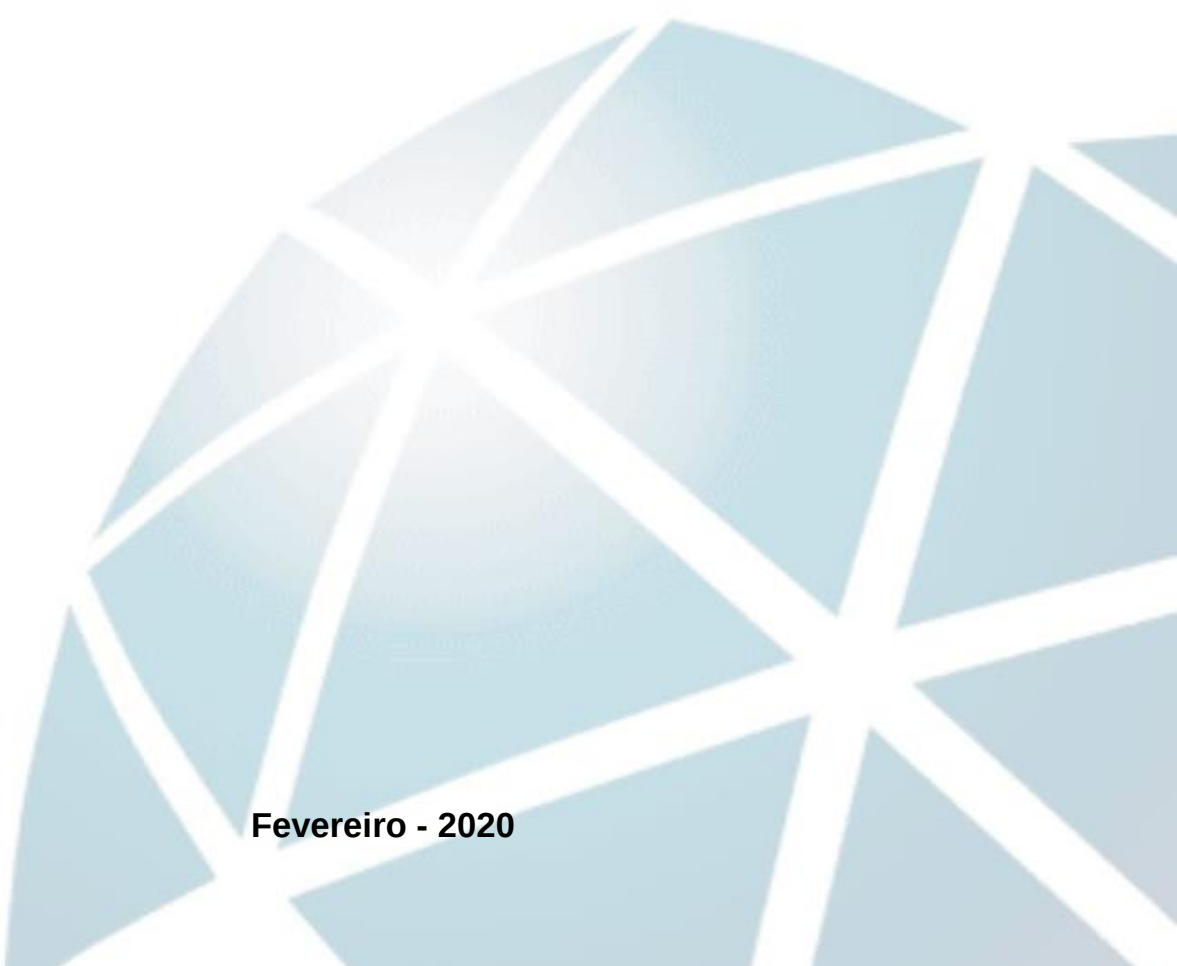

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO HUMANO E
TECNOLOGIAS**

**A EXPERIÊNCIA DE FLUXO NOS ESPORTS: UMA ANÁLISE DO
CONTEXTO UNIVERSITÁRIO**

JOACKS DE PAULA LEMOS FILHO

Fevereiro - 2020

A large, abstract geometric pattern in shades of blue and white covers the bottom half of the page. It consists of several overlapping triangles and polygons, creating a complex, crystalline structure.

