

UNILEÃO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

WILLIAN GONÇALVES RAMOS

**EFEITOS DOS JOGOS ELETRÔNICOS NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA**

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2025

WILLIAN GONÇALVES RAMOS

**EFEITOS DOS JOGOS ELETRÔNICOS NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

**Orientador:** Prof. Me. Tiago Deividly Bento  
Serafim

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2025

WILLIAN GONÇALVES RAMOS

**EFEITOS DOS JOGOS ELETRÔNICOS NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 04/12/2025

**BANCA EXAMINADORA**

Orientador: Prof. Me. Tiago Deividy Bento Serafim

Membro: Prof. Dr. Joaquim Iarley Brito Roque - UNILEÃO

Membro: Prof. Esp. André Lima Gomes - UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2025

# EFEITOS DOS JOGOS ELETRÔNICOS NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA

Willian Gonçalves Ramos<sup>1</sup>  
Tiago Deividty Bento Serafim<sup>2</sup>

## RESUMO

Os jogos eletrônicos têm se consolidado como uma forma expressiva de interação e entretenimento na sociedade contemporânea, influenciando comportamentos, emoções e vínculos sociais. Este estudo tem como objetivo compreender os efeitos dos jogos eletrônicos na expressão e modulação do comportamento dos indivíduos, considerando especialmente os aspectos da personalidade dos jogadores. Adotou-se uma abordagem qualitativa, por meio de uma revisão narrativa da literatura, contemplando estudos publicados em bases como SciELO, CAPES, PePSIC e Google Acadêmico. Foram analisadas aproximadamente vinte produções científicas, entre artigos, livros e dissertações, que abordam a relação entre jogos eletrônicos e comportamento humano. Os resultados apontam que o envolvimento com jogos pode gerar efeitos positivos, como cooperação, aprendizagem e alívio do estresse, mas também negativos, como isolamento, dependência e prejuízos sociais. Conclui-se que a compreensão dos impactos comportamentais e emocionais dos jogos é fundamental para subsidiar práticas profissionais em psicologia e promover o uso saudável dessas mídias interativas.

**Palavras-chave:** Jogos eletrônicos; Comportamento; Psicologia; Interação social.

---

<sup>1</sup>Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: williangon72@gmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: tiagodeividty@leaosampaio.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

Os jogos eletrônicos, especialmente em sua forma competitiva, têm se tornado uma parte integral da cultura moderna e uma forma de entretenimento global. Com o crescimento da indústria de Esportes e a crescente participação em jogos online, surge a necessidade de entender os aspectos psicológicos que influenciam o comportamento dos jogadores (Araújo, 2021).

O comportamento de jogadores de jogos eletrônicos é fortemente influenciado por fatores psicossociais e características individuais de personalidade que moldam a forma como eles interagem com outros jogadores, lidam com desafios competitivos e respondem às demandas emocionais do ambiente virtual esses aspectos torna-se fundamental para analisar o rendimento, o bem-estar e a dinâmica social dos gamers. Assim, o estudo do comportamento de jogadores em jogos eletrônicos permite entender não apenas seu desempenho técnico, mas também como fatores sociais, emocionais e pessoais contribuem para sua evolução e para a construção de comunidades mais saudáveis e colaborativas.

Assim, a presente pesquisa tem como objetivo entender os efeitos dos jogos eletrônicos na expressão e modulação do comportamento dos indivíduos, considerando especialmente a personalidade dos jogadores. Diante disso, a escolha deste tema justifica-se por sua relevância para a formação profissional em psicologia, assim o objeto de estudo deste trabalho recai sobre a interseção entre jogos eletrônicos e comportamento humano, com foco especial na personalidade dos jogadores. Os jogos eletrônicos para computadores e consoles consolidaram-se como uma importante fonte de entretenimento para pessoas de diferentes faixas etárias. Em termos de mercado, os games movimentavam, à época, cerca de US\$ 1,5 bilhão por ano, posicionando o país como o 13º maior mercado de jogos eletrônicos do mundo (Mendes, 2019).

Segundo Voulgari e Komis (2012), a evolução tecnológica permitiu uma mudança social, profissional e cultural na sociedade, de forma que o momento atual é marcado pelas relações virtuais. Nesse contexto, os jogos eletrônicos se consolidam como uma das principais formas de interação, lazer e expressão entre indivíduos de diferentes faixas etárias. A prática de jogar videogame ultrapassa o simples entretenimento, tornando-se um fenômeno social que reflete e influencia comportamentos, emoções e vínculos interpessoais. Assim, compreender os impactos psicossociais do jogar videogame significa analisar como as experiências virtuais afetam o bem-estar emocional, a socialização, a identidade e a forma como o indivíduo se insere nas relações cotidianas. Tais impactos podem ser positivos, quando promovem cooperação,

aprendizagem e alívio do estresse, ou negativos, quando geram isolamento, dependência e prejuízos nas esferas pessoal e social.

Assim, esta pesquisa se justifica academicamente por possibilitar a articulação entre os estudos sobre jogos eletrônicos e a análise comportamental, áreas que ainda apresentam lacunas na literatura, ampliando a compreensão dos efeitos dos jogos na expressão e modulação do comportamento. Socialmente, a investigação contribui para reconhecer os impactos comportamentais e emocionais dos jogos em diferentes faixas etárias, podendo subsidiar políticas, programas educativos e intervenções que promovam um uso consciente e saudável desses recursos. Em nível pessoal, o estudo reflete o interesse em compreender como os jogos eletrônicos, aparentemente voltados apenas ao entretenimento, podem influenciar padrões de comportamento, respostas adaptativas e interações sociais, aproximando teoria e prática psicológica e ampliando a compreensão sobre a expressão e a regulação do comportamento do indivíduo no contexto digital.

