



“PARA LÁ DO JOGO: O RETIRO NOS VIDEOJOGOS”

ANA MARIA EVANGELISTA DA SILVA

Orientador de Dissertação:

PROFESSOR DOUTOR CSONGOR JUHOS

Orientador de Seminário de Dissertação:

PROFESSOR DOUTOR CSONGOR JUHOS

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

2022

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação
do Professor Doutor Csongor Juhos, apresentada no ISPA –
Instituto Universitário para a obtenção de grau de Mestre na
especialidade de Psicologia Clínica

Agradecimentos

E diante dos meus olhos este capítulo encerra-se, culminando no momento de agradecer a todos aqueles que contribuíram para que um sonho se tornasse realidade. Pai, Mãe, Mano e Thor, os quatro companheiros de todos os dias, que me apoiaram incondicionalmente em cada passo do caminho, que acreditaram e acreditam sempre em mim.

À malta dos jantares de sábado, que assistiram em primeira fila a cada passo deste projeto e que contribuíram sempre para que fizesse mais e melhor e que, com muitos debates e muitos jogos de mimica, trouxeram leveza e gargalhadas.

Às minhas cúmplices de sempre, Sofia, Bia e Amaral, que tornam a minha vida tão mais feliz. Sem ciúmes, acho que compreendem, um obrigada especial à Sofia, minha companheira de tese, de muitas tardes e noites de trabalho juntas.

Às amigadas que o ISPA me trouxe, com quem partilhei os últimos 5 anos da minha vida e que os tornaram nos melhores possíveis. Não podia deixar passar a oportunidade sem nomear a Su e a Bá, com quem pude contar em todas as horas.

Márcio e Ricardo, os dois grandes arguentes do caminho, que me questionaram vezes sem conta e me desafiaram com conversas francas que abriram os meus horizontes e perspetivas.

Ao Rafa que apareceu no final para lidar com o meu mau-feitio, não podia ficar por agradecer toda a paciência e carinho.

Um obrigada sincero a todos estes, e a todos os que ficam por nomear mas que são parte de mim.

Terminar agradecendo ao Professor Csongor por este último ano desafiante mas repleto de partilhas e ensinamentos.

Resumo

Os videojogos são um elemento cada vez mais presente no quotidiano da população mundial; a sua transversalidade em termos de idade, os seus inúmeros elementos atrativos e a sua enorme variedade contribuem para a tendência crescente deste fenómeno. Posto isto, torna-se pertinente explorar em maior detalhe uma atividade que pode funcionar como meio de camuflar o sofrimento psicológico de um sujeito.

Objetivo: Este estudo tem como objetivo explorar a possibilidade dos videojogos constituírem uma fuga defensiva, simulando a retirada primitiva numa experiência partilhada. *Método:* No sentido de explorar este objetivo, foram elaboradas um conjunto de 6 entrevistas a um único sujeito, posteriormente transcritas e analisadas de acordo com a análise temática. *Resultados:* Os dados recolhidos demonstram que a hipótese considerada pode ser sustentada, embora as limitações do estudo, trata-se de uma observação plausível de maior elaboração.

Palavras-chave: Videojogos; Adição aos Videojogos; Retirada Primitiva; Retiro Psíquico

Abstract

Videogames are an element more and more prevalent in everyday life; there are no age boundaries, there is a huge diversity and a number of attractive elements that assure a growing tendency of this phenomena. For that, it is pertinent further elaboration of the possibility of gaming being used as a form of hiding from psychological suffering.

Objective: this study objective is to explore the possibility of videogames being an elaboration of a defensive mechanism, a simulation of a psychic retreat in a shared experience. *Method:* in order to explore the previous possibility a total of 6 interviews were conducted to a subject. These interviews were then transcribed and codified, according to the thematic analysis method. *Results:* the retrieved data shows that the hypothesis of videogames being a psychic retreat can be considered, although the limitations of this study, these considerations are worth further elaboration.

Key words: Videogames; Videogame Addiction; Psychic Withdrawal; Psychic Retreats

Índice

Introdução	9
Enquadramento Teórico	11
1. Fenómeno dos videojogos	11
1.1 Resumo dos dados	11
1.2 O que é a adição aos videojogos	12
1.3 Implicações do distúrbio de <i>gaming</i> no desenvolvimento e na vida do sujeito	15
2. Os videojogos como defesa contra o sofrimento psíquico	17
2.1 Elementos de risco e elementos protetores no desenvolvimento de uma patologia de <i>gaming</i>	17
2.2 Motivações e dinâmica inconsciente para um maior envolvimento no mundo virtual	20
2.3 Retirada primitiva e retiros psíquicos	22
2.4 Posição esquizoparanóide e Posição depressiva	24
2.5 Organização patológica	27
2.6 Retiro psíquico e realidade	29
Método	32
Participantes	32
Procedimento de recolha de dados	32
Instrumento	32
Procedimento de análise dos dados	33
Resultados	34
Síntese das entrevistas	34
Análise descritiva	35
Análise dos objetivos e hipótese exploratória	37
Discussão	42

Limitações e estudos futuros	45
Referências	47
Anexos	52
Anexo A – Anúncio de apelo direto	53
Anexo B – Anúncio de apelo através de terceiros	55
Anexo C – Consentimento informado	56
Anexo D – Tabela de Análise Temática – Exemplos de Narrativa	57
Anexo E – Transcrições das entrevistas	66

As transcrições das entrevistas não serão publicadas no presente documento devido à sua extensão e de modo a assegurar o anonimato e confidencialidade do participante, no entanto vão estar disponíveis em formato digital para consulta dos membros do júri, até à data da defesa. (<https://docs.google.com/document/d/1MiIVdqgeIJMxEvSfjdbeLeXMpnAgneP4/edit?rtf=true>)

Índice de Tabelas

Tabela 1. Análise temática - frequência absoluta e frequência relativa35

Tabela 2. Análise temática - exemplos de narrativa55

Introdução

O crescimento da indústria dos *videogames* é galopante e surge associado ao aumento exponencial da sua procura. Estima-se que 51 milhões de europeus começaram a jogar videogames desde o início da pandemia do COVID-19, no entanto, a tendência de crescimento desta indústria na Europa antecede o contexto pandémico; entre 2017 e 2019 assistiu-se a uma passagem de 259.5 milhões para 278.5 milhões de jogadores. Em 2021, segundo dados da *Eurostat*, publicados no relatório anual da Demografia Europeia (2022), os habitantes da Europa rodavam os 447.2 milhões. Segundo os dados apresentados pela *MejoresApuestas*, no mesmo ano, na Europa, o número de participantes em videogames foi de 329.48 milhões, com as projeções a apontar para 367.44 milhões de jogadores em 2025 no mesmo continente. Trata-se de uma indústria que em 2021 gerou cerca de 21 bilhões de dólares americanos, apenas no continente europeu, sendo esperado que atinja os 32.6 bilhões de dólares americanos em 2025, o que significa um aumento de mais do dobro de receitas entre 2018 e 2025 (Kranjec, 2021). Os dados anteriores revelam, não só o impacto atual da indústria dos videogames junto da comunidade europeia, como também confirmam a sua tendência crescente.

A realidade deste fenómeno tem um impacto na vida das gerações atuais e futuras, representa uma nova realidade associada a um novo modo de interagir que substitui momentos de interação e brincadeiras, considerados tradicionais (Hazar^a, 2019).

Grande parte da literatura relativa ao tema dos comportamentos aditivos nos videogames centra-se em questões como o tempo despendido na *internet*, os métodos de monitorização parentais, se alguma das figuras parentais também é consumidora, entre outros exemplos que limitam a visão do tema a um conjunto de questões mesuráveis através de questionários (Donati, et al., 2021) (Hazar^a, 2019). No entanto, começa-se a assistir a uma preocupação de associar os comportamentos aditivos a videogames com as relações parentais, com os comportamentos escolares e um conjunto de fatores individuais (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021) (Hazar^a, 2019). Em contrapartida, existe uma aparente ausência na tentativa de compreender o que representam, efetivamente, os videogames para um sujeito que neles participa. Relatos de que os videogames representam um escape da realidade e o modo como o universo virtual está concebido podem sugerir o mundo virtual como um retiro a que o sujeito recorre quando a realidade é percebida como fonte de sofrimento e ansiedade (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021) (De Masi, 2015). A necessidade de exploração da dimensão inconsciente do sujeito que recorre

a esta atividade como possível meio de superar o sofrimento psíquico torna-se iminente, neste sentido surge a hipótese desta elaboração ser estabelecida por meio de uma retirada primitiva.

A retirada primitiva é um mecanismo de defesa, que funciona em conjunto com outros, de modo a criar um sistema defensivo complexo que permite uma alteração no estado de consciência do sujeito, substituindo a relação com a fonte de ansiedade ou sofrimento por uma estimulação interna, uma fantasia que permite o alcance de sentimentos de tranquilidade e proteção (McWilliams, 1994). No início do desenvolvimento, quando uma criança pequena é exposta a um sofrimento insuportável ou numa situação de estimulação excessiva, é comum utilizar este mecanismo. Na vida adulta, a utilização deste mecanismo recorrentemente significa a perda de oportunidade de uma participação ativa na resolução de problemas interpessoais, o que se traduz numa maior prevalência de problemáticas emocionais e relacionais, e no distanciamento, progressivamente maior, da realidade (McWilliams, 1994) (Steiner, 2011).

Neste sentido, é possível considerar a fuga para o mundo virtual como defensiva, um espaço de onipotência, em que as fantasias podem surgir livremente, e no qual o sujeito se pode manter e sair gradualmente, à semelhança do retiro psíquico (De Masi, 2015).

A linha de pensamento apresentada oferece uma possível relação entre a retirada primitiva e a utilização dos videogames que se torna pertinente explorar, uma vez que a dimensão inconsciente da experiência do jogador é um ponto pouco focado na literatura. Como estabelecido anteriormente, os videogames estarão cada vez mais presentes, o que eleva a necessidade de exploração do tema, uma vez que, em caso de utilização excessiva, os videogames podem significar a presença de sofrimento psicológico e uma tentativa de camuflagem do mesmo.

O objetivo desta tese é compreender o que o videogame significa na vida de um sujeito que nele participa, parte da dimensão inconsciente do sujeito que participa nesta atividade, é proposto entender se o recurso aos videogames pode surgir como um mecanismo de defesa, neste caso, a retirada psíquica. A hipótese considerada é a possibilidade dos videogames serem uma materialização do retiro psíquico num mundo partilhado com outros elementos. Para efeitos deste estudo o método utilizado foi um conjunto de 6 entrevistas, semiestruturadas, a um único sujeito, elaboradas através de uma análise de conteúdo.

Enquadramento Teórico

1. Fenómeno dos videojogos

1.1 Resumo dos dados

A sinopse estatística de 2019 elaborada pela SICAD relativa à temática do jogo e da *internet* demonstrou que, do total de inquiridos, 58,3% afirma participar em jogos *online*, dos quais 14,8% afirma despende 4 ou mais horas por dia em jogos *online* em dias de semana e 18,6% faz a mesma afirmação relativa aos fins-de-semana. Em estudantes entre os 13 e os 18 anos, a prevalência de jogos eletrónicos nos últimos 30 dias varia entre os 57,7% e os 65,1% em dias de escola e entre os 64,3% e os 77,2% nos dias sem escola, sendo que as faixas etárias dos 13 e 14 anos são os que apresentam resultados mais elevados. Do total de jovens inquiridos, 82,6% confirma a utilização de jogos eletrónicos nos últimos 12 meses. Posteriormente, num outro inquérito elaborado no dia da defesa nacional e, por isso, com jovens exclusivos de 18 anos, 35% dos questionados afirmaram ter iniciado a utilização da *internet* antes dos 10 anos. Os dados anteriores reportam a elevada prevalência desta atividade na população mais jovem, revelando, não só o início da participação em *videogames* numa fase crucial do desenvolvimento, como a opção de despende parte significativa do seu tempo em torno de *gaming*.

A investigação científica relativa ao tema da adição aos videojogos tem sido muito centralizada na recolha de dados por questionários e, conseqüentemente, contemplando maioritariamente questões quantitativas e aspetos práticos, como os métodos de monitorização, a participação parental, o tempo despendido na atividade, entre outros elementos que excluem a porção mais subjetiva do tema (Donati, et al., 2021) (Pornnoppadol, et al., 2020) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011).

A meta-análise elaborada por Ferguson, Coulson e Barnett (2011) concluiu que a metodologia dos estudos que abordam os comportamentos aditivos nos videojogos, nomeadamente os questionários, são possíveis fontes de enviesamento dos resultados. Adicionalmente, os estudos que consideram à partida a existência de uma patologia de *gaming* tendem a ter uma prevalência estatística (8.9%) superior aos estudos que focam particularmente nas interferências do *gaming* (3.1%) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011). A questão de amostras maioritariamente levantadas *online* apresenta-se como um ponto de enviesamento, tornando a prevalência estimada da patologia superior do que caso a amostra fosse recolhida

offline (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011). Estas conclusões enaltecem a importância da alteração do paradigma de estudos da temática.

Kaderfelt-Winther et al. (2017) consideram que uma abordagem qualitativa é essencial para o levantamento de considerações fiéis sobre a temática, acrescentando que devem anteceder a visão quantitativa. Janiri, Ferri, Giuseppin e Pivetta (2022) sublinham o valor que as considerações psicodinâmicas e psicanalíticas podem trazer na exploração da adição ao *gaming*, afirmando um contributo tanto ao nível de aprofundamento do conhecimento, como da exploração de elementos que poderão ser utilizados no desenvolvimento de linhas de tratamento. Enfatizam ainda a subexploração que existe entre a associação da psicanálise com os padrões abusivos de *gaming* (Janiri, Ferri, Giuseppin, & Pivetta, 2022).

A evolução da pesquisa dentro da área tem sido alargada ao estabelecimento de associações entre os padrões comportamentais de consumo excessivo nos videojogos e elementos contextuais, como as relações parentais e relação com os pares, e fatores individuais, como sintomas depressivos e ansiedade (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021) (Hazar^a, 2019). No entanto, assiste-se a uma aparente ausência de uma tentativa de compreensão mais profunda, que contemple particularidades e especificidades da experiência subjetiva e intrínseca do sujeito com distúrbios de *gaming*, o que reenvia para o objetivo deste trabalho, uma elaboração da dinâmica inconsciente do sujeito com distúrbio de *gaming* por meio do recurso à retirada primitiva.