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO HUMANO E
TECNOLOGIAS**

**A EXPERIÊNCIA DE FLUXO NOS ESPORTS: UMA ANÁLISE DO
CONTEXTO UNIVERSITÁRIO**

JOACKS DE PAULA LEMOS FILHO

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Dissertação apresentada ao
Instituto de Biociências do Câmpus
de Rio Claro, Universidade Estadual
Paulista, como parte dos requisitos
para obtenção do título de Mestre
em Desenvolvimento Humano e
Tecnologias.

Fevereiro - 2020

L557e

Lemos Filho, Joacks de Paula

A experiência de fluxo nos Esports : uma análise do contexto universitário / Joacks de Paula Lemos Filho. -- Rio Claro, 2020
86 f. : il., tabs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientador: Afonso Antonio Machado

1. Esportes. 2. Aspectos psicológicos. 3. Jogos eletrônicos. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

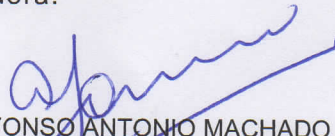
CERTIFICADO DE APROVAÇÃO

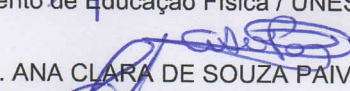
TÍTULO DA DISSERTAÇÃO: A experiência de fluxo nos Esports: uma análise do contexto universitário

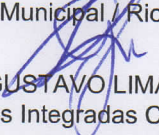
AUTOR: JOACKS DE PAULA LEMOS FILHO

ORIENTADOR: AFONSO ANTONIO MACHADO

Aprovado como parte das exigências para obtenção do Título de Mestre em DESENVOLVIMENTO HUMANO E TECNOLOGIAS, área: Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Comissão Examinadora:


Prof. Dr. AFONSO ANTONIO MACHADO
Departamento de Educação Física / UNESP - Instituto de Biociências de Rio Claro / SP


Profa. Dra. ANA CLARA DE SOUZA PAIVA
Prefeitura Municipal / Rio Claro/SP


Prof. Dr. GUSTAVO LIMA ISLER
Faculdades Integradas Claretianas / Unidade Rio Claro / SP

Rio Claro, 19 de fevereiro de 2020

Dedico este trabalho a minha família
e a toda comunidade dos Esports.
Sem vocês nada disso seria possível.

AGRADECIMENTOS

A toda minha família, em especial meus pais, por terem me apoiado em todos os sentidos durante estes anos.

Ao Professor Dr. Afonso Antonio Machado, por ter me acolhido em seu laboratório e me orientado, tanto neste trabalho como na vida.

A todos os meus amigos da UNESP e da cidade de Rio Claro que me ajudaram de alguma forma neste caminho. Um agradecimento especial a minha namorada Lara, por todos os momentos vividos durante essa fase. Nossa relação foi um pilar muito importante para esse feito.

A todos os integrantes do Laboratório de estudos e pesquisas em psicologia do esporte (LEPESPE), especialmente aos que conviveram comigo todos os dias. Por isso, agradeço a Bruna, Fernando e Guilherme por todos os momentos que passamos juntos.

Um agradecimento especial ao Kauan “Kaunzito”, por todos os trabalhos administrativos realizados no LEPESPE. Sua presença facilitou a vida de todos aqui no lab, inclusive nos momentos recreacionais e nas atualizações da vida universitária por meio do seu blog.

A universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro.

“Presentemente eu posso me considerar um sujeito de sorte
Porque apesar de muito moço, me sinto são e salvo e forte
E tenho comigo pensado, Deus é brasileiro e anda do meu lado
E assim já não posso sofrer no ano passado
Tenho sangrado demais, tenho chorado pra cachorro
Ano passado eu morri, mas esse ano eu não morro” (BELCHIOR,
1976).