Nesse contexto, a questão central que guia esta pesquisa é: “Quais são os efeitos dos jogos eletrônicos na expressão e modulação do comportamento dos indivíduos?” A partir dessa pergunta, buscou compreender como a exposição aos jogos eletrônicos influencia comportamentos observáveis, molda interações sociais e repercute na expressão de respostas emocionais e comportamentais. Além disso, pretendeu identificar tanto os efeitos positivos quanto negativos desses jogos, sistematizando as evidências presentes na literatura, de forma a subsidiar futuras pesquisas e intervenções voltadas à compreensão do impacto dos ambientes virtuais no comportamento humano.

## **2 DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 METODOLOGIA**

O presente trabalho adota uma abordagem metodológica qualitativa, desenvolvida por meio de uma revisão narrativa da literatura. O objetivo central é compreender os efeitos dos jogos eletrônicos na expressão e modulação do comportamento dos indivíduos. A escolha pela revisão narrativa justifica-se por possibilitar a reunião, síntese e integração de resultados de diferentes estudos, favorecendo uma análise das contribuições já consolidadas na literatura nacional e internacional (Marques e Santos, 2023). Nesse sentido, a pesquisa caracteriza-se como bibliográfica, descritiva e qualitativa, apoiando-se em ampla revisão de fontes

acadêmicas, incluindo artigos científicos, livros, dissertações e teses, de forma a mapear os impactos comportamentais observáveis decorrentes da prática de jogos eletrônicos.

A revisão narrativa da literatura é uma metodologia que busca descrever, sintetizar e discutir, de forma qualitativa e interpretativa, o que já foi produzido sobre determinado tema. Permite uma visão ampla e contextualizada do tema, identificando tendências, lacunas e implicações, sem necessariamente empregar critérios rígidos ou protocolos sistemáticos de busca, seleção ou avaliação dos estudos (Marques e Santos, 2023).

Além de constituir um procedimento técnico, a revisão de narrativa deve ser compreendida como uma prática social situada, permeada por dimensões epistemológicas, políticas e contextuais. Para assegurar a consistência e a relevância dos dados analisados, foram estabelecidos critérios específicos de busca e seleção. Como critérios de inclusão, consideraram-se estudos publicados nos últimos dez anos, além de trabalhos anteriores reconhecidos como fundamentais para a compreensão do tema, desde que disponíveis na íntegra em bases acadêmicas confiáveis e com abordagem direta à questão investigada. Em contrapartida, foram excluídas as publicações que não apresentavam relação direta com o objeto de estudo, que não estavam acessíveis integralmente, que se situavam fora do recorte temporal definido ou que haviam sido divulgadas em canais não acadêmicos ou sem revisão científica.

Bispo (2023), afirma que a revisão de literatura se configura como uma prática coletiva e crítica no campo científico, ultrapassando a simples técnica de levantamento bibliográfico e assumindo papel central na construção de sentidos e na legitimação do conhecimento. Para a seleção e análise da literatura científica, foram utilizados os descritores: “*Jogos eletrônicos*”, “*Comportamento*”, “*Psicologia*”, “*Interação social*”, com o objetivo de identificar estudos que abordassem os efeitos e consequências dos jogos eletrônicos sobre o comportamento dos indivíduos. A busca foi realizada em bases de dados acadêmicas, tais como Scientific Electronic Library Online (SciELO), Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC) e Google Acadêmico, além de repositórios de teses e dissertações.

Foram incluídos estudos publicados nos idiomas português e inglês, diretamente relacionados ao tema, abrangendo artigos científicos, livros, dissertações e documentos oficiais. Foi realizada a coleta de dados no período de julho a novembro no ano de 2025. Para o desenvolvimento da pesquisa, foram analisados aproximadamente 20 artigos científicos, além de outras produções acadêmicas pertinentes, voltadas à discussão da expressão psíquica nos jogos eletrônicos.

Por fim, a análise dos materiais selecionados foi realizada de forma qualitativa e descritiva, por meio da categorização temática dos principais achados, em consonância com os princípios da revisão narrativa. O processo buscou identificar categorias que possibilitassem organizar os resultados em eixos de discussão relevantes, tais como: os efeitos comportamentais da participação em jogos online multiplayer, os processos motivacionais e reforçadores envolvidos, a socialização e interação em ambientes virtuais e as implicações da teoria comportamental para a compreensão desses fenômenos. A leitura dos estudos ocorreu em etapas. Inicialmente, foi realizada uma leitura exploratória para mapeamento geral do material selecionado. Em seguida, procedeu-se à leitura analítica e interpretativa, destacando trechos significativos, padrões conceituais e recorrências temáticas.

## 2.2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.2.1 Jogos Eletrônicos

Os jogos eletrônicos podem ser considerados verdadeiros “universos paralelos”, oferecendo aos jogadores uma experiência de imersão lúdica que vai além do simples entretenimento. Diferentemente dos filmes, nos quais o espectador tem um papel passivo, nos jogos o indivíduo participa ativamente, tomando decisões que influenciam o desenrolar da narrativa. No entanto, há debates sobre os fatores que motivaram seu desenvolvimento inicial, incluindo a função econômica como um dos elementos centrais na criação desses produtos culturais (Senra e Vieira, 2022).

Os primeiros jogos digitais surgiram em 1989, quando foi possível realizar conexões diretas entre computadores em nível local ou internacional. O primeiro jogo online apareceu em 1991, sendo um jogo de xadrez adaptado pela Apple, que utilizava o sistema JavaConnect. Em 1992, os jogos via Bulletin Board System (BBS) – um sistema informático que permitia conexão por telefone, possibilitaram que os usuários desafiassem adversários de diferentes partes do mundo.