1.2 O que é a adição aos videojogos

Adição refere-se, genericamente, à condição de um sujeito estar habitualmente ou repetitivamente envolvido em algo, o que significa a existência de um comportamento recorrente, com uma dimensão compulsiva transcendente ao controlo consciente do indivíduo. A dimensão compulsiva surge associada a um conjunto de consequências negativas para o próprio ou terceiros, que não invalidam reiteração do comportamento ou atividade (Baptista & Neto, 2019).

Inicialmente, o conceito de adição apenas contemplava a necessidade compulsiva de consumir substâncias psicóticas, como o álcool. Recentemente, com o alargamento do conceito de adição comportamental, foram integrados comportamentos como a adição aos videojogos dentro desta categoria. Esta inclusão baseia-se na evidência de que os mecanismos cerebrais

mobilizados nestes comportamentos aditivos são semelhantes aos associados ao uso de substâncias (Baptista & Neto, 2019).

A adição aos videogames é caracterizada por um conjunto de critérios presentes nos 12 meses anteriores. Estes critérios incluem a preocupação e pensamentos fixos em videogames, abstinência associada a irritabilidade, ansiedade ou tristeza, quando o jogo é interrompido ou alguém o tenta parar, aumento da tolerância ao tempo de jogo para atingir o efeito desejado, utilização dos jogos como forma de sair da realidade, uma prioridade crescente atribuída ao jogo, que condiciona os restantes aspetos da vida do sujeito verificando-se uma subvalorização das atividades diárias, sucessivas tentativas falhadas para o controlo da atividade e, apesar das consequências negativas, observa-se uma manutenção ou aumento dos hábitos excessivos de jogo (APA, 2014) (WHO, 2019). Assiste-se a um padrão de persistência dos hábitos de *gaming*, que podem acontecer *online* ou *offline*. Este padrão comportamental disruptivo pode ser contínuo ou episódico e recorrente, sendo marcado por sentimentos de angústia e por incapacidades significativas em diferentes campos da vida do sujeito, tais como o educacional, o familiar, o ocupacional e o pessoal (APA, 2014) (WHO, 2019).

Face ao impedimento de jogar, o sujeito experiencia sintomas de abstinência e desenvolve uma tolerância que leva a um aumento progressivo do tempo despendido na atividade, assiste-se a falhas consecutivas na redução ou suspensão dos hábitos de jogo e a uma desistência de todas as atividades que anteriormente eram prazerosas. Frequentemente, existe uma necessidade de camuflagem do quanto os videogames estão presentes na vida do sujeito, levando-o a não admitir a realidade do tempo que despende nesta atividade, que afirma permitir esquecer os seus problemas da vida real e aliviar o seu humor negativo (Pornnoppadol, et al., 2020).

Atualmente, adição aos videogames está contemplada e definida no DSM, apesar de permanecer sob consideração como uma condição que envolve maior elaboração. Consequentemente, a *American Psychology Association (APA)* (2014), mantém por confirmar o valor de distúrbio mental a este comportamento. No entanto, a Organização Mundial de Saúde (2019) considerou recentemente o distúrbio de *gaming* como uma condição de saúde mental associada a comportamentos aditivos nos videogames no ICD-11 (Pornnoppadol, et al., 2020).

A resistência da APA em considerar este comportamento aditivo como um distúrbio mental surge associada a uma ausência de unanimidade face ao tema. Se para alguns autores

existe uma associação direta entre os videojogos e a sua utilização patológica, outros temem confrontar-se com um exagero de um problema que apesar de poder ser real é pouco comum (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011) (Donati, et al., 2021).

Em complemento, alguns autores afirmam não existirem evidências suficientes que suportem a consideração desta problemática como aditiva, acrescentando que mesmo havendo esse potencial no tema, não há uma concordância nos critérios de diagnóstico (Olson, 2010) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011). Uma outra preocupação surge associada ao facto do método primordial de estudo do tema ser através de questionário e à consideração de que determinadas perguntas não refletem, necessariamente, padrões de jogo excessivos (ex. “Discuto com a minha família sobre os meus hábitos de jogo”; “Recorro aos videojogos como forma de relaxar”) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011), (Pornnoppadol, et al., 2020)).

A inexistência de uma *compreensão profunda* das especificidades e *nuances* do tema, significa um potencial elevado para considerar um comportamento normativo como patológico o que, inevitavelmente, inflaciona a prevalência estimada de sujeitos com perturbações de *gaming* (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011). Um outro ponto referenciado neste lado do argumento relaciona-se com as abordagens exclusivas de exposição e do tempo de exposição (Ferreira, et al., 2021) (Donati, et al., 2021) (Jeong, et al., 2020)) que embora consideradas indispensáveis, podem não avaliar adequadamente a interferência desta atividade na vida dos sujeitos (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011).

Em contraste, num estudo longitudinal elaborado por Shara M. Coyne et. al (2020) em que foi registado a progressão da adição aos videojogos ao longo de 6 anos num conjunto de jovens; o grupo que consideraram cumprir os critérios para a adição aos videojogos revelou um deterioramento em diversas áreas como consequência dos comportamentos abusivos, o que permitiu apontar a adição aos videojogos como um distúrbio primário.

Visões mais compreensivas como a de Kuss e Griffiths (2011) consideram a participação nos videojogos enquanto patologia num *continuum*, que afirmam poder significar um problema menor, pouco impactante na vida do sujeito ou um problema comportamental grave.

De todas as questões que emergem dentro do tema, existe uma unanimidade na consideração dos videojogos como um elemento cada vez mais presente na vida diária da

população que traz consigo determinados benefícios e determinadas preocupações (Jeong, et al., 2020).

1.3 Implicações do distúrbio de *gaming* no desenvolvimento e na vida do sujeito

Como já vastamente explorado, a adição aos videogames refere-se a um comportamento compulsivo, excessivo e obsessivo sobre o qual o sujeito não tem capacidade de controle, este comportamento acaba por gerar uma dependência física e mental que se estabelece como um obstáculo para uma vida saudável e equilibrada (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021).

Junto da população em desenvolvimento, crianças e adolescentes, existe uma preocupação adicional, uma vez que se encontram num momento crucial do desenvolvimento, onde é esperada a aquisição de competências específicas, nomeadamente a nível relacional e social, que podem ser comprometidas com a participação excessiva em videogames (Hazar^a,2019) (Hazar^b, 2019) (Ferreira, et al., 2021). Os traumas na infância são muitas vezes associados como pontos de origem de determinadas patologias, muitas vezes por o sujeito ter sido privado de trocas emocionais adequadas ou por incorporar o estado mental dos pais e a sua ansiedade. Mesmo quando a intensidade do trauma é equivalente, os seus efeitos podem ser diferentes, a capacidade de reação de cada sujeito à presença de uma figura de vinculação substituta é variável. Em situações mais complexas a criança sofre simultaneamente de uma carência do objeto e da sua projeção intrusiva na sua própria mente (De Masi, 2015). A procura de uma reorganização de um evento traumático ou a gestão de experiências emocionais falhadas através dos *videogames* pode ser considerada desadaptativa e desadequada, podendo significar o desenvolvimento de um distúrbio de *gaming*, tornando importante sublinhar a tendência de aumento de níveis de depressão, agressividade, ansiedade e timidez na presença de comportamentos aditivos face aos videogames (Coyne, et al., 2020).

Surgem ainda preocupações associadas a alteração do tipo de entretenimento, em que os momentos de interação e as brincadeiras tradicionais são maioritariamente substituídas pelo digital, colocando em questão o impacto destas alterações no desenvolvimento e no futuro do sujeito (Hazar^a,2019) (Hazar^b, 2019).

A literatura relata associações entre padrões comportamentais de adição aos videogames e a emergência de comportamentos agressivos, atitudes impulsivas, perturbações da criatividade, dificuldades de socialização, perturbações no desenvolvimento e emergência de

diferentes patologias (ex. sintomas depressivos, déficit de atenção) (Hazar^a,2019) (Hazar^b, 2019) (Ferreira, et al., 2021).

Anteriormente, os videogames puderam ser compreendidos como possíveis elementos contedores de sentimento de angústia e sofrimento, no entanto, podem ser também considerados como fontes desses mesmos elementos, impedindo a concretização de funções diárias, negligenciando relações familiares e amizade, alteração de rotinas de sono, irregularidade nas refeições, desleixo com a higiene pessoal, entre outros (Pornnoppadol, et al., 2020), (Smirni, Garufo, Di Falco, & Lavanco, 2021).

Os videogames, atualmente, são atividades de enorme envolvimento, extremamente atrativas e com uma elevada intensidade de estímulos, o que pode significar uma fonte de elevada motivação e de suporte de atenção, que incluiu uma componente aditiva. O excesso de estimulação e o elevado grau de atenção que exigem pode significar danos na capacidade de foco seletivo, num determinado ponto, por um período de tempo mais longo, sem que existam estímulos externos excitantes (Smirni, Garufo, Di Falco, & Lavanco, 2021). Esta condição de recompensa constante pode se tornar um contexto psicológico potencializador do desenvolvimento de uma dependência dos sentimentos de euforia provocados pelo jogo e a ausência da possibilidade de jogar provoca a emergência de sentimentos depressivos (Smirni, Garufo, Di Falco, & Lavanco, 2021). Este efeito pode ser considerado à semelhança do provocado pelo retiro, a necessidade de permanência no retiro aumenta progressivamente associada à vivência sensorial que é proporcionada, a ausência deste espaço significa a emergência de elementos de sofrimento psíquico anteriormente camuflados.

2. Os videogames como defesa contra o sofrimento psíquico

2.1 Elementos de risco e elementos protetores no desenvolvimento de uma patologia de *gaming*

Neste momento, torna-se pertinente referir que a utilização e o gosto pelo mundo virtual não significam uma patologia - não é por um sujeito despende grande parte do seu tempo nesta atividade que tem uma patologia. Como estabelecido anteriormente, um comportamento de *gaming* patológico é aquele que interfere diretamente com a vida do sujeito, que de algum modo impede uma relação adequada com o mundo real, o que passa, por exemplo, por falhas em compromissos como o trabalho, a escola e não exclusivamente por despende muitas horas a jogar ou a utilizar os videogames como método de relaxamento (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011). O recurso aos videogames para efeitos recreativos não é preocupante, mesmo que repetidamente e durante um longo período de tempo. Esta atividade pode ser enquadrada num estilo de vida saudável e equilibrado (Jeong, et al., 2020). No entanto, existe um conjunto de fatores que são considerados propícios para o desenvolvimento de um distúrbio de *gaming* e um conjunto de fatores protetores que de algum modo contribuem para uma utilização ponderada dos videogames.

Diversos estudos têm vindo a relatar associações entre a participação abusiva em videogames e elementos como a idade, o género, as relações parentais, o número de horas de jogo, um conjunto de elementos psicológicos (ex. depressão e ansiedade), relações sociais e capacidade de autocontrolo.

A idade tem sido sugerida como um elemento de ponderação em várias investigações. A literatura caracteriza a adolescência como um período de desenvolvimento crítico, repleto de experiências de desenvolvimento fundamentais em diversas áreas, nomeadamente, a nível físico e relacional (Baptista & Neto, 2019). O processo de desenvolvimento da autonomia e da elaboração de uma identidade separada da família é angustiante, podendo implicar o confronto do adolescente com uma realidade que não corresponde às suas expectativas. A *internet* pode constituir-se como um meio de eliminar a insatisfação e de alívio de angústias (Koo & Kwon, 2014). O contexto social neste período exerce particular influência e por isso os sujeitos estão mais vulneráveis ao desenvolvimento de adições no geral (Baptista & Neto, 2019). Os dados de diferentes estudos têm vindo a estabelecer associações entre esta fase do desenvolvimento como um potencial elemento de risco para o surgimento de padrões de utilização abusiva dos videogames (Hazar^b, 2019) (Borzikowsky & Bernhardt, 2018) (Hyun, et al., 2015). Um estudo

elaborado na Alemanha, que contemplou participantes entre os 15 e os 60 anos concluiu que por cada ano que passa a probabilidade de um sujeito desenvolver comportamentos abusivos nesta atividade reduz em 9% (Borzikowsky & Bernhardt, 2018).

O género tem feito parte de várias investigações e ser do sexo masculino tem sido referenciado como um elemento de risco para o desenvolvimento de um consumo patológico de videojogos, sendo o grupo que mais consome esta indústria (Hazar^b, 2019) (Hyun, et al., 2015). No entanto, os dados referentes a 2021 da Global Web Index (2021) consideram a visão do espaço dos *videogames* como sendo do domínio do género masculino obsoleta, afirmando que 42% dos jogadores de e-sports são do sexo feminino, o que significa uma diferença pouco significativa, de apenas 16%, entre os dois géneros (GWI., 2021).

O número de horas que um sujeito despende em videojogos tem vindo a ser relatado em associação com os níveis de adição (Donati, et al., 2021) (Jeong, et al., 2020). Um estudo elaborado por Ferreira *et al.* (2021) demonstrou que o nível de adição é diretamente proporcional ao número de horas que os sujeitos jogam e à variedade de jogos em que participam. Relativamente à variedade de jogos, existe uma tendência que aponta para os jogos de multijogadores e de *role-playing* como os com maior potencial aditivo (Jeong, et al., 2020) (Elliot, Ream, McGinsky, & Dunlap, 2012) (Elliot, Ream, McGinsky, & Dunlap, 2012).

São vários os estudos que relatam o isolamento social como um elemento facilitador do desenvolvimento de uma adição ao *gaming*, uma vez que indivíduos com menos competências sociais tendem a recorrer ao mundo virtual como meio de se resguardar e evitar contactos físicos (Hazar^b, 2019) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011) (Hyun, et al., 2015). Adicionalmente, a *internet* cria a ilusão de que o sujeito não está sozinho, uma vez que existe a possibilidade de partilhar este mundo de fantasia com outros indivíduos (De Masi, 2015).

O laço criado entre os pais e os filhos é dos mais importantes no desenvolvimento, o que torna as figuras parentais elementos detentores de grande influência nos comportamentos e hábitos das crianças (Borzikowsky & Bernhardt, 2018). A investigação cobre vários pontos desta relação, nomeadamente relações parentais desencorajadoras (Keya, Rahman, Nur, & Pasa, 2020), baixos níveis de comunicação e abertura (Donati, et al., 2021), envolvimento dos pais nesta atividade (Hazar^b, 2019), o baixo envolvimento e a pouca disponibilidade que os pais têm para os filhos e para a sua educação (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021), negligência e traumas na vinculação (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012), são alguns

dos fatores considerados de risco para o desenvolvimento de padrões comportamentais de abuso nos videogames.

