



Cofinanciado pela
União Europeia



5. ENVOLVER OS PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Atividade 3: Discussão interativa em grupo

WP3: A3



Escola Profissional de Corteção
OVARFORMA - Ensino e Formação Lda

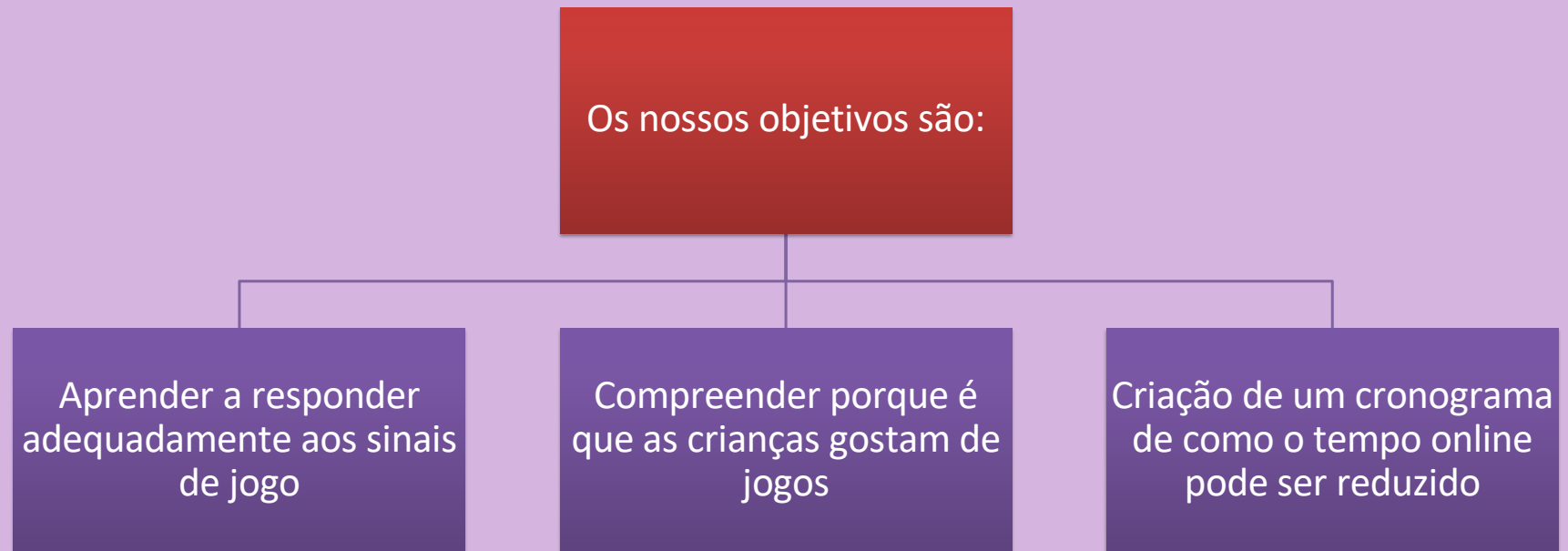
Índice



1. Objetivos
2. Recapitulação sobre como envolver o seu filho – o mais importante!
3. Porque é que o meu filho está a jogar?
4. Como planear a redução do tempo de jogo em conjunto com o seu filho
5. Avaliação da atividade

1. Objetivos

Objetivos da Sessão e Importância do Tema



2. Recapitulação sobre como envolver o seu filho - o mais importante!

Quando pedimos ao ChatGPT para gerar duas imagens, uma em que uma família lida com o comportamento de jogo de uma criança de forma conflituosa e outra em que eles lidam com a situação de forma cooperativa, obtemos os exemplos seguintes:



Deixando de lado a "fantasia" de IA bastante divertida, qual das imagens é mais parecida com a sua situação familiar? Ou na sua família é algo completamente diferente?

(Por favor, partilhe ou discuta em pares ou em grupo)

Já falámos muito sobre sinais de dependência do jogo e como trabalhar com os seus filhos para encontrar soluções – pode ser encontrado um resumo nos seguintes dois cartazes informativos:

3. O que leva o meu filho a jogar?

É claro que cada criança é diferente, mas, no geral, as razões pelas quais as crianças em todo o mundo jogam online são relativamente semelhantes e podem ser resumidas da seguinte forma:



Os 10 principais motivos que levam as crianças a jogar:



Diversão e entretenimento

A principal razão é, muitas vezes, a alegria de jogar. As crianças estão à procura de um passatempo emocionante e divertido.



Amizade e interação social

Muitas crianças jogam online para interagir com os amigos, seja através de jogar juntos ou conversar dentro dos jogos.



