



Sara Isabel Vale de Sousa (nº 29065)

**Avaliação da Experiência de Jogo: tradução e validação para a população portuguesa**  
**da *Positive and Negative Gaming Experiences***

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

**Orientador:** Professor Doutor João Salgado

**Coorientadora:** Professora Doutora Artemisa Dores

Outubro de 2019

## Índice

Introdução .....	7
1. Conceitos de <i>Gaming</i> e <i>Gambling</i> .....	8
2. Conceito de experiência de jogo do utilizador .....	10
3. Perturbação de Jogos de Internet (APA, 2013).....	13
3.1. A Perturbação de Jogos de Internet e <i>Gaming Disorder</i> .....	14
3.2. Instrumentos que avaliam a experiência de jogo .....	17
4. Método .....	21
4.1. Participantes .....	21
4.2. Instrumentos.....	22
4.2.1. <i>Questionário sociodemográfico</i> .....	22
4.2.2. <i>Positive and Negative Gaming Experiences</i> .....	22
4.2.3. <i>Internet Gaming Disorder Scale</i> .....	23
4.3. Procedimentos.....	24
5. Resultados .....	25
5.1. Processo de adaptação do PNGE-42 para o contexto português .....	25
5.2. Estudo psicométrico do PNGE-42 .....	26
5.2.1. Análise de Componentes Principais.....	26
5.3. Diferenças no PNGE-42 em função das características sociodemográficas.....	34
5.4. Modelo preditor das dimensões do PNGE-42 na versão que avalia a experiência pessoal de jogo.....	37
6. Discussão .....	38
Conclusão.....	43
Referências Bibliográficas .....	45

## Índice de Tabelas

Tabela 1. Instrumentos que permitem avaliar a experiência de jogo .....	18
Tabela 2. Características sociodemográficas dos participantes .....	21
Tabela 3. Análise de componentes principais do PNGE-42 - versão portuguesa 1- instruções originais .....	27
Tabela 4. Análise de componentes principais do PNGE-42 - "versão portuguesa 2- percepção pessoal da experiência de jogo" .....	28
Tabela 5. Consistência interna dos itens benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão original.....	30
Tabela 6. Consistência interna dos itens benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão 2 "percepção pessoal da experiência de jogo" .....	32
Tabela 7. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 "percepção pessoal da 3xperiencia de jogo" em função da variável <i>Género</i> .....	35
Tabela 8. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 "percepção pessoal da experiência de jogo" em função da variável <i>Idade</i> .....	35
Tabela 9. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 "percepção pessoal da experiência de jogo" em função da variável <i>Idade - Post-Hoc Tukey</i> .....	36
Tabela 10. Diferenças na PNGE-42 "percepção pessoal da experiência de jogo" em função da variável <i>Número de horas que joga por dia</i> .....	37
Tabela 11. Modelo preditor dos benefícios (consequências positivas) da PNGE-42 na versão que avalia a "percepção pessoal da experiência de jogo" .....	38
Tabela 12. Modelo preditor dos prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão que avalia a "percepção pessoal da experiência de jogo" .....	38

## Resumo

As perturbações de jogo têm recebido um grande interesse por parte de profissionais e de investigadores nos últimos anos devido ao aumento de utilizadores de jogos *online* e *offline* pelo mundo. A adaptação psicométrica de instrumentos específico para avaliar a experiência de jogo, dada a escassez de instrumentos nesta área em Portugal, revela-se relevante. Este trabalho tem como objetivo principal traduzir, adaptar e validar um instrumento que avalia a experiência de jogo, o *Positive and Negative Gambling Experience* (PNGE-42) (Snodgrass et al., 2018) para a população portuguesa. A amostra é constituída por 581 participantes, com idades compreendidas entre os 20 e os 30 anos (61.4% dos participantes), a maioria é do género feminino (65.1%) e solteiros(as) (75.6%), 44.2% são trabalhadores e 50.3% considera-se jogador recreativo, jogador profissional (2.8%) ou não jogador (46.9%). O protocolo de avaliação foi constituído por um questionário sociodemográfico, pela *Positive and Negative Gaming Experiences* (PNGE-42) e pela *Internet Gaming Disorder Scale*. Os resultados sugerem que a adaptação portuguesa da PNGE-42 (consequências positivas e negativas da experiência de jogo) apresenta boas características psicométricas por garantir uma estrutura fatorial idêntica à versão original e consistência interna a variar entre .97 (consequências negativas) e .98 (consequências positivas). Foram observadas diferenças estatisticamente significativas na perceção pessoal da experiência de jogo relativamente ao género, idade e tempo de jogo diário, com relato de experiências mais positivas por parte a favor do sexo masculino, com menor idade nos que jogam mais do que 2h/dia.

**Palavras-chave:** experiência de jogo, jogo de azar, Perturbação de Jogo na Internet, Jogo patológico

### Abstract

Gaming disturbances have received great interest from professionals and investigators in the last few years, due to the rising number of online and offline players/users throughout the world. The psychometric adaptation of specific instruments to assess the gaming experience is a relevant task. The principal aim of this study is to translate, adapt, and validate to the Portuguese population an instrument that assesses the user's gaming experience, namely, the *Positive and Negative Gambling Experience* (PNGE-42) (Snodgrass et al., 2018). The sample comprises 581 participants, ages ranging from 20 to 30 (61.4% of participants), most of them female (65.1%) and single (75.6%); 44.2% are employed, and 50.3% consider themselves recreational players, professional player (2.8%) or non-players (46.9%). The evaluation protocol consisted of a sociodemographic questionnaire, the Positive and Negative Gaming Experiences (PNGE-42), and the Internet Gaming Disorder Scale. The results suggest that the Portuguese adaptation of PNGE-42 (positive and negative consequences of the gaming experience) presents good psychometric characteristics with a factorial structure identical to the original version, and an internal consistency that varies between .97 (negative consequences) and .98 (positive consequences). Statistically significant differences in the personal perception of the gaming experience have been observed regarding gender, age, and experience of gaming, with more positive experiences reported by males, youngest and those playing more than 2 hours per day.

**Keywords:** User experience; Gaming, Gambling, Internet Gaming Disorder, Pathological gambling

## **Agradecimentos**

Gostaria de agradecer em primeiro lugar às pessoas que mais me ajudaram e apoiaram ao longo de todos estes anos, à minha família e ao meu namorado, que nunca deixaram de me motivar e auxiliar ao longo de todo o meu percurso. Não menos importante a ajuda de todos os meus colegas e amigos que sempre acreditaram em mim e que nunca me deixaram desistir.

Em segundo lugar, gostava de agradecer imenso ao meu orientador Professor Doutor João Salgado por todo o apoio e auxílio neste processo, bem como à minha coorientadora professora Doutora Artemisa Dores por me ter aceite como sua orientanda, por todo o apoio que me deu e ainda, por me terem dado o enorme privilégio de poder trabalhar com eles, foi um privilégio! Obrigada!

Em suma, agradeço muito a todas as pessoas que se foram cruzando comigo ao longo do meu percurso, sem eles nada teria sido possível. Guardo este ano na minha memória, quer a nível pessoal, como a nível profissional que me fez crescer e aprender muito. Obrigada por tudo!

## **Introdução**

O comportamento lúdico é intrínseco ao ser humano e está intimamente relacionado com sensações de prazer e com a aquisição de experiências de aprendizagem sobre o mundo envolvente. Este comportamento proporciona oportunidades para treinar algumas competências de aprendizagem, sendo este um veículo que permite o desenvolvimento de "papéis", ajudando assim na externalização das emoções e também no incentivo à criatividade (Chacón & Calderón, 2009).

Desde a década de 1970 que os videojogos são uma atividade de lazer bastante popular (Cheng, Cheung & Wang, 2018; Dong, Wang, Wang, Du & Potenza, 2018). Trata-se de um fenómeno internacional em expansão, graças ao aparecimento de diversos jogos que cativam milhões de jogadores, servindo não apenas como um passatempo, mas também como uma possível fonte de rendimento (Cheng, Cheung & Wang, 2018; Snodgrass, et al., 2018).

Pesquisas etológicas e neurobiológicas sugerem que “jogar” é um comportamento básico, evolutivamente conservado, que se manifesta entre espécies de mamíferos de camundongos e chimpanzés, capacidade que se expandiu no ser humano. Independentemente da natureza e forma, jogar possibilita a componente social associada a um sistema de recompensas, tendo sido associada a circuitos cerebrais que se encontram envolvidos na aprendizagem e no desenvolvimento de conhecimentos e competências emocionais, incluindo as que se relacionam com a cooperação e com a dominância social (Snodgrass et al., 2018). O jogo parece ter evoluído como um sistema de promoção da busca e da aquisição de formas evolutivas de comportamentos adaptativos e de experiências em grupo, o que engloba motivações para encontrar e descobrir recompensas sociais. No entanto, este comportamento pode tornar-se excessivo e problemático, dando origem a uma perturbação (APA, 2013).

Este trabalho tem como objetivo principal traduzir, adaptar e validar um instrumento que avalia a experiência de jogo, o *Positive and Negative Gambling Experience* (PNGE-42)

(Snodgrass et al., 2018). A sua realização implicou ainda a exploração da *Gaming Disorder* (*Perturbação de Jogos de Internet*) e da *Gambling Disorder* (*Jogo Patológico*) numa amostra de 581 participantes que preencheram o protocolo de recolha de dados online.

O presente trabalho encontra-se dividido em: Enquadramento Teórico (I Parte), Estudo Empírico (II Parte), Discussão e Conclusão.

Do enquadramento teórico faz parte o Capítulo I dedicado à apresentação e definição dos conceitos de *Gaming* (videojogos), *Gambling* (jogo de apostas, jogo a dinheiro) e experiência de jogo, os critérios de diagnóstico da Perturbação de Jogo à luz do DSM-5 (APA, 2013) e do CID-11 (2018). São também apresentados instrumentos que avaliam a experiência de jogo pela pertinência do tema. Do estudo empírico fazem parte a definição do objeto de estudo e dos objetivos, o método, a caracterização psicométrica dos resultados dos instrumentos de avaliação na amostra em estudo, a apresentação dos resultados, a discussão e as principais conclusões que derivam da investigação.

## **1. Conceitos de *Gaming* e *Gambling***

Independentemente da natureza do jogo, o jogo em geral ou o jogo *online*, este tende a ser muito agradável e/ou emocionalmente envolvente para o utilizador, devido ao seu carácter lúdico (Snodgrass et al., 2018). Segundo Thomas, Allen e Phillips (2009), os jogos podem oferecer benefícios cognitivos, emocionais, motivacionais e sociais quando jogados adequadamente, mas quando o jogo não é visto apenas como um passatempo, começando a ter impacto significativo na vida emocional dos jogadores e na sua esfera social, podemos estar perante um problema (Thomas, Allen & Phillips, 2009; Sharpe, 2002; Snodgrass et al., 2018). Existem assim duas perturbações distintas associadas ao jogo, nomeadamente a *Gaming Disorder* e a *Gambling Disorder* (CID 11, 2018). Apesar do foco deste trabalho serem os

videojogos, torna-se importante distinguir estas perturbações que serão apresentadas no ponto 3.

O *Gaming* (jogar videojogos) e o *Gambling* (jogar a dinheiro, apostas) são atividades de jogo reconhecidas com características comuns ao nível da sua estrutura, sendo que ambos podem causar dano ou prejuízo aquando de um envolvimento desmedido (King, Gainsbury, Delfabbro, Hing, & Abarbanel, 2015). O *Gaming* refere-se à atividade de jogar videojogos, tendo como algumas características associadas a interatividade, pelo ato de jogar, predominantemente baseado em capacidades, indicadores de progresso e sucesso em relação aos seus resultados (e.g., League of Legends, Counter-strike).

O *Gambling*, por sua vez, é uma atividade de jogo assente num mecanismo de apostas, com eventual possibilidade de monitorização dos ganhos e perdas, que envolve risco para o jogador, sendo que a parte financeira é considerada especialmente importante (e.g., Party Poker, Double Down Casino) (King et al., 2015). Podemos encontrar jogos que contemplam características comuns de *Gaming* e de *Gambling*, o que torna difícil distinguir nesses casos as duas classes de jogo. Exemplo desta dificuldade é o jogo digital gratuito em que existe a possibilidade de comprar moedas ou itens para completar tarefas/objetivos no jogo ou a possibilidade de apostar (King et al., 2015).

Segundo Wood, Griffiths e Parke (2007) existem diferentes fatores que mantêm as pessoas a jogar e que podem ser características específicas dos jogos, como a sua complexidade, a presença de diferentes níveis, a existência de missões e/ou pontuações altas e as interações entre jogadores, situacionais porque ajudam os jogadores a relaxar e a fugir temporariamente da sua realidade, e ainda as que se referem à qualidade de relacionamento familiar (Calado, Alexandre & Griffiths, 2017; Wood, Griffiths & Parke, 2007).

## 2. Conceito de experiência de jogo do utilizador

A experiência de jogo do utilizador (*User experience*) é um termo utilizado para sumariar toda a experiência como um produto de *software* que engloba as funcionalidades, o carácter lúdico, agradável e cativante da aplicação, no sentido de se proporcionar uma excelente experiência ao utilizador analisando todos os seus recursos (Lowdermilk, 2013). A experiência de jogo do utilizador é um conceito dinâmico, que depende da relação entre o contexto e a avaliação subjetiva, assente na interação com o produto e que segue práticas de *design* centradas no utilizador (Costa & Nakamura, 2015).

Segundo Savi (2011) a experiência de jogo do utilizador é entendida como um conjunto de sensações, sentimentos ou respostas emocionais que ocorrem quando os utilizadores interagem num sistema ou serviço, que se manifesta através de uma qualidade de *design*, de interação e de valor ao utilizar um produto que se concentra mais no aspeto subjetivo do processo de interação. Este processo vai além do tradicional estudo das competências e capacidades e dos processos cognitivos dos utilizadores e também do seu comportamento racional ao interagir com os computadores. O estudo das respostas emocionais do utilizador permite compreender o seu comportamento ao interagir com o jogo (Costa & Nakamura, 2015).

A experiência do utilizador é assim um termo abrangente que inclui conhecimentos multidisciplinares, sendo um conceito que surgiu na área de “interação humana e computador” a partir das limitações encontradas na utilização de diferentes métricas na avaliação de interfaces (Hassenzahl & Tractinsky 2006). A vantagem de existir uma definição para a experiência de utilizador de jogo é permitir uma junção de diferentes visões, para clarificar o conceito em questão. A partir desta definição, estabeleceram-se diferentes focos de análise em que o primeiro se centra no estudo da interação para além do instrumento em si, isto é, procura analisar-se o produto (jogo) ao nível das características que não envolvem o ato de jogar, mas sem esquecer que a experiência do utilizador implica avaliar a funcionalidade do produto, dada

a interação que se estabelece inevitavelmente entre o jogador e o jogo. O segundo foco de estudo apresentado pelos autores consiste em estudar a importância da emoção e da afetividade em sistemas computacionais. A experiência do utilizador envolve o estudo das emoções e da afetividade, procurando criar experiências positivas, para sinalizar e resolver a experiência associada às emoções negativas, como a frustração, que podem ocorrer durante a interação entre o utilizador e o jogo. O terceiro foco de análise refere-se aos estudos que têm por objetivo estudar o contexto em que se recorre ao uso da tecnologia. A experiência é vista como a combinação dos diversos fatores presentes, que incluem o estado emocional do utilizador e o produto em si. Estes estudos centram-se na experiência em termos globais ao passo que a experiência do utilizador consiste no estudo de experiência mais contida dentro do espectro da interação entre o utilizador e o jogo (Hassenzahl & Tractinsky, 2006).