Uma das consequências mais comuns associadas a uma experiência emocional falhada na infância é a procura por um mundo próprio do sujeito em deterioramento das relações humanas. A dissociação do mundo real pode acontecer pela procura exclusiva de autoestimulação sexual ou pela criação de um mundo imaginário percebido como real, assim a criança passa a viver num mundo paralelo que representa uma fonte de prazer (De Masi, 2015). Steiner conceptualizou esta patologia como uma retirada psíquica, uma patologia estrutural complexa que representa uma distorção massiva da realidade que inibe o desenvolvimento emocional, o crescimento e os relacionamentos (Steiner, 1993).

Elementos como a utilização de modelos de monitorização e controlo do tempo despendido na atividade de *gaming* (Donati, et al., 2021), a supervisão (Koo & Kwon, 2014), relações parentais e sociais boas e de suporte (Jeong, et al., 2020) são consideradas fatores protetores no desenvolvimento desta adição.

Existe um conjunto de elementos psicológicos individuais que surgem repetidamente na literatura como influenciadores de uma maior participação nos videogames, entre eles, sintomas depressivos, ansiedade, problemas de atenção, dificuldades de regulação emocional e a impulsividade (Jeong, et al., 2020) (Ferguson, Coulson, & Barnett, 2011) (Hyun, et al., 2015).

A angústia de identidade foi associada à dependência do *gaming* num estudo de Koo e Kwon (2014), dificuldades na formulação de identidade aumentam o risco do desenvolvimento deste distúrbio. A definição do *self* está associada ao desenvolvimento de uma identidade positiva e integrada, que simultaneamente condiciona e é condicionada pelas relações interpessoais que o indivíduo estabelece. Falhas nestes elementos poderão ser a origem do desenvolvimento de personalidades dependentes e autocríticas cuja capacidade de experienciar a ansiedade e desenvolver soluções adaptativas é menor, o que, consequentemente, aumenta o risco de dependências, nomeadamente do mundo virtual (Hazar^b, 2019).

Uma meta-análise com base em dados de diferentes estudos empíricos elaborados na Coreia revelou que a magnitude do efeito dos fatores protetores é significativamente inferior quando comparada com o impacto dos fatores negativos no desenvolvimento de um distúrbio de *gaming* (Koo & Kwon, 2014). O mesmo estudo concluiu que, a nível de variáveis interpessoais, o autocontrolo, a regulação emocional e a identidade do *self* foram os fatores

protetores mais fortes. A nível das variáveis interpessoais, apesar de com menor impacto que as anteriores, o ajuste escolar e a supervisão dos pais são elementos de maior destaque (Koo & Kwon, 2014).

2.2 Motivações e dinâmica inconsciente para um maior envolvimento no mundo virtual

Os videojogos podem tornar-se num local de alívio da pressão da realidade, a enorme facilidade de acesso e a associação com estímulos positivos e de fluidez tornam o mundo dos videojogos extremamente atrativo, sendo considerado um espaço em que é permitido libertar as emoções negativas (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021). Os sentimentos de prazer, de excitação, de alegria, de realização após o alcance de um nível e de sucesso experienciados durante o jogo, assim como a possibilidade de possuir e ser no mundo virtual aquilo que a realidade não permite, são elementos atrativos associados este universo (Hazar, 2019) (Caner & Evgin, 2021). À semelhança do retiro psíquico, em que é permitido a negação da realidade que o sujeito não quer encarar e onde a onnipotência proporcionada e a possibilidade de exploração de qualquer fantasia significam a emergência de sentimentos positivos (Steiner, 1993).

Quando os sujeitos se encontram numa experiência subjetiva que consideram negativa, tendencialmente, irão comparar-se como outros que se encontram numa situação que consideram mais positiva tornando-os os seus pontos de referência (Greitemeyer & Sagioglou, 2018). Nos jogos *online* os sujeitos poderão encontrar respostas para as suas necessidades psicológicas incorrespondidas, uma vez que surge a possibilidade de, embora temporariamente, estabelecer uma nova identidade, num novo estado. O universo virtual permite a projeção de um alter-ego para um espaço imaginário onde poderá ser vivido num mundo virtual tridimensional (De Masi, 2015). Os jogos em que são criados avatares possibilitam aos sujeitos depositar as características do seu *self* ideal, o que pode funcionar como um método de alívio da tensão criada pela dualidade entre o real e o ideal, satisfazendo assim as necessidades psicológicas básicas do indivíduo (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021). Estas noções vão de encontro à associação estabelecida no estudo de Laconi, Pirés e Chabrol (2017) entre as motivações por fantasia e o consumo abusivo de videojogos. As motivações por fantasia estão, então, relacionadas com a criação de avatares e de novas identidades no mundo em que existe um sem número de possibilidades que a realidade não permite. A possibilidade de anonimato acrescenta um elemento atrativo a esta conjuntura (Laconi, Pirés, & Chabrol, 2017).

O mundo virtual pode ser procurado como modo de resposta à angústia da identidade, a possibilidade de experienciar diferentes identidades alimenta a procura de um *self* mais autêntico, sem condicionamentos ou inibições (Koo & Kwon, 2014).

No caso das crianças com pais pouco investidos na relação, existe uma tendência para a criação de uma identidade alternativa que preencha as suas necessidades emocionais, em consequência, o tempo dedicado ao videogame aumenta progressivamente, desenvolvendo-se um comportamento aditivo (Yang, Cai, Xiong, & Huang, 2021). A procura de alternativas para a criação de laços pode levar as crianças a identificar os videogames como uma forma de se relacionarem com os pais (Hazar^b, 2019). Num estudo de Hazar^a (2019) é estabelecida esta relação, inclusive um dos participantes afirma “*Às vezes ele (pai) ama-me quando encontro um mundo que ele não consegue encontrar. É muito prazeroso jogarmos juntos*”.

As motivações sociais são também elemento de destaque. No mundo virtual existe uma previsibilidade e controlo sobre diversos elementos, as interações tornam-se mais descomplicadas e menos contraditórias que as relações emocionais reais, o que torna este universo um meio de suprir dificuldades interpessoais e de substituição de necessidades de relacionamento (Koo & Kwon, 2014) (De Masi, 2015). A interação com outros jogadores possibilita a emergência de um sentimento de pertença dentro da comunidade virtual, pois sendo este mundo livre de preconceitos, as interações com outros jogadores tornam-se um ponto de desenvolvimento de sentimentos de identificação com o outro, contribuindo para o aumento da dependência (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012). Assim, como no caso do retiro psíquico, o mundo virtual estabelece-se como um espaço em que o próprio assume um papel de controlo, podendo agir sem forças de julgamento ou receio, a frustração da interação pode ser evitada e o prazer torna-se garantido (De Masi, 2015).

A evidência relata as motivações de *coping* como transversais aos contextos anteriormente referidos. A funcionar como um mecanismo de *coping*, a utilização dos *videogames* é disfuncional e tratando-se de um mecanismo de defesa, como a retirada primitiva ou a dissociação, é desadequada (Lacóni, Pirés, & Chabrol, 2017). Os mecanismos de defesa são essencialmente processos, geralmente inconscientes, que pretendem auxiliar o Eu quando confrontado com conflitos psíquicos, protegê-lo de perigos internos ou externos causadores de mau estar ou contribuir para uma melhor adaptação à realidade, podendo assumir uma faceta patológica quando utilizados excessiva e indiscriminadamente (Baptista & Neto, 2019).

A intenção de escapar à realidade é muitas vezes referida e pode estar subjacente ao consumo compulsivo de videogames. O sujeito recorre ao *gaming* como um método de gerir angústias e sofrimento, como forma de evitamento das anteriores, o que impede o desenvolvimento de competências sustentáveis para elaborar a sua gestão (Laconi, Pirés, & Chabrol, 2017). O sujeito deposita nos videogames o propósito de gerir emoções para as quais não tem competências e conseqüentemente sobre as quais não consegue adquirir mecanismos de gestão adequados (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012). A hipótese do mundo virtual funcionar como método de proteção do *self* de memórias traumáticas de abandono, negligência e/ou abuso conseqüentes de experiências infantis danosas e de padrões relacionais marcados por sentimentos de desespero e impotência, tem vindo a ser salientada (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012) (Schimmenti & Caretti, 2010). Neste seguimento, a evidência revela a possibilidade do mundo virtual como a representação simbólica de um ambiente seguro e encorajador em que o sujeito com uma vinculação desorganizada tenta ultrapassar o seu trauma, espelhando a utilização da retirada primitiva. O mundo virtual pode permitir ao sujeito, por diversas vias, restaurar determinados aspetos do *self* danificados pelo trauma, o que por sua vez sugere o recurso aos videogames como uma tentativa de autoajuda que pode resultar no desenvolvimento de padrões de jogo compulsivos ou na intensificação da adição (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012).

Existe uma dualidade inerente à *internet*, por um lado, um mundo de oportunidades, de criatividade e conhecimento, face a um mundo de realidade imersiva que absorve o real e cria obstáculos na distinção entre o sujeito e o objeto que deixa de existir dentro da dimensão virtual (De Masi, 2015).

2.3 Retirada primitiva e retiros psíquicos

A retirada primitiva é comum nas crianças pequenas quando estão sujeitas a uma estimulação excessiva ou a demasiado sofrimento. Este mecanismo consiste numa retirada psicológica para um estado de consciência diferente como resposta protetora (McWilliams, 1994). Na vida adulta, o mecanismo da retirada é utilizado quando o sujeito procura escapar de situações interpessoais ou sociais causadoras de grande ansiedade, substituindo a relação com a fonte de ansiedade por uma estimulação interna, por uma fantasia (McWilliams, 1994). A retirada psíquica envolve um conjunto de mecanismos de defesa e um sistema de relações com objetos que permite o acesso do paciente a uma área que lhe confere sentimentos de tranquilidade e proteção, em que a realidade não tem de ser encarada, a fantasia e a

omnipotência regem este lugar (Steiner, 1993) (De Masi, 2015). Seguindo esta linha de pensamento, é possível considerar a fuga para o mundo virtual como defensiva, o sujeito retira-se para um espaço em que as fantasias podem surgir livremente, em que é possível permanecer escondido e do qual é possível sair gradualmente à semelhança do retiro psíquico (De Masi, 2015).

A necessidade de um sujeito se retirar quando existe uma subcarga emocional ou de estímulos é compreensível, a problemática emerge quando o recurso a este mecanismo é feito de forma repetitiva, excessiva e indiscriminada, criando consequentes obstáculos ao desenvolvimento (Steiner, 1993). Trata-se de uma defesa pouco evoluída, quando o sujeito recorre frequentemente a este mecanismo significa que exclui outras respostas a fontes de ansiedade e sofrimento e, conseqüentemente, é-lhe retirada a oportunidade de uma participação ativa na resolução de problemas interpessoais, o que significa uma maior prevalência de perturbações emocionais e relacionais (McWilliams, 1994). Uma vez que a retirada primitiva altera, progressivamente, o contacto emocional, o sujeito deixa de sinalizar o desconforto e a recorrência à retirada pode tornar-se patológica. Após estabelecido na infância este mecanismo de defesa pode significar episódios psicóticos na vida adulta (De Masi, 2015). Adicionalmente, a tranquilidade proporcionada pela retirada psíquica surge com isolamento e estagnação inerentes, características vividas muitas vezes com enorme angústia (Steiner, 1993).

O retiro pode funcionar como um modo de evitar o contacto com a realidade face a uma situação traumática ou causadora de altos níveis de ansiedade. A retirada psicológica não tem sempre a mesma profundidade, deve ser compreendida considerando componentes como o seu alcance, a duração e a perversão do retiro; a variação destes elementos irá influenciar o modo como, posteriormente, o sujeito se adequa à realidade, alguns indivíduos estão aptos a desenvolver e manter relações adequadas em algumas áreas da sua vida, permanecendo estagnados noutras (Steiner, 1993). No caso dos videojogos, enquanto alguns sujeitos conseguem recorrer à atividade de *gaming* temporariamente, mesmo que com o intuito de se abrigar sentimentos desagradáveis, outros recorrem à mesma como modo de gerir o seu estado mental com o intuito de retomar algum controlo sobre o estado desorganizado em que se encontram, o que significa a necessidade de compreensão de elementos como a profundidade e a perversão, exatamente como no caso do retiro (Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio, & Granieri, 2012).

O retiro trata-se de uma área da mente em que não existem confrontos com a realidade e sobre o qual as fantasias e o princípio da onipotência dominam. A visão que o sujeito tem do seu retiro é refletida nas descrições que faz das suas fantasias inconscientes como os sonhos, as memórias e até os elementos do quotidiano, manifestam a forma como o retiro é estabelecido mentalmente e de como é inconscientemente experienciado (Steiner, 1993). Podem estar presentes elementos tiranos e perversos como colégios internos ou gangues mafiosos ou tratar-se de uma organização idealizada e admirada como uma ilha deserta ou um forte, independentemente de idealizado ou persecutório o retiro é sempre sentido como a única alternativa (Steiner, 1993). Neste sentido, é possível considerar os próprios videogames como uma tradução gráfica daquele que é o retiro psíquico do sujeito.

Schimmenti e Carreti (2010) abordam o tema dos retiros psíquicos elaborando uma distinção particular. À semelhança das considerações anteriores, afirmam a utilização deste mecanismo de defesa como uma tentativa de alcance de alívio perante uma situação sentida como extremamente desorganizadora, concordando ainda com um recurso patológico a este mecanismo em casos de experiências traumáticas ou de negligência e com o risco de perda de contacto com a realidade devido ao recurso contínuo à retirada. No entanto, estes autores afirmam a possibilidade de uma utilização saudável deste mecanismo de defesa, permitindo alívio emocional através de uma fuga temporária, o que significa uma utilização não patológica do retiro e que pode acontecer ao serviço do Ego, como modo de preservação da energia pessoal, criatividade ou da relação com o objeto (Schimmenti & Carreti, 2010). Por sua vez, a realidade dos videogames é altamente contemplada uma vez que permite o processamento das frustrações da realidade, muitas vezes o meio de execução desta função é através da *internet*, modo que permite a projeção de prazer para o mundo virtual, considerado como um ambiente fechado, controlável e de experiência repetitivas (De Masi, 2015).

