

triCICLO: desenvolvimento de um Framework Conceitual para Pesquisa-Intervenção baseada em Social Gaming

Rebeca Gliosci¹, Sheila Giardini Murta¹

¹Instituto de Psicologia – Universidade de Brasília (UnB)
Brasília – DF – Brasil

rebecagliosci@gmail.com, giardini@unb.br

Abstract. Introduction: Many gamers suffer from social anxiety and seek a safe space to socialize in digital games and their online communities, transforming social gaming into a therapeutic experience. However, that phenomenon has been little explored in the field of clinical psychology. **Objective:** This study aims to develop a conceptual framework to guide research-intervention projects based on social gaming. **Methodology:** From a netnographic study on the Reddit forum and thematic analysis of the collected data, we identified themes that represent the needs of gamers with social anxiety to form the conceptual basis of the framework. **Results:** We seek to gain a systematized understanding of gamers' needs and how to apply this knowledge in the practice of psychology, creating a conceptual framework for researchers and clinical psychologists who wish to work with digital games and foster connection through social gaming. **Keywords:** Conceptual Framework, Game-based Interventions, Social Gaming.

Resumo. Introdução: Muitos jogadores sofrem com ansiedade social e buscam um espaço seguro para socializar em jogos digitais e suas comunidades online, transformando o social gaming em uma experiência terapêutica. Porém, este é um fenômeno ainda pouco explorado na área da psicologia clínica. **Objetivo:** Este estudo visa desenvolver um framework conceitual para orientar projetos de pesquisa-intervenção baseados em social gaming. **Metodologia:** A partir de um estudo netnográfico no fórum Reddit e análise temática dos dados coletados, foram identificados temas que representam as necessidades de jogadores com ansiedade social para fundamentar a construção do framework. **Resultados esperados:** Espera-se obter uma compreensão sistematizada das necessidades dos jogadores e de como aplicar esse conhecimento na prática da psicologia, com a criação do framework conceitual voltado a pesquisadores e psicólogos clínicos que desejem trabalhar a conexão por meio do social gaming.

Palavras-Chave Framework Conceitual, Intervenções Baseadas em Games, Social Gaming.

1. Introdução

Ansiedade social é um transtorno mental caracterizado por medo desproporcional diante de situações sociais e/ou de desempenho, que produz um ciclo de evitação de situações sociais que pode ser incapacitante [Burato et al. 2009]. Muitos jogadores que sofrem com essa condição buscam refúgio em jogos e comunidades virtuais onde sentem que podem interagir de modo mais seguro. Por um lado, usar os jogos como um escape, sem tratar o

problema fora deles, pode levar a uma maior susceptibilidade à dependência [Gioia et al. 2022]. Por outro lado, há inúmeros relatos na internet sobre como jogos ajudam jogadores ansiosos a se conectar com outras pessoas e praticar socialização em ambientes virtuais, antes de fazê-lo no mundo físico. No entanto, os impactos da experiência social dos jogos e seu potencial terapêutico ainda são pouco estudados em pesquisas científicas [Gliosci e Silva 2023].

Em uma revisão de literatura recente, Gonçalves et al. (2023) definem como *social gaming* qualquer experiência de jogo cujo foco sejam os efeitos sociais. Jogos são sociais ao promovem interações tanto dentro como fora do próprio mundo de jogo, na formação de comunidades, nos efeitos que produzem nas relações sociais e no senso de apoio social e bem-estar sentido pelos jogadores. A revisão sugere que futuras pesquisas “considerem as variadas experiências que já existem e que podem existir, e como aspectos de jogo, das pessoas envolvidas e do contexto” afetam os resultados sociais.

Nesse sentido, este estudo investiga o potencial terapêutico do *social gaming* e de sua aplicação na área da Psicologia Clínica, a partir da perspectiva dos próprios jogadores. O objetivo geral é explorar oportunidades de conexão social mediada por jogos digitais e os impactos percebidos nas relações sociais. Como objetivos específicos, são examinadas as necessidades de jogadores com ansiedade social a fim de subsidiar a construção de uma ferramenta de apoio a projetos de pesquisa-intervenção baseada em *social gaming*.