Existe já investigação sobre as sensações experimentadas pelo utilizador ao realizar uma tarefa particular num determinado sistema interativo, que abrange propriedades pragmáticas e hedónicas da interação. São estes tópicos que são considerados durante o desenvolvimento do produto (*hardware* ou *software*) para obter a melhor experiência de jogo para os utilizadores (Savi, 2011). Atualmente, os utilizadores são mais experientes, exigentes e pretendem ter uma experiência de jogo vasta, ou seja, pretendem aceder a diferentes aplicações criadas de forma inteligente e cativante, tornando-se cada vez mais criteriosos relativamente ao que querem e ao que gostam (Lowdermilk, 2013).

Segundo Lowdermilk (2013), os jogos começaram a ser adaptados, melhorando as funcionalidades de cada aplicação, uma vez que podemos encontrar centenas de aplicações que nos permitem realizar uma determinada tarefa. No entanto, apenas algumas delas são agradáveis. Existem alguns princípios que nos ajudam a avaliar uma aplicação, como exemplo, o princípio da proximidade (princípio da Gestalt) que pode exercer o impacto mais significativo, já que ao organizar e agrupar os itens para que a sua função seja descrita, pode

melhorar-se significativamente a experiência do utilizador com a aplicação. Estas características possibilitam uma maior facilidade na aprendizagem para utilizar uma aplicação, exigindo menos do utilizador.

A atual tendência do *design* de jogos encontra-se centrada nos aspetos que a experiência de jogar pode proporcionar, na clareza dos conceitos e as suas interações para promover coerência, da conceção à avaliação de soluções. Neste sentido, o desenvolvimento do conceito de experiência de jogo do utilizador permite que se analisem características específicas presentes nos jogos, para dar lugar a uma maior compreensão das diferenças nas experiências de jogar. A funcionalidade do jogo é o entretenimento e por isso, as análises funcionais baseadas nesta condição, em que a experiência é uma consequência da interação, possuem limitações que devem ser analisadas (Hassenzahl & Tractinsky 2006).

A literatura não é consensual sobre a relação entre a experiência de jogo e a possibilidade de se desenvolver uma dependência do mesmo, devido, entre outros aspetos, às lacunas ao nível da investigação e necessidade de instrumentos específicos nesta área. Na perspetiva de alguns autores (e.g., Latour, 2002; Stengers, 2003; Torrado et al., 2017), os videojogos propiciam experiências virtuais cheias de possibilidades, que tornam possível ao sujeito transformar-se noutra pessoa, dar voz a fantasias que não serão a realidade e arriscar novos comportamentos, constituindo um exercício de libertação (Latour, 2002). A visão predominante é aquela que considera que um jogador dependente irá sofrer prejuízos familiares, sociais e económicos, afastando-se das pessoas significativas, prejudicando as horas de descanso e de alimentação em prol de atingir os objetivos preconizados pelo jogo. No entanto, existem outras versões e formas de analisar esta problemática, sugerindo que não é suficiente que a avaliação se centre apenas no ato de jogar, mas nas consequências emocionais e que alimentam o comportamento (Cover, 2006).

Ko et al. (2015) defendem que a motivação e as características das atividades individuais relacionadas com a utilização da internet contribuem para a dependência de jogo, sugerindo assim que a uma perturbação neste domínio se designe por *Gaming Disorder* e que seja diagnosticada como perturbação independente para facilitar o seu estudo. Por seu turno, King e Potenza (2019) consideram uma perturbação de jogo de internet também como uma dependência que pode estar associada a múltiplos sintomas psicológicos. Outros autores consideram a dependência como estando associada à expectativa de gratificação, mas neste caso reflete-se a tentativa de os jogadores cumprirem necessidades pessoais, com o objetivo de restaurar o bem-estar psicossocial, de recuperar a autoestima e no caso de jogos a dinheiro (*Gambling*) de reabastecer o capital financeiro (Cheng et al., 2018; King & Delfabbro, 2014).

No ponto seguinte são apresentados os critérios de diagnóstico da perturbação de jogo e da perturbação de jogo de internet, uma vez que, tal como acontece com outros comportamentos de risco, a prática de jogo é passível de dependência (Balsa, Vital, & Urbano, 2015).

### **3. Perturbação de Jogos de Internet (APA, 2013)**

Investigadores (Petry & Brien, 2013; Richard & Senon, 2005; Orford, 2011) têm vindo a defender que os problemas associados ao comportamento de jogar videojogos na internet ou noutras plataformas merece já uma atenção especial e um diagnóstico próprio. Por exemplo, Ko et al. (2015) defendem que a motivação e as características da estrutura das atividades na internet contribuem para a dependência de jogo, sugerindo que a *Perturbação de Jogos de Internet*, terminologia adotada pelo DSM-5 (APA, 2013) deva ser diagnosticada como uma perturbação independente para ser melhor compreendida e analisada (Ko et al., 2015). Embora seja alvo de discussão, os sistemas de diagnóstico têm vindo crescentemente a considerar essa possibilidade.

### 3.1. A Perturbação de Jogos de Internet e *Gaming Disorder*

Apresentamos nesta secção a Perturbação de Jogos de Internet, segundo o Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM-5; APA, 2013) e a *Gaming Disorder* segundo a Classificação Internacional de Doença (CID 11, 2018).

A problemática relacionada com o jogo surgiu pela primeira vez em 1980 integrada na nomenclatura psiquiátrica, tendo sido designada como Jogo Patológico pela primeira vez no DSM-III (APA, 1987). O Jogo Patológico foi então caracterizado pela progressiva perda de controlo face ao jogo, revelando assim incapacidade para resistir aos impulsos de jogar. Nesta fase, foram propostos sete itens que salientavam a influência negativa e disruptiva nos padrões de funcionamento nos domínios pessoal, familiar, profissional e financeiro (Petry & Brien, 2013; Petry, 2014; Reilly & Smith, 2013).

Na revisão do DSM-III, publicado em 1987, a ênfase foi dada à disfunção psicossocial e menos à questão associada ao dinheiro gasto em práticas de jogo. Até então, muitos critérios para o diagnóstico eram semelhantes aos do diagnóstico de dependência de substâncias psicoativas, sendo o único exclusivo de uma perturbação de jogo o critério relacionado com o resgate ou recuperação de montantes investidos nesta prática. Na versão do DSM-IV (APA, 1994) continua a classificar-se a perturbação de jogo como uma *Perturbação do Controlo dos Impulsos não Classificada em outro lugar*. A atribuição de diagnóstico passa agora a requerer cinco ou mais critérios que não têm ligação direta com o uso de substâncias, em particular: jogar como forma de fuga a estados de humor negativo, comportamentos de resgate, mentir sobre a gravidade do problema, cometer atos ilegais para manter o hábito de jogar e contar com os outros para obter dinheiro, procurando resolver problemas associados ao jogo. Na atual versão do DSM (DSM-5; APA, 2013) é possível observar uma mudança na conceptualização das perturbações aditivas, com a Perturbação de Jogo (antes denominada por Jogo Patológico) a ser transferida para o grupo das Perturbações Relacionadas com Substâncias e Perturbações

Aditivas, num subgrupo designado por Perturbações Não Relacionadas com Substâncias. No entanto, em Portugal não se verificou esta alteração nos conceitos, não tendo sido implementada a mudança na tradução portuguesa (APA, 2013; Torrado et al., 2017). Globalmente, a renomeação foi bem-recebida internacionalmente, passando a designação de Jogo Patológico para Perturbação de Jogo. Importa compreender os critérios de diagnóstico preconizados no DSM-5 (APA, 2013) e na CID 11 (2018) porque apesar de semelhantes, a terminologia adotada é diferente e também esclarecer que neste trabalho nos focamos na Perturbação de Jogos de Internet e não noutras formas patológicas de jogo identificadas nos manuais de diagnóstico.

De acordo com o DSM-5 (APA, 2013) a perturbação de jogo é caracterizada por um comportamento problemático, persistente e recorrente, em relação ao jogo, que conduz a mal-estar e défices clinicamente significativos indicados pela exibição pelo sujeito de pelo menos quatro dos nove critérios durante 12 meses, sendo os critérios a considerar os seguintes: preocupação frequente com jogos; sintomas de abstinência quando os jogos de internet são retirados; tolerância, na medida em que há uma necessidade de despende uma grande quantidade de tempo em jogos de internet; tentativas mal sucedidas de controlar a participação em jogos de internet; perda de interesse em passatempos e atividades de entretenimento prévias resultante de, e com exceção do uso de jogos de internet; uso excessivo continuado de jogos de internet apesar do conhecimento dos problemas psicossociais; ter enganado os membros da família, terapeutas ou outros relativamente à quantidade de jogo de internet; uso de jogos de internet para evitar ou aliviar um humor negativo e, ainda, ter arriscado ou perdido uma relação significativa, emprego ou oportunidades educacionais ou de carreira devido à participação em jogos de internet (APA, 2013).

A Perturbação de Jogos de Internet definida no DSM-5 (APA, 2013) é inconsistente na medida em que os nove critérios incluem apenas os videojogos *online*, mas, na secção

“Subtipos”, considera-se a possibilidade de os videojogos *offline* constituírem um subtipo. Atualmente não existem subtipos adequadamente estabelecidos nem dados concretos acerca de diferentes consequências ou comportamentos advindos de diferentes tipos de videojogos, tanto *online* ou *offline*. Atualmente, a Perturbação de Jogos de Internet é caracterizada por problemas psicossociais significativos, como o abandono escolar, conflitos familiares, isolamento social e depressão (APA, 2013; Cheng, Cheung & Wang, 2018; King & Potenza, 2019), mas apenas uma pequena parte da população desenvolve patologia (Chacón & Calderón, 2009; Clímaco, 2004; Dong et al., 2018). Apesar da definição, esta é uma perturbação ainda em estudo.

A Perturbação de Jogos de Internet incluída no DSM-5 (APA, 2013) é designada por *Gaming Disorder* na 11ª revisão da CID. Ao longo do ano de 2018 assistimos a uma forte discussão na Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre a inclusão da *Gaming Disorder* na 11ª revisão da CID (2018). Durante as reuniões anuais de especialistas da OMS em países como Japão (Tóquio), Coreia do Sul (Seul), China (Hong Kong) e Turquia (Istambul) realizadas desde o ano de 2014 foi possível justificar a necessidade de inserir a *Gaming Disorder* na secção de “Perturbações motivadas por comportamentos de dependência” no projeto beta da CID-11 (King & Potenza, 2019; Rumpf, Achab, Billieux, Bowden-Jones & Carragher, 2018).

A *Gaming Disorder* é então definida como um padrão de comportamento de jogo (“jogo digital” ou “videojogos”) (“jogo digital” ou “videojogos”) que pode ser *online* (pela internet) ou *offline*, que se manifesta pela falta de controlo sobre a utilização dos jogos, em que se demonstra um interesse exacerbado dado ao jogo em relação a outras atividades, na medida em que este é visto como uma prioridade relativamente a outros interesses e atividades diárias, apesar das consequências negativas que possa ter na vida do indivíduo.

Para que haja lugar ao diagnóstico de *Gaming Disorder*, o padrão de comportamento deve ser severo causando um prejuízo significativo na vida pessoal, familiar, social, educacional, ocupacional e noutras áreas importantes de funcionamento, sendo visível por um

período mínimo de 12 meses (CID 11, 2018; Grant et al., 2014; King & Potenza, 2019) como acontece nos critérios de diagnóstico no DSM-5 (APA, 2013). King e Potenza (2019) consideram a *Gaming Disorder* como uma dependência que pode estar associada a múltiplos sintomas psicológicos. Outros autores consideram a dependência como estando associada à expectativa de gratificação. Neste caso, reflete-se a tentativa de os jogadores cumprirem necessidades pessoais, com o objetivo de restaurar o bem-estar psicossocial e de recuperar a autoestima (Cheng et al., 2018; King & Delfabbro, 2014).

A inclusão da *Gaming Disorder* na CID 11 (2018) foi importante, uma vez que se começou a assistir à procura de tratamento em diferentes países, porque as pessoas passaram a considerar que sofriam de um comprometimento funcional relacionado com sintomas de perturbação de jogo (Grant et al., 2014; Rumpf et al., 2018). No entanto, em muitos desses países não existiam respostas ao nível dos serviços de saúde para pessoas com esta perturbação e os que os existem hoje são, ainda muitas vezes, escassos e desarticulados (Rumpf et al., 2018).

É de esperar que a introdução de um diagnóstico de *Gaming Disorder* ajude a responder à necessidade de avaliação e intervenção que até então não tinha obtido resposta e que leve à criação de novos serviços que proporcionem o tratamento adequado em diferentes países do mundo. Espera-se ainda que possibilite o treino adequado de profissionais de saúde; facilite a comunicação na equipa; promova a dinamização de atividades de prevenção e intervenção precoce; contribua para o aumento da investigação e da monitorização de sintomas e facilite o financiamento do tratamento (Grant et al., 2014; Rumpf et al., 2018).

### **3.2. Instrumentos que avaliam a experiência de jogo**

Existem diversos instrumentos que permitem avaliar a experiência de jogo, mas dado que não existia nenhum adaptado ao contexto português foi nosso objetivo escolher o instrumento que permitisse estudar a realidade portuguesa e proceder à sua adaptação.

Resultado de uma revisão da literatura, na Tabela 1 são apresentados os diversos instrumentos utilizados em vários países especificamente para avaliar a experiência de jogo do utilizador, tendo em consideração as qualidades psicométricas dos mesmos. Dos instrumentos identificados, aquele que apresenta melhores características psicométricas é o PNGE-42 (Snoodgrass et al., 2017).

Relativamente aos restantes instrumentos apresentados na Tabela 1, apresenta-se uma breve descrição do objetivo principal de cada um.

A *Online Gaming Scale* (OGS) (Spada & Caselli, 2015) foi desenvolvida para avaliar a experiência de jogo considerando três dimensões: identificação de um avatar, identificação de um grupo e identificação de um jogo, em que a identificação do avatar é um fator de segunda ordem que consiste na identificação de aspetos comuns com outros jogadores e a identificação do sentimento de pertença ao grupo. A *Gaming Attitudes, Motives and Experiences Scale* (GAMES) (Hilgard, Engelhardt, & Bartholow, 2013) consiste numa medida de avaliação de hábitos e preferências individuais no uso de videojogos, tendo sido desenvolvida para melhor estudar fatores de risco associados à utilização patológica de jogos (isto é, uso excessivamente frequente ou prolongado, designado nalguns casos por "dependência de jogos"). Este instrumento foi aplicado a estudantes universitários e foram identificadas nove dimensões na Análise de Componentes Principais: História, Catarse Violenta, Recompensa Violenta, Interação Social, Escapismo, Sensibilidade a Perdas, Personalização, Aborrecimento e Autonomia.