O desenvolvimento dos primeiros jogos eletrônicos ocorreu em ambientes acadêmicos, especialmente em laboratórios e centros de pesquisa de universidades, durante as décadas de 1960 e 1970 (Kent, 2001; Lowood, 2009). Apesar de haver registros experimentais anteriores, considera-se que o marco inicial dessa história foi alcançado por um grupo de estudantes do Instituto de Tecnologia de Massachusetts (MIT), interessados em explorar o potencial dos computadores para fins de entretenimento. Em 1962, Steve Russell, utilizando o computador

PDP-1 (Processador de Dados Programável 1), doado à instituição, criou *Spacewar*, amplamente reconhecido como o primeiro jogo eletrônico desenvolvido para computadores (Herz, 1997; Kent, 2001; Lowood, 2009).

Os primeiros jogos eletrônicos surgiram em ambientes universitários, com destaque para *Spacewar*, criado em 1962 por Steve Russell no MIT. O jogo, que simulava uma batalha espacial entre dois foguetes, demonstrou as possibilidades dos computadores para o entretenimento (Herz, 1997; Kent, 2001). Seu código aberto permitiu que programadores em diferentes instituições adicionassem melhorias, criando uma comunidade inicial de desenvolvedores e entusiastas (Lowood, 2009). Na década seguinte, o engenheiro Ralph Baer desenvolveu o *Odyssey*, lançado em 1972 pela Magnavox, considerado o primeiro console doméstico da história. Embora seus jogos fossem simples e sem som ou cor, o console inaugurou o uso da televisão como meio de interação e entretenimento, vendendo cerca de 100 mil unidades no ano de lançamento (Herz, 1997; Kent, 2001).

Inspirado por *Spacewar*, Nolan Bushnell desenvolveu *Computer Space* (1971), o primeiro jogo comercial em formato de “fliperama”. Apesar de sua complexidade ter limitado o sucesso, a iniciativa impulsionou a criação da Atari, em 1972, junto de Ted Dabney. O jogo *Pong*, lançado no mesmo ano, popularizou-se rapidamente por sua simplicidade e fácil jogabilidade, consolidando o início da indústria de jogos eletrônicos como produto de consumo (Kent, 2001; Lowood, 2009).

Com o sucesso de *Pong*, a Atari lançou o *Home Pong* em 1975, permitindo jogar em televisores domésticos. O grande volume de vendas inspirou outras empresas, como Magnavox, Fairchild, Coleco e Mattel, a desenvolverem novos consoles, cada um introduzindo inovações tecnológicas, como som, cartuchos e controladores variados (Herz, 1997; Kent, 2001). Essa fase foi considerada a “Era da Atari” (1977–1983), marcada pelo lançamento do Atari 2600, um console de enorme sucesso que popularizou os jogos coloridos e com som.

O primeiro console doméstico de videogame reconhecido pela historiografia é o Magnavox *Odyssey*, lançado em 1972 nos Estados Unidos. Desenvolvido pelo engenheiro Ralph Baer, conhecido como o “pai dos videogames”, o *Odyssey* era um aparelho eletrônico simples que utilizava cartões impressos para alterar o comportamento dos circuitos internos e projetar formas geométricas básicas na televisão, já que não possuía som nem processador de gráficos avançado. De acordo com Baer (2005), a criação do *Odyssey* representou o início da indústria de videogames ao introduzir, pela primeira vez, a interação do jogador com a TV por meio de um dispositivo externo, abrindo caminho para o desenvolvimento posterior de consoles com mídia física, como cartuchos e discos.

Entretanto, os consoles desempenham um papel fundamental na indústria, oferecendo experiências imersivas e acessíveis dentro de casa. Desde os clássicos como o Atari e o Super Nintendo até os modernos PlayStation, Xbox e Nintendo Switch, os consoles evoluíram enormemente em termos de tecnologia, gráficos e jogabilidade. Hoje, os consoles representam não apenas um passatempo, mas também uma importante expressão cultural e tecnológica da era digital. Para solucionar essa limitação, em 1976 surgiu o FairChild Channel F, considerado o primeiro console programável, pois a troca de jogos passou a ser feita por meio de cartuchos, dispensando procedimentos mecânicos complexos (Bresciani, 2001). Apesar dessa inovação, o Channel F permaneceu pouco tempo no mercado devido à limitada variedade de jogos, gráficos rudimentares e elevado preço, fatores que desagradam os consumidores da época (Souza; Rocha, 2005).

Como a Atari, de Nolan Bushnell, não possuía instalações adequadas para a produção em massa de consoles e cartuchos, nem recursos suficientes para atualizar sua linha de videogames, Bushnell vendeu a empresa à Warner Communications por 28 milhões de dólares, permanecendo na diretoria por vários anos (Aranha, 2004). Em 1977, a Warner lançou o console Atari 2600, que se tornou um dos maiores sucessos do entretenimento eletrônico, vendendo cerca de 25 milhões de unidades em cinco anos e gerando cerca de 5 bilhões de dólares, consolidando a Atari como líder do mercado entre o final da década de 1970 e o início dos anos 1980 (Souza; Rocha, 2005; Vidgame.Net, 2007).

Em 1978, a Magnavox lançou o Odyssey 2, inferior ao Atari 2600 devido ao processador lento, imagens quadradas e poucos títulos disponíveis. Posteriormente, a empresa lançou o “Voice Module”, que permitia aos jogos sintetizar voz, recurso que também foi explorado pela Philips no Brasil, possibilitando frases curtas em jogos como *Attack of the Time Lord*, *Killer Bees* e *Smitherens*, sendo o jogo mais conhecido que utilizou a tecnologia o *Senhor das Trevas* (Souza; Rocha, 2005; Aranha, 2004; Vidgame.Net, 2007).

A expansão do mercado nos anos 1980 e 1990 trouxe empresas como Nintendo, Sega e Sony, que evoluíram as tecnologias dos consoles de 8 até 128 bits. Jogos icônicos como Pac-Man, Donkey Kong, Super Mario Bros., Sonic e Street Fighter consolidaram o videogame como parte da cultura popular global. O avanço dos computadores e, posteriormente, da internet, também impulsionou títulos como Doom, Warcraft, Counter Strike e League of Legends (Herz, 1997; Kent, 2001; Seo; Buchanan-Oliver; Fam, 2015).