2.4 Posição esquizoparanoide e Posição depressiva

Melanie Klein (1975) descreve o processo de desenvolvimento recorrendo a duas posições elaboradas num *continuum*, a posição esquizoparanoide e a posição depressiva, cada uma com as suas particularidades, agrupamentos de defesa, padrões emocionais, estruturas mentais e formas de relação específicas com o objeto (Steiner, 1993). A noção da existência de um *continuum* entre as duas posições permite a consideração de que o sujeito ao longo da sua vida pode flutuar entre momentos de maior integração, associados à posição depressiva, e

momentos de desintegração e fragmentação associados à posição esquizoparanóide (Steiner, 1993).

Bion (1957) propõem a existência de uma relação de equilíbrio entre as duas posições, na sua obra Steiner (1993) elabora o retiro como uma terceira posição num diagrama de equilíbrio. Steiner (1993) justifica a consideração do retiro psíquico como uma terceira posição, no caso de uma organização patológica, com base na evidência de que também este é definido por um conjunto de ansiedades, uma estrutura defensiva e modo de relação com o objeto. Este modo de elaboração do retiro permite entender com clareza a forma como o sujeito pode flutuar entre as três dimensões: posição esquizoparanóide – retiro psíquico – posição depressiva, assim como o facto de ao emergir do retiro psíquico o sujeito poder ser confrontado com ansiedades tanto da posição esquizoparanóide como da posição depressiva (Steiner 1993).

Na visão kleiniana, o sujeito ao nascer vem equipado com um ego, embora desorganizado e imaturo, apto para experienciar ansiedade, destacar defesas e estabelecer relações objetais primárias, na fantasia e na realidade (Klein, 1975). Neste momento o ego encontra-se na posição esquizoparanóide. Esta posição é caracterizada por uma estrutura defensiva com base na desintegração, a diferenciação entre o *self* e o objeto ainda não foi estabelecida, o confronto com a realidade acontece no momento em que o bebé é alimentado, a ansiedade predominante é associada ao instinto de morte e sentimentos persecutórios. O estabelecimento de uma relação com o objeto ideal acontece e é o meio recorrido para suprimir parte das necessidades do instinto de preservação da vida (Seagal, 1973). O sujeito mantém o bom e o mau separados, a ideia de um único objeto com componentes positivas e negativas ainda não é considerada, tanto relativamente ao objeto como ao *self*, o que reflete a ausência de integração característica desta posição (Steiner, 1993).

Com o intuito de defletir as ansiedades associadas ao instinto de morte e persecutórias, o sujeito destaca uma estrutura defensiva que contempla mecanismos como a projeção, a introjeção, a divisão do ego, a idealização, a negação e a identificação projetiva. O recurso recorrente a estes elementos, nomeadamente à identificação projetiva, induz uma confusão entre o *self* e o objeto que se reflete em dificuldades na capacidade de simbolização e no desenvolvimento da formulação simbólica (Steiner, 1993). A formulação simbólica é um processo contínuo de união e integração que acompanha o ego e cujas funções se alteram em conformidade com as alterações no carácter do próprio ego e nas relações com o objeto, é um elemento essencial à comunicação, o início do seu desenvolvimento acontece justamente

durante a posição esquizoparanóide. Os símbolos são necessários tanto para a comunicação interna como externa, será com recurso a esta via que, futuramente, ao desenvolver as suas capacidades de simbolização, que o sujeito terá capacidade para integrar os desejos primários, as suas ansiedades e fantasias. Falhas na simbolização significam que os símbolos serão sentidos como concretos, o que contribuiu para falhas na comunicação, assim como, para um aumento na ansiedade e rigidez do pensamento, o sujeito não é capaz de recorrer à linguagem simbólica para estabelecer conexões emocionais e a consciência fica na iminência de ser invadida por um conjunto de estímulos excessivos e caóticos (Segal, 1957) (Steiner 1993) (De Masi, 2015). Quando as defesas anteriores falham e a respostas do meio não contribuem para a eliminação eficaz da ansiedade, o ego fragmenta-se, desintegra-se numa tentativa desesperada de proteção (Seagal, 1973).

A tendência para a separação e integração é um elemento natural que está presente desde o nascimento, com o avançar do desenvolvimento as oportunidades de experienciar estes momentos vão sendo progressivamente proporcionadas, conforme o processo de integração se torna mais estável o sujeito entra numa nova fase, a posição depressiva (Seagal, 1973).

A posição depressiva implica o reconhecimento do objeto como um total que inclui o bom e o mau, separado de si e uma relação mais evoluída com o mesmo (Seagal, 1973). Neste momento o sujeito faz face a um conjunto de impulsos ambivalentes que incluem situações em que o objeto é sentido como integrado e outras em que é sentido como danificado, a morrer ou como fonte prejudicial para o ego (Steiner, 1993). Dentro deste contexto a criança é confrontada com a emergência de sentimentos de culpa e perda que resultam na experiência de um conjunto de processos de luto e reparação, de perda e recuperação, em que o seu ego é enriquecido por objetos menos distorcidos que recria dentro de si próprio e que passam a fazer parte de si, a capacidade de simbolização desenvolve-se, assim como a capacidade reparadora do pensamento, o que é possível uma vez que abandona um registo de pensamento rígido (Steiner, 1993) (Seagal, 1973). Como consequência deste processo, o sujeito apercebe-se da distinção entre a sua fantasia, os seus impulsos, e a realidade externa (Seagal, 1973).

A relação objetal altera-se e são adquiridas competências para amar e respeitar o outro enquanto elemento separado de si e pelo qual sente preocupação, subsequentemente espera-se uma aprendizagem de controlo de impulsos e sentimentos de culpa (Seagal, 1973).

Complementarmente, na posição depressiva, o ego não é apenas confrontado com ansiedades depressivas, emergem ansiedades associadas com conflitos mais precoces que não foram possíveis de solucionar anteriormente devido ao pensamento concreto e à imaturidade do ego, mas que neste momento em que a formulação simbólica se desenvolveu e o ego está mais integrado, podem ser revistas e integradas. No entanto, a instabilidade inerente a esta conjuntura significa uma ameaça à estabilidade do ego que pode ser invadido pelas ansiedades anteriores ou, caso seja suficientemente forte, assiste-se ao seu enriquecimento e desenvolvimento (Segal, 1957).

Falhas neste momento do desenvolvimento podem resultar na manutenção de uma percepção de onipotência, na indiferenciação entre o *self* e o objeto, que conseqüentemente resulta numa relação de dependência em que o confronto com a separação é vivido com extrema intensidade fazendo com que o sujeito o impeça a qualquer custo, e no comprometimento da função simbólica, impedindo a comunicação interna e externa e a diferenciação entre a fantasia e o real (Segal, 1957).

Franco De Masi (2015) elabora uma aproximação entre a retirada psíquica e o mundo virtual, inclusive aborda esta relação como uma fuga defensiva que ocupa um lugar semelhante a um espaço transacional. No entanto, torna-se importante considerar que área transacional é um espaço em que a ilusão assume um papel primário num momento em que a criança ainda não desenvolveu a capacidade de criar símbolos. Por sua vez, a retirada psíquica, assim como os videogames, encontram-se repletos de experiências sensoriais, sem potencial de desenvolvimento, o que significa que a experiência de simbolização associada é eliminada e assiste-se ao comprometimento desta função, com um enorme potencial prejudicial, como anteriormente elaborado (De Masi, 2015).

2.5 Organização patológica

A organização dos mecanismos de defesa é moldada durante a infância e a adolescência refletindo-se no modo como o sujeito lida com a ansiedade, tanto de origem externa como interna (Finzi-Dottan & Karu, 2006). Durante este período, assiste-se ao desenvolvimento de um sistema de sinalização e resposta à ansiedade, focado numa resolução económica e que elimine o efeito ansiogénico do estímulo. O tipo de resposta destacado pode variar entre recorrer a mecanismos de defesa, a uma alteração no ambiente com o objetivo de evitar o estímulo ou através de uma resolução eficaz do problema. Ao recorrer exclusivamente a defesas ou a comportamentos de evitamento, o sujeito pode separar-se da experiência de ansiedade sem

encontrar uma solução adequada, tratando-se de um comportamento defensivo associado a processos patológicos. Simultaneamente, caso a resposta do ego não seja eficaz, mesmo que desadequada, a experiência da ansiedade torna-se cada vez mais intensa (Engel, 1962).

A utilização de defesas imaturas está associada a dificuldades adaptativas e ajuste à realidade, podendo significar a presença de sintomas psicopatológicos (Segal, 1957). Determinadas organizações recorrem a defesas imaturas como meio de distorção da realidade, contribuindo para o estabelecimento do sujeito num mundo de fantasia dentro da sua própria mente de modo a evitar determinados confrontos e a tornar a realidade mais agradável (Bowins, 2004). Steiner (1993) fala de organização patológica, utiliza esta expressão para se referir ao processo através do qual é destacado um sistema defensivo que permite a elaboração de um retiro psíquico e para referir a fantasia personalizada concreta da organização da mente criada por objetos e partes de objeto em relação uns com os outros, o retiro (Armstrong, 2004). Segal (1973) enfatizou o modo como este tipo de organizações são dependentes de uma estrutura rígida e, por isso, se encontram associadas a uma ansiedade constante e desesperante, consequente da antecipação de uma falha que leve o sistema defensivo a colapsar.

Um estudo de Schimmenti et. al (2012) sugere que, por vezes, a utilização excessiva do mundo virtual pode ser compreendida como um processo dissociativo, em que este envolvimento excessivo está associado a um desapego da realidade em que o sujeito é absorvido por uma realidade alternativa. Sendo que este modo de ação pode ser compreendido como uma estratégia defensiva que pretende excluir memórias ou estados mentais insuportáveis. É possível estabelecer associações entre este movimento e a retirada primitiva uma vez que em ambos os casos o sujeito opta por cortar o contacto com a realidade e resguardar-se dentro de um universo no qual impede a entrada de elementos desorganizadores, em ambos os casos a solução é desadequada, desadaptativa e temporária.

Em casos extremos, o retiro pode assumir uma tonalidade delirante, isto acontece quando a organização estabelecida assume um cariz psicótico (Steiner, 1993). Perante este tipo de organização assiste-se a um contacto significativamente menor com a realidade exterior e a um mundo interno extremamente desorganizado e desesperante (McWilliams, 1994). Bion (1957) sugere que a organização psicótica, na tentativa de se libertar das experiências de raiva e medo da realidade, ataca a percepção do ego, a parte da mente focada na percepção da realidade, estes ataques levam à fragmentação tanto do ego como do objeto. As partes do objeto que contêm os elementos projetados do ego criam objetos bizarros, o que, por sua vez, leva a um

ambiente persecutório e aterrorizador, terror sem nome (Bion, 1957). A necessidade do indivíduo de se libertar da organização psicótica levam-no a criar uma ilusão onipotente de modo a restaurar o equilíbrio e a diminuir a ansiedade. Existe um sentimento de verdadeira integração e segurança que se mantém inatingível, o retiro psíquico apenas permite uma estabilidade até ao momento em que a organização psicótica é desafiada (Steiner, 1993).

As passagens anteriores introduzem a importância de elementos como a diferenciação entre o Eu e o objeto, do estabelecimento de linhas de comunicação internas e externas, da capacidade de integração dos desejos primários, das fantasias e ansiedades e da diferenciação entre o real e o imaginário, a formulação simbólica assume um carácter de elevada importância para a conquista das componentes anteriores (Segal, 1957). Consequentemente, o modo de formulação e utilização dos símbolos são um reflexo preciso do estado de desenvolvimento do ego e do seu modo de relação com o objeto (Segal, 1957).

Perante a sequência de ideias presentes neste subcapítulo é iminente o impacto da necessidade dos componentes adquiridos nas posições esquizoparanóide e depressiva para o desenvolvimento de linhas de comunicação que permitam uma experiência fiel da realidade e uma resposta adequada nos momentos de confronto com as ansiedades a ela inerente. Em caso de falhas no desenvolvimento ou respostas consecutivas desadequadas, assiste-se ao estabelecimento de uma organização condicionante para o sujeito, que embora aparentemente eficaz revela-se prejudicial, intensificadora do sofrimento, podendo obter um cariz patológico. Um desenvolvimento normal incluiu todas as etapas, é natural o sujeito ter passagens de menor e maior integração (Segal, 1973).

2.6 Retiro psíquico e realidade

O processo de sair do retiro psíquico e contactar novamente com a realidade é complexo. A saída do retiro psíquico implica uma enorme instabilidade o que significa uma ameaça ao ego, o sujeito é invadido por sentimentos de constrangimento, vergonha, humilhação e é forçado a confrontar-se com diferentes fontes de ansiedade e sofrimento que anteriormente procurou evitar (Steiner, 2011) (Segal, 1957).

O confronto com a realidade implica uma visão mais realista do objeto, os elementos que o sujeito anteriormente rejeitou, mas que são integrantes do objeto, tornam-se inegáveis, o que significa a obrigação do mesmo lidar com sentimentos como inveja, ciúme, frustração, zanga, culpa e remorso. Outra possibilidade é, no caso de existir uma idealização do Eu, de

cariz narcísico, que a saída do retiro signifique o colapso desta visão e conseqüentemente, o orgulho narcísico dá lugar a sentimentos de embaraço, vergonha e humilhação. Perante esta conjuntura os motivos pelos quais o sujeito tende a adiar o retorno à realidade, assim como o facto de estadias mais prolongadas no retiro resultam em emersões pouco regulares e cada vez mais esporádicas (Steiner, 2011). Qualquer uma das hipóteses anteriores significa que o indivíduo pode ser colocado num estado persecutório no qual a separação patológica e a paranoia predominam, ou tentar regredir para a proteção da organização patológica, em ambos os casos existe um bloqueio no progresso em direção à posição depressiva. A necessidade de se libertar dos sentimentos de embaraço, vergonha e humilhação exerce uma enorme pressão sobre o sujeito, é causadora de grande ansiedade e exige um alívio imediato que implica o regresso ao retiro. O observador é assumido como o causador de todo este sofrimento (Steiner, 2011).

Partindo da consideração dos videojogos como um retiro, o mesmo efeito torna-se visível. Em ambos os casos, a vivência sensorial danifica a vivência simbólica da experiência distanciando o sujeito da realidade. Conseqüentemente, o sujeito perde, progressivamente, o contacto com a realidade física e deixa de se perceber como um elemento conectado com os outros (De Masi, 2015). Adicionalmente, a barreira defensiva que fornece a proteção face aos elementos causadores de sofrimento é mantida, fazendo com que o sujeito procure emergir cada vez menos, adiando o contacto com a realidade por períodos cada vez mais prolongados (Steiner, 2011).