**Tabela 1. Instrumentos que permitem avaliar a experiência de jogo**

<b>Instrumento</b>	<b>Autores</b>	<b>País</b>	<b>Número de Itens</b>	<b>Características psicométricas</b>
1. Positive and Negative Gaming Experiences	Snoodgrass et al., (2017)	EUA	57	Boa validade e boa fidelidade
2. Meta Cognitions about Online Gaming Scale (OGS)	Spada e Caselli (2015)	Itália	12	Consistência interna aceitável

3. The gaming attitudes, motives and experiences scales. (GAMES)	Hilgard, Engelhardt e Bartholow (2013)	EUA	59	Varia entre .80 e .89
4. The Play Experience Scale (PES)	Pavlas, Jentsch, Salas, Fiore, e Sims (2011)	EUA	20	Varia entre .86 e .90
5. Game User Experience Satisfaction Scale (GUESS)	Phan, Keebler e Chaparro (2016)	EUA	55	Varia entre .72 e .92
6. Electronic Gaming Motives Questionnaire (EGMQ)	Myrseth, Notelaers, Strand, Borud e Olsen (2015)	Noruega	26	Consistência interna satisfatória

A *Play Experience Scale* (PES) (Pavlas, Jentsch, Salas, Fiore, & Sims, 2011) é uma medida de avaliação da experiência de jogo associada aos videogames e foi desenvolvida após revisão de literatura e de dois estudos empíricos. Os autores deste instrumento consideram que o PES é potencialmente relevante para a análise de fatores humanos para se envolverem em videogames, incluindo a investigação sobre jogos e aprendizagem. A *Game User Experience Satisfaction Scale* (GUESS) (Phan, Keebler & Chaparro, 2016) foi desenvolvida e validada com base na avaliação de mais de 450 títulos exclusivos de videogames em diferentes estilos populares de jogos. Pode ser aplicado a jogadores que jogam diferentes videogames, para avaliar quais são os aspectos do jogo que contribuem para a satisfação do utilizador e/ou como ferramenta para analisar a experiência de jogo do utilizador. A *Electronic Gaming Motives Questionnaire* (EGMQ) (Myrseth, Notelaers, Strand, Borud, & Olsen, 2015) foi adaptada para medir a motivação dos utilizadores para jogar videogames e integra quatro dimensões: melhoria no jogo, coping, gratificação social e autogratição).

A PNGE-42 foi desenvolvida para avaliar a experiência positiva e a experiência negativa de jogar videogames, que envolve a percepção dos benefícios (consequências positivas) e dos prejuízos (consequências negativas) deste comportamento (Snoodgrass et al., 2017).

A adaptação do instrumento para português europeu e as características psicométricas serão apresentadas em ponto próprio, mas pretendemos nesta secção descrever a estrutura do instrumento e de que forma os autores da versão original chegaram aos itens a integrar.

A construção deste instrumento envolveu uma abordagem psicocultural sobre jogos *online*. De acordo com os autores, os jogos estão associados a características como o envolvimento, a realização pessoal, a motivação social e a imersão, que são aspetos que moldam os prazeres e os perigos do jogo *online* (Yee, 2006a, 2006b, 2006c, cit. Snoodgrass et al., 2017). Neste sentido, os autores procuraram centrar-se numa abordagem da antropologia cognitiva para investigar empiricamente como as experiências dos jogadores são elaboradas e integradas nos mapas cognitivos específicos da comunidade sobre aquele que é o significado e comportamento padrão culturais através do qual os jogadores avaliam e interpretam as suas experiências e atividades *online* (Snoodgrass et al., 2017). Os autores tiveram, ainda, como preocupação utilizar métodos etnográficos para obter *insights* de expressões culturais privilegiadas de prazer e angústia (Kleinman, 1988; Nichter, 1981, cit. Snoodgrass et al., 2017). Para a recolha de dados foi utilizada pelos autores do instrumento uma metodologia mista, que combinou a observação da participação dos sujeitos com entrevistas semiestruturadas baseadas na entrevista narrativa da doença de McGill (Groleau, Young & Kirmayer, 2006, cit. Snoodgrass et al., 2017) e uma pesquisa *online* sobre a perceção do jogo, no que se refere ao envolvimento, consequências positivas e consequências negativas do jogo, dando lugar a 15 itens sobre o envolvimento em jogos e 42 itens de consequências positivas e negativas (21 itens para cada uma das duas dimensões). A PNGE-42 incluiu itens que se revelaram quadros de significado associados à motivação para jogar dentro de uma cultura (D'Andrade & Strauss, 1992, cit. Snoodgrass et al., 2017). Ao mesmo tempo, a construção desta escala pretendia ser um auxílio para os investigadores para avaliarem as experiências da comunidade de jogadores função das expectativas sociais (Kardefelt-Winther, 2015).

## Objetivo Geral

O principal objetivo deste estudo é traduzir, adaptar e validar a *Positive and Negative Gaming Experiences* (PNGE-42, Snoodgrass et al., 2017) para a população portuguesa.

## 4. Método

### 4.1. Participantes

O estudo foi desenvolvido com uma amostra total de 581 participantes com idades compreendidas entre os 20 e os 30 anos (61.4%), sendo a maioria do género feminino (65.1%) e solteiros(as) (75.6%). Relativamente à ocupação, 44.2% dos participantes respondeu ser trabalhador, seguido dos estudantes (32.8%) e no que se refere ao local onde vivem, 86.9% das pessoas é da zona norte. Relativamente ao tipo de jogador, 50.3% considera-se jogador recreativo ou não jogador (46.9%).

Na Tabela 2 são apresentadas as características sociodemográficas dos participantes que integraram a amostra total. Os critérios de inclusão foram ter pelo menos 18 e aceitar participar no estudo, mediante a assinatura do consentimento informado.

**Tabela 2. Características sociodemográficas dos participantes**

	<b>n</b>	<b>(%)</b>
<b>Género</b>		
Feminino	379	65.1
Masculino	202	34.7
<b>Idade</b>		
18-20 anos	60	13.8
Dos 21 aos 30 anos	357	61.4
Dos 31 aos 40 anos	58	10.0
41 anos ou mais	86	14.8
<b>Estado Civil</b>		
Casado (a)	81	13.9
Divorciado (a)	21	3.6
Solteiro (a)	440	75.6
União de facto	29	5.0
Viúvo (a)	10	1.7
<b>Ocupação</b>		
Desempregado	52	8.9
Estudante	191	32.8

Trabalhador - Estudante	81	13.9
Trabalhador (a)	257	44.2
<b>Zona do País</b>		
Açores	2	.3
Centro	49	8.4
Norte	505	86.8
Sul	25	4.3
<b>Tipo de jogador</b>		
Não jogo	273	46.9
Profissional	15	2.6
Recreativo	293	50.3
<b>Quantas horas por dia joga?</b>		
0h-2h	473	81.3
2h-3h	75	12.9
4h-5h	18	3.1
Mais de 5h	15	2.6

## 4.2. Instrumentos

O protocolo de avaliação foi constituído por um questionário sociodemográfico, pelo *Positive and Negative Gaming Experiences* (PNGE-42) (Snoodgrass et al., 2017) e pela *Internet Gaming Disorder Scale* (Lemmens et al., 2015).

**4.2.1. Questionário sociodemográfico** incluiu perguntas referentes características sociodemográficas, como o género, a idade, o estado civil, a profissão, o local de residência, tipo de jogador e número de horas que joga por dia.

**4.2.2. *Positive and Negative Gaming Experiences* (PNGE-42; Snoodgrass et al., 2017)**

O *Positive and Negative Gaming Experiences* (PNGE-42; Snoodgrass et al., 2017) permite avaliar a experiência positiva e negativa de jogar videojogos, que envolve a perceção dos benefícios (consequências positivas) e dos prejuízos (consequências negativas) deste comportamento.

Uma vez que o instrumento teve de ser traduzido para português europeu (Sousa, Cardoso, Dores, Salgado, & Bento, 2019), o procedimento de adaptação da versão portuguesa é apresentado em ponto próprio, destacando-se nesta secção a informação relativa à cotação do

instrumento. O PNGE-42 é composto por 57 questões avaliadas numa escala de tipo *Likert* de quatro pontos com as seguintes opções de resposta: “discordo completamente”, “discordo”, “concordo” e “concordo completamente”. Integra três conjuntos de questões, sendo o primeiro constituído por 15 itens que avaliam a opinião geral do indivíduo relativamente ao uso intensivo dos jogos online, o segundo integra 21 questões que avaliam o potencial benefício do uso excessivo do *gaming* (benefícios ou consequências positivas) e o terceiro integra também um conjunto de 21 questões para avaliar o potencial prejuízo do uso intensivo dos jogos *online* (prejuízos ou consequências negativas). A classificação final pode variar entre zero e 171 pontos e quanto maior a pontuação, maior a perceção de benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas) associadas ao comportamento de jogar (Snodgrass et al., 2017).

#### **4.2.3. Internet Gaming Disorder Scale (IGD-SF9; Pontes & Griffiths, 2016)**

A IGD-SF9 foi desenvolvida para avaliar a experiência relacionada com um problema de jogo e para representar as dimensões clínicas da Perturbação de Jogos de Internet conforme os critérios de diagnóstico do DSM-5 (APA, 2013; Pontes & Griffiths, 2015; Pontes & Griffiths, 2016), incluindo a preocupação, o evitamento, a tolerância, as falhas nas tentativas de controlo, a perda de interesses externos, o uso excessivo, o engano, a evasão, e ainda efeitos destrutivos. Os nove itens são avaliados numa escala de tipo *Likert* de cinco pontos, para medir a frequência de ocorrência deste comportamento no último ano, em que um significa “Nunca”, dois “Raramente”, três “Às vezes”, quatro “Frequentemente” e cinco “Muitas vezes”. A classificação final pode variar entre nove e 45 pontos, considerando-se que indivíduos que obtenham 36 ou mais pontos podem ser diagnosticados com uma perturbação de jogo de internet. Esta escala apresenta boa fidelidade ( $\alpha=.89$ ). A versão portuguesa utilizada neste estudo é da autoria de Pontes e Griffiths (2016), tendo apresentado boas características

psicométricas no que se refere à análise fatorial confirmatória, validade de constructo e consistência interna. No presente estudo, a consistência interna dos itens avaliada através do alfa de *Cronbach* foi .90.

### **4.3. Procedimentos**

O presente estudo foi aprovado pela Comissão de Ética do Instituto Superior Universitário da Maia, realizado com o cumprimento dos princípios consagrados na Declaração de Helsínquia no que respeita à explicação e aceitação do consentimento informado e no Regime Geral de Proteção de Dados (RGPD). A recolha de dados foi realizada através de um questionário online na plataforma *Google Forms*, entre os meses de maio e junho.

Os dados foram analisados com recurso ao programa informático IBM - SPSS (*Statistical Package for Social Sciences* – versão 25).

A análise estatística dos dados compreendeu inicialmente a análise descritiva das variáveis em estudo. Para analisar as características psicométricas dos instrumentos recorreremos à avaliação da consistência interna dos itens, através do cálculo do alfa de *Cronbach* e no caso da PNGE-42 foi feita uma Análise de Componentes Principais para verificar a estrutura fatorial relativamente à escala original.

Para o estudo das diferenças entre os participantes no que se refere à experiência de jogo, tendo em conta as variáveis sociodemográficas, foi utilizada a estatística paramétrica depois de testada e assumida a normalidade das variáveis estudadas nesta amostra (Testes *t* de *Student* e análises de variância ANOVA).

Foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson (*r*) para conhecer a força de associação entre as diferentes variáveis (benefícios e prejuízos avaliados pelo PNGE-42, IGD e horas de jogo por dia), sendo esta uma medida de intensidade de associação existente entre variáveis quantitativas.

Recorremos ao modelo de Regressão Linear Simples para explorar o papel preditivo da IGD relativamente aos benefícios e prejuízos avaliados pela PNGE-42 em ambas as versões utilizadas nesta investigação.

## **5. Resultados**

### **5.1. Processo de adaptação da PNGE-42 para o contexto português**

O instrumento foi traduzido para português europeu por uma tradutora bilingue (português, inglês) e a tradução validada por um especialista na área. A primeira avaliação preliminar do instrumento PNGE-42 (pré-teste) foi realizada com 35 participantes (estudantes do Ensino Superior). Foi-lhes pedido que comentassem os itens que considerassem de difícil compreensão ou que suscitassem ambiguidade. Relativamente à clareza das questões, 54.3% dos participantes (n=19) não consideraram as questões claras, particularmente pela dificuldade em perceber se os itens se referiam à sua experiência pessoal ou à sua percepção sobre aquela realidade. Foi-nos sugerido alterar e clarificar as instruções para cada conjunto de questões, e diversos itens que suscitaram dúvidas. O autor foi contactado para clarificar esta questão e o instrumento foi reformulado por uma especialista na área e foi pedido a uma 3ª pessoa, também especialista na área, para indicar entre a primeira versão e a segunda qual considerava mais clara. Na segunda versão do instrumento foi alterada a instrução dada aos participantes para que respondessem novamente aos 42 itens da PNGE-42 com base na sua experiência pessoal, com a autorização do autor, uma vez que o instrumento na sua versão original se centrava essencialmente na visão sobre o fenómeno na sociedade. O segundo pré-teste envolveu 45 participantes (também estudantes do ensino superior), não suscitando quaisquer dúvidas de interpretação e sendo consensual a versão final.

## **5.2. Estudo psicométrico da PNGE-42**

Neste ponto são apresentados os resultados referentes às análises da adaptação da PNGE-42 para a população portuguesa. São apresentados os resultados relativos às características psicométricas da Análise de Componentes Principais e ao estudo da fidelidade através do estudo da consistência interna - alfa de *Cronbach*.

### **5.2.1. Análise de Componentes Principais**

Com o objetivo de analisar a estrutura fatorial da PNGE-42 na amostra estudada, foi efetuada uma Análise de Componentes Principais, através do método de rotação *Oblimin* Diret, utilizando o critério de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), incluindo os 42 itens que compõem o instrumento original e mantendo as instruções originais. A esta versão chamamos “versão portuguesa 1 – instruções originais”. Estes resultados são apresentados na Tabela 3. Adicionalmente, por ter sido solicitado aos participantes que respondessem pela segunda vez aos 42 itens alterando a instrução dada para esse efeito (ou seja, foi pedido que refletissem sobre a sua experiência pessoal de jogo), foi também avaliada a sua estrutura fatorial. A esta versão chamaremos “versão portuguesa 2 - percepção pessoal da experiência de jogo”. Estes resultados são apresentados na Tabela 4. Destacamos o facto de na Análise de Componentes Principais da versão portuguesa 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” se ter considerado apenas os participantes que referiram ter alguma experiência de jogo (n=308).

De acordo com a Tabela 3, o valor de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) obtido foi .972 e como é superior a .6 permite-nos dizer que estamos perante uma análise fatorial adequada (Tabachnick & Fidell, 1996). O teste de esfericidade de Bartlett obteve um nível de significância de  $p < .001$  e, portanto, considera-se a análise fatorial significativa e apropriada (Pallant, 2011; Tabachnick & Fidell, 1996).

A análise dos componentes principais revelou a presença de dois componentes com valores próprios superiores a 1 que explicam 74.67% da variância total, sendo o fator 1 o que possui maior contribuição (43.89%).