2. Metodologia

Foram combinados dois métodos: a netnografia, para explorar a perspectiva de jogadores com ansiedade social; e a análise temática, para analisar estratégias de enfrentamento que já fazem sentido para jogadores e como aplicar esse conhecimento na prática clínica.

Após sondagem preliminar em fóruns de discussão e redes sociais populares entre o público *gamer*, optamos por conduzir o estudo no Reddit, que continha os tópicos mais robustos sobre o tema da ansiedade social discutido por jogadores. Com uma metodologia híbrida (a netnografia temática) foi possível integrar a coleta e a análise dos dados em um processo concomitante.

A netnografia é uma forma de etnografia especializada para investigar “relações entre tecnologias específicas e seres humanos particulares” que se comunicam em espaços online [Kozinets 2015]. O método é particularmente útil para pesquisas relacionadas ao público *gamer*, pois jogadores costumam criar comunidades e compartilhar experiências em fóruns e redes sociais, desse modo expandindo o aspecto social para além dos próprios jogos. O estudo usou o framework netnográfico LiLEDDA [Salzmann-Erikson e Eriksson 2012], que consiste nos seis passos descritos a seguir.

2.1. Revisão da literatura

Esta etapa serve para se identificar lacunas na literatura que levem ao problema e pergunta de pesquisa. Em uma revisão prévia [Gliosci e Silva 2023], foi identificado que o aspecto social ainda é subexplorado em pesquisas e intervenções baseadas em jogos (*game-based interventions*). Assim, foi definida a pergunta netnográfica: o que revelam as discussões de jogadores que utilizam os jogos digitais para enfrentar a ansiedade social e se conectar?

2.2. Localização do fórum online

Nesta etapa ocorre a prospecção de fóruns onde o tema seja discutido coletivamente por

peessoas engajadas. Identificamos que no Reddit havia tópicos de discussão mais robustos acerca de ansiedade social e jogos digitais. Além disso, é um espaço aberto por definição; de certo modo, as postagens no Reddit já funcionam como um grande debate público sobre os temas. A lógica do Reddit também favorece discussões mais longas e mais reflexivas em vez de uma comunicação mais fragmentada em servidores e canais, como no Discord.

2.3. Consideração ética

Segundo Kozinets (2015), dados coletados em espaços publicamente acessíveis não são “human subject research”. Portanto, não se fez necessária a submissão deste estudo a um comitê de ética, visto que os dados são postagens anonimizadas e públicas por definição, devido à política *Default Open* do fórum [Reddit 2024].

2.4. Coleta dos dados

A coleta foi feita manualmente, de modo *sequential-top-down posting*, não randomizado, ou seja, foram coletadas as postagens seguindo a ordem como aparecem na busca, de cima para baixo e compreendendo o período dos últimos cinco anos. Assim, o termo “ansiedade social” foi aplicado na barra de busca. Como critério de inclusão, foram coletadas apenas postagens sobre ansiedade social relacionadas a experiências com jogos digitais.

2.5. Análise dos dados

Neste ponto, optamos por integrar ao estudo a análise temática de Braun e Clarke (2006), um método amplamente utilizado na psicologia para se identificar padrões significativos (temas) em dados qualitativos como relatos de experiência. Usamos a abordagem indutiva para que os temas emergissem dos dados em vez de teorias pré-definidas.

O processo é iterativo e reflexivo, não linear. À medida em que nos familiarizamos com os dados, emergem padrões, códigos e temas – até chegar a temas finais que melhor representem os dados e respondam aos objetivos do estudo. Conforme a leitura dos dados, pudemos observar padrões de linguagem que apareciam repetidamente já nos títulos das postagens. Estes padrões foram codificados como buscas: as necessidades que jogadores ansiosos buscam suprir nas experiências sociais com os jogos. Os códigos revelaram três principais temas que permeiam as discussões sobre ansiedade social entre jogadores no Reddit: busca de compreensão, busca de ajuda e busca de conexão.