Concorrência

Algumas crianças adoram competir com outras e provar as suas competências em rankings ou competições.



Relaxamento e alívio do stress

Os jogos online oferecem uma oportunidade para desligar da vida quotidiana e relaxar.

Os 10 principais motivos que levam as crianças a jogar:

Curiosidade e sentido de aventura

As crianças são atraídas por novos mundos de jogos e experiências que podem descobrir online.

Fantasia e criatividade

Os jogos geralmente oferecem às crianças mundos fantásticos para explorar e permitem que elas sejam criativas (por exemplo, construindo ou projetando em jogos como o Minecraft).

Sistemas de recompensa

Muitos jogos usam recompensas como pontos, medalhas ou bens virtuais para motivar as crianças a continuar a jogar.

Identificação e representação de papéis

As crianças gostam de entrar no papel de personagens ou avatares e experimentar aventuras a partir da sua perspectiva.

Os 10 principais motivos que levam as crianças a jogar:



Tendências e afiliação ao grupo

Se os amigos ou colegas estão a jogar um determinado jogo, as crianças muitas vezes querem fazer parte dele e poder participar na conversa.



Aprendizagem e desafio

Algumas crianças gostam de jogos que oferecem quebra-cabeças ou desafios estratégicos através dos quais podem aprender novas competências.

Questões para debate:

- O que achou desta lista de razões? Também consegue ver aspetos positivos do jogo aqui?
- São também estas as razões pelas quais os seus filhos jogam? Quais são as suas motivações? Ou tem razões completamente diferentes?

4. Como planejar a redução do tempo de jogo em conjunto com o seu filho

Se você quer que os seus filhos joguem e/ou passem menos tempo online, parece mais sensato abordar isso juntos e definir metas realistas! Um plano e um acordo criados em conjunto, bem estruturados e transparentes poderiam ser úteis... como este:

Áreas de melhoria	Statu quo (Descreva a situação atual em pontos! Concentre-se nas questões que deseja alterar/melhorar)	Que melhorias pretende alcançar?				Tarefas acordadas para ...	Acompanhamento e avaliação das realizações	Recompensa
		Metas para a Semana 1	Metas para a Semana 2	Metas para a Semana 3	Metas para a Semana 4			
Quantidade de tempo total de ecrãs	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Quantidade de tempo de jogo	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Obrigações familiares	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Passatempos não relacionados com jogos, desporto, etc..	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•

Se quer que os seus filhos joguem e/ou passem menos tempo online, parece mais sensato abordar isso juntos e definir metas realistas! Um plano e um acordo criados em conjunto, bem estruturados e transparentes poderiam ser úteis... como este:

Áreas de melhoria	Statu quo (Descreva a situação atual em pontos! Concentre-se nas questões que deseja alterar/melhorar)	Que melhorias pretende alcançar?				Tarefas acordadas para ...	Acompanhamento e avaliação das realizações	Recompensa
		Metas para a Semana 1	Metas para a Semana 2	Metas para a Semana 3	Metas para a Semana 4			
Comportamento e interação social	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Obrigações e desempenho escolar	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Outros:	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Outros:	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•

**Antes de
começar,
por favor,
tenha em
mente!**



É importante fazer este acordo em conjunto com a sua criança! Tente trabalhar em equipa para fazerem as melhorias juntos!



Escolha uma ou mais áreas onde gostaria de ver melhorias. Você pode adicionar quantas áreas quiser!



Seja realista e justo ao estabelecer metas! Não faz sentido ser demasiado ambicioso! Tente encontrar compromissos com os quais ambos os lados possam co



Quantifique os seus objetivos e seja o mais preciso possível! Por exemplo, em vez de "reduzir um pouco o tempo de jogo por semana", diga "reduzir o tempo de jogo em 15 minutos por semana"; caso contrário, é difícil acompanhar o processo e medir sucesso!

**Antes de
começar,
por favor,
tenha em
mente!**



Esteja ciente de que a mudança de comportamento pode exigir ação tanto dos pais quanto da criança! Por exemplo, os pais também podem ser solicitados a reduzir o seu tempo de ecrã para dar um bom exemplo - ou se uma criança for convidada a passar mais tempo com a família, atividades apropriadas podem precisar ser fornecidas!



Avalie o seu progresso regularmente e tome medidas se as coisas não estiverem a correr bem!



Alcançar metas e melhorias é sucesso - e o sucesso precisa ser celebrado! Não se esqueça de planear uma recompensa - para ambos!