**Tabela 3. Análise de Componentes Principais da PNGE-42 – versão portuguesa 1 – instruções originais**

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) = .972 Teste de esfericidade de Bartlett: $\chi^2 = 33526.29$ , $p < .001$		
	Rotação dos componentes	
	1	2
1. Esperar ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.		.775
2. Achar que jogar videojogos a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.		.822
3. Sentir que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.		.796
4. Experimentar picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.		.841
5. Achar satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.		.774
6. Sentir-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.		.851
7. Achar que os videojogos dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.		.834
8. Gostar que as suas competências sejam levadas ao limite.		.831
9. Achar satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.		.857
10. Gostar mais de jogar videojogos como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.		.791
11. Achar que os videojogos afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.		.854
12. Esforçar-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.		.879
13. Experimentar uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.		.881
14. Acreditar que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.		.849
15. Gostar do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.		.886
16. Preocupar-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.		.749
17. Achar que jogar videojogos com amigas/os e família do mundo <i>offline</i> fortalece essas relações.		.810
18. Estabelecer fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sentir que podem confiar neles e que eles estão disponíveis para os ajudar.		.854
19. Sentir satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.		.878
20. Achar que ultrapassar desafios difíceis nos videojogos ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.		.855
21. Desenvolver competências importantes através do jogo, que os ajudam a progredir tanto na sua atividade como na sua vida fora do jogo.		.841
1. Achar difícil concentrar-se em outras atividades porque estão a pensar nos videojogos.	.908	
2. Sentir-se frustrada/o e desapontada/o, ficando de mau-humor quando não joga bem.	.892	
3. Sentir que jogar não é a melhor forma de utilizar o seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil.	.716	
4. Sentir-se mental e fisicamente esgotado/a após longas e intensas sessões de jogo.	.898	
5. Forçar demasiado o seu corpo, não comendo, nem dormindo corretamente, quando está a jogar.	.931	
6. Ficar inquieta/o e irritável quando não consegue ficar <i>online</i> para jogar.	.938	
7. Ficar negativamente obcecada/o com o jogo, mesmo sentindo que o jogo está a controlar a sua vida.	.941	

8. Achar difícil controlar ou limitar o seu jogo, jogando videogames demasiado e em alturas inoportunas.	.945
9. Chegar ao ponto em que o jogo se torna mais uma rotina aborrecida do que algo divertido.	.878
10. Achar que jogar muito torna mais difícil desfrutar/aproveitar outras atividades na sua vida.	.812
11. Utilizar o jogo para evitar desafios na sua vida em vez de lidar com eles diretamente.	.921
12. Ter que jogar cada vez mais para obter as mesmas sensações de prazer e satisfação.	.934
13. Jogar tanto ao ponto de se sentir isolada/o e solitária/o.	.930
14. Importar-se demasiado com a opinião, perspectivas e exigências de outras/os jogadoras/es.	.929
15. Continuar a jogar mesmo que pense que as/os outras/os jogadoras/es estão a formar uma comunidade tóxica em vez de uma comunidade de apoio/suporte.	.931
16. Ficar aborrecida/o e irritada/o quando jogadoras/es anónimas/os não assumem a responsabilidade pelas suas ações e palavras.	.886
17. Achar que jogar videogames leva a conflitos com a família e amigas/os.	.854
18. Sentir que eles têm que jogar pelas suas/seus amigas/os online mesmo quando não têm vontade.	.914
19. Sentir que jogar videogames é mais um trabalho aborrecido do que algo que faz com gosto.	.812
20. Ficar irritado/a ou sentir-se mal consigo mesmo e com as suas capacidades quando perde ou não joga bem.	.899
21. Pensar que poderia ser mais bem-sucedido/a na vida se não dispensasse tanto tempo e energia a jogar videogames.	.792

---

Na Tabela 4 é apresentada a análise fatorial exploratória da “versão portuguesa 2 - percepção pessoal da experiência de jogo”. Verificamos que o valor de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) obtido foi .971 e como é superior a .6 permite-nos dizer que estamos perante uma análise fatorial adequada (Tabachnick & Fidell, 1996). O teste de esfericidade de Bartlett obteve um nível de significância de  $p < .001$  e, portanto, considera-se a análise fatorial significativa e apropriada (Pallant, 2011; Tabachnick & Fidell, 1996).

A análise dos componentes principais revelou a presença de dois componentes com valores próprios superiores a 1 que explicam 78.77% da variância total, sendo o fator 1 o que possui maior contribuição (49.93%).

**Tabela 4. Análise de Componentes Principais da PNGE-42 – “versão portuguesa  
2 - percepção pessoal da experiência de jogo”**

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) = .972 Teste de esfericidade de Bartlett: $\chi^2 = 33526.29, p < .001$	
	Rotação dos componentes
	1      2
1. Espera ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.	.797
2. Acha que jogar videogames a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.	.817
3. Sente que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.	.835
4. Experiencia picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.	.842
5. Acha satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.	.812
6. Sente-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.	.823
7. Acha que os videogames dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.	.854
8. Gosta que as suas competências sejam levadas ao limite.	.846
9. Acha satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.	.857
10. Gosta mais de jogar videogames como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.	.824
11. Acha que os videogames afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.	.799
12. Esforça-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.	.868
13. Experiencia uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.	.873
14. Acredita que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.	.875
15. Gosta do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.	.887
16. Preocupa-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.	.818
17. Acha que jogar jogos online com amigos/os e família do mundo <i>offline</i> fortalece essas relações.	.853
18. Estabelece fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sente que pode confiar neles e que eles estão disponíveis para os ajudar.	.884
19. Sente satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.	.875
20. Acha que ultrapassar desafios difíceis no jogo ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.	.906
21. Desenvolve competências importantes através do jogo, que o (a) ajuda a progredir tanto na sua atividade, como na sua vida fora do jogo.	.895
1. Acha difícil concentrar-se em outras atividades porque está a pensar nos videogames.	.940
2. Sente-se frustrada/o e desapontada/o, ficando de mau-humor quando não jogam bem.	.914
3. Sente que jogar não é a melhor forma de utilizar o seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil.	.801
4. Sente-se mental e fisicamente esgotado/a após longas e intensas sessões de jogo.	.893
5. Força demasiado o seu corpo, não comendo, nem dormindo corretamente, quando está a jogar.	.949
6. Fica inquieta/o e irritável quando não consegue ficar <i>online</i> para jogar.	.950
7. Fica negativamente obcecada/o com o jogo, mesmo sentindo que o jogo está a controlar a sua vida.	.962
8. Acha difícil controlar ou limitar o seu jogo, jogando videogames demasiado e em alturas inoportunas.	.964
9. Chega ao ponto em que o jogo se torna mais uma rotina aborrecida do que algo divertido.	.917
10. Acha que jogar muito torna mais difícil desfrutar/aproveitar outras atividades na sua vida.	.843
11. Utiliza o jogo para evitar desafios na sua vida em vez de lidar com eles diretamente.	.943
12. Tem que jogar cada vez mais para obter as mesmas sensações de prazer e satisfação.	.958

13. Joga tanto ao ponto de se sentir isolada/o e solitária/o.	.963
14. Importa-se demasiado com a opinião, perspectivas e exigências de outras/os jogadoras/es.	.950
15. Continua a jogar mesmo que pense que as/os outras/os jogadoras/es estão a formar uma comunidade tóxica em vez de uma comunidade de apoio/suporte.	.926
16. Fica aborrecida/o e irritada/o quando jogadoras/es anónimas/os não assumem a responsabilidade pelas suas ações e palavras.	.900
17. Acha que jogar videojogos leva a conflitos com a família e amigas/os.	.884
18. Sente que eles têm que jogar pelas suas/seus amigas/os <i>online</i> mesmo quando não têm vontade.	.946
19. Sente que jogar videojogos é mais um trabalho aborrecido do que algo que faz com gosto.	.921
20. Fica irritado/a ou sentir-se mal consigo mesmo e com as suas capacidades quando perde ou não joga bem.	.879
21. Pensa que poderia ser mais bem-sucedido/a na vida se não dispensasse tanto tempo e energia a jogar videojogos.	.898

Foi analisada a consistência interna dos itens, através da análise do alfa de *Cronbach*, que compõem as dimensões da PNGE-42. O alfa de *Cronbach* foi calculado para os itens da versão 1 (versão original) e para versão 2 (perceção pessoal da experiência de jogo). Relativamente aos benefícios (consequências positivas) na versão 1 o alfa é  $\alpha=.97$  e nos prejuízos (consequências negativas) é  $\alpha=.98$ . Os resultados são apresentados na Tabela 5.

Podemos verificar que todos os itens são adequados para avaliar as dimensões da PNGE-42, não havendo benefício para o alfa total a retirada de algum dos itens em ambas as dimensões.

**Tabela 5. Consistência interna dos itens dos benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão original**

	Média da escala se o item for excluído	Variância da escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de <i>Cronbach</i> se o item for excluído
<b>Benefícios (consequências positivas)</b>				
Esperar ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.	44.87	233.484	.675	.969
Achar que jogar videojogos a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.	44.30	228.802	.752	.969
Sentir que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.	44.83	231.830	.717	.969
Experienciar picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.	44.20	226.587	.779	.968
Achar satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.	44.88	232.755	.688	.969
Sentir-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.	44.13	226.090	.797	.968

Achar que os videogames dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.	44.81	231.293	.753	.969
Gostar que as suas competências sejam levadas ao limite.	44.31	226.122	.770	.969
Achar satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.	44.38	226.934	.783	.968
Gostar mais de jogar videogames como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.	44.65	230.462	.681	.969
Achar que os videogames afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.	44.52	227.612	.789	.968
Esforçar-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.	44.31	224.964	.852	.968
Experienciar uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.	44.40	226.802	.809	.968
Acreditar que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.	44.61	227.124	.793	.968
Gostar do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.	44.44	225.615	.837	.968
Preocupar-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.	44.83	233.170	.629	.970
Achar que jogar videogames com amigos/os e família do mundo offline fortalece essas relações.	44.46	227.129	.765	.969
Estabelecer fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sentir que podem confiar neles e que eles estão disponíveis para os ajudar.	44.58	227.227	.813	.968
Sentir satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.	44.32	225.092	.833	.968
Achar que ultrapassar desafios difíceis nos videogames ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.	44.48	227.345	.782	.968
Desenvolver competências importantes através do jogo, que os ajudam a progredir tanto na sua atividade, como na sua vida fora do jogo.	44.41	225.089	.791	.968
<b>Prejuízos (consequências negativas)</b>				
Achar difícil concentrar-se em outras atividades porque estão a pensar nos videogames.	52.74	381.843	.869	.981
Sentir-se frustrada/o e desapontada/o, ficando de mau-humor quando não joga bem.	52.65	384.979	.824	.982
Sentir que jogar não é a melhor forma de utilizar o seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil.	52.74	394.162	.622	.983
Sentir-se mental e fisicamente esgotado/a após longas e intensas sessões de jogo.	52.63	383.297	.850	.981
Forçar demasiado o seu corpo, não comendo, nem dormindo corretamente, quando está a jogar.	52.71	379.032	.896	.981
Ficar inquieta/o e irritável quando não consegue ficar online para jogar.	52.69	379.585	.909	.981
Ficar negativamente obcecada/o com o jogo, mesmo sentindo que o jogo está a controlar a sua vida.	52.77	378.308	.910	.981
Achar difícil controlar ou limitar o seu jogo, jogando videogames demasiado e em alturas inoportunas.	52.76	379.173	.919	.981
Chegar ao ponto em que o jogo se torna mais uma rotina aborrecida do que algo divertido.	52.88	382.712	.861	.981

Achar que jogar muito torna mais difícil desfrutar/aproveitar outras atividades na sua vida.	52.79	386.371	.773	.982
Utilizar o jogo para evitar desafios na sua vida em vez de lidar com eles diretamente.	52.79	381.077	.875	.981
Ter que jogar cada vez mais para obter as mesmas sensações de prazer e satisfação.	52.85	380.221	.886	.981
Jogar tanto ao ponto de se sentir isolada/o e solitária/o.	52.84	379.409	.901	.981
Importar-se demasiado com a opinião, perspectivas e exigências de outras/os jogadoras/es.	52.89	380.565	.890	.981
Continuar a jogar mesmo que pense que as/os outras/os jogadoras/es estão a formar uma comunidade tóxica em vez de uma comunidade de apoio/suporte.	52.87	380.263	.891	.981
Ficar aborrecida/o e irritada/o quando jogadoras/es anónimas/os não assumem a responsabilidade pelas suas ações e palavras.	52.74	384.611	.824	.982
Achar que jogar videojogos leva a conflitos com a família e amigas/os.	52.84	384.716	.811	.982
Sentir que eles têm que jogar pelas suas/seus amigas/os online mesmo quando não têm vontade.	52.95	381.138	.869	.981
Sentir que jogar videojogos é mais um trabalho aborrecido do que algo que faz com gosto.	53.06	385.430	.770	.982
Ficar irritado/a ou sentir-se mal consigo mesmo e com as suas capacidades quando perde ou não joga bem.	52.71	383.672	.834	.982
Pensar que poderia ser mais bem-sucedido/a na vida se não dispensasse tanto tempo e energia a jogar videojogos.	52.81	387.637	.737	.982

Para a versão portuguesa 2 – “perceção pessoal da experiência de jogo” relativamente aos benefícios (consequências positivas) o alfa é  $\alpha=.97$  e nos prejuízos (consequências negativas) é  $\alpha=.99$ . Estes resultados são apresentados na Tabela 6.