A EXPERIÊNCIA DE FLUXO NOS ESPORTS: UMA ANÁLISE DO CONTEXTO UNIVERSITÁRIO

RESUMO:

Os jogos eletrônicos podem ser considerados um dos maiores fenômenos tecnológicos criados pela humanidade. Com a criação da internet e do mundo virtual, rapidamente os videogames adentraram nesse ciberespaço. Assim, diversas plataformas são capazes de reproduzir esse tipo de prática, na qual bilhões de pessoas ao redor do mundo interagem diariamente com os conteúdos relacionados aos jogos eletrônicos. Essa estrutura criada nesse contexto origina uma nova realidade esportiva, os Esports. O ambiente competitivo nos Esports possui todas as características de um esporte tradicional, em que o foco dos jogadores é direcionado para o desempenho e sua manutenção. O alcance dessa ótima experiência pode ser descrito por meio da experiência de fluxo, no qual os atletas encontram-se totalmente imersos e em harmonia com a tarefa. Nesse sentido, estabelece-se a necessidade de compreender essa nova realidade esportiva e a experiência dos jogadores frente as demandas competitivas. Assim sendo, este estudo possui como objetivo analisar a manifestação da experiência de fluxo em jogadores universitários de Esports, e estabelecer as possíveis relações com a percepção do desempenho. A pesquisa possui caráter quanti-qualitativo, de natureza descritiva, realizada por meio de um questionário aberto aplicado após o jogo. A amostra foi composta por 30 jogadores universitários brasileiros, do sexo masculino. Em relação a metodologia de análise, optou-se pela análise de conteúdo como forma de exploração dos dados obtidos. Como resultados, foi possível observar que a competitividade é um dos principais fatores motivacionais para os participantes. Em relação a teoria de fluxo, observou-se que a percepção dos componentes dessa experiência ocorre de forma semelhante nos Esports, ao se comparar com os esportes tradicionais. Nesse sentido, evidencia-se a correlação positiva entre os aspectos da experiência de fluxo e o desempenho esportivo. Além disso, o ambiente competitivo dos Esports apresenta diversas demandas mentais, no qual esses fatores salientam a necessidade e os benefícios do treinamento psicológico para esse novo contexto. Desta forma, as análises da experiência de fluxo demonstram ser capaz de compreender os fatores positivos e negativos que constituem a prática de Esports.

Palavras-chave: Esports; Experiência de Fluxo; Desempenho esportivo.

THE FLOW EXPERIENCE IN ESPORTS: AN ANALYSIS OF THE COLLEGE CONTEXT

ABSTRACT:

Electronic games can be considered one of the greatest technological phenomena created by mankind. With the creation of the internet and the virtual world, video games quickly entered this cyberspace. Thus, several platforms are capable of reproducing this type of practice, in which billions of people around the world interact daily with content related to electronic games. This structure created in this context gives rise to a new sports reality, the Esports. The competitive environment in Esports has all the characteristics of a traditional sport, in which the players' focus is directed to performance and maintenance. The scope of this great experience can be described through the flow experience, in which the athletes are fully immersed and in harmony with the task. In this respect, the need to understand this new sports reality and the players' experience in face of competitive demands is established. Therefore, this study aims to analyze the manifestation of the flow experience in university Esports players, and to establish possible relationships with the perception of performance. The research is quantitative-qualitative, and has a descriptive character, conducted through an open questionnaire applied after the game. The sample consisted of 30 male Brazilian college players. Regarding the analysis methodology, content analysis was chosen as a way of exploring the data obtained. As a result, it was possible to observe that competitiveness is one of the main motivational factors for the participants. the flow theory, it was observed that the perception of the components of this experience occurs in a similar way in Esports, when compared with traditional sports. In this sense, there is a positive correlation between aspects of the flow experience and sports performance. Furthermore, the competitive environment of Esports presents several mental demands, without these factors skipping the need and benefits of psychological training for this new context. Finally, the analyzes of the flow experience demonstrate to be able to understand the positive and negative factors that constitute the practice of Esports.

