

Game On ou Game Over?

Verificação precoce de perturbação do jogo para pais

Antes de começar:

- Por favor, note que este **não é um teste psicológico** e os resultados não são muito fidedignos. Esta lista de verificação destina-se apenas a ajudá-lo a olhar para alguns dos indicadores conhecidos¹ de perturbação do jogo no que diz respeito ao comportamento do seu filho, para obter uma visão básica e aumentar a sensibilização de todos os envolvidos!
- Embora um único comportamento possa não indicar uma perturbação do jogo, uma combinação de sinais persistentes pode indicar ações adicionais necessárias. Nesse caso, **consulte um especialista!**
- Responda às afirmações abaixo em que medida elas se aplicam ao seu filho. Selecione um valor de 1 (não aplicável) a 10 (muito aplicável) para cada declaração. Por favor, seja **o mais honesto possível** - caso contrário, não faz sentido!
- Todos os dados podem ser introduzidos de forma anónima e tratados de forma confidencial!

O seguinte aplica-se ao meu filho:	Não aplicável							Totalmente aplicável		Não sei
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Relativamente à quantidade de tempo diário de jogo (3 ou mais horas)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Constantemente a falar ou a pensar em jogos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Participação reduzida em passatempos, desporto ou atividades sociais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preferência pelos "amigos" dos jogos online a relacionamentos presenciais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Negligenciar frequentemente as obrigações familiares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Negligenciar frequentemente os trabalhos da escola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Queda notória nas notas ou falta de interesse nos trabalhos académicos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jogar até de madrugada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Negligenciar necessidades básicas como alimentação, higiene ou limpeza	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tornar-se agressivo ou irritado quando questionado sobre hábitos de jogo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mentir sobre a quantidade de tempo gasto a jogar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Demonstrar frustração ou raiva quando o jogo é interrompido/limitado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentir dores de cabeça, cansaço ocular ou outros problemas de saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oscilação emocional ligada ao sucesso/fracasso nos jogos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Conflitos regulares com os pais ou irmãos sobre os hábitos de jogo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mostrar sinais de ansiedade, depressão ou irritabilidade	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gastos excessivos em compras durante os jogos, assinaturas, etc.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jogar em ambientes inadequados (na escola, durante as refeições, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dificuldade em envolver-se com atividades da vida real depois de jogar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Receber feedback de amigos, professores, etc. que a criança pode estar em risco de perturbação do jogo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

¹ Esta lista de verificação foi inspirada na *Classificação Internacional de Doenças da Organização Mundial de Saúde (CID-11)* e nos Critérios para Perturbação do Jogo na Internet da *Associação Americana de Psiquiatria (APA)*. É também o resultado de uma pesquisa documental realizada pelo projeto Gaming Disorders (<https://gamingdisorders.eu/>). Este documento foi elaborado pelo consórcio do projeto e tem como objetivo ajudar os educadores a identificar potenciais riscos de Perturbações do Jogo. Não substitui quaisquer procedimentos de diagnóstico médico e psicológico.