**Tabela 6. Consistência interna dos itens dos benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão 2 “perceção pessoal da experiência de jogo”**

	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
<b>Benefícios (consequências positivas)</b>				
Espera ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.	40.51	236.427	.720	.973
Acha que jogar videojogos a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.	39.94	232.068	.766	.972
Sente que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.	40.56	236.111	.773	.972
Experiencia picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.	39.91	230.367	.770	.972
Acha satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.	40.50	235.912	.716	.973
Sente-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.	39.77	231.486	.733	.973

Acha que os videogames dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.	40.48	234.003	.785	.972
Gosta que as suas competências sejam levadas ao limite.	39.96	228.673	.813	.972
Acha satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.	40.09	229.924	.796	.972
Gosta mais de jogar videogames como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.	40.31	233.379	.756	.972
Acha que os videogames afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.	40.19	233.697	.721	.973
Esforça-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.	39.96	229.018	.825	.972
Experiencia uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.	40.21	230.649	.844	.972
Acredita que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.	40.34	230.950	.824	.972
Gosta do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.	40.30	230.261	.844	.972
Preocupa-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.	40.51	235.625	.727	.973
Acha que jogar jogos online com amigas/os e família do mundo offline fortalece essas relações.	40.14	230.498	.787	.972
Estabelece fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sente que pode confiar neles e que eles estão disponíveis para os ajudar.	40.39	231.013	.833	.972
Sente satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.	40.01	228.580	.824	.972
Acha que ultrapassar desafios difíceis no jogo ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.	40.23	229.409	.843	.972
Desenvolve competências importantes através do jogo, que o (a) ajuda a progredir tanto na sua atividade como na sua vida fora do jogo.	40.24	229.846	.834	.972
<b>Prejuízos (consequências negativas)</b>				
Espera ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.	40.51	236.427	.720	.973
Acha que jogar videogames a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.	39.94	232.068	.766	.972
Sente que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.	40.56	236.111	.773	.972
Experiencia picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.	39.91	23.367	.770	.972
Acha satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.	40.50	235.912	.716	.973
Sente-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.	39.77	231.486	.733	.973
Acha que os videogames dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.	40.48	234.003	.785	.972
Gosta que as suas competências sejam levadas ao limite.	39.96	228.673	.813	.972
Acha satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.	40.09	229.924	.796	.972
Gosta mais de jogar videogames como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.	40.31	233.379	.756	.972
Acha que os videogames afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.	40.19	233.697	.721	.973

Esforça-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.	39.96	229.018	.825	.972
Experiencia uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.	40.21	230.649	.844	.972
Acredita que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.	40.34	230.950	.824	.972
Gosta do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.	40.30	230.261	.844	.972
Preocupa-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.	40.51	235.625	.727	.973
Acha que jogar jogos online com amigas/os e família do mundo offline fortalece essas relações.	40.14	230.498	.787	.972
Estabelece fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sente que pode confiar neles e que eles estão disponíveis para os ajudar.	40.39	231.013	.833	.972
Sente satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.	40.01	228.580	.824	.972
Acha que ultrapassar desafios difíceis no jogo ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.	40.23	229.409	.843	.972
Desenvolve competências importantes através do jogo, que o (a) ajuda a progredir tanto na sua atividade como na sua vida fora do jogo.	40.24	229.846	.834	.972

### 5.3. Diferenças no PNGE-42 em função das características sociodemográficas

Passamos a apresentar as análises diferenciais em função das variáveis sociodemográficas. Nesta secção, importa destacar que apenas foram considerados os participantes que referiram ter alguma experiência de jogo e são apresentadas as análises estatísticas considerando a versão 2 que avalia a perceção pessoal da experiência de jogo.

Foram utilizados os testes *t* de *Student* (género e horas de jogo) e *One Way Anova* (idade) atendendo à operacionalização das variáveis. Verificou-se a existência de diferenças estatisticamente significativas no PNGE-42 para as variáveis: género, idade e horas de jogo.

No que se refere à versão 2 que avalia a perceção pessoal da experiência de jogo, verificamos que apenas existem diferenças entre o género feminino ( $M=36.22$ ,  $DP=13.87$ ) e o género masculino ( $M=47.79$ ,  $DP=15.82$ ,  $t(306)=-6.80$ ,  $p<.001$ ), na dimensão dos benefícios (consequências positivas), a favor do género masculino.

**Tabela 7. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” em função da variável *Género***

	Feminino (n=148)		Masculino (n=160)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
<b>Benefícios</b> (consequências positivas)	36.22	13.87	47.79	15.82	- 6.80	<b>&lt;.001</b>
<b>Prejuízos</b> (consequências negativas)	43.63	25.77	45.32	18.68	-.69	.491

Na Tabela 8 são apresentados os resultados obtidos no PNGE-42 versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” em função da idade dos participantes. Podemos verificar que se observam diferenças estatisticamente significativas entre os participantes dos diferentes grupos etários nos benefícios (consequências positivas) [ $F(3, 306)=14.55, p<.001$ ] e nos prejuízos (consequências negativas) [ $F(1, 306)=8.16, p<.001$ ].

**Tabela 8. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” em função da variável *Idade***

	18-20 anos (n=41)		21-30 anos (n=200)		31-40 anos (n=31)		+ 41 anos (n=36)		<i>F</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
<b>Benefícios</b> (consequências positivas)	45.71	15.33	43.76	15.84	38.42	15.49	33.06	14.55	6.09	<b>&lt;.001</b>
<b>Prejuízos</b> (consequências negativas)	49.17	21.91	40.80	18.43	46.45	22.96	58.03	27.02	8.16	<b>&lt;.001</b>

Para identificar entre que grupos de idades se encontram as diferenças recorremos ao Post-hoc *Tukey*. Analisando a Tabela 9 podemos verificar que os participantes com idades entre os 18-20 anos apresentam pontuações mais elevadas nos benefícios (consequências positivas) do PNGE-42 ( $M=45.71, DP=15.33$ ) comparativamente aos participantes com mais de 41 anos ( $M=33.06, DP=14.55, p=.02$ ), a favor dos participantes com idades entre os 18 e os 20 anos. Os participantes do grupo etário entre os 21-30 anos apresentam valores mais altos ( $M=43.76,$

$DP=15.84$ ) comparativamente aos participantes com mais de 41 anos ( $M=33.06$ ,  $DP=14.55$ ,  $p<.001$ ), a favor dos mais jovens. Relativamente aos prejuízos (consequências negativas), verificamos que existem diferenças estatisticamente significativas entre os participantes com idades entre os 21-30 anos ( $M=40.80$ ,  $DP=18.43$ ) e os participantes com mais de 41 anos ( $M=58.03$ ,  $DP=27.02$ ,  $p<.001$ ), a favor dos participantes com mais de 41 anos e entre os participantes com idades entre os 31 e os 40 anos ( $M=46.45$ ,  $DP=22.96$ ) e mais de 41 anos ( $M=58.03$ ,  $DP=27.02$ ,  $p=.01$ ), a favor dos que têm mais de 41 anos.

**Tabela 9. Diferenças na *PNGE-42* na versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” em função da variável Idade - Post-Hoc Tukey**

	Idade	Idade	Diferenças de médias	<i>p</i>
<b>Benefícios (consequências positivas)</b>	<b>18-20 anos</b>	20-30 anos	1.95	.89
		31-40 anos	7.29	.20
		+ 41 anos	12.65	<b>.002</b>
		31-40 anos	5.34	.23
		+ 41 anos	10.70	<b>.001</b>
	<b>31-40 anos</b>	+ 41 anos	-5.36	.50
<b>Prejuízos (consequências negativas)</b>	<b>18-20 anos</b>	21-30 anos	8.37	.08
		31-40 anos	2.72	.95
		+ 41 anos	-8.86	.24
		31-40 anos	-5.65	.48
		+ 41 anos	-17.23	<b>&lt;.001</b>
	<b>31-40 anos</b>	+ 41 anos	11.58	.01

Na Tabela 10 são apresentados os resultados relativamente ao número de horas que os participantes jogam por dia. Para uniformizar o número de participantes pelos grupos, optamos por comparar os participantes que jogam entre 0-2h por dia e os participantes que jogam mais do que 2h por dia.

Pela leitura da Tabela 10 verificamos que na versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo”, existem diferenças estatisticamente significativas nos benefícios (consequências positivas) entre os participantes que jogam entre 0-2h/dia ( $M=38.0$ ,  $DP=14.71$ ) e os participantes que jogam mais do que 2h/dia [ $M=50.17$ ,  $DP=15.28$ ,  $t(307)=-6.82$ ,  $p<.001$ ], sendo a pontuação mais elevada nos participantes que jogam mais do que 2h/dia. Relativamente aos prejuízos (consequências negativas) também existem diferenças estatisticamente significativas entre os participantes que jogam entre 0-2h/dia ( $M=40.98$ ,  $DP=21.14$ ) e os participantes que jogam mais do que 2h/dia [ $M=51.10$ ,  $DP=19.92$ ,  $t(307)=-4.08$ ,  $p<.001$ ], sendo a pontuação mais elevada nos participantes que jogam mais do que 2h/dia.

**Tabela 10. Diferenças na PNGE-42 na versão 2 “percepção pessoal da experiência de jogo” em função da variável Número de horas que joga por dia**

	0-2horas/dia (n=201)		Mais do que 2h/dia (n=107)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
<b>Benefícios (consequências positivas)</b>	38.0	14.71	50.17	15.28	-6.82	<.001
<b>Prejuízos (consequências negativas)</b>	40.98	21.14	51.10	19.92	-4.08	<.001

#### **5.4. Modelo preditor das dimensões da PNGE-42 na versão que avalia a experiência pessoal de jogo**

Para identificar um modelo explicativo das dimensões da PNGE-42 na versão que avalia a percepção pessoal da experiência de jogo dos participantes que integraram esta amostra, foi incluída no modelo de regressão a variável IGD-SF9.

A análise estatística foi realizada recorrendo ao procedimento de Regressão Linear Simples. A variável IGD incluída no modelo da PNGE-42 mostrou-se preditora, explicando 27.0% da variância total da PNGE-42 dos benefícios (consequências positivas) [ $R^2=.270$ ;  $F(1, 306)=113.03$ ;  $p\leq.001$ ]. Analisando individualmente a variável preditora, verificou-se que o

IGD ( $\beta=.519$ ;  $p<.001$ ) é um fator com contribuição para a variância total da PNGE-42 nos benefícios (consequências positivas) (51.9%). Neste caso concreto, a relação entre as duas variáveis é positiva, ou seja, quanto maior for o IGD, maior será a percepção de benefícios (consequências positivas) na PNGE-42 (Tabela 11).

**Tabela 11. Modelo preditor dos benefícios (consequências positivas) da PNGE-42 na versão que avalia a “percepção pessoal da experiência de jogo”**

Variáveis	Modelo		
	$\beta$ padronizado	$t$	$p$
IGD	.519	10.63	<.001
$R^2$	.270		
$F$	113.03		<.001

Relativamente ao modelo preditor dos prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 verificamos que a variável IGD não é preditora desta dimensão, não explicando a variância total da PNGE-42 [ $R^2=.005$ ;  $F(1, 305)=1.59$ ;  $p=2.09$ ] (Tabela 12).

**Tabela 12. Modelo preditor dos prejuízos (consequências negativas) da PNGE-42 na versão na versão que avalia a percepção pessoal da experiência de jogo**

Variáveis	Modelo		
	$\beta$ padronizado	$t$	$p$
IGD	.072	1.26	.209
$R^2$	.005		
$F$	1.59		.209

## 6. Discussão

O principal objetivo deste estudo prende-se com a adaptação para português europeu do instrumento “Positive and Negative Gaming Experiences” (PNGE-42, Snoodgrass et al., 2017) que tem como objetivo avaliar a experiência de jogo no que concerne aos benefícios (consequências positivas) e aos prejuízos (consequências negativas) do comportamento de jogar.

O instrumento foi sujeito ao processo de tradução conforme foi apresentado nos procedimentos e, após consenso sobre a versão final, foi utilizado para a recolha de dados no âmbito desta investigação.

Para analisar as características psicométricas da PNGE-42 procedemos, em primeiro lugar, a uma Análise de Componentes Principais (ACP) com o objetivo de identificar as duas dimensões preconizadas pelos autores da versão original (Snoodgrass et al., 2017), tendo havido coincidência na distribuição dos itens pelas duas dimensões – benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas). Verificamos que a ACP se mostrou adequada, significativa e idêntica à versão original, o que nos permite confiar nos resultados obtidos sobre os benefícios (consequências positivas) e os prejuízos (consequências negativas) do comportamento de jogar.

Procedemos às mesmas análises para a versão portuguesa 2 que avalia a perceção pessoal da experiência de jogo e concluímos que também mantem a estrutura original das duas dimensões – benefícios (consequências positivas) e prejuízos (consequências negativas), sendo igualmente adequada e significativa para avaliar a experiência de jogo na população portuguesa.

O estudo da fidelidade, através da consistência interna dos itens na versão original (alfa de *Cronbach*), permitiu confirmar que o instrumento avalia aquilo que se pretende, neste caso a perceção da sociedade (meio envolvente e externo ao sujeito) relativamente à experiência de jogo na versão adaptada do original de Snoodgrass et al. (2017), com valores quase perfeitos que variam entre .97 (benefícios - consequências positivas) e .98 (prejuízos -consequências negativas). Na versão que avalia a perceção pessoal da experiência de jogo, verifica-se que o instrumento também avalia aquilo que se pretende, variando o valor de alfa entre .97 (benefícios – consequências positivas) e .99 (prejuízos – consequências negativas).

Na versão original da PNGE-42 os autores (Snoodgrass et al., 2017) sugerem que os 21 itens positivos para avaliar os benefícios e os 21 itens negativos para avaliar os prejuízos se inserem em dimensões próximas que incluem o impacto psicossomático, consequências comportamentais, sociais e a sensação de alcançar o objetivo. Os itens que integram as dimensões foram observados pelos autores durante as entrevistas que fizeram com os participantes do estudo que deu lugar à construção da versão original do PNGE-42, tendo sido uma preocupação que os itens negativos refletissem a experiência de jogo associada à adição de jogo. No nosso estudo, verificamos que os prejuízos (consequências negativas) representam o fator com maior contribuição para explicar o comportamento de jogar na ACP desenvolvida para a versão original adaptada neste estudo e para a versão que avalia a percepção pessoal da experiência de jogo, entendendo que seguem a mesma linha de pensamento de Snoodgrass et al. (2017).

No que se refere às diferenças encontradas relativamente à experiência de jogo em função das características sociodemográficas, tivemos como preocupação comparar os nossos resultados com os resultados de outros estudos (Cheng et al., 2018; Lemmens et al., 2015; King & Delfabbro, 2014; King e Potenza, 2019; King et al., 2015; Petry, Rehbein, Ko, & O'Brien, 2015).

Verificamos que existem diferenças significativas no PNGE-42 para as variáveis género, idade e horas de jogo.

Relativamente ao género, são os participantes do género masculino que apresentam pontuações superiores nos benefícios (consequências positivas) do PNGE-42. No que se refere aos diferentes grupos etários e benefícios e prejuízos avaliados na versão original, verificamos que os participantes com idades entre os 18-20 anos apresentam pontuações mais elevadas nos benefícios (consequências positivas) do PNGE-42 comparativamente aos participantes com mais de 41 anos. Os participantes do grupo etário entre os 21-30 anos também apresentam

valores mais altos comparativamente aos participantes com mais de 41 anos. Já nos prejuízos (consequências negativas), existem diferenças significativas entre os participantes com idades entre os 18-20 anos e os com mais de 41 anos., Relativamente à versão que avalia a percepção pessoal da experiência de jogo, verificamos que os participantes com idades entre os 18-20 anos apresentam pontuações mais elevadas comparativamente aos participantes com mais de 41 anos nos benefícios (consequência positivas), bem como os participantes com idades entre os 21-30 anos também apresentam pontuações superiores aos participantes com mais de 41 anos nesta dimensão. No que concerne aos prejuízos (consequências negativas) existem apenas diferenças entre os participantes entre os participantes com idades entre os 21-30 anos e os participantes com mais de 41 anos, a favor dos primeiros.

Conforme foi apresentado no enquadramento teórico, King e Potenza (2019) referem que são os adolescentes que estão entre os principais consumidores do entretenimento digital, particularmente videogames e atividades *online* de transmissão ao vivo, tendo vindo a aumentar o uso médio de jogos nesta faixa etária nas últimas três décadas, particularmente entre os indivíduos do género masculino. Os resultados por nós encontrados parecem seguir o mesmo padrão relativamente ao género e à idade. Num estudo desenvolvido com adolescentes e adultos holandeses com idades entre os 13 e os 40 anos, 78.2% referiram ter jogado no último mês. Os homens reportam que jogam mais vezes do que as mulheres, o que também pode explicar os resultados por nós encontrados no que se refere aos benefícios (consequências positivas) e aos (prejuízos) negativas que são superiores nos homens, sendo também fator de risco bem documentado, com a grande maioria dos estudos a apresentar maiores taxas de prevalência de perturbação de jogo na internet nos homens (Petry, Rehbein, Ko, & O'Brien, 2015).