Exercício:

- Em pares ou pequenos grupos, conclua um acordo completo! Seja o mais preciso e realista possível!
- Apresente os seus acordos e planos de ação ao grupo. Discuta os prós e os contras dos planos, as suas hipóteses de sucesso e como as crianças reagiriam!
- Como teria reagido de forma diferente antes de fazer o curso de Distúrbios do Jogo?

6. Avaliação da atividade

<https://forms.gle/14iGprgujrCDeon68>





Muito Obrigado



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





**GAMING
DISORDERS**

www.gamingdisorders.eu

GAME ON OR GAME OVER?

Como posso reconhecer se o meu filho está em risco de perturbações relacionadas com o jogo?

Os verdadeiros distúrbios do jogo são uma doença grave, mas é muito rara! Não é fácil de diagnosticar e o limite da dependência não pode ser claramente traçado. O que é "muito" e o que é "demasiado" é muitas vezes uma questão de perspetiva pessoal, literacia informática, idade e também a qualidade do jogo online.

Se vários dos seguintes sintomas persistirem e prejudicarem significativamente o funcionamento diário, pode indicar um distúrbio do jogo.



Perda de interesse por atividades não relacionadas com o jogo, como passatempos, desporto, etc.



Preocupação com o jogo e priorizá-lo em relação a outras atividades



Incapacidade de controlar o tempo de jogo e dificuldade em parar, mesmo que de madrugada.



Negligenciar responsabilidades e compromissos para continuar a jogar



Alterações de humor quando não está a jogar ou quando o tempo de jogo é limitado (irritabilidade, ansiedade, depressão, agressividade)



Redução da participação na escola e diminuição do desempenho académico



Isolamento social e evitamento da família, amigos ou eventos sociais para passar mais tempo a jogar



Usar o jogo para lidar com emoções negativas e mostrar emoções negativas quando não é bem sucedido nos jogos



Sintomas físicos como dores de cabeça, cansaço ocular, distúrbios do sono, etc.

QUANDO ME DEVO PREOCUPAR?

A persistência de vários destes sintomas e um comprometimento significativo do funcionamento diário podem indicar um distúrbio do jogo. A intervenção precoce e hábitos equilibrados podem ajudar a resolver estas questões. Fale com o seu filho ou procure ajuda profissional através da leitura do código QR.





**GAMING
DISORDERS**

www.gamingdisorders.eu

GAME ON OR GAME OVER?

Qual é a melhor forma de proteger o meu filho de perturbações relacionadas com o jogo?

Muitos pais sentem-se impotentes quando confrontados com o comportamento de jogo dos seus filhos, especialmente se estes se encontram numa "idade difícil". No entanto, não subestime o quanto pode apoiar o seu filho na redução do seu tempo online e de brincadeira. Muitas vezes, é apenas a forma como aborda este tema com os seus filhos. Censuras, proibições e falta de compreensão geralmente não levam ao resultado desejado para os jovens, mas causam frustração e stress em toda a família.



OBTENHA AJUDA QUANDO PRECISAR!

Visite o nosso website www.gamingdisorders.eu para obter mais informações ou procure aconselhamento e apoio profissional através da leitura do código QR.





**GAMING
DISORDERS**

Atividade

Acordo entre pais e filhos para reduzir os tempos de ecrãs e jogos



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

Antes de começar:

É importante fazer este acordo em conjunto com o seu filho! Tente trabalhar em equipa para fazer melhorias em conjunto!

Escolha uma ou mais áreas onde gostaria de ver melhorias! Pode adicionar quantas áreas quiser!

Seja realista e justo ao estabelecer metas! Não vale a pena ser demasiado ambicioso! Tente encontrar compromissos com os quais ambos os lados possam conviver!

Quantifique os seus objetivos e seja o mais preciso possível (por exemplo, em vez de "reduzir o tempo de jogo um pouco por semana", diga "reduzir o tempo de jogo em 15 minutos por semana"); caso contrário, é difícil acompanhar o processo e medir o sucesso!

Esteja ciente de que a mudança de comportamento pode exigir ação tanto dos pais quanto da criança! Por exemplo, os pais também podem ser solicitados a reduzir o seu tempo de ecrã para dar um bom exemplo, ou se uma criança for solicitada a passar mais tempo com a família, poderão ser necessárias atividades adequadas, etc.

Avalie o seu progresso regularmente e tome medidas se as coisas não estiverem a correr bem!

Alcançar metas e melhorias é sucesso - e o sucesso precisa ser celebrado! Não se esqueça de planear uma recompensa - para ambos!

BOA SORTE!