Keywords: Esports; Flow Experience; Sports performance.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2 REVISÃO DE LITERATURA	12
2.1 A experiência de fluxo: origens e conceitos	12
2.1.1 Siga o fluxo	13
2.1.2 Características da experiência de fluxo	15
2.1.3 Intensidade da experiência de fluxo	18
2.1.4 Estado de fluxo no esporte: a busca pela excelência	20
2.2 Videogame: um fenômeno de massa	22
2.2.1 Esportes eletrônicos: da casa ao espetáculo	26
2.2.2 Desempenho esportivo: o corpo em uma prática virtual	30
2.2.3 A psicologia do esporte eletrônico	32
2.2.4 Jogos eletrônicos e a experiência de fluxo	35
3 OBJETIVOS	38
3.1 Objetivo geral	38
3.2 Objetivos específicos	38
4 MATERIAIS E MÉTODOS	39
4.1 Método de pesquisa	39
4.2 Participantes	39
4.3 Instrumento da pesquisa	40
4.4 Coleta e análise de dados	41
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	43
5.1 Motivação para a prática de Esports	45
5.2 Valor subjetivo da atividade	47
5.3 Percepções entre demandas da partida, habilidades e o desempenho	50
5.4 Nível de concentração durante a partida	53
5.5 Foco no presente e ausência de autoconsciência	58

5.6 Objetivos claros, feedback imediato e controle sobre as ações	60
5.7 Percepção temporal	63
5.8 Percepção sobre a experiência da partida	66
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	70
7 REFERÊNCIAS	73
APENDICE A	81

1. INTRODUÇÃO

Em grande parte da vida cotidiana a mente humana se encontra em conflituosa turbulência entre os desejos, pensamentos, emoções, tarefas, no qual geralmente existe uma dificuldade para organizar e harmonizar esses elementos. Entretanto, em determinados momentos encontra-se a possibilidade de vivenciar estados em que o controle e a harmonia da situação são alcançados. (HUNTER E CSIKSZENTMIHALYI, 2000).

O alcance dessa experiência muitas vezes se passa despercebido em nosso cotidiano, devido a fugacidade na qual a sociedade se encontra. Isto é, cada vez mais recebemos estímulos de forma imediata. No entanto, em determinadas ações conseguimos fluir e imergir ao ponto de perder a consciência sobre o tempo e os acontecimentos ao redor (KOWAL E FORTIER, 1999).

Nesse sentido, escrever essa dissertação sobre esse estado mental, também me direciona a momentos de fluxo durante a escrita, no qual me encontro conectado de forma intensa com essa tarefa. Ou seja, o ato da escrita também é capaz de induzir a essa experiência, juntamente com diversas atividades que realizamos no cotidiano.

Assim, para atingir a experiência de fluxo, as atividades devem ser atrativas e condizentes com as capacidades do indivíduo. Isto é, as demandas da atividade quando condizentes as aptidões do indivíduo, se tornam desafiadoras. Em contrapartida, se tornam uma atividade inexpressiva e desmotivadora (CSIKSZENTMIHALYI, 1992).

Essa relação se torna evidente ao pensarmos nas brincadeiras e jogos. Em situações em que compreendemos as regras e a estrutura do jogo é atrativa, somos envolvidos por essa atividade. Isso ocorre devido ao fato de que as estruturas do jogo dependem menos das influências externas para existir (CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

Dessa forma, a arquitetura do jogo facilita as experiências de fluirção. Assim, por meio dos jogos é possível perceber como os indivíduos de todas as faixas etárias são capazes de imergir nessas atividades. Como exemplo é possível citar a forma como uma criança se envolve totalmente ao brincar com

bola, ou um idoso jogando bingo, ambos entram em um estado de fluxo, em que somente a atividade a ser realizada importa.

De acordo com Huizinga (2000), o que ocorre durante o jogo é distinto das situações do cotidiano, em que o ser humano se constitui e se comporta de forma diferente. Ao jogar, o indivíduo é absorvido pela prática, no qual a relação entre espaço-tempo também não possui relação com o cotidiano.