No que se refere à idade, são os adolescentes que jogam mais do que os adultos de meia idade (Lemmens et al., 2015).

Neste sentido, foi também objetivo analisar o número de horas que os participantes jogam por dia, comparando-se os participantes que jogam entre 0-2h por dia e os participantes que jogam mais do que 2h por dia. Verificamos que são os participantes que jogam mais do que 2h/dia que apresentam pontuações mais elevadas nos benefícios na versão original e em ambas na versão que avalia a percepção pessoal da experiência de jogo.

Relativamente aos modelos preditores, procuramos testar se o IGD seria preditor das dimensões dos benefícios (consequências positivas) e dos prejuízos (consequências negativas) em ambas as versões utilizadas nesta investigação. O IGD pode ser correlacionado com as seguintes variáveis: jogadores que se assumem como «recreativos» e jogadores que despendem mais tempo em jogos, dando lugar a maior solidão e comportamento de evitamento ou de isolamento no relacionamento interpessoal (Lemmens et al., 2015). Verificamos que o IGD é preditor dos benefícios (consequências positivas).

Sendo o *Gaming* definido pela sua interatividade, pelo ato de jogar, predominantemente baseado em capacidades, indicadores de progresso e sucesso em relação aos seus resultados (e.g., Party Poker, Double Down Casino) (King et al., 2015), King e Potenza (2019) consideram a *Gaming Disorder* também como uma dependência que pode estar associada a múltiplos sintomas psicológicos. Como vimos, outros autores consideram a dependência como estando associada à expectativa de gratificação. Neste caso, reflete-se a tentativa de os jogadores cumprirem necessidades pessoais, com o objetivo de restaurar o bem-estar psicossocial e de recuperar a autoestima (Cheng et al., 2018; King & Delfabbro, 2014). Acreditamos que estes podem ser os motivos que explicam a capacidade preditiva do IGD no que se refere às consequências positivas da experiência de jogo.

## Conclusão

Este trabalho teve como principal preocupação traduzir e adaptar para a população portuguesa um instrumento com potencial para caracterizar a experiência de jogo, no que respeita às consequências positivas (benefícios) e negativas (prejuízos) associadas à mesma. Com a popularização dos videojogos na internet, o número de relatos das consequências negativas deste comportamento tem vindo a aumentar progressivamente. Em resposta aos estudos existentes que apontavam para uma possível perturbação aditiva associada ao fenómeno do jogo, a Perturbação do Jogos de Internet foi incluída na quinta edição do Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (APA, 2013) e relativamente à Classificação Internacional de Doenças (CID 11, 2018) esteve em estudo a inclusão da dependência de jogo enquanto perturbação diagnosticável, neste caso designada por *Gaming Disorder*.

Tendo em conta a evolução da perturbação de jogos de internet, a sua inclusão nos principais manuais de diagnóstico de saúde mental, o perfil por nós identificado (semelhante a outros estudos) e as dificuldades na abordagem da perturbação para diferenciar indivíduos com um grande envolvimento em videojogos e indivíduos que sofrem de adição, consideramos relevante haver um maior investimento nesta área e o desenvolvimento de estudos futuros que permitam esclarecer os principais motivos da adição ao jogo para se delinearem estratégias de intervenção eficazes. Do que sabemos, o único estudo efetuado em Portugal relativo a novos instrumentos nesta área, foi realizado por Pontes e Griffiths (2016) no âmbito da validação da IGDS9-SF. A população deste estudo incluiu 509 estudantes algarvios com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos, tendo sido confirmada a validade e fiabilidade da IGDS9-SF nesta população, sugerindo-se, portanto, o uso deste instrumento em futuros estudos realizados em Portugal.

Existe evidência que a perturbação de jogos de internet se trata de uma perturbação aditiva. Porém, carecemos de estudos, de preferência de desenho longitudinal, que permitam esclarecer a progressão e manifestações da patologia.

Este estudo apresenta limitações que devem ser consideradas em trabalhos futuros. Em particular, o estudo beneficiaria de uma amostra mais representativa da população que refletisse o panorama nacional, pela influência cultural associada ao ato de jogar videogames (online e offline). Seria desejável conseguir uma distribuição mais equitativa pelas categorias das variáveis, a possibilidade de incluir jogadores profissionais e a possibilidade de estudar a evolução do comportamento de jogo ao longo do tempo e associações com outras variáveis (e.g., personalidade, bem-estar, fontes de stresse).

A adaptação psicométrica de um instrumento específico para avaliar a experiência de jogo – PNGE-42, dada a escassez de instrumentos nesta área em Portugal, revela-se um trabalho relevante e que tem suscitado cada vez mais interesse na comunidade científica, pelas características do próprio comportamento de jogar e pela necessidade de se avaliar para melhor intervir.

### Referências Bibliográficas

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- American Psychiatric Association. (1987). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-IV)*. American Psychiatric Pub.
- American Psychiatric Association. (1994). *Manual de Diagnóstico e Estatística de Distúrbios Mentais (DSM-IV)*. São Paulo: Manole.
- Balsa, C., Vital., C., & Urbano, C. (2015). *Perfil do jogo e dos jogadores em Portugal Com base nos resultados do III Inquérito Nacional à População Geral, Portugal 2012*. Lisboa: Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências.
- Calado, F., Alexandre, J., & Griffiths, M. D. (2017). How coping styles, cognitive distortions, and attachment predict problem gambling among adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 648–657. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.068>
- Chacón, D. A., & Calderón, L. M. (2009). Aspectos psicológicos asociados con el mantenimiento de la conducta de juego patológico: Estudio de casos Psychological Aspects Associated with the Maintenance of Pathological Gambling Behavior: Cases study. *Revista Costarricense de Psicología*, 28(41-42), 155-167.
- Cheng, C., Cheung, M. W. L., & Wang, H. Y. (2018). Computers in Human Behavior. Multinational comparison of internet gaming disorder and psychosocial problems versus well-being: Meta-analysis of 20 countries. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.033>
- Clímaco, M. I. (2004). O jogo patológico - A adição menos visível. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 20(1), 121-34.
- Computer-gaming, P. (n.d.). Reliabilit ä t und Validit ä t der Skala zum Computerspielverhalten (CSV-S). *Psychother Psych Med* 2011, 61(5), 216-224. DOI: 10.1055/s-0030-1263145

- Costa, A., & Nakamura, R. (2015). Experiência de usuário e experiência de jogador: discussão sobre os conceitos e sua avaliação no projeto de jogos digitais. *Livro de Atas da XIV SB Games*, 512-517.
- Dawis, R. V. (1987). Scale construction. *Journal of Counseling Psychology*, 34(4), 481–489.
- Dong, G., Wang, Z., Wang, Y., Du, X., & Potenza, MN (2019). Gender-related functional connectivity and craving during gaming and immediate abstinence during a mandatory break: Implications for development and progression of internet gaming disorder. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 88, 1-10.
- Dong, G., Wu, L., Wang, Z., Wang, Y., Du, X. e Potenza, M. N. (2018). Diffusion-weighted MRI measures suggest increased white-matter integrity in Internet gaming disorder: Evidence from the comparison with recreational Internet game users. *Addictive Behaviors*, 81, 32-38. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.01.030
- Grant, J. E., Atmaca, M., Fineberg, N. A., Fontenelle, L. F., Matsunaga, H., Janardhan Reddy, Y. C., ... Stein, D. J. (2014). Impulse control disorders and “behavioural addictions” in the ICD-11. *World Psychiatry*, 13(2), 125–127. <https://doi.org/10.1002/wps.20115>
- Griffiths, M. D., Wood, R. T. A., & Parke, J. (2009). Social Responsibility Tools in Online Gambling: A Survey of Attitudes and Behavior among Internet Gamblers. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 413–421. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0062>
- Gurgel, I., Arcoverde, R. L., Almeida, E. W., Sultanum, N. B., & Tedesco, P. (2006). A importância de avaliar a usabilidade dos jogos: a experiência do Virtual Team. *Anais do SBGames, Recife*.
- Hassenzahl, M. E. & Tractinsky, N. (2006). User experience – a research agenda. *Behaviour & Information Technology*, 25, 91-97.
- Hilgard, J., Engelhardt, C. R., & Bartholow, B. D. (2013). Individual differences in motives, preferences, and pathology in video games: The gaming attitudes, motives, and

- experiences scales (GAMES). *Frontiers in Psychology*, 4, 1–13.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00608>
- Kardefelt-Winther, D. (2015). Making the case for hypothesis-driven theory testing in the study of Internet Gaming Disorder. *Addictive Behaviors*.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.09.012>
- King, DL, & Delfabbro, PH (2014). A psicologia cognitiva do distúrbio de jogos na Internet. *Revista de psicologia clínica*, 34, 298-308.
- King, D. L., Gainsbury, S. M., Delfabbro, P. H., Hing, N., & Abarbanel, B. (2015). Distinguishing between gaming and gambling activities in addiction research. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 215–220. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.045>
- King, D. L., & Potenza, M. N. (2019). Not playing around: gaming disorder in the International Classification of Diseases (ICD-11). *Journal of Adolescent Health*, 64, 5-7.
- Király, O., Slezcka, P., Pontes, H. M., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2017). Validation of the Ten-Item Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10) and evaluation of the nine DSM-5 Internet Gaming Disorder criteria. *Addictive Behaviors*, 64, 253–260.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.005>
- Ko, C. H., Hsieh, T. J., Wang, P. W., Lin, W. C., Yen, C. F., Chen, C. S., & Yen, J. Y. (2015). Altered gray matter density and disrupted functional connectivity of the amygdala in adults with Internet gaming disorder. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 57, 185-192.
- Looy, J. V., Courtois, C., De Vocht, M. & De Marez, L. (2012). Player Identification in Online Games: Validation of a Scale for Measuring Identification in MMOGs, *Media Psychology*, 15(2). <http://dx.doi.org/10.1080/15213269.2012.674917>
- Lowdermilk, T. (2013). User-centred design: a developer's guide to building user-friendly applications. " O'Reilly Media, Inc."

- Myrseth, H., Notelaers, G., Strand, L. Å., Borud, E. K., & Olsen, O. K. (2017). Introduction of a new instrument to measure motivation for gaming: the electronic gaming motives questionnaire. *Addiction, 112*(9), 1658–1668. <https://doi.org/10.1111/add.13874>
- Orford, J. (2011). *An unsafe bet? The dangerous rise of gambling and the debate we should be having*. Oxford, UK: John Wiley & Sons.
- Organização Mundial de Saúde (2018). Classificação Internacional de Doença. Disponível em <https://www.who.int/classifications/icd/en/>.
- Pavlas, D., Jentsch, F., Salas, E., Fiore, S. M. & Sims, V. (2012). The Play Experience Scale: Development and Validation of a Measure of Play. *Sage Studies, 54*(2), 214-225. <https://doi.org/10.1177/0018720811434513>
- Petry, N. M., & O'brien, C. P. (2013). Distúrbio de jogos na Internet e o DSM-V. *Addiction, 108* (7), 1186-1187.
- Petry, N. M., Rehbein, F., Gentile, DA, Lemmens, J. S., Rumpf, H. J., Mößle, T., ... & Auriacombe, M. (2014). Um consenso internacional para avaliar o distúrbio de jogos pela Internet usando a nova abordagem do DSM-5. *Addiction, 109*(9), 1399-1406.
- Petry, N. M., Rehbein, F., Ko, C. H. & O'Brien, C.P. (2015). Internet Gaming Disorder in the DSM-5. *Curr Psychiatry Rep 17*, (9). doi: 10.1007/s11920-015-0610-0
- Phan, M. H., Keebler, J. R., & Chaparro, B. S. (2016). The Development and Validation of the Game User Experience Satisfaction Scale (GUESS). *Human Factors, 58* (8), 1217–1247. <https://doi.org/10.1177/0018720816669646>
- Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2015). Measuring DSM-5 Internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in Human Behavior, 45*, 137-143.
- Pontes, H. M. & Griffiths, M. D. (2016). Portuguese Validation of the Internet Gaming Disorder Scale-Short-Form. *Cyberpsychol Behav Soc, 19*(4), 288-93. doi:

10.1089/cyber.2015.0605

Reilly, C., & Smith, N. (2014). *From pathological gambling to gambling disorder: Changes in the DSM-5*. Beverly, MA: National Center for Responsible Gaming (NCRG).

Richard, D., & Senon, J., (2005). *Dicionário das drogas, das toxicomanias e das dependências*. Lisboa: Plátano Editora.

Rumpf, H. J., Achab, S., Billieux, J., Bowden-Jones, H., Carragher, N., Demetrovics, Z., ... & Saunders, J. B. (2018). Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective: Commentary on: A weak scientific basis for gaming disorder: Let us err on the side of caution (van Rooij et al., 2018). *Journal of behavioral addictions*, 7(3), 556-561.

Sanders, J. L., & Williams, R. J. (2016). Reliability and Validity of the Behavioral Addiction Measure for Video Gaming. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(1), 43–48. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0390>

Sarda, E., Bègue, L., Bry, C., & Gentile, D. (2016). Internet Gaming Disorder and Well-Being: A Scale Validation. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19 (11), 674–679. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0286>

Savi, R. (2011). *Avaliação de jogos voltados para a disseminação do conhecimento*. Tese de doutoramento não publicada. Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil.

Sharpe, L. (2002). A reformulated cognitive - Behavioral model of problem gambling: A biopsychosocial perspective. *Clinical Psychology Review*, 22(1), 1–25. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(00\)00087-8](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(00)00087-8)

Snodgrass, J. G., Dengah II, H. F., Lacy, M. G., Bagwell, A., Van Oostenburg, M., & Lende, D. (2017). Online gaming involvement and its positive and negative consequences: A cognitive anthropological “cultural consensus” approach to psychiatric measurement and assessment. *Computers in Human Behavior*, 66, 291-302.

- Snodgrass, J. G., Dengah II, H. F., Lacy, M. G., Else, R. J., Polzer, E. R., Arevalo, J. M., & Cole, S. W. (2018). Social genomics of healthy and disordered internet gaming. *American Journal of Human Biology*, 30(5), e23146.
- Spada, M. M., & Caselli, G. (2017). The Metacognitions about Online Gaming Scale: Development and psychometric properties. *Addictive Behaviors*, 64, 281–286. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.07.007>
- Thomas, A. C., Allen, F. C., & Phillips, J. (2009). Electronic gaming machine gambling: Measuring motivation. *Journal of Gambling Studies*, 25(3), 343–355. <https://doi.org/10.1007/s10899-009-9133-0>
- Tian, M., Tao, R., Zheng, Y., Zhang, H., Yang, G., Li, Q. e Liu, X. (2018). The Internet gambling disorder in adolescents is linked to the late discount, but not to the probability discount. *Computers in Human Behaviour*, 80, 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.018>
- Torrado, M., Vilar, G., Almeida, A., Freitas, A., Almeida, C., Reis, C...Lopes, U. (2017). *Linhas de orientação técnica para a intervenção em comportamentos aditivos sem substância – a perturbação de jogo*. Lisboa: Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências.
- World Health Organization. (2018). Gaming Disorder. Disponível em: <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/>
- Wood, R. T. A., Griffiths, M. D., & Parke, A. (2007). Experiences of Time Loss among Videogame Players: An Empirical Study. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (1), 38–44. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9994>
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A., & van de Mheen, D. (2012). Video Game Addiction Test: Validity and Psychometric

Characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15 (9), 507–511.