Um desequilíbrio na triangulação posição esquizoparanóide – retiro – posição depressiva, pode significar um estabelecimento do sujeito no retiro emergindo raramente. O sujeito fica acostumado ou viciado no que o retiro lhe dá adquirindo um sentimento de gratificação perverso (Steiner, 1993). O retorno à realidade é muitas vezes prejudicado pelas defesas, que mesmo quando já não sendo necessárias, continuam a ser destacadas. O receio do sujeito de perder a sua proteção, ser exposto à incerteza e ser forçado a encontrar alternativas para processar a ansiedade e a dor é de tal ordem que exigem uma resposta urgente. Neste seguimento, torna-se importante ressaltar que, quando as defesas estão organizadas e coordenadas dentro de uma estrutura específica, existe um acréscimo na dificuldade do sujeito de se libertar deste modo de funcionamento (Steiner, 2011).

Muitas vezes, mesmo após um longo e complexo processo, o retiro mantém-se parte da personalidade do paciente, ao qual o mesmo pode recorrer quando a realidade se torna insuportável, deixando de ser reconhecido como algo ocasional e deixa de ser idealizado (Steiner, 1993).

Método

Participantes

Considerando os objetivos do presente estudo, procedeu-se à procura de um voluntário que considerasse que, atualmente ou num determinado período da sua vida, o tempo despendido em atividades de videojogos correspondesse ou fosse superior a 4 horas diárias e de idade superior a 14 anos.

De modo a chegar até este sujeito foram colocados 2 anúncios *online*, um direcionado ao próprio, o outro direcionado a terceiros que considerassem que tinham contacto com um sujeito que cumprisse estes critérios (anexo A e anexo B).

A amostra incluiu 1 sujeito do sexo masculino, com 23 anos, relativamente à escolaridade, detém o grau de Mestre, encontrando-se atualmente inserido no contexto laboral.

Procedimento de recolha de dados

Os dados do presente estudo foram recolhidos por meio de 6 entrevistas narrativas, elaboradas via zoom ao longo de 1 mês, a primeira entrevista aconteceu a 11 de Maio de 2022 e a última entrevista a 7 de Junho de 2022, todas as entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas.

O primeiro contacto que antecedeu o início das entrevistas tratou-se de uma reunião na qual foi explicado ao participante o objetivo do estudo, do processo e respetivos procedimentos, adicionalmente foram esclarecidas dúvidas e foi entregue o consentimento informado (anexo C). Durante todo o processo foram asseguradas questões como o anonimato e a garantia que não existiriam penalizações em caso de desistência. É possível distinguir as 6 entrevistas em 3 trechos, uma primeira etapa – 3 primeiras entrevistas – em que o foco se manteve, essencialmente, na relação do sujeito com os videojogos, uma segunda etapa – 4^a e 5^a entrevista – em que existiu uma elaboração da história pessoal, e, por fim, uma última etapa – 6^a entrevista – em que foram estabelecidas diferentes relações com base nos dados recolhidos nos contactos anteriores e foi elaborado o encerramento do processo.

Instrumento

O presente estudo, como anteriormente referido, tem como objetivo compreender se o mundo virtual pode ser experienciado como um retiro psíquico, para este efeito é necessário entender o modo individual como o sujeito experiencia este universo. Consequentemente, é

necessário compreender com maior detalhe possível o modo de funcionamento do indivíduo, intenção que foi materializada por meio de um conjunto de 6 entrevistas narrativas.

Autores como Dan McAdams e Jefferson Singer têm vindo a trabalhar no sentido de desenvolver estudos com base na noção de que a narrativa do sujeito é a base da sua personalidade e da identidade. Os sujeitos recorrem à sua história e às suas experiências como meio de atribuir significados e construir a sua realidade (Josselson, 2011). Com base nesta permissão, a entrevista narrativa permite um espaço para que o sujeito elabore a sua vivência do mundo virtual, a forma como o experiencia, como este se insere na sua vida, o que representa para si, quais as suas implicações, entre outros elementos, dentro do contexto das sua experiência individual. Esta abordagem significa um foco nas *nuances* e particularidades da narrativa de um sujeito para que mais tarde seja possível ampliar o conhecimento através do estabelecimento de associações com outros indivíduos, compreendendo padrões mais gerais sem perder o contexto em que estão inseridos.

A entrevista narrativa pode ser caracterizada como uma conversa aberta e flexível sobre a vida do sujeito ou com foco num determinado episódio, permitindo o estabelecimento de diversas ligações, mantendo por base as vivências e experiências do próprio (Murray, 2003).

Procedimento de análise dos dados

Em conformidade com o indicado anteriormente, as 6 entrevistas realizadas foram posteriormente transcritas, na totalidade e mantendo o maior nível de fiabilidade do discurso possível. Uma vez concluída a etapa anterior, os dados foram transferidos na sua íntegra para o programa *MAXQDA Analytic Pro 2022 (release 22.2.1)*, posto isto, foi dado início ao processo da análise temática.

Neste seguimento, após um contacto prolongado com o material, procedeu-se à distinção dos principais temas, que por sua vez foram categorizados e, quando justificado, subcategorizados, de modo a codificar e organizar os segmentos do discurso relevantes, com base na análise conteúdo.

Resultados

Síntese das entrevistas

Um dos elementos diferenciadores desta tese surge associado ao modo de recolha e análise de dados, procurando realçar e abordar as particularidades e *nuances* inerentes à experiência do sujeito. Como descrito anteriormente, a fonte de recolha de dados foi um participante único que partilhou a sua experiência enquanto *gamer* e parte da sua história pessoal, ao longo de 6 entrevistas. De modo a criar uma visão geral dos temas abordados, segue-se uma síntese dos dados obtidos.

A introdução do sujeito aos videojogos aconteceu por meio de consolas portáteis, no início da primária. Mais tarde, no segundo ciclo, começou a consumir jogos de Playstation, jogando maioritariamente PES. Já no secundário passou a participar exclusivamente em jogos *online*, no computador, tendo-se dedicado em exclusivo ao jogo *League of Legends* até à sua fase final de jogo. Durante estas passagens existiram *nuances* no controlo parental, do tempo passado nesta atividade, tendo-se verificado um aumento do tempo despendido diretamente proporcional à diminuição do controlo.

Ao longo das entrevistas foram destacados dois momentos em que o consumo de videojogos assumiu particular expressão, durante o Erasmus e na fase da tese. Apesar de com um resultado em comum, o sujeito estabelece atribuições diferentes. Relativamente ao Erasmus, são atribuídos elementos como “demasiada oportunidade” e a “net melhorou bastante, e no jogo isso faz bue diferença”. Afirma ter-se tratado de um período tranquilo na sua vida, sem episódios de grande pressão ou stress, em que a sua rotina contemplava, essencialmente, jogar durante o dia e sair à noite. Durante este período, apesar de mencionar algumas amigas, considera tratarem-se de relações por conveniência e não de laços fortes, adicionalmente, apesar de partilhar casa com duas jovens portuguesas que já conhecia anteriormente, considera que os interesses e objetivos eram diferentes, o que se traduziu numa relação distante. Posteriormente, em relação ao período da tese, este é retratado como a “pior fase” que o sujeito consegue identificar na sua vida. Considera que aspetos como o isolamento inerentes à tarefa e consequentes da situação pandémica que se vivia na altura, como agravantes do momento. Este período é descrito como uma fase de enorme angústia e marca o período em que os videojogos são reconhecidos como um ponto de alívio.

Relativamente à história familiar do sujeito, os pais divorciaram-se quando tinha cerca de 1 ano. Afirma ter sido uma realidade com a qual convive desde sempre e que nunca foi problemática, os pais sempre se deram bem e procuraram estar envolvidos no seu crescimento. Viveu sempre com a mãe e com a irmã em Lisboa, o pai, em Setúbal, estava com eles todos os fins-de-semana e em períodos mais longos durante as férias. Em termos das restantes relações familiares considera a inexistência de qualquer tipo de problemáticas associadas.

O sujeito encontra-se atualmente num período de transição, marcado pelo início da sua carreira profissional e o seu envolvimento num relacionamento amoroso sério, fatores manifestados como principais precipitantes do fim de vários anos com padrões de participação em videojogos excessivos.

Análise descritiva

Uma vez elaborada, a análise de conteúdo traduziu-se em 347 unidades de registo, que se subdividem em 3 temas, em 11 categorias e 23 subcategorias, ilustrado através da Tabela 1. No anexo D, encontra-se uma tabela com exemplos de passagens de cada categoria e subcategoria, de modo a tonar mais evidente as particularidades de cada ponto.

O tema com maior número de unidades de registo é o dos Videojogos (144), incluiu 6 categorias – *História de Jogo* (24); *Controlo Parental* (13); *Modo de Jogo* (42); *Motivações para Jogar* (16); *Emoções e Reações ao Jogo* (32); *Personagens* (17) – associadas ao modo como o sujeito foi introduzido e experienciou o universo virtual. Dentro das categorias anteriormente mencionadas, as categorias, *Modo de Jogo* e *Emoções e Reações ao Jogo*, assumem particular expressão, sendo responsáveis por um total de 148 unidades de registo.

O tema *Eu* surge em seguida com um total de 130 unidades de registo, agrupa 2 categorias – *Vivência do Eu* (74); *Eu Social* (56) – onde estão contemplados elementos como características do sujeito e questões sociais, como a vivências social e o isolamento nos videojogos.

Por fim, o terceiro tema a mencionar é a *História Pessoal* (125), onde estão inseridas 3 categorias – *Percurso Académico* (20); *Fases de Jogo Mais Intensas* (61); *Família* (44) – neste espaço estão contemplados elementos como o comportamento do sujeito ao longo de seu

percurso escolar, relação familiares com o pai, a mãe e a irmã, e, torna-se importante destacar, duas subcategorias, Erasmus (25) e Tese (36) que traduzem os momentos em que o sujeito mais teve envolvido no mundo virtual.

Tabela 3. Análise temática - frequência absoluta e frequência relativa

Tema	N	%	Categoria	N	%	Subcategoria	N	%
Eu	130	31%	Vivência do Eu	74	57%	Características do Eu	30	41%
						Indicadores de Insegurança	38	51%
						Mudança	6	8%
			Eu Social	56	43%	Vivência Social	28	50%
						Isolamento no jogo	28	50%
História Pessoal	136	32%	Percurso Académico	20	15%			
						Fases de Jogo Mais Intensas	61	45%
			Tese	36	59%			
			Família	55	40%			
						Relação Maternal	13	30%
						Relação Paternal	13	30%
			Videojogos	156	37%	História de Jogo	25	16%

			Fase Intermédia	9	36%		
			Fase Final	9	36%		
		Controlo Parental	14	9%	Sem Restrições Parentais	5	36%
					Com Restrições Parentais	9	64%
		Modo de Jogo	46	29%	Vivência do Jogo	20	43%
					Objetivos no Jogo	18	39%
					Rotina de Jogo	8	17%
		Motivações para Jogar	16	10%	Elementos Práticos	9	56%
					Elementos Emocionais	7	44%
		Emoções e Reações no Jogo	35	22%	Emoções de Origem Interna	11	31%
					Emoções de Origem Externa	6	17%
					Ação/Reação	18	51%
		Personagens	20	13%		100%	

Análise dos objetivos e hipótese exploratória

Após uma análise da narrativa, a sua categorização e organização, procurou-se compreender de que modo os dados recolhidos se relacionavam com o objetivo de estudo e, ao existir uma associação entre a retirada psíquica e os videojogos, de que modo se refletia na experiência do sujeito.

Seguindo a linha estabelecida no enquadramento teórico, é possível destacar na narrativa do sujeito um conjunto de elementos considerados de risco para o desenvolvimento

de padrões comportamentais de *gaming* excessivo. Elementos como o género masculino, a idade de introdução aos videojogos, 6/7 anos, a sua fase de maior dependência ter coincidido com a adolescência, constituem indicadores de risco. Denotar ainda que a sua introdução aos videojogos aconteceu na sequência de dificuldades relacionais na escola, questão que o sujeito afirma não se recordar, apenas reproduz o que lhe foi transmitido pela mãe. Numa fase inicial joga algumas horas depois da escola, até despender mais de 4 horas diárias nesta atividade em dias de semana e mais do dobro aos fins-de-semana.

Um outro ponto pertinente de abordar surge associada à separação dos pais, que aconteceu numa fase inicial do desenvolvimento, acontecimento que apesar do sujeito não encarar como problemático, se traduziu em diferenças consideráveis no tipo de relação que estabeleceu com a mãe e com o pai, muito associadas ao tempo que convivia com cada um.

Por fim, mencionar as marcas de insegurança, ponto transversal a todas as entrevistas, que se manifesta, maioritariamente, numa necessidade de satisfazer o outro, agindo em conformidade com a sua expectativa, posteriormente, o modo de jogo do sujeito acaba por ser uma tradução desta questão. O objetivo principal do sujeito no jogo é a elaboração de uma jogada elegante “por segmento” que seja merecedora da aprovação e valorização do outro. Em complemento, tanto na sua vida académica como no jogo, por exemplo, o sujeito procura manter-se num patamar médio, que envolva um esforço controlado, de modo a que, em caso de falha, o confronto com a desilusão não seja demasiado doloroso. Esta última observação está presente tanto quando fala da faculdade, como na narrativa do jogo, traduzindo-se em contradições, nomeadamente a nível da questão da competitividade, elemento cuja importância atribuída oscila constantemente.

Os pontos estabelecidos anteriormente constituem elementos de ricos para o desenvolvimento de uma utilização excessiva de videojogos, no entanto, como mencionado anteriormente, o objetivo deste estudo prende-se com uma compreensão mais profunda do significado desta atividade para o sujeito e com a possível associação da mesma a um mecanismo de defesa, no caso a retirada primitiva. Ao longo da narrativa o sujeito revela evidências de utilização dos videojogos como um retiro psíquico. A afirmação anterior pode ser sustentada através de diferentes abordagens.

O modo como o sujeito elabora a experiência emocional nos videogames evidencia a distinção entre a vivência emocional no mundo virtual e a vivência emocional no mundo real, o que se traduz numa quebra da continuidade entre os dois planos, e sustenta a premissa de deslocação para um espaço protegido de confrontos emocionais que procuram ser evitados – “dentro do jogo em si, não penso mesmo, mesmo, mesmo, em nada, não há sentimentos”; “quando estou a jogar não existe mais nada, mas nem sequer existe vida”; “as emoções parecem bue no jogo, são um bocado exteriores a si, parece que não é vida real”.