Deste modo, os jogos e brincadeiras são capazes de preencher o tempo e espaço, e demandar um estado de concentração intencional. Ou seja, o ato de brincar quando não exige um esforço elevado, direciona a uma vivência criativa e satisfatória (WINNICOTT, 2005).

Nesse sentido, tendo em vista a relação entre espaço-tempo durante a fruição e a forma como somos transportados durante essas atividades, se faz necessário refletir sobre a configuração da consciência humana, a partir do momento em que essas atividades se transpõem para o ciberespaço.

Assim sendo, com os avanços tecnológicos novas formas de relações e atividades são construídas. Para exemplificar esses avanços, podemos citar a escrita. A 50 anos atrás para escrever essa dissertação seria necessário a utilização de uma máquina de datilografia, ao invés da utilização de um computador multifacetado.

Cada equipamento proporciona experiências diferentes apesar da mesma utilização e funcionalidade. Nessa perspectiva com os avanços tecnológicos, novas formas de jogar e brincar foram criadas. A evolução de componentes eletrônicos e digitais como o computador, possibilitaram a criação de uma das atividades mais complexa e multifacetada, o videogame (BRANDÃO; BITTENCOURT; VILHENA, 2010).

Ao analisarmos a sociedade humana e sua cultura, é possível compreender que o jogo eletrônico ocupa um espaço importante, se constituindo como um fenômeno de massa interativo e proximal. Assim, o surgimento dos jogos eletrônicos e virtuais prossegue em rede, amplificando cada vez mais a imersão social. Desta maneira, a cultura produzida online carrega as diversas formas de lazer, interação, inter-relação e atividades através dos jogos virtuais.

Na perspectiva do estado de fluxo, os videogames são capazes de proporcionar esse tipo de experiência, por meio de suas diversas plataformas,

na qual sua principal característica é o processo direcionado de imersão (WINNICOTT, 2005). Isto é, o conteúdo presente no jogo eletrônico carrega componentes essenciais para alcançar o estado de fluxo e uma experiência ótima.

Além dos jogos e brincadeiras, os esportes são atividades que possuem objetivos claros e regras que direcionam a ação, assim, em função de suas próprias dinâmicas o fluxo é expresso nas atividades esportivas. (NAKAMURA E CSIKSZENTMIHALYI, 2009). Alguns atletas reportam a experiência de fluxo como se a atividade estivesse fácil e não necessitasse de muito esforço. Este momento pode ser definido como “estar na zona” (PEINADO, 2011).

Dessa forma, o estado de fluxo é utilizado como um parâmetro para descrever uma performance em alto nível (JACKSON, 1992). A partir dessa relação, atletas e equipes iniciaram processos para compreender quais fatores influenciavam positivamente e negativamente o alcance e manutenção dessa experiência.

Atualmente, os jogos eletrônicos se expandiram para o ambiente competitivo, em que a prática vai além do divertimento e parte para a busca de uma ótima performance. De acordo com Oliveira (2008), tanto as práticas esportivizadas como os jogos eletrônicos, seguem as mesmas diretrizes em seus valores e formas estruturais. Assim, os videogames competitivos originam um novo fenômeno, os Esports.

Dessa maneira, essa nova realidade esportiva carece dos mesmos cuidados e atenções que os esportes tradicionais. Devido à recente ascensão dos esportes eletrônicos, poucos estudos e pesquisas foram realizados na área com o intuito de compreender as demandas desses atletas.

Em relação aos aspectos psicológicos, Bányai et al. (2018) verificaram em sua revisão de literatura, o estudo de alguns fatores que envolvem a profissionalização dos jogadores de esportes eletrônicos, tais como, o processo de se tornar um jogador profissional, as características psicológicas necessárias para o processo competitivo e as motivações tanto dos autores como também dos espectadores.