<https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0007>

## **Anexo I**

### **PNGE-42 Processo de Tradução**

**Quadro 2 – Versões do instrumento sujeito a tradução e adaptação para português de Portugal da PNGE-42**

<b>Versão Original</b>	<b>Versão Traduzida</b>	<b>PROPOSTA de Versão Final</b>
Rate each of the following questions below in terms of how much you agree the item applies to "intensively involved" online videogamers.	<b>Instruções:</b> Avalie os pontos seguintes de acordo com a sua opinião sobre o uso intensivo de jogos online.	<b>Instruções:</b> avalie os pontos seguintes de acordo com a sua opinião se o item se aplica a jogadores online com um envolvimento excessivo. <b>Sugestão do pré-teste:</b> avalie em que medida as questões seguintes se aplicam a jogadores com um envolvimento intensivo em jogos online.
1. Spend a great deal of time and energy playing and thinking about online games.	1. Gastar uma grande quantidade de tempo e energia a jogar e a pensar sobre jogos online.	1. Gastar uma grande quantidade de tempo e energia a jogar e a pensar sobre jogos online.
2. Feel that gaming is a way of life and not just recreation.	2. Sentir que o jogo é uma forma de viver e não apenas um entretenimento.	2. Sentir que o jogo é uma forma de viver e não apenas um entretenimento.
3. Game in ways that can feel like work.	3. Jogar de forma semelhante a um trabalho.	3. Jogar de forma profissional semelhante a um trabalho.

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 4. Regularly continue playing even when tired.   | 4. Continuar a jogar mesmo que se sinta cansado/a.  | 4. Continuar a jogar mesmo que se sinta cansado/a.  |
| 5. Think about online gaming even when involved in offline activities.                                   | 5. Pensar no jogo online mesmo quando se está envolvido/a em atividades offline.              | 5. Pensar no jogo online mesmo quando se está envolvido/a em atividades offline.              |
| 6. Like online gaming as much as they do offline activities.   | 6. Gostar de jogos online tanto quanto se gosta de atividades offline.                        | 6. Gostar de jogos online tanto quanto se gosta de atividades offline.                        |
| 7. Get so immersed in the game that they don't notice things happening around them in the offline world. | 7. Ficar tão imerso/a no jogo que nem se nota no que acontece ao seu redor, no mundo offline. | 7. Ficar tão imerso/a no jogo que nem se nota no que acontece ao seu redor, no mundo offline. |
| 8. Get so involved in their play that they lose track of time.   | 8. Ficar tão imerso/a no jogo que se perde a noção do tempo.                                  | 8. Ficar imerso/a no jogo ao ponto de perder a noção do tempo.                                |
| 9. Find that gaming can help them to forget about offline concerns.                                      | 9. Achar que o jogo o/a pode ajudar a esquecer os problemas do mundo offline.                 | 9. Achar que o jogo o/a pode ajudar a esquecer os problemas do mundo offline.                 |
-

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 10. Feel committed to improving their play, striving to be the best player they can be.   | 10. Sentir-se comprometido/a a melhorar as suas competências de jogo, com o objetivo de se tornar o/a melhor jogador/a possível.                    | 10. Sentir-se comprometido/a a melhorar as suas competências de jogo, com o objetivo de se tornar o/a melhor jogador/a possível.                    |
| 11. Seek to improve their game even when not actually playing, for instance, by visiting online forums and learning from other players. | 11. Procurar melhorar as suas competências de jogo até quando não se está a jogar, visitando fóruns online e aprendendo com outros/as jogadores/as. | 11. Procurar melhorar as suas competências de jogo até quando não se está a jogar, visitando fóruns online e aprendendo com outros/as jogadores/as. |
| 12. Care as much about success in online gaming as they do about succeeding in other areas of their life.                               | 12. Dar tanta importância ao sucesso no jogo online quanto dá ao sucesso noutras áreas da vida.   | 12. Dar tanta importância ao sucesso no jogo online quanto dá ao sucesso noutras áreas da vida.   |
| 13. Feel like a member of a team or community through their online play.  | 13. sentir-se como um membro de uma equipa ou comunidade a partir do jogo online.   | 13. sentir-se como um membro de uma equipa ou comunidade a partir do jogo online.   |
| 14. Feel committed to helping online gaming friends have fun and meet their goals.  | 14. Sentir-se comprometido/a a ajudar os/as amigos/as do jogo online a divertirem-se e a atingir os seus objetivos.                                 | 14. Sentir-se comprometido/a a ajudar os/as amigos/as do jogo   |
-

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 15. Find it easier to connect with gamers compared to nongamers. | 15. Achar mais fácil identificar-se com outros/as jogadores/as do que, com não jogadoras. | online a divertirem-se e a atingir os seus objetivos.   |
|  |   | 15. Achar mais fácil identificar-se com outros/as jogadores/as do que, com pessoas não jogadoras. |

---

Rate each of the following questions below in terms of how much you agree the item points to na important potential benefit of playing online games in an intensive manner.	<b>Instruções:</b> avalie os seguintes pontos de acordo com a sua opinião sobre o potencial benefício de jogar jogos online de uma forma intensiva.	<b>Instruções:</b> avalie os seguintes pontos de acordo com a sua opinião se o item aponta para um potencial <b>benefício</b> de jogar jogos online de uma maneira intensiva.
---	---	---

**Sugestão do ISMAI:** avalie em que medida as questões seguintes apontam para um potencial **benefício** de jogar jogos online de uma forma intensiva

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 16. Look forward to when they'll next play with anticipation and enthusiasm. | 16. Esperar ansiosamente e com entusiasmo, a próxima vez que irá jogar. | 16. Esperar ansiosamente e com entusiasmo, a próxima vez que irá jogar. |
|--|---|---|

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 17. Find that online gaming helps them relieve frustrations and improve their mood. | 17. Achar que jogar online ajuda a aliviar a frustração e a melhorar o seu humor. | 17. Achar que jogar online ajuda a aliviar a frustração e a melhorar o seu humor. |
|---|---|---|
-

- |  |  |  |
|--|--|--|
| 18. Feel that gaming can give them focus and even purpose in life.   | 18. Sentir que jogar pode dar-lhe um foco e um propósito à vida.   | 18. Sentir que jogar pode dar-lhe um foco e um propósito à vida.   |
| 19. Experience positive rushes of adrenaline and energy when they play, especially when defeating tough enemies and opponents. | 19. Experienciar picos (positivos) de adrenalina e energia quando se está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis. | 19. Experienciar picos (positivos) de adrenalina e energia quando se está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis. |
| 20. Find it satisfying and even exhilarating to push their bodies by gaming long hours.  | 20. Achar satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.  | 20. Achar satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.  |
| 21. Feel calm, relaxed, and in control at certain points in the game.  | 21. Sentir-se calmo/a, relaxado/a e no controlo, em certos momentos no jogo.   | 21. Sentir-se calmo/a, relaxado/a e no controlo, em certos momentos no jogo.   |
| 22. Find that online games provide their lives with important regularity and structure.  | 22. Achar que os videojogos dão uma rotina e estrutura importante à sua vida.  | 22. Achar que os videojogos dão uma rotina e estrutura importante à sua vida.  |
| 23. Enjoy having their skills pushed to the limits.  |  |  |
-

23. Gostar que as suas competências sejam levadas/testadas ao limite.
23. Gostar que as suas competências sejam levadas/testadas ao limite.
24. Find it satisfying to repeat challenging gaming actions over and over again until they are nearly perfect and automatic.
24. Achar satisfatório realizar ações de jogos desafiadoras repetidamente, até que os resultados sejam perfeitos e automáticos.
24. Achar satisfatório realizar ações de jogos desafiadoras repetidamente, até que os resultados sejam perfeitos e automáticos.
25. Enjoy gaming for fun over other hobbies and habits.
25. Gostar mais de jogar videojogos como forma de diversão, do que ter outros hobbies/hábitos.
25. Gostar mais de jogar videojogos como forma de diversão, do que ter outros hobbies/hábitos.
26. Find that gaming takes their mind off of problems they're facing in their life.
26. Achar que os videojogos afastam o seu pensamento dos problemas do quotidiano.
26. Achar que os videojogos afastam o seu pensamento dos problemas do quotidiano.
27. Put effort into improving their game in order to grow and evolve as a player.
27. Esforçar-se para melhorar o seu jogo, para crescer e evoluir como jogador/a.
27. Esforçar-se para melhorar o seu jogo, para crescer e evoluir como jogador/a.
28. Experience an easy and sometimes instant connection with other gamers.
28. Experienciar uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.
28. Experienciar uma conexão fácil e, por vezes, com outros/as jogadores/as.
-

- instantânea com outros/as jogadores/as.
29. Find that connecting to diverse people via the Internet expands their social circle and perspective on life.
29. Acreditar que conectar-se com diversas pessoas via internet expande o seu círculo social e a sua perspectiva sobre a vida.
30. Enjoy the sense of belonging that comes with being a part of a community of gamers.
30. Gostar do sentimento de pertença quando inserido/a numa comunidade de jogadores/as.
31. Worry less about how their actions and words might be perceived by others because online gaming and the Internet provide greater opportunities for anonymity.
31. Preocupar-se menos com a forma como as suas ações e palavras são percebidas pelos outros, pois os jogos online e a internet providenciam uma boa oportunidade para o anonimato.
32. Find that playing online games with offline friends and family strengthens those relationships.
32. Achar que jogar jogos online com amigos/as e família do mundo offline tornam as relações mais fortes.
33. Form strong bonds with other online gamers, feeling that they can rely on them and are willing to offer them help.
33. Formar laços fortes com outros/as jogadores/as online, sentindo que pode contar com
-

33. Formar laços fortes com outros/as jogadores/as online, sentindo que pode contar com eles/elas e dispendo-se para ajudá-los/as também.
34. Feel satisfaction in sticking with a gaming goal until it is completed, even though this might entail a lot of hard work.
35. Find that overcoming difficult Gaming challenges helps build their confidence to deal with life's problems.
36. Develop important skills through gaming that helps them advance in both careers and life.
33. Formar laços fortes com outros/as jogadores/as online, sentindo que pode contar com eles/elas e dispendo-se para ajudá-los/as também.
34. Sentir satisfação comprometendo-se com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.
35. Achar que ultrapassar desafios difíceis no jogo ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.
36. Desenvolver competências importantes através do jogo, que o/a ajudam a avançar na sua atividade profissional e na sua vida fora do jogo.
34. Sentir satisfação comprometendo-se com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.
35. Achar que ultrapassar desafios difíceis no jogo ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.
36. Desenvolver competências importantes através do jogo, que o/a ajudam a avançar na sua atividade profissional e na sua vida fora do jogo.

---

Rate each of the following questions below in terms of **Instruções:** avalie os seguintes pontos de acordo com a sua

**Instruções:** avalie os seguintes pontos de acordo com a sua

---

how much you agree the item points to an important potential problem of playing online games in an intensive manner.

com a sua opinião sobre o potencial prejuízo de jogar online de forma intensiva.

opinião sobre o potencial **prejuízo** de jogar online de forma intensiva.

**Sugestão do ISMAI:** avalie em que medida as questões seguintes apontam para um potencial **problema** de jogar jogos online de uma forma intensiva.

37. Find it difficult to concentrate on other activities because they are thinking about gaming.

37. Achar difícil concentrar-se em outras atividades porque estão a pensar no jogo online.

37. Achar difícil concentrar-se em outras atividades porque estão a pensar no jogo online.

38. Feel frustrated and disappointed and get in a bad mood when they don't play well.

38. Sentir-se frustrado/a e desapontado/a, ficando de mau-humor quando não está a jogar bem.

38. Sentir-se frustrado/a e desapontado/a, ficando de mau-humor quando não está a jogar bem.

39. Feel that gaming isn't the best use of their time and wish that they could have done something more productive or useful.

39. Sentir que jogar não é a melhor forma de usufruir do seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil para fazer.

39. Sentir que jogar não é a melhor forma de usufruir do seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil para fazer.

40. Feel mentally and even physically drained after

40. Sentir-se mental e fisicamente esgotado/a

40. Sentir-se mental e fisicamente esgotado/a após longas e intensas sessões de jogo.

---

long and intense gaming sessions. após longas e intensas sessões de jogo.

41. Push their bodies too far, not eating or sleeping right, when they are gaming. 41. Forçar demasiado o seu corpo, não comendo, nem dormindo corretamente, quando está a jogar.

42. Get fidgety and irritable when they can't get online to play. 42. Ficar inquieto/a e irritável quando não consegue ficar online para jogar.

43. Get obsessed in a badway about a game, even feeling like the game is taking over their life. 43. Ficar negativamente obcecado/a com o jogo, sentindo até que o jogo está a controlar a sua vida.

44. Find it difficult to control or limit their online play, Gaming too much and at inappropriate times. 44. Achar difícil de controlar, ou limitar, o seu jogo online, jogando demasiado e em alturas inoportunas.

45. Reach a point where gaming can be more of a boring routine than actual fun. 45. Chegar ao ponto em que o jogo se torna mais uma rotina aborrecida do que algo divertido.

---

46. Find that gaming a lot makes it more difficult to enjoy other activities in their lives.
46. Achar que jogar muito torna mais difícil gostar de outras atividades na sua vida.
46. Achar que jogar muito torna mais difícil gostar de outras atividades na sua vida.
47. Use gaming to avoid challenges in their lives rather than deal with them directly.
47. Usar o jogo para evitar desafios na sua vida ao invés de lidar com eles diretamente.
47. Usar o jogo para evitar desafios na sua vida ao invés de lidar com eles diretamente.
48. Have to play more and more to get similar feeling of enjoyment and satisfaction.
48. Ter que jogar cada vez mais e mais para se sentir bem e satisfeito/a.
48. Ter que jogar cada vez mais e mais para se sentir bem e satisfeito/a.
49. Game so much that they find themselves isolated and lonely.
49. Jogar ao ponto de se sentirem isolados/as e solitários/as.
49. Jogar ao ponto de se sentirem isolados/as e solitários/as.
50. Get too caught up in other gamers' opinions, perspectives, and demands.
50. Importar-se demasiado com a opinião, perspectivas e exigências de outros/as jogadores/as.
50. Importar-se demasiado com a opinião, perspectivas e exigências de outros/as jogadores/as.
51. Keep gaming even if they think other gamers are producing a “toxic” rather than supportive community.
51. Continuar a jogar mesmo que sintam que os outros/as jogadores/as estejam a formar uma comunidade tóxica ao invés de formar uma comunidade de apoio/suporte.
51. Continuar a jogar mesmo que sintam que os outros/as jogadores/as estejam a formar uma comunidade tóxica ao invés de formar uma comunidade de apoio/suporte.
-

52. Get annoyed and angry when anonymous players don't take responsibility for their words and actions.	comunidade de apoio/suporte.	52. Ficar aborrecido/a e irritado/a
53. Find that playing online games leads to conflicts with friends and family.	52. Ficar aborrecido/a e irritado/a quando jogadores/as anónimos/as não se responsabilizam pelas suas ações e palavras.	52. Ficar aborrecido/a e irritado/a quando jogadores/as anónimos/as não se responsabilizam pelas suas ações e palavras.
54. Feel that they have to play for their online friends even when they don't want to.	53. Achar que jogar online leva a conflitos com a família e amigos/as.	53. Achar que jogar online leva a conflitos com a família e amigos/as.
55. Experience online gaming more like a draining job than something one loves.	54. Sentir que tem que jogar com os/as seus/suas amigos/as online mesmo quando não se tem vontade.	54. Sentir que tem que jogar com os/as seus/suas amigos/as online mesmo quando não se tem vontade.
56. Get upset and even feel bad about themselves and their abilities when they lose or don't play well.	55. Sentir que jogar online é mais um trabalho aborrecido do que algo que faz com gosto.	55. Sentir que jogar online é mais um trabalho aborrecido do que algo que faz com gosto.
57. Think they could be more successful in life if	56. Ficar irritado/a ou sentir-se mal consigo mesmo e com as suas capacidades quando perde ou joga mal.	56. Ficar irritado/a ou sentir-se mal consigo mesmo e com as suas capacidades quando perde ou joga mal.