Áreas de melhoria	Statu quo (Descreva a situação atual em pontos! Concentre-se nas questões que deseja alterar/melhorar)	Que melhorias pretende alcançar?				Tarefas acordadas para ...	Acompanhamento e avaliação das realizações	Recompensa
		Metas para a Semana 1	Metas para a Semana 2	Metas para a Semana 3	Metas para a Semana 4			
Quantidade de tempo total de ecrãs	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Quantidade de tempo de jogo	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Obrigações familiares	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Passatempos não relacionados com jogos, desporto, etc..	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•

Áreas de melhoria	Statu quo (Descreva a situação atual em pontos! Concentre-se nas questões que deseja alterar/melhorar)	Que melhorias pretende alcançar?				Tarefas acordadas para ...	Acompanhamento e avaliação das realizações	Recompensa
		Metas para a Semana 1	Metas para a Semana 2	Metas para a Semana 3	Metas para a Semana 4			
Comportamento e interação social	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Obrigações e desempenho escolar	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Outros:	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•
Outros:	•	•	•	•	•	<u>Crianças:</u> • <u>Pais:</u> •	•	•



Cofinanciado pela
União Europeia



**GAMING
DISORDERS**

Questionário de Avaliação

Envolver os pais – Discussão interativa em grupo



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

Obrigado por dedicar um pouco do seu tempo a participar neste questionário de avaliação para o projeto Gaming Disorders. O seu feedback é crucial para garantir que os recursos e atividades que desenvolvemos cumprem eficazmente os objetivos pretendidos.

O objetivo desta avaliação é reunir uma ampla visão geral dos materiais e atividades disponíveis dentro do projeto. Este não é um teste do seu conhecimento sobre o tema das perturbações do jogo; Em vez disso, estamos interessados em entender a sua perspetiva sobre a usabilidade e eficácia dos recursos. Especificamente, estamos à procura da sua avaliação sobre:

- A facilidade de utilização dos materiais
- Se a sua estrutura, comprimento e profundidade estão alinhados com os objetivos da atividade

As suas opiniões e sugestões honestas ajudarão a refinar e melhorar os materiais para melhor atender às necessidades dos nossos públicos-alvo. Valorizamos verdadeiramente o seu contributo e apreciamos o seu tempo!

1. Eu sou

- Professor
- Estudante
- Pai

2. País de residência

- Áustria
- Chipre
- Irlanda
- Alemanha
- Portugal
- Espanha

3. Escola

SECÇÃO 1: ATIVIDADE

1.1. A atividade abrangeu o conteúdo que esperava?

- Sim
- Não



1.2. Que outros materiais esperava ou gostaria de ver incluídos e que não foram abrangidos?

1.3. Avalie a sua compreensão da estrutura da atividade.

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

1.4. A atividade foi organizada de forma clara e lógica?

Sim

Não

1.5. Qual foi a relevância do assunto?

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

1.6. Como classificaria a quantidade de material abrangido?

1 – Pobre

2

3



4

5 – Excelente

1.7. Avalie a qualidade dos exemplos apresentados.

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

1.8. Quais são os pontos fortes e fracos desta atividade? Queira explicar a sua resposta.

SECÇÃO 2: MATERIAIS/RECURSOS

2.1. Qual foi a coerência dos recursos com os objetivos da atividade?

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

2.2. O material explicou adequadamente os conhecimentos, competências e conceitos apresentados?

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

2.3. Algum dos exemplos/atividades/vídeos/questionários ajudou a compreender melhor a atividade?

Sim

Não

2.4. Como avalia a facilidade de navegação do material apresentado?

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

2.5. Classifique a quantidade de conteúdos multimédia (áudio e vídeo) utilizada no curso.

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

2.6. Avalie a contribuição de conteúdos multimédia (áudio e vídeo) para a compreensão da atividade.

1 – Pobre

2

3

4

5 – Excelente

2.7. Gostaria de tecer algum comentário sobre formas de melhorar o material da atividade?

SECÇÃO 3: FEEDBACK E IMPACTO

3.1. Que impacto teve esta atividade na forma como perceciona as Perturbações do Jogo?

3.2. Esta formação mudou a forma como vê o seu papel no apoio aos alunos afetados por questões relacionadas com o jogo?

- 1 – Nada
- 2
- 3
- 4
- 5 – Mudei completamente a minha perspetiva

3.2. Sente-se mais capacitado ou mais bem equipado para enfrentar os desafios relacionados com o jogo na escola?

- Sim
- Não

3.3. Tem sugestões para melhorar esta formação em sessões futuras?

SECÇÃO 4: OBSERVAÇÕES FINAIS

4.1. Avalie a estética geral do conteúdo da atividade e dos materiais

- 1 - Pobre



2

3

4

5 – Excelente

4.2. Com base nesta experiência, recomendaria a atividade e o material associado? Por que sim ou por que não?

Obrigado pelo seu feedback!