Em corroboração com a ideia estabelecida anteriormente, em diversos momentos da narrativa o videogame é relatado como um meio de abstração – “até posso dizer que usava o jogo para me abstrair, não nos momentos bons ou maus, algo transversal”; “se eu tivesse a jogar não pensava em nada” – chegando mesmo a ser classificado como um meio de distanciamento – “ou se calhar até usava o jogo como distanciamento”. O segmento apresentado anteriormente surge no desenvolvimento da narrativa sobre o momento que o sujeito considera como o pior da sua vida, a fase de realização da tese. Neste período o mundo virtual assumiu particular expressão e importância na vida do sujeito, considerado como um ponto de alívio, durante a elaboração deste tema o estabelecimento do videogame enquanto um retiro assume particular expressão – “quando eu jogava e estava a precisar de dormir, e estava a pensar demasiado nas coisas, tipo o coração bue acelerado, está-se a pensar em tudo o que se tem a fazer e não sei quê, eu pensava no jogo e acalmava-me imenso, e acabava por adormecer bastante, mas bastante mais rápido e funcionava sempre, sempre, sempre, sempre”; “ao pensar no jogo também me estava a distanciar dessas coisas que tinha para fazer e a preocupação acabava por ser controlada”; “se eu não tivesse a jogar era bue tipo “ah tenho isto para fazer, tenho isto para fazer, tenho estas tretas todas”. Adicionalmente, torna-se pertinente considerar o facto de que nos dois momentos da vida do sujeito em que este foi confrontado com situações que o retiraram, de algum modo dos seus elementos de conforto, o Erasmus e a tese, foram aqueles que a dependência dos videogames assumiu maior expressão.

Segmentos como “é uma realidade ou uma realidade diferente”, reenviam para a possibilidade da exploração de diferentes versões e domínios do eu, outrora contidos, em que a soberania do instinto permite a exploração de fantasias primitivas e a libertação de pulsões primárias – “nem se pensa é uma coisa tão instintiva”; “então pronto, como me torno animal, parece que não há tanto sentimento”. A necessidade considerada de um espaço que satisfaça

um sentimento de liberdade absoluta pode ser considerada como uma possível explicação para o isolamento no jogo.

Desde cedo que o sujeito estabeleceu o jogo como uma atividade solitária, apesar de, dentro do jogo, integrar equipas e partilhar esse mundo com outros indivíduos, existiu sempre uma conservação da separação entre os relacionamentos no mundo real e os relacionamentos no mundo virtual. Esta tendência foi contrariada quando dois amigos começaram a jogar com o sujeito, o que pode ser entendido como um contributo para renúncia dos videojogos. A cisão entre o mundo real e o mundo virtual foi ameaçada com o cruzamento de objetos nos dois planos, o que pode ter significado o movimento de recusa do sujeito, o seu retiro foi invadido por elementos do círculo real o que significou um afastamento da sua idealização do retiro e, conseqüentemente, um abandono dos videojogos – “lá está, deixou de ser completamente aquela questão de abstração para tipo, mais um contexto de diversão, mas isso eu, se calhar, já tinha noutras coisas, está a ver? Tipo eu não precisava disso ali”.

Um outro ponto a considerar relaciona-se com a noção de que, ao participar em videojogos, o sujeito não procura desenvolver amizades, mas assume sempre a opção de se manter inserido numa equipa, o que pode ser entendido como uma manifestação da necessidade do sujeito de se manter inserido num grupo, o que, por sua vez, se pode constituir como uma tradução das inseguranças do sujeito, da sua necessidade de pertença e de agradar o outro.

Ao ser questionado diretamente sobre os elementos que contribuíram para a quebra do padrão de consumo excessivo de videojogos, para além dos amigos – “Já não era bem a mesma coisa.” – o sujeito identifica, como principal motivo, o estabelecimento de uma relação amorosa séria, o que pode sublinhar a utilização dos videojogos como modo de suprir necessidade emocionais incorrespondidas – “mas agora, lá está, não consigo dizer, é o contrário de me abstrair, neste momento estando com ela, eu agora se calhar deixei de precisar disso”; (ausência de namorada como motivo de jogo) “aprovo a mensagem, valido a teoria, acho que está válido, eu acho que foi um bocadinho isso. Isso já tinha pensado ativamente, sim, mas à posteriori, na altura não conseguia perceber que era isso, ou que isso me estava a faltar” – o que pode contribuir para a consideração da elaboração do retiro como um espaço transacional.

A manutenção do sujeito durante tantos anos no mesmo jogo, mesmo com os seus aspetos negativos e com o elevado nível de toxicidade da comunidade, quando questionado pelas motivações que o levaram a manter-se tanto tempo num único jogo e neste em particular, o sujeito hesitou, inicialmente questionou-se a si próprio, tendo afirmado em seguida ter-se tratado do modo como o jogo evoluiu. No entanto, a permanência do sujeito neste único jogo, mesmo com tentativas de alterar, pode significar tratar-se da projeção do seu retiro.

Por fim, elaborar um último ponto em referência às personagens no jogo. A literatura reenvia para possíveis associações entre o sujeito e as suas opções de personagens. No presente caso o participante rejeita o estabelecimento de qualquer relação entre si e a sua opção de avatar, para além das suas vantagens no jogo. Posto isto, afirma ser da opinião que o jogo está estruturado para que o jogador se identifique com as personagens – “eu acho que o jogo é um bocado feito para nos identificarmos com as personagens” – concomitantemente, este torna-se um ponto de contradição no seu discurso. A noção de qualquer tipo de identificação ou uma motivação mais elaborada para a opção de determinada personagem foi fortemente recusada, o que não significa que esteja ausente – “eu não vou tanto para uma questão de personalidade”; “na minha opinião não existe uma razão de identificação com a personagem, não existe”; “não é tanto uma questão de personalidade mas uma questão de estilo” – existe inúmeros momentos de contradição – “ou então se calhar ya é por me identificar já e não tanto por uma questão querer”; “eu vou para uma questão de personalidade”.

A personagem com que o sujeito mais jogou foi o Monge, o motivo atribuído foi coincidir com uma das fases de jogo mais intensas, o Erasmus, no entanto existe uma sobreposição de características atribuídas a este avatar e elementos que o sujeito utiliza para se caracterizar ao longo da sua narrativa – “era aquele estereótipo de asiático e era aquele estereótipo da pessoa calma, da pessoa controlada, da pessoa correta”; “ se calhar pah, se seu me definir sou uma pessoa um bocado mais para o ponderada”; “eu adoro cultura asiática, portanto imagina também pode ser um bocado isso”; “ as personagens que joguei mais eram todas asiáticas”. As contradições presentes associadas à fase da vida em que o sujeito mais consumiu videojogos – adolescência e passagem para jovem adulto – e às mudanças comportamentais que aconteceram na fase final de jogo redirecionam para questões associadas à angústia da identidade.

Discussão

O presente estudo teve como principal objetivo elaborar a possibilidade dos videogames se estabelecerem como uma fuga defensiva, constituindo-se como uma materialização do retiro psíquico e simulando uma retirada primitiva, numa experiência partilhada dentro do jogo. Para este efeito, a abordagem assumida foi a qualitativa, através de um conjunto de entrevistas analisadas tematicamente, indo de encontro à necessidade elaborada por Kardefelt-Winther et al. (2017) de expandir a evidência desta temática por meio de material qualitativo que permitisse aprofundar, verdadeiramente, esta questão. Além disso, os autores defendem ainda que só posteriormente fará sentido uma elaboração psicométrica.

Anteriormente, o retiro foi estabelecido como um espaço dominado pela imaginação, por um conjunto de ideias e noções que desafiam a coerência com a realidade, com uma forte componente sensorial. Tendo sido ainda clarificada e estabelecida a importância da consideração de elementos como a profundidade, o tempo de emergência e a perversidade do retiro, de modo a avaliar o contacto que o sujeito mantém com a realidade e, consequentemente, a severidade da utilização deste mecanismo de defesa (Steiner, 1993). Tendo sido também explorada a visão compreensiva de Schimmenti e Carreti (2010) que elabora a utilização adaptativa deste mecanismo de defesa, considerando que pode contribuir para uma gestão positiva de recursos, não está mais coincidente com as evidências expostas no presente estudo.

Toronto (2009) estabeleceu o mundo virtual como um meio de obter recompensas e preencher as pulsões do sujeito, Rosegrant (2012) fala de um lugar em que a realidade e a ilusão podem coexistir. A linha de pensamento de autores como Caner e Evgin (2021), Koo e Kwon (2014), Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio e Granieri (2012), atribuiu aos videogames o valor de um espaço ao qual o sujeito pode recorrer na tentativa de gestão de angústias, sofrimento e ansiedades. De Masi (2015) afirma o potencial de os jogos *online* se estabelecerem como um espaço de resposta às necessidades psicológicas incorrespondidas do sujeito, devido à possibilidade deste se estabelecer numa nova identidade, num novo estado, num espaço imaginário. Adicionalmente, o mundo virtual é enriquecido por um conjunto de estímulos sensoriais de elevada intensidade que, após uma exposição prolongada, podem significar dificuldade na interpretação e elaboração de estímulos externos, uma vez que se pode assistir a um comprometimento da vivência simbólica da experiência que, por sua vez, se pode traduzir

num distânciamento progressivo da realidade física (Smirni, Garufo, Di Falco, & Lavanco, 2021) (De Masi, 2015). A junção das componentes anteriores estabelece a elaboração teórica para a consideração da possibilidade dos videogames se constituírem como retiros e para que a sua utilização seja o reflexo de uma fuga defensiva que traduz uma retirada primitiva. Os resultados apresentados neste projeto refletem esta mesma associação no presente case, evidenciando a possibilidade de replicação desta hipótese para outros *gamers*.

A associação entre os períodos em que o sujeito mais jogou, as necessidades que os videogames supriam, a manutenção exclusiva num único jogo, o modo como o presente sujeito diferencia a sua vivência emocional no mundo virtual e no mundo real, que retrata a necessidade de quebra na continuidade entre os dois planos, associada ao modo como deixou de jogar, torna clara a tentativa de manutenção e preservação dos videogames enquanto um espaço de liberdade absoluta, de abstração e exploração de diferentes versões de si, protegido das forças externas e de confrontos com os quais não está apto para lidar, sustentando a hipótese considerada.

Ao longo da narrativa, o sujeito manifesta sempre a existência de pontos sólidos de contacto com a realidade que se traduzem numa capacidade de emergência regular e consolidada do retiro. Concomitantemente, o sujeito revela ser detentor das competências necessárias para o confronto inerente à emergência do retiro, tendo capacidade para lidar com a incerteza e procurar alternativas para processar a ansiedade e a dor. A realidade apresentada retrata a utilização dos videogames como um retiro ao qual o sujeito recorre como meio de organização, um espaço em que encontra a proteção necessária para se libertar das fontes de angústia e ansiedade, de modo a reunir a capacidade de se confrontar com o elemento que despoletou a fuga, assumindo as características de um mecanismo de defesa temporário. Embora mantendo as características essenciais de uma fuga defensiva através da retirada primitiva, o contacto com a realidade nunca é suficientemente danificado para que exista uma distorção profunda. Neste sentido, apesar de existirem momentos de absorção e desconexão com a realidade, após a emergência do retiro, não há elementos negados e o contacto com a realidade é restabelecido.

É de considerar, ainda, a possibilidade de elaboração de um Eu idealizado que passa a ser atingível quando estabelecido no mundo virtual. No presente caso é possível considerar um Eu idealizado que se manifesta através das personagens e na forma como o sujeito opta por

evidenciá-las. O Eu real, no qual as inseguranças se destacam, escolhe personagens pouco expressivas, procurando assumir um papel resguardado, sendo que a manifestação do Eu idealizado se traduz posteriormente na procura por uma jogada que sobressai e que o outro elogie, tornando o mundo virtual num espaço em que o sujeito teve oportunidade de explorar uma visão de si mais segura, que seja notada pelo outro. Esta acaba por se refletir na sua vida, quando este passa de uma tentativa de camuflagem constante para se tornar uma figura, progressivamente, mais notória. Processo este, que se refletiu no seu modo de relacionamento, nomeadamente no estabelecimento de uma relação amorosa séria. A abordagem anterior sustenta a hipótese do videogame enquanto um retiro adaptativo, uma vez torna o videogame num espaço exploratório, no qual o sujeito se organiza, de modo a que, após a emergência do retiro, confronte a realidade com uma nova abordagem. Adicionalmente, esta questão associada a uma fase de elevado consumo de videogames no período de adolescência/jovem adulto, evidencia componentes possíveis de considerar enquanto angústia de identidade.

O presente caso trata-se de um relato de um sujeito que atualmente reduziu significativamente o consumo de videogames para níveis quase nulos, o que pode apresentar com vantagens e desvantagens. Os aspetos possíveis de considerar como vantajoso incluem a oportunidade de considerar os elementos que precipitaram este término, conseqüentemente é possível destacar o ultrapassar daquele que o sujeito considera como o pior período da sua vida, o facto da cisão entre o plano virtual e o plano real ter sido interrompida pela partilha do videogame com dois amigos e pelo desenvolvimento de uma relação amorosa séria. As primeiras duas reenviam para a utilização dos videogames como um espaço de abstração e de liberdade absoluta afastado da componente real e esta última contribuiu para a consideração dos videogames como meio de suprir necessidades psicológicas de outra forma incorrespondidas.

Os dados desta investigação permitem a consideração da possibilidade dos videogames se constituírem enquanto uma elaboração do retiro, proporcionando um espaço a que o sujeito recorre no seguimento de uma fuga defensiva, através da mobilização do mecanismo de defesa retirada primitiva. Contudo, esta hipótese surge sob a consideração de uma manifestação de valor adaptativo, com um potencial patológico que pode significar a negação total ou parcial da realidade indefinidamente, mas que também pode ser enquadrada num contexto em que a utilização deste mecanismo não compromete a ligação do sujeito com a realidade.

Limitações e estudos futuros

O potencial de evolução e desenvolvimento desta investigação é elevado, trata-se de uma abordagem pouco explorada que pode ter inúmeras aplicações e que pode seguir um sem número de direções, como tudo torna-se importante estabelecer as suas limitações e possibilidades de estudos futuros.