A competitividade, característica inerente aos jogos eletrônicos, deu origem aos e-sports, competições organizadas e profissionais que hoje movimentam uma grande indústria global. Atualmente, os jogos eletrônicos evoluíram para experiências complexas, integrando

recursos de realidade virtual, blockchain e metaverso. Sua trajetória reflete a transformação de um experimento acadêmico em um fenômeno cultural, social e econômico de alcance mundial, capaz de gerar múltiplos significados e formas de consumo (Seo e Buchanan-Oliver, 2012; Fam, 2015).

Seguindo a lógica, temos as plataformas de streaming, como Twitch, YouTube Gaming e Discord, que se transformaram em espaços centrais para a formação de comunidades digitais em torno dos jogos eletrônicos. Segundo Wulf, Schneider e Beckert (2018), o prazer e o engajamento dos usuários na Twitch estão fortemente relacionados aos aspectos sociais e interativos da plataforma, como o chat ao vivo, os memes compartilhados e a sensação de pertencimento à comunidade. Esses ambientes vão além do simples ato de assistir a transmissões: configuram-se como ecossistemas de convivência e sociabilidade, nos quais espectadores e streamers constroem identidades e laços simbólicos.

O estudo de Gandhi *et al.*, (2021) amplia essa compreensão ao mostrar que as comunidades em plataformas como a Twitch também funcionam como espaços de diálogo e apoio emocional, nos quais discussões sobre temas como saúde mental, ansiedade e bem-estar se tornam comuns. Isso indica que o ambiente gamer online não se limita à performance ou competição, mas também atua como rede de suporte social. Da mesma forma, pesquisas sobre YouTube Gaming revelam que os canais de criadores de conteúdo funcionam como pontos de identificação e pertencimento juvenil, sobretudo entre adolescentes e jovens adultos que buscam socialização através da cultura gamer (Fernández-Rodríguez; González; Martín, 2021).

Paralelamente à formação dessas comunidades, o cenário competitivo dos jogos eletrônicos, conhecido como e-sports, consolidou-se como um fenômeno global. Pesquisas recentes demonstram que os torneios de e-sports, transmitidos por plataformas como Twitch e YouTube, atraem milhões de espectadores e movimentam um mercado bilionário (Huettermann; Pizzo, 2022). Esses eventos envolvem tanto competições organizadas entre equipes profissionais quanto ligas amadoras, promovendo um ambiente de engajamento e fidelização dos fãs semelhante ao dos esportes tradicionais.

De acordo com Huettermann e Pizzo (2022), o envolvimento dos fãs varia conforme o tipo de plataforma e o dispositivo utilizado, jogos em PC tendem a atrair comunidades mais voltadas à técnica e à performance, enquanto jogadores de consoles enfatizam o entretenimento e a identidade de grupo. Esse engajamento é potencializado pela constante interação entre jogadores, equipes e público por meio de transmissões ao vivo e redes sociais.

Diante disso, os jogos eletrônicos, ao longo do tempo, transformaram-se em uma importante forma de atividade lúdica, composta por decisões, ações e regras que conduzem a

resultados específicos. Eles possuem características fundamentais, como objetivos claros, participação voluntária e retorno de feedback constante, que estimulam habilidades cognitivas e comportamentais nos jogadores. O avanço da conectividade em rede, especialmente pela internet, ampliou as possibilidades de socialização, inclusão e diversidade, permitindo que os jogos assumam papéis cooperativos e competitivos na sociedade contemporânea (Molesworth e Watlins, 2016.)

A complexidade dos jogos atuais exige que os jogadores desenvolvam competências específicas para superar desafios, seja através de narrativas elaboradas, gráficos de alta qualidade ou múltiplos comandos e teclas de atalho disponíveis nos ambientes virtuais (Andrade, 2023). O crescimento da indústria, evidenciado pelo surgimento de grandes marcas como Nintendo, SEGA, Sony e Atari, bem como a realização de eventos internacionais e nacionais, como E3, Gamescom e Brasil Game Show, demonstra a relevância econômica, cultural e social do setor.

Além disso, surgiram novos modos de jogos, como jogos em rede (online) e experiências de realidade virtual (Puiati, 2023). Além de proporcionarem experiências prazerosas, os jogos eletrônicos podem auxiliar os indivíduos a lidar com emoções negativas do cotidiano, como frustração, angústia e sensação de estagnação. Através da prática de jogos, os jogadores podem perceber pequenos progressos diários, que contribuem para a construção de um senso de realização e podem amenizar impactos negativos da vida real (Molesworth e Watkins, 2016).

Com o processo de modernização da sociedade, a tecnologia passou a ocupar um espaço cada vez mais central nas atividades humanas, sendo incorporada a diferentes aspectos do cotidiano, como a comunicação, o trabalho e o lazer. Nesse contexto, os jogos eletrônicos emergiram como uma das expressões mais marcantes desse avanço, refletindo tanto o desenvolvimento técnico quanto as transformações culturais associadas ao entretenimento digital. As primeiras experiências nesse campo remontam à década de 1960, com o jogo *Tennis for Two*, criado pelo físico William Higinbotham, considerado um dos precursores dos videogames modernos (Andrade, 2022).

De acordo com a Pesquisa Game Brasil (2022), aproximadamente 70% dos brasileiros afirmam jogar algum tipo de jogo eletrônico, seja em computadores, consoles ou dispositivos móveis. Esse dado evidencia a forte presença dos games na cultura nacional e o papel central que ocupam no entretenimento contemporâneo. Em escala global, a indústria dos videogames já superou os setores do cinema e da música, atingindo um faturamento superior a 178 bilhões

de dólares em 2021 (Clement, 2023). Tal crescimento reflete a consolidação dos jogos eletrônicos como um dos principais segmentos do mercado de mídia e tecnologia.