Entretanto, os estudos sobre a experiência dos praticantes de jogos eletrônicos ainda se restringem a análise do jogo como uma forma de entretenimento e diversão. Um exemplo desse fato pode ser analisado no

estudo de Jennett et al. (2008), no qual a teoria de fluxo é utilizada para compreender o desenvolvimento do processo de imersão e satisfação em jogos eletrônicos.

Assim, poucos estudos abordam o cenário competitivo nos Esports, especialmente o comportamento e a forma como os jogadores vivenciam essa atividade. Nesse sentido, a elaboração dessa dissertação possui como objetivo analisar a manifestação do estado de fluxo em jogadores de Esports. Além de estabelecer as possíveis relações entre a experiência de fluxo e a percepção do desempenho esportivo.

Dessa forma, estudar e aprofundar o conhecimento na zona de fluxo e em seus desdobramentos é interessante para a psicologia e psicologia do esporte, enquanto parte das ciências dos esportes, uma vez que incrementará o desenvolvimento de técnicas que facilitarão e aprimorarão aqueles que a utilizarem com adequação.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 A experiência de fluxo: origens e conceitos

O processo de fruição faz parte da realidade humana, no qual de forma inconsciente realizamos atividades em um estado de total imersão e abstração. Estas experiências ocorrem de forma inerente na maioria das atividades humanas e em diferentes tipos de complexidade. A inerência dessas vivências está atrelada a sensação de realizar uma atividade de forma prazerosa e sem manifestar um esforço elevado (CSIKSZENTMIHALYI, 1990a).

Apesar do caráter intrínseco e subjetivo, as análises e reflexões sobre como o ser humano cria e experimenta as interações da vida tiveram um maior enfoque a partir de 1960 com psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi. As reflexões de Mihaly iniciaram em sua adolescência e juventude na Europa em um período conturbado devido a segunda guerra mundial. Entretanto, esse momento na história da humanidade foi essencial para proporcionar reflexões acerca de como os indivíduos em meio a grandes dificuldades, conseguiam obter momentos de prazer e satisfação (CSIKSZENTMIHALYI, 2004).

O espectro de contemplação de Mihaly ampliou-se após trabalhar como agente de viagens, tradutor, pintor, e principalmente um entusiasta pela cultura artística e literária. Assim, com o intuito de compreender as ações e atividades humanas por meio de uma perspectiva metodológica, em 1965 realizou um doutorado em desenvolvimento humano na universidade de Chicago (CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

Como professor e pesquisador, Mihaly objetivou em seus estudos compreender como as pessoas se sentiam ao se divertirem e experimentarem momentos prazerosos. Além disso, buscou analisar como especialistas (artistas, músicos, enxadristas, cirurgiões, atletas, etc.) experimentavam essas atividades por longos períodos de tempo com maestria (CSIKSZENTMIHALYI, 1990). Como resultados das pesquisas, o psicólogo desenvolveu uma teoria de ótima experiência fundamentada no conceito de “Fluxo”.

De acordo com (BAKKER, 2005), Fluxo corresponde a um estado de consciência em que os indivíduos se encontram totalmente envolvidos em uma atividade, ao ponto de vivenciá-las intensamente. Nesses momentos as

experiências são naturalmente agradáveis. Assim, os ápices e êxtase da vida humana também podem ser denominados como “experiência de fluxo”. Essa experiência pode ser evidenciada em todas as faixas etárias, etnias, gêneros, isto é, esse tipo de experiência se faz presente na natureza humana (MONETA, 2004). Além disso, determinadas atividades são por natureza capazes de proporcionar um estado de fluxo. Isto ocorre por meio de regras e direcionamentos que facilitam as condições para que a pessoa alcance essa experiência.

Deste modo, as atividades e práticas que induzem por si só uma recompensa interna, maximizam a imersão e fruição do indivíduo (PRIVETTE, 1983). Isto é, o estado de fluxo pode ser evidenciado em todo o espectro da experiência diária, como tocar um instrumento, pintar, tarefas de jardinagem, jogos e brincadeiras, entre outros (HUNTER E CSIKSZENTMIHALYI, 2000).