Percebemos que os temas convergem no conceito de apoio social (*social support*), considerado importante fator protetivo em saúde mental [Cherry 2025], e no conceito de apoio entre pares (*peer support*). O apoio social envolve as dimensões do apoio emocional (empatia), do apoio instrumental (ajuda prática) e/ou do apoio informacional (troca de conhecimentos e recursos). Já o apoio entre pares é baseado na ajuda mútua a partir de experiências ou vivências compartilhadas, no senso de identificação e de pertencimento, que envolve conexão a uma comunidade [Organização Pan-Americana de Saúde 2022]. A partir das convergências, os temas foram codificados em três grandes grupos temáticos que representam as principais buscas de jogadores com ansiedade social:

- **Empatia:** postagens em que os jogadores buscam apoio emocional dos pares (Figura 1). Este grupo de análise objetiva compreender como a ansiedade social se manifesta no contexto dos jogos digitais.



Figura 1. Exemplo de postagem do grupo Empatia

- **Estratégia:** postagens em que os jogadores buscam apoio instrumental (conselhos práticos) sobre como superar a ansiedade social (Figura 2). Este grupo de análise objetiva compreender estratégias de enfrentamento que fazem sentido para jogadores.

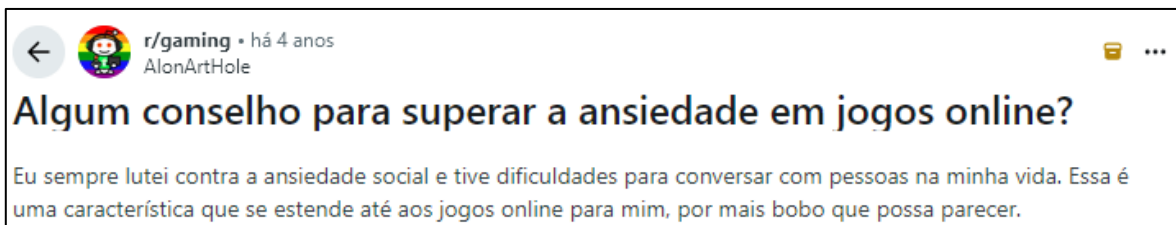


Figura 2. Exemplo de postagem do grupo Estratégia

- **Vínculo:** postagens em que os jogadores compartilham experiências com jogos que ajudam a lidar com a ansiedade social (Figura 3). Este grupo de análise objetiva compreender aspectos específicos de jogos que facilitam a socialização de jogadores no ambiente digital e que podem ser extrapolados para o mundo físico.

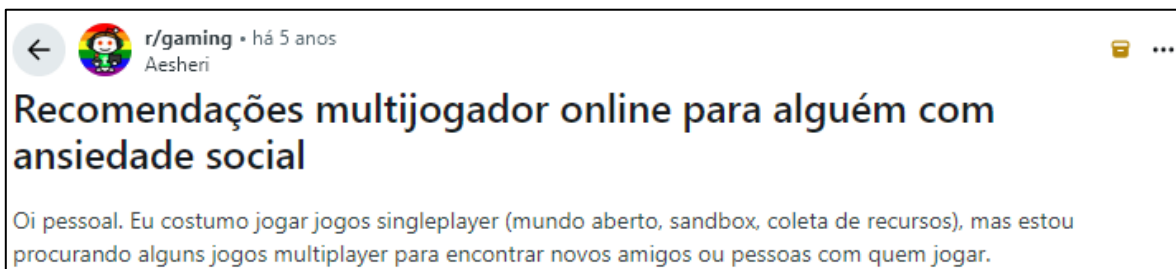


Figura 3. Exemplo de postagem do grupo Vínculo

Esta etapa de familiarização com os dados respondeu à pergunta netnográfica: as discussões nos fóruns revelam que os jogadores buscam, em seus pares, a compreensão (empatia), a troca de informações (estratégia) e a troca de experiências (vínculo) que não conseguem obter no mundo físico. As próximas etapas, de aprofundamento, responderão aos objetivos específicos do estudo.