### **2.2.2 Aspectos Psicossociais dos Jogos Eletrônicos**

Os jogos eletrônicos têm se consolidado como uma forma de entretenimento amplamente difundida, especialmente entre crianças, adolescentes e jovens adultos. Além de seu caráter lúdico, esses jogos exercem influências significativas sobre o desenvolvimento psicológico e social dos jogadores, configurando um campo de estudo relevante para compreender comportamentos, habilidades cognitivas e interações sociais. O mundo contemporâneo apresenta uma diversificação constante na área tecnológica, novos produtos e formas de interação com as mesmas surgem a todo momento, a maneira como os indivíduos lidam com estas tecnologias tem-se modificado e gerado alterações fundamentais em seus hábitos, costumes e habilidades sociais (Silva e Silva, 2017).

Os jogos eletrônicos constituem ambientes onde são acionados processos psicossociais que envolvem acolhimento, identidade e gratificação, pois permitem ao jogador integrar-se a grupos virtuais, construir um “eu” representado por um avatar e experimentar recompensas simbólicas inerentes ao avanço no jogo. Conforme aponta a literatura, o consumo de jogos eletrônicos pode ocorrer por diversos motivos, sendo frequentemente ligado com a motivação pela busca de recompensas, satisfação e emoções positivas (Senra e Vieira, 2022) no contexto dos jogos digitais.

A literatura contemporânea aprofunda a compreensão clínica do fenômeno por meio do conceito de Transtorno de Jogos Eletrônicos (*Gaming Disorder*), reconhecido pela OMS na CID-11 (2019). Esse transtorno caracteriza-se por três eixos essenciais: perda de controle sobre o ato de jogar, prioridade crescente dada aos jogos em detrimento de atividades essenciais e continuidade do comportamento mesmo diante de prejuízos significativos. Estudos recentes do campo da psicologia e neurociência ajudam a contextualizar esses critérios. Os jogos altamente imersivos podem afetar funções executivas, como monitoramento atencional e tomada de decisão e habilidades frequentemente prejudicadas em indivíduos que apresentam uso problemático.

A dependência dos jogos eletrônicos, frequentemente denominado uso problemático ou compulsivo e está associada a padrões de jogo que interferem negativamente na vida acadêmica, profissional, social e emocional do indivíduo. Pesquisas empíricas mostram que o uso excessivo pode comprometer funções cognitivas essenciais, como atenção, controle inibitório e regulação

emocional. Segundo Bavelier e Green, sintetizados no meta-análise de Bediou *et al.*, (2018), jogos podem modificar circuitos neurais relacionados ao controle cognitivo; contudo, quando utilizados de forma desregulada, tais alterações podem contribuir para impulsividade, redução da capacidade de autocontrole e resistência à interrupção do comportamento. Esses efeitos tornam-se mais críticos quando associados a vulnerabilidades psicológicas e ao acesso prolongado a ambientes on-line altamente estimulantes, favorecendo padrões de uso disfuncional.

Dependendo do tipo de jogo, da frequência de uso e do contexto em que são praticados, os jogos eletrônicos podem tanto promover benefícios, como o aprimoramento da atenção, coordenação motora e trabalho em equipe, quanto apresentar riscos, como isolamento social, dependência e alterações emocionais. Dessa forma, os aspectos psicossociais dos jogos eletrônicos tornam-se fundamental para compreender sua relevância na formação de habilidades cognitivas, sociais e emocionais, bem como seus impactos sobre a saúde e o bem-estar dos indivíduos. O jogo apresenta diferentes mapas e cenários de batalha, nos quais os jogadores estão constantemente em busca de expansão, competitividade e atualização de habilidades e recursos (Forbes, 2023).

Além dos aspectos neuropsicológicos, elementos socioculturais também desempenham papel significativo na formação do comportamento aditivo. Estudos sobre comunidades de jogos indicam vínculos identitários fortes, pertencimento grupal e reforço social constante, fatores que podem tanto apoiar conexões saudáveis quanto intensificar a permanência prolongada em ambientes virtuais. Isso é evidenciado por pesquisas sobre fandoms, streaming e comunidades digitais, como Wulf *et al.*, (2018) e Gandhi *et al.*, (2021), que apontam como interações on-line podem se tornar centrais na vida dos jogadores. Quando tais redes substituem contatos sociais presenciais, aumenta o risco de isolamento e dependência.

Os jogos eletrônicos também continuam a quebrar recordes de acessos simultâneos, mostrando que os jogadores buscam constantemente a interação social e a cooperação em equipe, fatores que podem fortalecer habilidades sociais e cognitivas, mas que, se desregulados, também podem gerar estresse, ansiedade ou comportamentos agressivos durante ou após as partidas (Pesquisa game Brasil, 2022). É fundamental observar os riscos aos quais os jogadores podem estar expostos. Sentimentos de exclusão social, decorrentes de diferenças físicas ou da dificuldade em se integrar a grupos, podem levar ao isolamento e ao aumento do tempo gasto no jogo. Muitos jovens e adultos procuram esse ambiente virtual como forma de socialização e conquista de autonomia, mesmo que seja em um contexto digital.

Segundo Gallo (2007), as formas de interações no que tange o entretenimento, transmissão de conhecimento e desenvolvimento de uma sociedade são modificadas a partir do surgimento e estabelecimento de variadas formas e processos de diálogo. No entanto, esse comportamento pode trazer problemas significativos quando o indivíduo começa a confundir o universo do jogo com a realidade, dificultando a distinção entre experiências virtuais e a vida cotidiana. De acordo com Senra e Vieira (2022), o consumo de jogos eletrônicos está associado a múltiplos fatores, sendo frequentemente motivado pela busca de recompensas, satisfação e experiências emocionais positivas. Os jogadores tendem a se engajar em títulos que proporcionam sensações prazerosas e resultados gratificantes, o que intensifica o consumo de jogos e de produtos relacionados a esse universo.