A partir disso, esse estado varia conforme as características do indivíduo e sua interação com o ambiente. Assim, essa relação atua diretamente na qualidade e profundidade da experiência (SCHMIDT; SHERNOFF; CSIKSZENTMIHALYI, 2014). Dessa forma, por meio dos estudos e análises dos processos de fluxo em diversas populações, identificou-se 9 (nove) elementos que caracterizam essa experiência. Por conseguinte, discutiremos esses princípios do estado de fluxo e suas possíveis aplicações no contexto esportivo.

2.1.1 Siga o fluxo

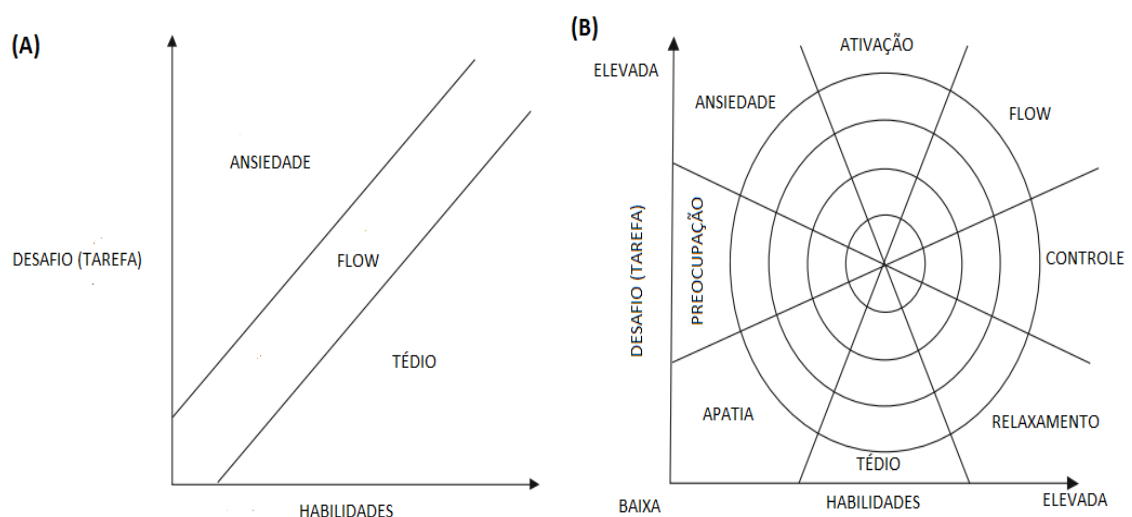
A experiência de fluxo pode ser alcançada em situações e momentos nos quais o foco e atenção podem ser direcionados e investidos espontaneamente para atingir os objetivos pessoais em uma determinada tarefa (CSIKSZENTMIHALYI, 1999). Entretanto, alguns elementos são vitais para atingir esse estado. Para que o estado de fluxo seja alcançado são necessários três elementos condicionantes, a percepção de equilíbrio entre as habilidades e o desafio da tarefa, objetivos claros e um feedback imediato sobre seu progresso (NAKAMURA; CSIKSZENTMIHALYI, 2009).

- Equilíbrio entre habilidades e desafio

Este primeiro elemento consiste na percepção de um desafio ou tarefa no qual as habilidades estão em um nível apropriado. De acordo com Csikszentmihalyi (1990b), toda atividade oferece um conjunto de desafios e demandas, as quais requerem habilidades específicas. Nesse sentido, a percepção do indivíduo frente a tarefa direcionará seu engajamento. Como exemplo, o autor cita a experiência da ação de escalar uma montanha. Para uma pessoa que não possui as habilidades apropriadas, escalar uma montanha não possui sentido, em contrapartida para um escalador a montanha é uma arena que apresenta diversas demandas físicas e psíquicas.