Relativamente às limitações, primeiramente identificar a questão do número de participantes. A amostra cingir-se a um único participante, embora tendo permitido um maior aprofundamento, provoca a emersão da questão da fiabilidade das considerações, da real expressão da problemática e de que modo afeta e é elaborada numa maior escala. Adicionalmente, tratando-se da consideração exclusiva na narrativa do sujeito assume um valor de elevada subjetividade. A questão da subjetividade transcende a narrativa do sujeito alcançando a análise, isto é o facto de tratar-se de um estudo realizado apenas por uma pessoa significa uma única voz na recolha e análise de dados, o que pode traduzir-se em enviesamentos. Contudo, embora a questão da subjetividade, as narrativas constituem-se como uma fonte extremamente importante que permite uma expressão e elaboração da experiência do sujeito o mais próximo possível do real, e medidas podem ser colocadas em prática para diminuir a subjetividade da análise, nomeadamente a discussão de dados em grupo e a associação com momentos de observação.

Em referência à condução das entrevistas, teria sido pertinente ter sido apelado uma maior escala a questões como o imaginário, de modo a ser estabelecida uma relação mais forte entre aquela que é a noção do sujeito do seu retiro e o modo como esta é projetada para o videojogo, assim como uma possível ligação entre a consideração do retiro pré-videojogos e as adaptações que permitiram a sua materialização no videojogo, caso conexão exista.

Posto isto futuramente tonar-se-ia pertinente a elaboração de estudos de base qualitativa que permitissem a evidência de padrões na experiência individual do *gamer*, através de um maior número de participantes, de grupos de discussão de investigadores e grupos de discussão de *gamers*.

Em estudos futuros seria pertinente a tentativa de uma abordagem com critérios mais específicos de modo a poderem ser compreendidas relações mais diretas, relações causa efeito

mais evidentes, por exemplo, restringir a participantes com problemas relacionais ou com vinculações problemáticas que utilizem os videojogos como retiro, tentando posteriormente estabelecer ligações. Ainda nesta linha, seria interessante a consideração da compreensão de *nuances* entre o tipo de retiro e o tipo de jogo, ponderando uma relação entre a profundidade do retiro e o tipo de jogo.

Por fim, em investigações futuras seria interessante a elaboração de um estudo longitudinal que permitisse compreender tanto a evolução dos padrões de consumo de videojogos, como a evolução da utilização dos mesmos enquanto retiro, e como a expressividade da utilização da retirada primitiva.

Qualquer uma das sugestões anteriores beneficiária de uma porção de observação, o autorrelato excluiu um conjunto de aspetos que se podem tornar relevantes e diferenciadores que, por diversos motivos, o participante pode não considerar. A componente de observação inclui registos de um elemento externo imparcial e, conseqüentemente, a identificação de contradições no discurso, que por si só podem ser interessantes de elaborar, e adiciona fiabilidade ao quadro apresentado.

Referências

- (APA), A. P. (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. 5. Porto Alegre: Artmed.
- APA, A. P. (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. Porto Alegre: Artmed.
- Armstrong, D. (2004). . Psychic Retreats: The Organizational Relevance of a Psychoanalytic Formulation. *Free Associations*, 57-78.
- Baptista, T. M., & Neto, D. D. (2019). *Dicionário de Psicologia*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Bion, W. (1957). Differentiation of the Psychotic from the Non-Psychotic Personalities. *International Journal of Psycho-Analysis*, 266-275.
- Borzikowsky, C., & Bernhardt, F. (2018). Lost in Virtual Gaming Worlds: Grit and Its Prognostic Value for Online Game Addiction. *The American Journal on Addictions*, 433-438.
- Bowins, B. (2004). Psychological Defense Mechanisms: A New Perspective. *American Journal of Psychoanalysis*.
- Brenman, E. (273–81). Cruelty and narrow-mindedness. *International Journal of Psycho-Analysis*, 1985.
- Caner, N., & Evgin, D. (2021). Digital risks and adolescents: The relationships between digital game addiction, emotional eating, and aggression. *International Journal of Mental Health Nursing*, 1599-1609.
- Coyne, S., Stockdale, L., Warburton, W., Gentile, D., Yang, C., & Merrill, B. (2020). Pathological Video Game Symptoms From Adolescence to Emerging Adulthood: A 6-Year Longitudinal Study of Trajectories, Predictors, and Outcomes. *Developmental Psychology*, 1385–1396.
- De Masi, F. (2015). Pathological dependences on the Internet. Em F. D. Masi, *Working with Difficult Patients: From Neurosis to Psychosis* (pp. 227-240). London: Karnac.
- Donati, M., Guido, C., Meo, G., Spalice, A., Sanson, F., Beccari, C., & Primi, C. (2021). Gaming among children and adolescents during the COVID-19 lockdown - the role of

- parents in time spent on video games and gaming disorder symptoms. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Eekhoff, J. (2019). *Trauma and Primitive Mental States: An Object Relation Perspective*. New York, NY: Routledge.
- Elliot, L., Ream, G., McGinsky, E., & Dunlap, E. (2012). The Contribution of Game Genre and other Use Patterns to Problem Video Game Play among Adult Video Gamers. *International Journal of Mental Health Addiction*, 948-969.
- Eurostat. (2022). *Demography of Europe* .
- Ferguson, C., Coulson, M., & Barnett, J. (2011). A meta-analysis of pathological gaming prevalence and comorbidity with mental health, academic and social problems. *Journal of Psychiatric Research*, 1573-1578.
- Ferreira, F., Bambini, B., Tonsig, G., Fonseca, L., Picon, F., Pan, P., . . . Gadelha, A. (2021). Predictors of gaming disorder in children and adolescents: a school-based study. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 289-292.
- Fredman, L., Hawkes, W., Black, S., Bertrand, R., & Magaziner, J. (2006). Elderly Patients with Hip Fracture with Positive Affect Have Better Functional Recovery over 2 Years. *The American Geriatrics Society*, 1074–1081.
- Finzi-Dottan, R., & Karu, T. (2006). From Emotional Abuse in Childhood to Psychopathology in Adulthood: A Path Mediated by Immature Defense Mechanisms and Self-Esteem. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 616-621.
- Greitemeyer, T., & Sagioglou, C. (2018). The Impact of personal relative deprivation on affection over time. *Journal of Social Psychology*, 1265-1278.
- GWI., G. (2021). *The gaming playbook: Everything you need to know about the gaming audience*. London - England.
- Hazar, Z. (2019). An Analysis of the Relationship between Digital Game Playing Motivation and Digital Game Addiction among Children. *Asian Journal of Education and Training*, 31-38.
- Hazar, Z. (January de 2019). Children's Digital Game Addiction and Opinions About Their Parents' Playing Digital Games (A Mixed Method Study). *Journal of Education and Training Studies*, pp. 85-93.

- Hyun, G., Han, D., Lee, Y., Kang, K., Yoo, S., Chung, U.-S., & Renshaw, P. (2015). Risk factors associated with online game addiction: A hierarchical model. *Computers in Human Behavior*, 706-713.
- Incalzi, R., Gemma, A., Capparella, O., Muzzolon, R., Antico, L., & Carbonin, P. (1991). Effects of Hospitalization on Affective Status of Elderly Patients. *International Psychogeriatrics*, 67-74.
- Janiri, L., Ferri, V., Giuseppin, G., & Pivetta, E. (30 de 06 de 2022). The role of psychoanalytic knowledge in the understanding and treatment of Gaming Disorder. *LIRPA - International Journal*.
- Jeong, H., Yim, H., Lee, S.-Y., Lee, H., Potenza, M., & Lee, H. (2020). Factors associated with severity, incidence or persistence of internet gaming disorder in children and adolescents: a 2-year longitudinal study. *Society for the Study of Addiction*, 1828-1838.
- Josselson, R. (2011). Narrative Research: Constructing, Deconstructing, and Reconstructing Story. Em F. Wertz, K. Charmaz, L. McMullen, R. Josselson, R. Anderson, & E. McSpadden, *Five Ways of Doing Qualitative Analysis* (pp. 224-240). New York: The Guilford Press.
- Keya, F., Rahman, M., Nur, M., & Pasa, M. (2020). Parenting and child's (five years to eighteen years) digital game addiction: A qualitative study in North-Western part of Bangladesh. *Computers in Human Behavior Reports*.
- Klein, M. (1975). Envy and Gratitude and Other Works 1946–1963. *The International Psycho-Analytical Library*, 1-346.
- Koo, H., & Kwon, J.-H. (2014). Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea. *Yonsei Med Journal*, 1691-1711.
- Kranjec, J. (10 de Setembro de 2021). The Number Of Gamers In Europe To Jump Over 351M By 2023, Nearly Half The Total Population.
- Kuss JD, G. M. (2011). Internet gaming addiction: a systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health Addiction*.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 278-296.

- Laconi, S., Pirés, S., & Chabrol, H. (2017). Internet gaming disorder, motives, game genres and psychopathology. *Computers in Human Behavior*, 652-659.
- McWilliams, N. (1994). Processos defensivos primários (primitivos). Em N. McWilliams, *Diagnóstico Psicanalítico: Compreender a estrutura da personalidade no processo clínico* (pp. 123-143). The Guilford Press.
- Mossey, J., Mutran, E., Knot, K., & Craik, R. (1989). Determinants of Recovery 12 Months after Hip Fracture: The Importance of Psychosocial Factors. *American Journal of Public Health*, 279-286.
- Motivated Closing of the Mind: "Seizing" and "Freezing". (1996). *Psychological Review*, pp. 263-283.
- Murray, M. (2003). Narrative Psychology and Narrative Analysis. Em P. M. Camic, J. E. Rhodes, L. Yardley, & M. Bamberg, *Qualitative Research in Psychology Expanding Perspectives in Methodology and Design* (pp. 95-112). Washington, DC: American Psychological Association.
- Narcissistic organisation, projective identification and the formation of the identificate. (1985). *International Journal of Psycho-Analysis*, 201-14.
- Olson, C. (2010). Children's Motivations for Video Game Play in the Context of Normal Development. *Review of General Psychology*, 180-187.
- Pornnoppadol, C., Ratta-apha, W., Chanpen, S., Chanpen, S., Dumrongrungruang, N., Thongchoi, K., . . . Vasupanrajit, A. (2020). A Comparative Study of Psychosocial Interventions for Internet Gaming Disorder Among Adolescents Aged 13-17 Years. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 932-948.
- Powell, R., Scott, N., Manyande, A., Bruce, J., Vögele, C., Byrne-Davis, L., . . . Johnston, M. (2016). The effect of psychological preparation on pain, behavioural recovery, negative emotion and length of stay after surgery. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2-13.
- Rosegrant, J. (2012). Technologically altered reality inside the therapist's office. *Psychoanalytic Psychology*, 226-240.
- Schimmenti, A., Guglielmucci, F., Barbasio, C., & Granieri, A. (2012). Attachment Disorganization and Dissociation in Virtual Worlds_ A Study on Problematic Internet use Among Players of Online Role Playing Games. *Clinical Neuropsychiatry*, 195-202.


- Schwartz, S. (2018). Association of Psychiatric Diagnostic Conditions with Hospital Care Outcomes of Patients with Orthopedic Injuries. *The Permanente Journal*, 17-120.
- SICAD. (Fevereiro de 2019). Sinopse Estatística 2019 - Jogo e Internet.
- Smirni, D., Garufo, E., Di Falco, L., & Lavanco, G. (2021). The Playing Brain. The Impact of Video Games on Cognition and Behavior in Pediatric Age at the Time of Lockdown: A Systematic Review. *Pediatric Reports*, 401-415.
- Steiner, J. (2011). *Seeing and Being Seen: Emerging from a Psychic Retreat*. London: Routledge.
- Steiner, J. (1993). *Psychic Retreats: Pathological Organization in Psychotic, Neurotic and Boderline Patients*. London: Routledge.
- Toronto, E. (2009). Time out of mind: Dissociation in the virtual world. *Psychoanalytic Psychology*, 117–133.
- Vincent, H., Horodyski, M., Vincent, K., Brisbane, S., & Sadasivan, K. (2015). Psychological Distress After Orthopedic Trauma: Prevalence in Patients and Implications for Rehabilitation. *American Academy of Physical Medecine & Rehabilitation*, 1-12.
- Whitehouse, J., Friedman, N., Kirkland, K., Richardson, W., & Sexton, D. (2002). The Impact of Surgical-Site Infections Following Orthopedic Surgery at a Community Hospital and a University Hospital Adverse Quality of Life, Excess Length of Stay, and Extra Cost. *Infection Control & Hospital Epidemiology*, 183-189.
- WHO, W. H. (2019). *International statistical classification of diseases and related health problems*.
- Yang, B., Cai, G., Xiong, C., & Huang, J. (2021). *Relative Deprivation and Game Addiction in Left-Behind Children A Moderated Mediation*. *Frontiers in Psychology*.

ANEXOS

Anexo A – Anúncio de apelo direto

Anúncio de apelo direto versão 1

SENTES QUE PASSAS DEMASIADO TEMPO A JOGAR? SENTES QUE O PRAZER DE JOGAR SE ASSOCIA COM UM SENTIMENTO ESTRANHO DE EXPLICAR? O JOGO Já Não dá O MESMO PRAZER MAS CONTINUAS A JOGAS?