Os videogames, ou jogos eletrônicos, podem ser compreendidos como sistemas dentro de um contexto mais amplo, considerando a própria realidade como um sistema macro que interage com todos os subsistemas, pessoas, ambientes, máquinas e demais elementos existentes. Nessa perspectiva, os jogos atuam como sistemas psicossociais, envolvendo níveis biológicos, psicológicos e sociais do indivíduo (Vieira, 2007). O envolvimento com o ambiente digital demonstra que a prática de jogar não é um fenômeno homogêneo, mas sim influenciado por aspectos como necessidades pessoais, contextos de vida e motivações individuais.

Enquanto para alguns jogadores os jogos assumem um caráter mais funcional e pragmático, para outros tornam-se ferramentas de expressão social, interação e construção de identidade. Com o avanço das tecnologias, as necessidades e os hábitos dos jogadores também se transformaram, uma vez que cada inovação abriu espaço para novas formas de jogabilidade, tanto conhecidas quanto inéditas. O ato de jogar, historicamente associado a uma atividade espontânea e de lazer, inicialmente estava restrito aos consoles. No entanto, com o tempo, expandiu-se para computadores, celulares e tablets, permitindo a transição do videogame limitado ao console para os atuais jogos eletrônicos em múltiplas plataformas (Goedert e Soares, 2022).

Entre os aspectos prejudiciais, estudos apontam para o aumento de comportamentos agressivos relacionados ao vício em jogos (Palau *et al.*, 2017). Nesse mesmo sentido, observa-se que as alterações cerebrais identificadas em jogadores dependentes se assemelham às de usuários de substâncias químicas, sugerindo que a dependência em jogos eletrônicos pode impactar o sistema de recompensa cerebral de modo semelhante a outros vícios. Tais evidências reforçam a relevância de se analisar os jogos digitais também sob uma perspectiva terapêutica, considerando suas implicações para a saúde mental dos indivíduos.

As relações entre os gamers apresentam-se como estruturas complexas, pautadas por objetivos a serem alcançados, desafios a serem superados e a evolução dos avatares, que constituem a meta central do jogo, aliada à diversão e à sociabilidade proporcionada pelas interações online. Esses vínculos são mediados por regras de diferentes níveis: as regras do próprio game, definidas pela programação e pelos provedores responsáveis pela manutenção da rede, e as regras do grupo, presentes em guildas ou clãs, que determinam condutas específicas de acordo com as classes dos avatares e podem ser gerenciadas por líderes, incluindo a delegação de funções a outros jogadores. Nesse contexto, evidencia-se um importante aspecto dos sistemas psicossociais, conforme descrito por Vieira (2007), em que as interações digitais passam a articular os três requisitos centrais da formação psicossocial: acolhimento, identidade e gratificação, proporcionando aos jogadores experiências de pertencimento, reconhecimento e satisfação dentro do ambiente virtual.

Portanto, as evidências reunidas nas obras listadas demonstram que tanto a dependência quanto o Transtorno de Jogos Eletrônicos constituem fenômenos multidimensionais, envolvendo processos cognitivos, emocionais, comportamentais e socioculturais. A compreensão desses fatores é essencial para a construção de intervenções preventivas e terapêuticas, incluindo psicoeducação, fortalecimento de habilidades socioemocionais, controle de impulsos e mediação familiar. Assim, o debate contemporâneo sobre jogos eletrônicos não deve ser reduzido à dicotomia “benéfico *versus* nocivo”, mas compreendido em sua complexidade, reconhecendo que os impactos dependem fortemente do contexto de uso, das características do jogador e das dinâmicas sociais que o cercam.

### **2.2.3 Aprendizado, Habilidades Cognitivas e Desenvolvimento Comportamental em Jogos Eletrônicos**

Os jogos eletrônicos, especialmente os de ação e estratégia, têm sido estudados por seu impacto no desenvolvimento de habilidades cognitivas e comportamentais dos jogadores. Estudos indicam que a prática de jogos pode contribuir para o aprimoramento das funções executivas, como memória de trabalho, atenção e controle executivo, habilidades essenciais para a tomada de decisão rápida em ambientes complexos (Boot *et al.*, 2008).

No contexto dos jogos eletrônicos, jogadores experientes demonstram melhor desempenho em tarefas cognitivas e de multitarefa do que jogadores iniciantes, evidenciando que a prática contínua em jogos competitivos pode estimular capacidades cognitivas específicas (Bediou *et al.*, 2018). Além das habilidades cognitivas, a interação em jogos multiplayer online

promove competências sociais, como comunicação, colaboração e resolução de conflitos, mostrando que o ambiente virtual pode ser um espaço de aprendizado comportamental e emocional (Voulgari e Komis, 2012).

Entretanto, é importante ressaltar que os impactos positivos dependem do uso equilibrado e consciente dos jogos, já que o excesso pode gerar efeitos negativos como estresse, ansiedade e isolamento social (Granic *et al.*, 2014). Assim, os jogos eletrônicos podem funcionar como ferramentas para o desenvolvimento cognitivo e comportamental, desde que integrados de maneira saudável à rotina do indivíduo. Segundo Diamond e Lee (2011), eles relacionam as funções executivas à flexibilidade, ao autocontrole e à disciplina, bem como ao planejamento das ações, que se contrapõe a respostas impulsivas, e à manutenção do foco. Tais aspectos estão fortemente envolvidos na estrutura dos jogos eletrônicos, que propõem objetivos, limitam ações pelas regras e oferecem desafios que envolvem a habilidade de resolução de problemas.