2.6. Abstrações e confiabilidade

O último passo do método LiLEDDA é discutir resultados e argumentar a confiabilidade do estudo, a qual dependerá da posição epistemológica do pesquisador. A discussão deve demonstrar como os resultados se relacionam com pesquisas ou teorias prévias, e quais implicações os resultados podem ter em um contexto mais amplo. Este passo se dará na conclusão do estudo.

3. Resultados preliminares

Este trabalho apresenta a etapa preliminar de uma pesquisa em andamento sobre o *social gaming*. Investigamos a perspectiva dos jogadores para fundamentar a construção de uma ferramenta de apoio a pesquisas e intervenções que usem jogos digitais como mediadores de conexão social. Foram encontrados três grandes temas que abrangem as necessidades de jogadores que relatam sofrer com a ansiedade social: **Empatia, Estratégia e Vínculo**. Os relatos coletados estão sendo agrupadas dentro dos três grupos temáticos, e cada grupo está sendo analisado em separado para se definir novos códigos específicos (subtemas).

Na próxima etapa, os novos códigos serão cruzados para se identificar os subtemas específicos de cada grupo, mas também as similaridades semânticas entre eles. Os temas finais serão agrupados em ciclos temáticos referentes aos três grandes temas/necessidades dos jogadores. Os ciclos temáticos são os pilares conceituais de construção da ferramenta que visa apoiar projetos de pesquisa-intervenção baseada em *social gaming*. O framework proposto se chamará triCICLO, apresentando os três ciclos que devem nortear uma *social gaming intervention*: **Ciclo da Empatia, da Estratégia e do Vínculo** (Figura 4).

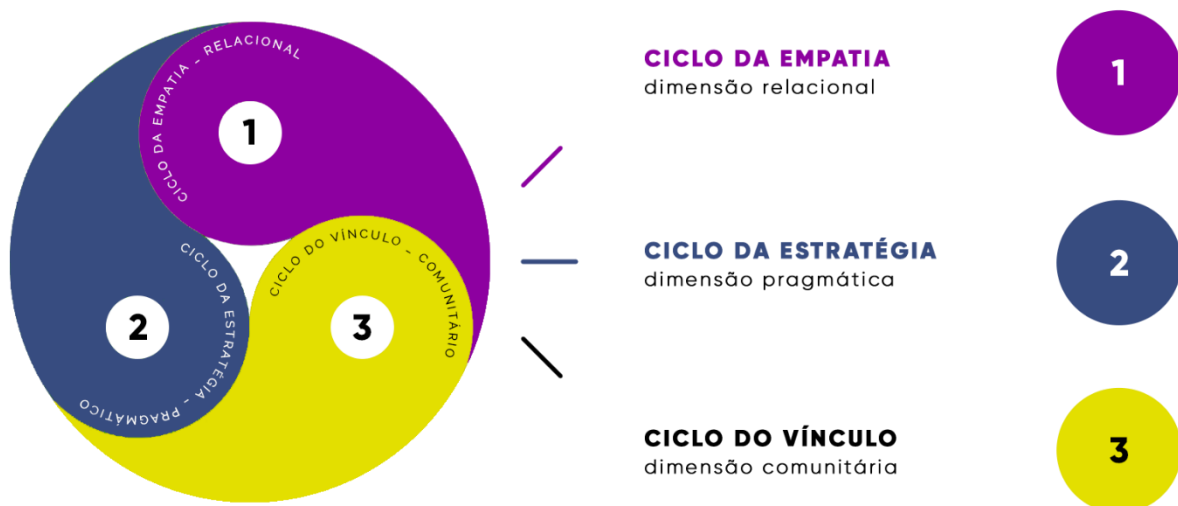


Figura 4. Estrutura conceitual do framework triCICLO

Esta sistematização cíclica significa que a implementação de uma *social gaming intervention* com o método triCICLO não precisará seguir uma lógica linear, mas os três ciclos devem acontecer de alguma forma durante a intervenção. Cada ciclo será composto de diretrizes para atender as necessidades de jogadores com dificuldades sociais e todas deverão ser consideradas na construção da intervenção. Além disso, o framework indicará ferramentas para a mensuração dos resultados de cada ciclo e do resultado da intervenção.

