ficava nesse negócio de só dar tiro na cabeça e humilhar quem dá na perna, quem não tem skin, quem não tem arma. Só aí que eu

A percepção de que o contato com outras pessoas resulta em um incômodo no usuário revela uma sabedoria do organismo em buscar o que lhe agrada no jogo, mas rejeitar aquilo que lhe fere de algum modo. Podemos pensar, dessa forma, em um ajustamento criativo, que é essa capacidade de buscar atender suas necessidades, levando em consideração as possibilidades do meio (Frazão & Fukumitsu, 2015). Esse ajustamento se dá na fronteira de contato, a partir da interação do organismo com o meio.

Assim, ambos os adolescentes resolveram que não jogariam mais aquele jogo e procurariam um outro onde as pessoas envolvidas poderiam ser previamente selecionadas em servidores privados. Esse tipo de vivência, onde ele é afetado pelo que se apresenta no meio, permite que o jovem faça suas escolhas a partir do que é saudável e lhe confere crescimento.

Considerações finais

Esse estudo teve por objetivo compreender os sentidos e os significados do jogo digital para adolescentes de uma escola pública municipal de Fortaleza na perspectiva da Gestalt-terapia.

Na direção de identificar as funções desses jogos para os adolescentes da pesquisa, foi possível verificar que eles exercem uma função terapêutica a partir do momento no qual facilitam que, diante de conflitos, os indivíduos o acessem e regulem as emoções, para posteriormente retomar as situações. Como também houve momentos em que o jogo foi colocado como uma possibilidade de fuga da realidade. À luz da Gestalt-terapia, observa-se a capacidade de o jovem entrar em contato com as situações de conflito e se posicionar. Conclui-se aqui que não há uma resposta certa ou errada, pois cada sujeito e contexto é singular.

O caráter interativo do jogo digital contribui para a construção da identidade do adolescente, uma vez que, ao jogar, ele atua, escolhe e decide uma forma de ser diferente daquela que era exercida na infância, onde a família tinha um papel mais ativo do que a criança. No jogo, o adolescente experimenta novos papéis, que nem sempre são permitidos pela família.

Este aspecto pode ser um ponto de conflito entre pais e filhos que precisam desenvolver novos ajustamentos criativos, uma vez que os filhos tendem a buscar uma maior independência. Os pais têm um papel muito importante neste processo e, quanto maior o diálogo já estabelecido desde a infância, maiores as chances de que os acordos e os limites possam ser respeitados.

No contexto dos jovens entrevistados, observou-se que há um discernimento do que seria um uso problemático de um uso saudável do jogo. Ademais, a socialização foi apontada como uma consequência do uso de jogos, pois, não é o que eles buscam quando vão jogar, mas é o que encontram. Considerando que a socialização tem papel fundamental na constituição do adolescente, os jogos também têm sua importância neste quesito. Essas relações são apontadas por eles como saudáveis ou tóxicas.

Nota-se, mais uma vez, a capacidade dos adolescentes de fazerem escolhas em prol de seu crescimento, acolhendo o que o jogo tem de benéfico, e alienando o que não agrega.

Um dos limites desse trabalho foi a quantidade de referências sobre jogos digitais na perspectiva da Gestalt terapia. Espera-se, com esta pesquisa, contribuir com a ciência psicológica, bem como outras áreas que possam se beneficiar do conhecimento produzido sobre o uso de jogos digitais na adolescência, dando ênfase à

percepção dos jovens que jogam.

Ademais, deseja-se que uma das contribuições éticas para os sujeitos participantes do estudo tenha sido suscitar reflexões acerca do tema por meio do envolvimento nas discussões e gerado conscientização em relação ao uso do jogo digital, assim como a percepção de que momentos de partilha podem ser promotores de autoconhecimento e saúde.