Segundo Rivero *et al.*, (2012), mesmo jogos digitais simples exigem a ativação das funções executivas, pois demandam planejamento das ações, inibição de respostas impulsivas para respeitar regras e flexibilidade nas tomadas de decisão a fim de encontrar soluções mais eficazes. Isso evidencia que a interação com jogos eletrônicos não se limita ao entretenimento, mas cria oportunidades para o exercício das funções executivas de maneira lúdica e envolvente. A imersão proporcionada pela mecânica do jogo torna a prática prazerosa e motivadora, favorecendo o engajamento do jogador e potencializando o desenvolvimento cognitivo, ao mesmo tempo em que permite o treino de habilidades como controle inibitório, planejamento e adaptação a novas situações.

Assim, está focado na atenção e na capacidade de resolução de problemas, consideradas funções cognitivas essenciais nos processos de ensino e aprendizagem. A atenção envolve concentrar os processos mentais em uma tarefa principal, inibindo outros estímulos, podendo ser dividida ou sustentada. Jogos eletrônicos, ao apresentarem rápidas sucessões de estímulos, exigem que o jogador sustente a atenção, gerencie múltiplas tarefas e evite distrações, funcionando como ferramenta para treino da atenção (Rivero *et al.*, 2012). Tal prática pode produzir melhorias nos processos de aprendizagem, fortalecendo redes neurais envolvidas no controle executivo da atenção e impactando positivamente outras tarefas cognitivas, incluindo inteligência geral (Hardiman *et al.*, 2009).

Com a evolução das tecnologias, a prática de jogar acompanha essas mudanças, adaptando-se a diferentes formas de interação e aproveitando novas oportunidades de jogabilidade, muitas vezes antes inexistentes. Dessa forma, o ato de jogar permanece como uma

atividade essencialmente lúdica e espontânea, mas ganha novas dimensões ao incorporar diferentes plataformas e experiências interativas (Goedert e Soares, 2022). Essa transformação tecnológica não apenas diversifica as formas de jogar, mas também amplia o potencial de engajamento e estímulo cognitivo, permitindo que diferentes dispositivos e formatos de jogos contribuam para a interação, o aprendizado e o desenvolvimento de habilidades cognitivas, como atenção, memória de trabalho e resolução de problemas, reforçando o papel dos jogos eletrônicos como ferramentas que promovem o exercício das funções executivas.

### **3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A análise dos jogos eletrônicos como fenômeno psicossocial evidencia que sua influência vai muito além do entretenimento. Como demonstrado ao longo deste trabalho, os games constituem espaços complexos de interação, aprendizagem, expressão emocional e construção de identidade, sendo capazes de modular comportamentos de maneira tanto adaptativa quanto desadaptativa. Ao considerar a personalidade do jogador, torna-se possível compreender por que diferentes indivíduos reagem de formas distintas às mesmas experiências virtuais, reforçando a importância de abordagens integrativas que unam psicologia, tecnologia e comportamento humano.

Os achados discutidos permitem concluir que os jogos eletrônicos podem atuar como ferramentas de socialização, cooperação e regulação emocional, favorecendo o desenvolvimento de habilidades cognitivas e socioemocionais. Contudo, também podem gerar efeitos negativos, como isolamento social, prejuízo funcional e padrões de dependência, quando utilizados de forma excessiva ou desregulada. Dessa forma, a compreensão dos fatores mediadores, como personalidade, contexto social e tipo de jogo, é essencial para interpretar a diversidade de respostas comportamentais observadas nos jogadores.

Do ponto de vista acadêmico e profissional, esta pesquisa amplia a compreensão sobre a relação entre jogos eletrônicos e comportamento, contribuindo para suprir lacunas existentes na literatura psicológica. Socialmente, os resultados reforçam a necessidade de práticas educativas e intervenções que promovam um uso equilibrado e saudável dos jogos, especialmente entre crianças, adolescentes e jovens adultos. Por fim, ao destacar a complexidade das interações entre indivíduo e tecnologia, este estudo reafirma a relevância dos jogos eletrônicos como campo legítimo de investigação psicológica, capaz de revelar importantes aspectos da expressão e da modulação do comportamento humano no contexto digital contemporâneo.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, E. S. **Games e a indústria cultural: o impacto sociocultural dos jogos eletrônicos**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Sociais) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2023.
- ARANHA, G. O processo de consolidação dos jogos eletrônicos como instrumento de comunicação e de construção de conhecimento. **Ciências e Cognição**, Ano 01, Vol. 03, p. 21-62, 2004.
- ARAÚJO, M. H. M. **Psique e Imersão: uma análise da possível influência do processo imersivo em videogames a nível de persona e sombra na relação jogador-jogo**. São Luís: Centro Universitário UNDB, 2021.
- BAER, R. H. **Videogames: In the Beginning**. Springfield: Rolenta Press, 2005.
- BEDIOU, M.; ADAMS, D. M.; MAYER, R. E.; TIPTON, E.; GREEN, C. S.; BAVELIER, D. The effects of video game play on cognitive control: a meta-analysis. **Psychological Bulletin**, v. 144, n. 3, p. 1–27, 2018.
- BISPO, M. de S. Um olhar crítico sobre a prática de revisão de literatura. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 27, n. 6, e230264, 2023.
- BOOT, W. R.; CHERRY, K. M.; SIMONS, D. J.; STOTHERS, K.; LAYTON, R. Video games as a tool to enhance cognition. **Current Directions in Psychological Science**, v. 17, n. 6, p. 399–403, 2008.
- BRESCIANI, A. A. **A guerra dos botões: a estética da violência nos jogos eletrônicos. Curso em Ciências Sociais**. Faculdade de Filosofia e Ciências de Marília, Universidade Estadual Paulista, 2001.
- BUCHANAN-OLIVER, M.; SEO, Y. **Play as co-created narrative in computer game consumption: the hero's journey in Warcraft III**. Journal of Consumer Behaviour, New York, v. 11, n. 6, p. 423-431, 2012.
- CLEMENT, J. **Global video game market value from 2020 to 2025: (in billion U.S. dollars)**. Alemanha: Statista, 17 abr. 2022.
- DIAMOND, A.; LEE, K. **Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old**. Science, v. 333, n. 6045, p. 959–964, 2011
- FERNÁNDEZ-RODRÍGUEZ, C.; GONZÁLEZ, A.; MARTÍN, J. **Analysing Teens: An Analysis from the Perspective of Gamers in YouTube**. Sustainability, v. 13, n. 20, p. 11391, 2021.
- FORBES, **League of Legends officially becomes most payed PC game in the world**. Disponível em: Acesso em: 20 set. 2025.

