

O PODER ADITIVO DOS VIDEOJOGOS

ESTRELAS E OURIÇOS



A procura de entretenimento sempre foi uma necessidade do ser humano. Ao longo da história, foram várias as formas que homens e mulheres encontraram para poder desfrutar do prazer de momentos de lazer.

Um pouco por todo o mundo, podem-se encontrar formas culturalmente específicas de entretenimento, e outras que parecem ser transversais a vários países espalhados por todo o globo. O entretenimento através dos videojogos surge como um prazer "transcontinental".

Já não pode ser considerada "nova" esta forma de entretenimento. Tem vindo a evoluir ao longo do tempo, ao mesmo tempo que as novas tecnologias têm vindo a conquistar cada vez mais margem de mercados, sendo sobretudo nas épocas festivas que as famílias têm vindo cada vez mais a ser persuadidas a investir nesta forma de entretenimento.

Façamos uma breve viagem no tempo, e recuemos até aos anos 70 em que as primeiras

consolas chegaram a casa de alguns portugueses. Conhecido por alguns como "TV Brinca" esta máquina de dois comandos que fornecia jogos monocromáticos com som de fraca qualidade, conseguia entreter indivíduos de várias faixas etárias com experiências simples mas de competição saudável. Os anos 80 viram surgir o primeiro computador de casa, uma forma de entretenimento que se ligava a televisão e que dava gráficos de 8 bits e som mono mas que fornecia a crianças e adultos, horas de entretenimento no conforto do lar. Foi também nos anos 80 que surgiu a primeira consola móvel com o jogo mais vendido de sempre: tetris. O Game Boy foi uma revolução ao permitir transportar o entretenimento com o indivíduo para onde quer que fosse. Ao longo dos anos 90 e sobretudo a partir do novo milénio assistiu-se a uma incrível evolução das máquinas de jogos, fornecendo entretenimento cada vez mais apelativo. A última grande revolução na indústria do entretenimento dos videojogos foi a possibilidade de ligação à Internet e com ela milhões de jogadores espalhadas por todo o mundo conseguirem jogar entre si, trazendo constante novidade a experiência.

Mas o que torna esta forma de entretenimento tão apelativa e com um poder aditivo tão intenso? De modo a responder a esta questão, é possível identificar, por um lado, características associadas aos videojogos e fatores associados ao indivíduo.

Relativamente às características dos videojogos, aqueles que se mostram com maior poder aditivo são aqueles que:

- a) possuem gráficos de elevada relação, conferindo uma estética à experiência;
- b) terem a possibilidade de serem jogados contra outros jogadores espalhados pelo mundo (multiplayer);
- c) permitirem espaço à criatividade individual;
- d) terem modalidades competitivas que permitem ao jogador a comparação social com outros;
- e) permitirem o alcance de proezas e a coleção de marcadores de sucesso;
- f) possibilitarem um equilíbrio permanente entre grau de dificuldade e competência necessária para o ultrapassar. A este equilíbrio entre exigência e competência dá-se o nome de flow e cria uma sensação em quem o experiência de distorção da realidade, nomeadamente da passagem do tempo.

Da parte das características que tornam o indivíduo mais vulnerável para o desenvolvimento de uma adição podem ser considerados:

- a)** uma falta de competência percebida em diversas áreas da sua vida (por exemplo, resultados escolares baixos) que conduz à necessidade de compensação através de uma atividade onde a competência do indivíduo possa ser treinada e melhorada (neste caso, o vídeojogo);
- b)** uma forte necessidade de gratificação e prazer imediatos, traduzida numa baixa capacidade para esperar, encontrando nos videojogos uma fonte sistemática de gratificações e de recompensas;
- c)** uma elevada necessidade de obtenção de excitação e procura de sensações, sendo constante a procura por experiências altamente estimulantes e que sejam ativadoras de múltiplos canais sensoriais, provocando uma forte sensação de estimulação;
- d)** uma necessidade de controlar e regular certas emoções que são difíceis de gerir, habitualmente a tristeza e a zanga, que encontram nos videojogos formas socialmente aceitáveis para serem expressas;
- e)** uma fuga a uma realidade por vezes difíceis de gerir, encontrando nos videojogos mundos de aventuras e ação, onde podem ser os heróis com um papel principal capazes de enfrentar vários desafios.

A interação das características com as vulnerabilidades atrás mencionadas condizem a comportamentos de adição que podem ser identificados através de diversos sinais de alerta, sendo eles:

- 1)** o videojogo tornar-se um interesse obsessivo é exclusivo;
- 2)** perda de outros interesses que outrora foram sentidos como tais;
- 3)** uma vontade crescente de cada vez mais tempo para jogar;
- 4)** mentir relativamente ao tempo que esteve a jogar;
- 5)** criar conflitos e até perder relações com amigos e familiares;
- 6)** tentar diminuir o tempo de jogo mas não conseguir;
- 7)** interferir com o desempenho académicos ou laborais;
- 8)** explosões de raiva quando a experiência de jogo é subitamente interrompida e
- 9)** fuga a certas emoções.

Em caso de se verificarem, pelo menos, 5 destes sinais de alerta, então é globalmente considerado que o indivíduo se encontra em risco elevado de desenvolver uma adição aos videojogos. Se assim for, a necessidade de intervenção clínica é imediata.

Os videojogos são fontes de criatividade e de lazer, proporcionando experiências positivas de prazer e de aprendizagem. Porém, quando utilizados em excesso e como ritual, transformam-se em fontes de problemas e de grave perturbação.

Conteúdo desenvolvido por,

João Faria

Coordenador do Núcleo do PIN ligado à intervenção no uso da internet e telecomunicações