4. Resultados esperados

Este trabalho aponta a relevância da netnografia temática, enquanto método, e do Reddit, enquanto campo, para se compreender as experiências sociais de jogadores de videogame. A partir dos temas, almejamos obter uma compreensão sistematizada das necessidades de jogadores com ansiedade social e de como aplicar esse conhecimento na prática clínica.

O objetivo é promover a conexão entre jogadores não apenas dentro dos próprios mundos digitais, mas, por meio destes, conectar jogadores no mundo físico. Desse modo, o método triCICLO visa orientar intervenções presenciais, que reúnam jogadores com as

mesmas dificuldades sociais em ambientes físicos onde possam socializar jogando juntos e aprendendo sobre conexão social e saúde mental. Ao final do estudo, será implementada uma *social gaming intervention* seguindo as diretrizes do triCICLO em um centro clínico de saúde mental que atende adolescentes [Blum et al. 2022], a fim de testar a viabilidade da ferramenta. Futuramente, planejamos disponibilizar o framework de modo gratuito a pesquisadores e psicólogos que desejem usar jogos digitais para trabalhar conexão social.

Referências

- Blum, R.W. et al. (2022). Adolescent connectedness: cornerstone for health and wellbeing. In *BMJ*, e069213. <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-069213>
- Braun, V. and Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. In *Qualitative Research in Psychology*, pages 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Burato, K. et al. (2009). Transtorno de ansiedade social e comportamentos de evitação e de segurança: uma revisão sistemática. In *Estudos De Psicologia*, pages 167–174. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2009000200010>
- Cherry, K. (2025). How Social Support Contributes to Psychological Health, <https://www.verywellmind.com/social-support-for-psychological-health-4119970>
- Gioia, F. et al. (2022). Evidence on Problematic Online Gaming and Social Anxiety over the Past Ten Years: a Systematic Literature Review. In *Current Addiction Reports*, pages 32–47. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00406-3>
- Gliosci, R. and Silva, TBP. (2023). Therapeutic Interventions with Videogames in Treatments for Depression: A Systematic Review. In *Games for Health Journal*, pages 269–279. <https://doi.org/10.1089/g4h.2022.0094>
- Gonçalves, D. et al. (2023). Social gaming: A systematic review. In *Computers in Human Behavior*, pages 1–31. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107851>
- Kozinets, R. V. (2015). *Netnography: Redefined*. SAGE Publications.
- Lewis, J. E. et al. (2021). New Social Horizons: Anxiety, Isolation, and Animal Crossing During the COVID-19 Pandemic. In *Frontiers in Virtual Reality*, e627350. <https://doi.org/10.3389/frvir.2021.627350>
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2022). Serviços de suporte de pares em saúde mental, <https://iris.paho.org/handle/10665.2/56611>
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2025). Conexão social é associada à melhoria da saúde e redução do risco de morte prematura, <https://www.paho.org/pt/noticias/30-6-2025-conexao-social-e-associada-melhoria-da-saude-e-reducao-do-risco-morte-prematura>
- Reddit. (n.d.). <https://www.reddit.com/r/gaming>
- Reddit. (2024). Public Content Policy, <https://support.reddithelp.com/hc/en-us/articles/26410290525844-Public-Content-Policy>
- Salzmann-Erikson, M. and Eriksson, H. (2012). LiLEDDA: A Six-Step Forum-Based Netnographic Research Method for Nursing Science. In *Aporia: The Nursing Journal*, pages 6–18. <https://doi.org/10.18192/aporia.v4i4.2903>