- GALLO, S. N. **Jogo como elemento da cultura: aspectos contemporâneos e as modificações na experiência do jogar.** 2007. Tese (Doutorado em Comunicação e Semiótica) — Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- GANDHI, C.; COOK, A.; LAMASTRA, J.; UTTARAPONG, P.; WOHN, D. Y. **An Exploration of Mental Health Discussions in Live Streaming Gaming Communities.** JMIR Serious Games, v. 9, n. 1, 2021.
- GOEDERT, M. C. F.; SOARES, A. K. S. **Esportes físico e eletrônico: noções básicas e aplicações na psicologia.** Campo Grande: Editora UFMS, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufms.br/handle/123456789/5066>.
- GRANIC, I.; LOBEL, A.; ENGELS, R. C. M. E. The benefits of playing video games. **American Psychologist**, v. 69, n. 1, p. 66–78, 2014.
- HARDIMAN, M.; MAGSAMEN, S.; MCKHANN, G.; EILBER, J. **Neuroeducation: Learning, arts and the brain.** Washington, D.C.: Dana Press, 2009.
- HERZ, J. C. **Joystick nation: how videogames ate our quarters, won our hearts, and rewired our minds.** Boston: Little, Brown & Company, 1997.
- HUETTERMANN, M.; PIZZO, A. D. **Esports Fan Engagement: A Comparison of PC and Console Esports Team Fans.** Frontiers in Sports and Active Living, v. 4, 2022. DOI: 10.3389/fspor.2022.880294.
- KENT, S. L. **The ultimate history of video games: from Pong to Pokémon and beyond, the story that touched our lives and changed the world.** California: Prima Publishing, 2001.
- LOWOOD, H. **Videogames in computer space: the complex history of pong.** IEEE Annals of the History of Computing, New York, v. 31, n. 3, p. 5-19, 2009.
- MARQUES, L.; SANTOS, A. Revisão narrativa: conceitos, características e usos. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 7, p. e447126323, 2023.
- MENDES, J. **Indústria de games se profissionaliza para ganhar mercado.** Correio Braziliense, Brasília, 16 out. 2019.
- MOLESWORTH, M.; WATKINS, R. D. Adult videogame consumption as individualised, episodic progress. **Journal of Consumer Culture, Thousand Oaks**, v. 16, n. 2, p. 510-530, 2016.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – CID-11.** 11. ed. Genebra: OMS, 2019.
- PALAU et al. Neural basis of video gaming: A systematic review. Frontiers in Human Neuroscience, v. 11, p. 248, 2017 LEMOS, I. L. **Atendimento Cognitivo-Comportamental das Dependências Tecnológicas.** São Paulo: Zagodoni, 2015.
- PESQUISA GAME BRASIL. **Pesquisa Game Brasil 2022: perfil dos gamers e hábitos de consumo de jogos no país.** São Paulo: Sioux Group; Go Gamers; ESPM; Blend New Research, 2022. Disponível em: <https://www.pesquisagamebrasil.com.br>.

PUIATI, J. **História do videogame: descubra como os jogos foram criados**. 2023. Disponível em: <https://artcetera.art/games/historia-do-videogame/> Acesso em: 19 set. 2025.

RIVERO, T. S.; QUERINO, E. H. G.; STARLING-ALVES, I. Videogame: seu impacto na atenção, percepção e funções executivas. **Revista Neuropsicologia Latinoamericana**, v. 4, n. 3, p. 38-52, 2012.

SENRA, K. B.; VIEIRA, F. G. D. **“O consumo de jogos eletrônicos como um fenômeno social, cultural e histórico”**. Signos do Consumo, São Paulo, v. 14, n. 2, 2022.

SEO, Y.; BUCHANAN-OLIVER, M.; FAM, K.S. **Advancing research on computer game consumption: a future research agenda**. Journal of Consumer Behaviour, Hoboken, v. 14, n. 6, p. 353-356, 2015.

SILVA, T. O.; SILVA, L. T. G. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Rev. psicopedagogia**, São Paulo, v. 34, n. 103. 2017.

SOUZA, M. V. O.; ROCHA, V. M. **Um estudo sobre o desenvolvimento de jogos eletrônicos**. João Pessoa: Unipê, 2005.

VIDGAME.NET. **Console Atari 2600 / Odyssey 2 e Voice Module**. Disponível em: <http://www.vidgame.net>. Acesso em: 1 nov. 2025.

VIEIRA, J. de A. **Formas de conhecimento: arte e ciência, uma visão a partir da complexidade**. Vol. 2: Ciência. Fortaleza: Editora Expressão Gráfica, 2007.

VOULGARI, I.; KOMIS, V. **Video games as a learning environment: a focus on social and cognitive development**. Computers and Education, v. 59, n. 1, p. 1–12, 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics – 11th Revision (ICD-11)**. Geneva: WHO, 2019.

WULF, T.; SCHNEIDER, F. M.; BECKERT, J. **Watching Players: An Exploration of Media Enjoyment on Twitch**. Computers in Human Behavior, v. 84, p. 160-169, 2018. DOI: 10.1016/j.chb.2018.02.020.