Referências

- Arenales- Loli, M. S., Abrão, J. L. F., Parré, R. R., & Tardivo, L. S. de L. P. C. (2013). http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1415-711X2013000200013&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. *Boletim - Academia Paulista de Psicologia*, 33(85), 405-426. Retrieved from http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2013000200013&lng=pt&tlng=pt.
- Associação Americana de Psiquiatria (2013). Os transtornos depressivos. No Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (5ª ed.). doi: 10.1176/appi.books.9780890425596.807874
- Azevedo, V. de A. (2012). Jogos Eletrônicos e Educação: Construindo um roteiro para sua análise pedagógica. *Renote*, 10(3). <https://doi.org/10.22456/1679-1916.36409>
- Brasil. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. **Diário Oficial** [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 24 maio 2016. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acessado em: 25 ago. 2021.
- Baroncelli, Lauane. (2012). Adolescência: fenômeno singular e de campo. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 18(2), 188-196. Recuperado em 13 de dezembro de 2022, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000200009&lng=pt&tlng=pt.
- Carvalho, J. B. & Melo, M. C. A (2019) FAMÍLIA E OS PAPEIS DE GÊNERO NA ADOLESCÊNCIA. *Psicologia & Sociedade* [online]. v. 31 [Acessado 13 Dezembro 2022], e168505. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-0310/2019v31168505>>. Epub 20 Dez 2019. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2019v31168505>.
- Correia, K. C. R., & Moreira, V. (2016). A experiência vivida por psicoterapeutas e clientes em psicoterapia de grupo na clínica humanista-fenomenológica: uma pesquisa fenomenológica. *Psicologia USP*, 27(3), 531-541. <https://doi.org/10.1590/0103-656420140052>
- Fernandez, A. (2017). *Comportamento Tóxico em Jogos Multiplayer Online: Uma Revisão Narrativa*. Trabalho de Conclusão de Curso – Pelotas: UFPEL. Retrieved from <https://wp.ufpel.edu.br/psicologia/files/2019/02/TCC-Amanda-Fernandez-Psicologia.pdf>
- Forghieri, Y. C. (2011). *Psicologia fenomenológica : fundamentos, método e pesquisas*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning.
- Fortim, I., Spritzer, D. T., Lima, M. T. A., Santaella, L. (2020). *Games viciam. Fato ou ficção?* Barueri: Estação das Letras e Cores Editora.
- Fortim, I. (Org.) (2020). *O que as famílias precisam saber sobre games? Um guia para cuidadores de crianças e adolescentes*. São Paulo: Editora Homo Ludens.
- Frazão, L. M. (2015). *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais*. São Paulo: Summus.
- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa*. São Paulo: Atlas.
- Ginger, S. (1995). *Gestalt uma terapia do contato*. São Paulo: Summus Editorial.
- Gondim, S. M. G. (2002). Perfil profissional e mercado de trabalho: relação com formação acadêmica pela perspectiva de estudantes universitários. *Estudos de Psicologia* (Natal), 7(2), 299-309. <https://doi.org/10.1590/s1413-294x2002000200011>
- Lehmkuhl, L. (2015). A criatividade como potencializadora do processo gestalt-terapêutico. *IGT na Rede*, 12(23), 315-326. Recuperado em 13 de dezembro de 2022, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262015000200004&lng=pt&tlng=pt.
- Lima, D. M. A. (2019). *O self-box como experimento na atuação do gestalt-terapeuta com adolescentes*. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 25(3), 313-322. <http://dx.doi.org/10.18065/RAG.2019v25n3.10>
- Lima, F. J. G. de, & Bavaresco, A. (2016). A responsabilidade ético-social do pesquisador no Brasil: impactos dos desvios éticos na condução de pesquisas financiadas com recursos públicos. *Griot : Revista De Filosofia*, 14(2), 410-426. <https://doi.org/10.31977/grifi.v14i2.705>
- Martins, J., Bicudo, M. A. V. (1989). *A pesquisa qualitativa em Psicologia. Fundamentos e recursos básicos*. São Paulo: Editora Moraes
- Merleau-Ponty, M. (1990). *Merleau-Ponty na Sorbonne: resumo de cursos: 1949-1952 - psicossociologia e filosofia* (Vol. 1). (C. M. César, Trad.). Campinas, SP: Papirus. (Originais de 1949-52).
- Minayo, M. C. de S. (Org.). (2014). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 14ª ed. Rio de Janeiro: Hucitec
- Neto, J. A. M. (2019). *Uma análise sobre o comportamento tóxico em jogos on-line baseada em tópicos de conversa*. Dissertação de Mestrado

Revista do NUFEN: Phenomenology and Interdisciplinarity
v. 15, n. 1, 2023

– Porto Alegre: PPGC da UFRGS

-
- Oliveira, M. P. M. T., Cintra, L. A. D., Bedoian, G., Nascimento, R., Ferré, R. R., & Silva, M. T. A. (2017). Uso de internet e de jogos eletrônicos entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social. *Temas Em Psicologia*, 25(3), 1167–1183. <https://doi.org/10.9788/tp2017.3-13pt>
- Pagung, L. B., Coelho, F. C., Lima, D. B. Batista, G. Pinheiro, L. C. (2021). *Ampliando Awareness: Leitura Gestáltica de Contextos Práticos*. Editora Appris.
- Ribeiro, J. P. (2021). *O ciclo do contato*. 9ª edição. São Paulo: Summus Editorial.
- Santos, D. G., Sá, R. N. (2013). A existência como “cuidado”: elaborações fenomenológicas sobre a psicoterapia na contemporaneidade. *Revista Da Abordagem Gestáltica*, 19(1), 53–59. Retrieved from http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000100007&lng=pt&nrm=iso
- Silva, R. V. B. da. (2015). Os Conflitos na Fronteira de Contato entre Pais e Filhos Adolescentes. *IGT Na Rede*, 12(22), 53–66. Retrieved from http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262015000100004&lng=pt&nrm=iso
- Silva, E. P., Lucas, M. G. (2020). Relação entre irmãos: a percepção do primogênito. *Pensando Famílias*, 24(1), 144–159. Retrieved from http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100011&lng=pt&nrm=iso
- Távora, C. B. (2014). Self e suas funções. In: Frazão, L. M.; Fukumitsu, K. O. (org.). *Gestalt- -terapia: Conceitos fundamentais*, p. 63-87. São Paulo: Summus
- Warmling, D. (2018). Merleau-Ponty e o "retorno às coisas mesmas": a inferência corporal retirada da fenomenologia husserliana. *Ekstasis: Revista de Hermenêutica e Fenomenologia*, 6(2), 206-223. doi: <https://doi.org/10.12957/ek.2017.32288>
- Young, K. S. (2019). *Dependência de Internet : manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Zanella, R., Antony, S. (2016). *Trabalhando com adolescentes: (re)construindo o contato com o novo eu emergente*. São Paulo: Summus.
- Zanella, R., Zanini, M. E. B. (2013). Atendendo adolescentes na contemporaneidade. Em: ZANELLA, R. (Ed.). *A Clínica Gestáltica com Adolescentes: caminhos clínicos e institucionais*. Org.; São Paulo: Summus.