---

they didn't spend so much  
time and energy gaming.

57. Pensar que poderia ser mais bem-sucedido/a na vida se não dispensasse tanto tempo e energia a jogar.  
57. Pensar que poderia ser mais bem-sucedido/a na vida se não dispensasse tanto tempo e energia a jogar.

---

## **Anexo II**

### **PNGE-42 Versão Final *online***

## Experiências Positivas e Negativas do Jogo (PNGE-42)

Traduzido sob autorização dos autores da versão original por Vale, S., Cardoso, J., Dores, A. R., & Ferreira, T. B. (2019)

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação se aplica a jogadores de videogames com um envolvimento excessivo no jogo.

	<b>Discordo Completamente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo Completamente</b>
<b>1. Gastar uma grande quantidade de tempo e energia a jogar e a pensar sobre videogames.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>2. Sentir que o jogo é uma forma de viver e não apenas um passatempo.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>3. Jogar como se essa atividade fosse um trabalho.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>4. Continuar a jogar mesmo que se sinta cansada/o.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>5. Pensar no jogo online mesmo quando está envolvido/a em atividades offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>6. Gostar de jogos online tanto quanto gosta de atividades offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>7. Ficar tão imersa/o no jogo que nem repara no que acontece ao seu redor, no mundo offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**8. Ficar tão imersa/o no jogo que perde a noção do tempo passar.**

   

**9. Achar que o jogo pode ajudar a esquecer os problemas do mundo offline.**

   

**10. Sentir-se comprometida/o com a melhoria das suas competências de jogo, com o objetivo de se tornar o/a melhor jogador/a possível.**

   

**11. Procurar melhorar as suas competências de jogo mesmo quando não está a jogar, através de visitas a fóruns online e aprendendo com outras/os jogadoras/es.**

   

**12. Dar tanta importância ao sucesso aos videojogos quanto dá ao sucesso noutras áreas da vida.**

   

**13. Sentir-se membro de uma equipa ou comunidade através do jogo online.**

   

**14. Sentir-se comprometida/o a ajudar os/as amigos/as do jogo online a divertirem-se e a atingirem os seus objetivos.**

   

**15. Achar mais fácil relacionar-se com outros/as jogadores/as do que com pessoas não jogadoras.**

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação representa um potencial **benefício** de jogar intensivamente videogames.

	<b>Discordo Completamente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo Completamente</b>
<b>16. Esperar ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>17. Achar que jogar videogames a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>18. Sentir que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>19. Experimentar picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>20. Achar satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. Sentir-se calma/  
relaxada/o e no controle, em  
certos momentos no jogo.

22. Achar que os videogames  
dão uma estrutura e  
regularidade importante à  
sua vida.

23. Gostar que as suas  
competências sejam levadas  
ao limite.

24. Achar satisfatório  
realizar ações desafiadoras  
dos jogos repetidamente, até  
que os resultados sejam  
quase perfeitos e  
automáticos.

25. Gostar mais de jogar  
videogames como forma de  
diversão, do que de outros  
hobbies/hábitos.

26. Achar que os videogames  
afastam o seu pensamento dos  
problemas que estão a  
enfrentar na sua vida.

27. Esforçar-se para  
melhorar o seu jogo de modo  
a crescer e evoluir como  
jogador/a.

**28. Experienciar uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.**

   

**29. Acreditar que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspectiva sobre a vida.**

   

**30. Gostar do sentimento de pertença que resulta de fazer parte de uma comunidade de jogadores/as.**

   

**31. Preocupar-se menos com a forma como as suas ações e palavras podem ser percebidas pelos outros, porque os jogos online e a internet fornecem melhores oportunidades para o anonimato.**

   

**32. Achar que jogar videogames com amigas/os e família do mundo offline fortalece essas relações.**

   

**33. Estabelecer fortes ligações afetivas com outros jogadores, e sentir que podem confiar neles e que**

eles estão disponíveis para os ajudar.

**34. Sentir satisfação em se comprometer com um objetivo no jogo até que seja alcançado, mesmo que este requeira muito trabalho.**

**35. Achar que ultrapassar desafios difíceis nos videogames ajuda a aumentar a sua confiança para lidar com os problemas da vida.**

**36. Desenvolver competências importantes através do jogo, que os ajudam a progredir tanto na sua atividade profissional como na sua vida fora do jogo.**

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação representa um potencial **problema** resultante de jogar intensivamente videogames.

**Discordo Completamente      Discordo      Concordo      Concordo Completamente**

**37. Achar difícil concentrar-se em outras atividades porque estão a pensar nos videogames.**

**38. Sentir-se frustrada/o e  
desapontada/o, ficando de  
mau-humor quando não joga  
bem.**

   

**39. Sentir que jogar não é a  
melhor forma de utilizar o  
seu tempo, desejando ter  
feito algo mais produtivo ou  
útil.**

   

**40. Sentir-se mental e  
fisicamente esgotado/a após  
longas e intensas sessões de  
jogo.**

   

**41. Forçar demasiado o seu  
corpo, não comendo, nem  
dormindo corretamente,  
quando está a jogar.**

   

**42. Ficar inquieta/o e  
irritável quando não  
consegue ficar online para  
jogar.**

   

**43. Ficar negativamente  
obcecada/o com o jogo,  
mesmo sentindo que o jogo  
está a controlar a sua vida.**

   

**44. Achar difícil controlar ou  
limitar o seu jogo, jogando**

**videojogos demasiado e em alturas inoportunas.**

**45. Chegar ao ponto em que o jogo se torna mais uma rotina aborrecida do que algo divertido.**

   

**46. Achar que jogar muito torna mais difícil desfrutar/aproveitar outras atividades na sua vida.**

   

**47. Utilizar o jogo para evitar desafios na sua vida em vez de lidar com eles diretamente.**

   

**48. Ter que jogar cada vez mais para obter as mesmas sensações de prazer e satisfação.**

   

**49. Jogar tanto ao ponto de se sentir isolada/o e solitária/o.**

   

**50. Importar-se demasiado com a opinião, perspetivas e exigências de outras/os jogadoras/es.**

   

**51. Continuar a jogar mesmo que pense que as/os outras/os jogadoras/es estão a formar uma comunidade tóxica em vez de uma**

**comunidade de  
apoio/suporte.**

**52. Ficar aborrecida/o e  
irritada/o quando**

**jogadoras/es anônimas/os não  
assumem a responsabilidade  
pelas suas ações e palavras.**

**53. Achar que jogar  
videojogos leva a conflitos  
com a família e amigas/os.**

**54. Sentir que eles têm que  
jogar pelas suas/seus  
amigas/os online mesmo  
quando não têm vontade.**

**55. Sentir que jogar  
videojogos é mais um  
trabalho aborrecido do que  
algo que faz com gosto.**

**56. Ficar irritado/a ou sentir-  
se mal consigo mesmo e com  
as suas capacidades quando  
perde ou não joga bem.**

**57. Pensar que poderia ser  
mais bem-sucedido/a na vida  
se não dispensasse tanto  
tempo e energia a jogar  
videojogos.**

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação se aplica à sua experiência de jogo.

	<b>Discordo Completam ente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo Completa mente</b>
<b>1. Gasta uma grande quantidade de tempo e energia a jogar e a pensar sobre videogames.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>2. Sente que o jogo é uma forma de viver e não apenas um passatempo.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>3. Joga como se essa atividade fosse um trabalho.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>4. Continua a jogar mesmo que se sinta cansada/o.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>5. Pensa no jogo online mesmo quando está envolvido/a em atividades offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>6. Gosta de jogos online tanto quanto gosta de atividades offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>7. Fica tão imersa/o no jogo que nem repara no que acontece ao seu redor, no mundo offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>8. Fica tão imersa/o no jogo que perde a noção do tempo passar.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>9. Acha que o jogo pode ajudar a esquecer os problemas do mundo offline.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Sente-se comprometida/o com a melhoria das suas competências de jogo, com o objetivo de se tornar o/a melhor jogador/a possível.

   

11. Procura melhorar as suas competências de jogo mesmo quando não está a jogar, através de visitas a fóruns online e aprendendo com outras/os jogadoras/es.

   

12. Dá tanta importância ao sucesso nos videojogos quanto dá ao sucesso noutras áreas da vida.

   

13. Sente-se membro de uma equipa ou comunidade através do jogo online.

   

14. Sente-se comprometida/o a ajudar os/as amigos/as do jogo online a divertirem-se e a atingirem os seus objetivos.

   

15. Acha mais fácil relacionar-se com outros/as jogadores/as do que com pessoas não jogadoras.

   

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação representa um potencial **benefício** tendo em conta a sua experiência de jogo.

	<b>Discordo Completam ente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo Completa mente</b>
<b>16. Espera ansiosamente e com entusiasmo a próxima vez que irá jogar.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>17. Acha que jogar videojogos a/o ajuda a aliviar frustrações e a melhorar o seu humor.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>18. Sente que jogar lhe pode dar um foco e um propósito na vida.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>19. Experiencia picos (positivos) de adrenalina e energia quando está a jogar, especialmente quando se derrotam adversários/as difíceis.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>20. Acha satisfatório e empolgante forçar-se e manter-se a jogar por longas horas.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>21. Sente-se calma/, relaxada/o e no controlo, em certos momentos no jogo.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>22. Acha que os videojogos dão uma estrutura e regularidade importante à sua vida.</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**23. Gosta que as suas competências sejam levadas ao limite.**

**24. Acha satisfatório realizar ações desafiadoras dos jogos repetidamente, até que os resultados sejam quase perfeitos e automáticos.**

**25. Gosta mais de jogar videojogos como forma de diversão, do que de outros hobbies/hábitos.**

**26. Acha que os videojogos afastam o seu pensamento dos problemas que estão a enfrentar na sua vida.**

**27. Esforça-se para melhorar o seu jogo de modo a crescer e evoluir como jogador/a.**

**28. Experiencia uma conexão fácil e, por vezes, instantânea com outros/as jogadores/as.**

**29. Acredita que conectar-se com diversas pessoas através da internet expande o seu círculo social e a sua perspetiva sobre a vida.**

**30. Gosta do sentimento de  
pertença que resulta de fazer  
parte de uma comunidade de  
jogadores/as.**

   

**31. Preocupa-se menos com a  
forma como as suas ações e  
palavras podem ser  
percebidas pelos outros,  
porque os jogos online e a  
internet fornecem melhores  
oportunidades para o  
anonimato.**

   

**32. Acha que jogar jogos  
online com amigas/os e  
família do mundo offline  
fortalece essas relações.**

   

**33. Estabelece fortes ligações  
afetivas com outros  
jogadores, e sente que pode  
confiar neles e que eles estão  
disponíveis para os ajudar.**

   

**34. Sente satisfação em se  
comprometer com um  
objetivo no jogo até que seja  
alcançado, mesmo que este  
requeira muito trabalho.**

   

**35. Acha que ultrapassar  
desafios difíceis no jogo  
ajuda a aumentar a sua**

confiança para lidar com os problemas da vida.

**36. Desenvolve competências importantes através do jogo, que o (a) ajuda a progredir tanto na sua atividade profissional como na sua vida fora do jogo.**

**Instruções:** Classifique cada uma das afirmações seguintes de acordo com o quanto concorda que cada afirmação representa um potencial **problema** resultante da sua experiência de jogo.

**Discordo Completamente**      **Discordo**      **Concordo**      **Concordo Completamente**

**37. Acha difícil concentrar-se em outras atividades porque está a pensar nos videojogos.**

**38. Sente-se frustrada/o e desapontada/o, ficando de mau-humor quando não jogão bem.**

**39. Sente que jogar não é a melhor forma de utilizar o seu tempo, desejando ter feito algo mais produtivo ou útil.**

**40. Sente-se mental e fisicamente esgotado/a após**

longas e intensas sessões de  
jogo.

41. Força demasiado o seu  
corpo, não comendo, nem  
dormindo corretamente,  
quando está a jogar.

   

42. Fica inquieta/o e irritável  
quando não consegue ficar  
online para jogar.

   

43. Fica negativamente  
obcecada/o com o jogo,  
mesmo sentindo que o jogo  
está a controlar a sua vida.

   

44. Acha difícil controlar ou  
limitar o seu jogo, jogando  
videojogos demasiado e em  
alturas inoportunas.

   

45. Chega ao ponto em que o  
jogo se torna mais uma  
rotina aborrecida do que algo  
divertido.

   

46. Acha que jogar muito  
torna mais difícil  
desfrutar/aproveitar outras  
atividades na sua vida.

   

47. Utiliza o jogo para evitar  
desafios na sua vida em vez  
de lidar com eles  
diretamente.

**48. Tem que jogar cada vez mais para obter as mesmas sensações de prazer e satisfação.**

   

**49. Joga tanto ao ponto de se sentir isolada/o e solitária/o.**

   

**50. Importa-se demasiado com a opinião, perspetivas e exigências de outras/os jogadoras/es.**

   

**51. Continua a jogar mesmo que pense que as/os outras/os jogadoras/es estão a formar uma comunidade tóxica em vez de uma comunidade de apoio/suporte.**

   

**52. Fica aborrecida/o e irritada/o quando jogadoras/es anónimas/os não assumem a responsabilidade pelas suas ações e palavras.**

   

**53. Acha que jogar videojogos leva a conflitos com a família e amigas/os.**

   

**54. Sente que eles têm que jogar pelas suas/seus amigas/os online mesmo quando não têm vontade.**

   

**55. Sente que jogar videojogos é mais um**

**trabalho aborrecido do que  
algo que faz com gosto.**

**56. Fica irritado/a ou sentir-  
se mal consigo mesmo e com  
as suas capacidades quando  
perde ou não joga bem.**

**57. Pensa que poderia ser  
mais bem-sucedido/a na vida  
se não dispensasse tanto  
tempo e energia a jogar  
videojogos.**