ENTRA EM CONTACTO POR MENSAGEM PRIVADA

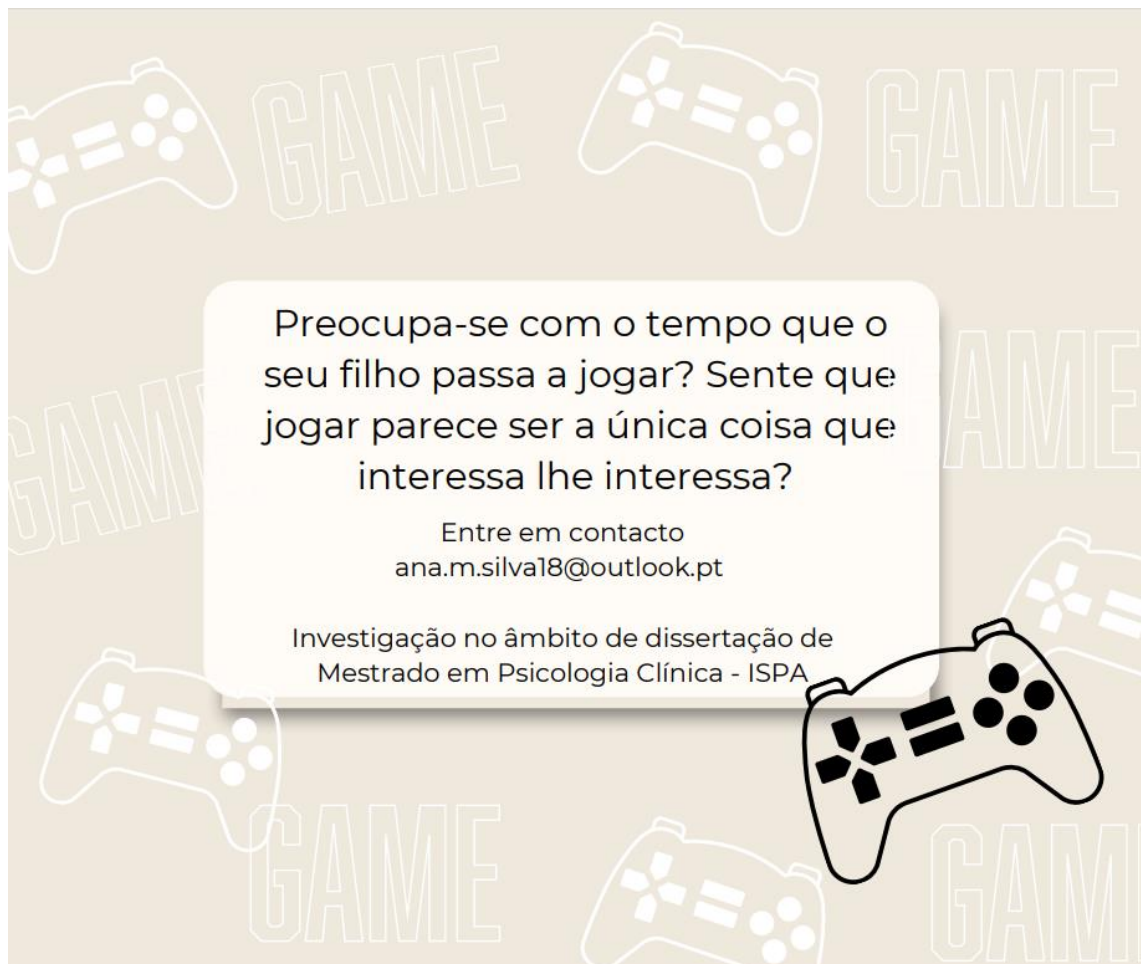
INVESTIGAÇÃO NO ÂMBITO DE DISSERTAÇÃO DE Mestrado em Psicologia Clínica - ISPA

INVESTIGAÇÃO NO ÂMBITO DE
DISSERTAÇÃO DE Mestrado
EM PSICOLOGIA CLÍNICA - ISPA

**PARTILHA A TUA
EXPERIÊNCIA ENQUANTO
GAMER! FAZ PARTE DE
UMA INVESTIGAÇÃO
SOBRE O TEU MUNDO!**

ENTRA EM
CONTACTO
POR
MENSAGEM
PRIVADA

Anexo B – Anúncio de apelo através de terceiros



Preocupa-se com o tempo que o seu filho passa a jogar? Sente que jogar parece ser a única coisa que interessa lhe interessa?

Entre em contacto
ana.m.silva18@outlook.pt

Investigação no âmbito de dissertação de
Mestrado em Psicologia Clínica - ISPA

Anexo C – Consentimento informado



Consentimento Informado

Declaro ter sido informado e sinto-me esclarecido sobre os objetivos do estudo em que participo. Adicionalmente aceito os métodos utilizados sabendo que não prejudicam a integridade da minha saúde e estou ciente que posso interromper a minha participação neste estudo a qualquer altura caso seja a minha vontade.

Autorizo a gravação das entrevistas e a utilização dos dados obtidos, exclusivamente para efeitos científicos ou educacionais, com a garantia de salvaguarda da minha identidade e a confidencialidade de todos os meus dados

Nome:

Data:

Assinatura:

O consentimento informado assinado pelo participante não será publicado no presente documento de modo a preservar o anonimado e manter a confidencialidade do participante.

Anexo D – Tabela de Análise Temática – Exemplos de Narrativa

Tabela 4. Análise temática - exemplos de narrativa

Tema	Categoria	Subcategoria	Narrativa
Eu	Vivência do Eu	Características do Eu	<p>“ acho que sou bue esforçado, tenho bue empenho, sou beu, hmmm, prestável, ou seja , disponho-me sempre que alguém começa a dizer “ah pronto é preciso não sei o quê””</p> <p>“acho que sou mais racional do que emocional”</p> <p>(imaginar a resposta do outro) “eu realmente faço isso, mas não é só consigo, nesta conversa, acho que até é uma qualidade minha, eu além de dizer o que digo, eu também tento interpretar, ou seja, tentar perceber o que a outra pessoa interpretou do que eu disse”</p> <p>“não sou a pessoa mais competitiva”</p> <p>“não sou mega calmo, até sou às vezes”</p>
		Indicadores de Insegurança	<p>“ é porque não trabalhas, era só fazeres alguma coisa”</p> <p>“acho é que me escondia muito”</p> <p>“muitas vezes prefiro não perder ajuda”</p> <p>“nunca fui realmente uma voz muito alta”</p>

	Mudança	<p>“agora está a mudar bastante, porque, sinceramente, é só porque não me interessa tanto o que os outros pensam”</p> <p>“sinto-me mais seguro”</p> <p>“Lá está eu pus uma fotografia no whatsapp, tenho uma fotografia no instagram que mostra a cara, a do facebook pronto, mas realmente já não me sinto, vá, é me indiferente se comentam ou não”</p>
Eu Social	Vivência Social	<p>(na primária) “acho que não tinha muitos amigos”</p> <p>“ A partir do momento em que comecei a ganhar, assim essa parte de mais independência fazia muito para estar com outras pessoas”</p> <p>“o isolar para mim não funciona”</p> <p>“podiam-me convidar para alguma coisa e eu dizia que não porque queria jogar, mas bastava insistir um bocadinho e eu acabava por ir, a não ser que, imagine, estou completamente de ressaca, ai não, não vou sair de casa, hoje é dia de jogo”</p>
	Isolamento no jogo	<p>“ eu jogava muito sozinho”</p>

			<p>“eu não estava ali muito para falar, para falar vá com outras pessoas”</p> <p>(quando os 2 amigos começaram a jogar) “já não era bem a mesma coisa”</p> <p>“sentia que era uma coisa mais individual”</p>
História Pessoal	Percurso Académico		<p>(referente ao colégio) “é assim uma bolha”</p> <p>(referente ao colégio) ” não era completamente o estilo da escola”</p> <p>“quando eu fui para a faculdade, foi muito engraçado, integrei-me muito facilmente”</p>
	Fases de Jogo Mais Intensas	Erasmus	<p>“ a altura que eu joguei mais, definitivamente, foi quando fiz Erasmus”</p> <p>“em Erasmus eu não ia quase a nenhuma aula”</p> <p>“em Erasmus foi a maior independência que eu tive”</p> <p>“eu na altura não me lembro de pensar “ah estou sozinho”, estava sempre com pessoas e pronto ok”</p> <p>“nessa altura eu, literalmente, dormia, acordava e ia jogar, comia coisas rápidas e à noite ia sair, basicamente”</p>

	Tese	<p>“ a minha pior fase que eu identifico, foi quando eu estive a escrever a tese”</p> <p>“claramente analiso que foi a por fase de sempre, e por, por bastante, porque até lá nunca me tinha sentido tão mal”</p> <p>“eu se calhar também, acho que me isolei um bocado, acho que o ciclo em que eu me via preso em era tipo, stress de, o stress que eu tinha para acabar aquilo, causava-me a ansiedade, e a ansiedade causava-me tipo, não era, tipo, preguiça, ficava assim meio incapaz de avançar, era a ansiedade um bocado naquilo tipo, como é que é possível”</p> <p>“ Foi bue “há ai alguma coisa que me tire daqui?” ah ya jogos”</p> <p>“foi uma fase em que joguei bastante”</p> <p>“se eu não estivesse a jogar era bue tipo “ah tenho isto para fazer, tenho isto para fazer, tenho estas tretas todas”</p>
Família	Relação Fraternal	<p>“acho que é bue importante ter-se um irmão, pela questão da partilha, estar-se a lutar por atenção, por recursos também”</p> <p>“é uma relação de irmãos, agora acho que nós ... distanciar, não sei se é distanciar, talvez distanciar, da minha irmã”</p> <p>“lá em casa, a maior parte das vezes, tirando às refeições, cada um está a fazer a sua cena”</p>

			<p>“nunca tive aquela relação de irmãos mega amigos”</p>
		<p>Relação Maternal</p>	<p>“A minha mãe, tipo total, eu sou completamente o produto, basicamente dela”</p> <p>“eu só discuto com a minha mãe basicamente”</p> <p>“eu tenho uma dúvida, têm o pai e a mãe, a quem é que liga, eu 99.999% é a mãe”</p> <p>“a minha mãe fez muito bom trabalho”</p>
		<p>Relação Paternal</p>	<p>“estava lá sempre, vinha todas as semana, sempre a tentar fazer coisas”</p> <p>“Mas vá, na relação tradicional pai-filho, por exemplo, o pai é responsável (riso) entre aspas, por aquela parte mais técnica, mais mecânica, sei lá, os furos na parede, usar o nível, desaparafusar, eu, eu não tive isso”</p> <p>“o meu pai, tipo, lá está, eu respeito muito o esforço que ele fez, para, quando nós eramos mais miúdo ele esteve sempre presente, ele tentava ir a imensa coisa, aparecia todos os fins de semana”</p>
Videojogos	História de Jogo	<p>Introdução aos Videojogos</p>	<p>“ a primeira consola que tive foi um Game Boy”</p> <p>“depois a DS se calhar já é lá para o 4º, 5º, 6ºano”</p> <p>“um jogo que eu comecei a jogar bastante foi também o PES”</p>

		Fase Intermédia	<p>“eram só jogos <i>online</i> e era sempre o mesmo jogo, desde 2014, quando comecei a jogar aquele jogo foi o único que eu joguei”</p> <p>“depois a partir dai já não joguei muito essas consolas”</p>
		Fase Final	<p>“a razão foi muito simples (risos), tipo, eu parei de jogar, basicamente, porque arranjei namorada, só isso, fiquei sem tempo, basicamente”</p> <p>“Aahmm, mas, acho que realmente, se calhar, tipo, imagine, uma coisa era, ok está a jogar bastantes horas para competir, está em modo de competição e quer chegar a algum lado, outra coisa é estar só a jogar imensas horas”</p> <p>“E lá está, deixou completamente de ser aquela questão de abstração para tipo, mais um contexto de diversão, mas isso eu já tinha noutras coisas, está a ver, tipo eu não precisava disso ali”</p> <p>“eu consigo ver que joguei bue”</p>
	Controlo Parental	Com Restrições Parentais	<p>“a minha mãe nunca me deixou jogar muito tempo”</p> <p>“mal chegava eu podia estar a jogar antes dela (a mãe) chegar mas se ela chegasse, ela chegava a casa e parava-me logo”</p>
		Sem Restrições Parentais	<p>“cada vez fui ganhando mais independência e com isso foi aumentando, foi aumentando bue o tempo que jogava”</p> <p>“sempre quis jogar imenso”</p>

Modo de Jogo	Vivência do Jogo	<p>“é um jogo que por um lado pode parecer repetitivo, é sempre o mesmo campo, é sempre a mesa estratégia, mas têm-se tipo cento e tal personagens diferentes”</p> <p>“era muito intuitivo a forma como jogava”</p> <p>“eu nem sabia como é que jogava aquilo tanto tempo sozinho sem ser com outras pessoas”</p> <p>“joguei durante 8 anos e nunca fiz um esforço para perceber assim essa parte do jogo (estratégia)”</p> <p>“também era soldado no videojogo”</p>
	Objetivos no Jogo	<p>“ ao início se calhar vamos mais por diversão”</p> <p>“eu preferia esse tipo de coisas porque é mais estiloso, porque é mais difícil também e se mostrasse era mais engraçado”</p> <p>“quando eu pensava era o jogar para a montagem vá”</p> <p>“o sistema de jogo onde eu jogava era competição”</p>
	Rotina de Jogo	<p>“é ganda ritual, vai-se ligando o computador”</p> <p>“o parar era muito circunstancial, eu se conseguisse jogar mais jogava”</p>

		“a casa parece bue um sitio que é para jogo”
Motivações para Jogar	Elementos Práticos	<p>“acho que foram uma grande fonte de entretenimento”</p> <p>“o jogo era bastante dinâmico foi bastante atrativo para mim”</p> <p>“o jogo ser completamente gratuito”</p>
	Elementos Emocionais	<p>“de abstrair, eu agora, lá está, eu antes se calhar fazia tudo para estar a jogar”</p> <p>“se eu tivesse a jogar não pensava em nada”</p> <p>“há ali alguma coisa no jogoque tem de ser mesmo divertido de jogar”</p>
Emoções e Reações no Jogo	Emoções de Origem Interna	<p>(pensar no videojogo para dormir) “Acho que foi tipo um mecanismo alugueres que eu consegui descobrir que me acalmava”</p> <p>“eu era muito instinto, muito instinto, se tivesse que comparar mais animal, era tipo o que me desse na cabeça”</p> <p>“dentro do jogo em si, não penso mesmo, mesmo, mesmo em nada, não há sentimentos”</p>
	Emoções de Origem Externa	<p>“ficar contente de uma pessoa elogiar porque fez assim uma coisa”</p>

		<p>“em termos de derrota era bastante frustrante, bastante frustrante”</p> <p>“era preciso eu estar muito em ebulição, não era nada de me chatear”</p> <p>“às vezes irrito-me, quando estavam a refilar comigo e eu não concordava”</p>
	Ação/Reação	<p>“então pronto, como me torno mais animal parece que não há tanto um sentimento porque é tipo reações espontâneas”</p> <p>“fora de si, ali os sentimentos não são seus”</p> <p>“no geral processa-se as coisas que estão a acontecer mas ali é muito por instinto”</p> <p>“as emoções parecem bué no jogo, são um bocado exteriores a si, parece que não é vida real”</p>
Personagens		<p>(em Erasmus) “acho que nessa fase foi aquela em que eu joguei mais aquele monge”</p> <p>“as personagens que eu mais joguei eram todas asiáticas”</p> <p>“ou então, se calhar ya é por me identificar já e não tanto por uma questão de querer ser”</p> <p>“não é tanto uma questão de personalidade mas uma questão de estilo”</p>

Anexo E – Transcrições das entrevistas