O alcance desse equilíbrio é muito instável, caso o desafio ultrapasse as habilidades, o indivíduo se sentirá ansioso e mais ativado. No entanto, se as habilidades superarem as demandas do desafio, a pessoa irá relaxar e sentir entediada frente a ação. Em situações na qual as habilidades e o desafio apresentam-se equilibrados, os indivíduos alcançam um estado de elevada concentração, muito maior do que habitual, além de se sentir no controle, feliz e ativado de forma ideal (MASSIMI; CARLI, 1988).

Figura 1: (A) Modelo original do estado de fluxo. (B) Modelo atual do estado de fluxo.



Fonte: Adaptado de Csikszentmihaly (2014).

- Objetivos claros e feedback imediato

O complexo envolvimento na experiência de fluxo não perpassa somente a constância entre capacidades e a dificuldade da tarefa, mas o estabelecimento de metas e ações claras e realísticas que promovem um retorno imediato sobre o progresso na tarefa (JACKSON, S. A.; MARSCH, 1996). Desta forma, para entrar em fluxo deve-se ter em mente as metas e ações necessárias para alcançar uma ótima experiência ou performance, além de um feedback preciso sobre a aplicação das ações.

Como exemplo, Csikszentmihalyi (1990a) cita a ação de um tenista que sabe exatamente o que fazer e quais movimentos realizar na qual, todo momento que rebate a bola sabe imediatamente se foi bem ou não. Assim, se faz necessária que o indivíduo compreenda as necessidades para completar a tarefa, e assim consiga tomar as decisões corretas a todo momento.

Dessa maneira, os objetivos não devem apenas se relacionar com a concretização do desafio, mas em todas fases. Outro exemplo está relacionado a um praticante de xadrez que mantém o foco na sua meta final que seria derrubar o rei do adversário. Nesse caso, a exclusividade do foco em vencer o jogo pode comprometer a capacidade de analisar as jogadas do adversário e os contragolpes para superá-las (KAMEI, 2010).

2.1.2 Características da experiência de fluxo

Após definidos os conceitos da experiência de fluxo, fica evidente que ao atingirmos níveis ideais de gerenciamento da relação habilidades-desafio, juntamente com o estabelecimento de objetivos proximais claros, seguidos de um feedback imediato, o organismo de forma unificada e coordenada é capaz de direcionar plenamente a atenção aos estímulos provenientes da atividade. (NAKAMURA; CSIKSZENTMIHALYI, 2009). Essa organização do organismo durante o fluxo é caracterizada por seis dimensões: Fusão entre ação e atenção, concentração na tarefa, ausência de autoconsciência, sensação de controle, distorção do tempo e experiência autotélica.

- Fusão entre ação e atenção

Durante o estado de fluxo, os recursos atencionais são totalmente investidos na tarefa em questão, assim os processos de conscientização são

silenciados e incapacitados de se desviar (CSIKSZENTMIHALYI, 2014). Desta forma, a fusão entre ação e atenção possui a tendência de ocorrer em situações em que as habilidades mais relevantes de um indivíduo são necessárias para completar uma tarefa.

Nesse momento a atenção da pessoa é totalmente absorvida pela tarefa, assim, o organismo não é capaz de gerar energia para absorver estímulos externos (DEMEROUTI, 2006). Como exemplo podemos citar a atuação de um enxadrista durante um torneio: “a concentração é como a respiração, você nunca pensa sobre isso. O teto pode cair e não te acertar, e você nem vai perceber isso” (CSIKSZENTMIHALYI, 1990b).

- Concentração na tarefa

A experiência de fluxo possui a concentração na tarefa e no momento presente como uma das principais características. Durante a atividade a pessoa esquece todos seus problemas em um processo de supressão de ruminações sobre o passado e o futuro (KAMEI, 2010). Esse fato pode ser observado no relato de uma dançarina: “se eu estou preocupada com alguma coisa, eu deixo isso pra fora da porta no momento que entro na sala de dança” (CSIKSZENTMIHALYI, 1990b).

Durante o cotidiano o ser humano é bombardeado por estímulos, emoções e informações que são processados conscientemente. Esses processos exigem elevados níveis de energia psíquica, e geram desordens no plano consciente. Esses estados de desordem são denominados de entropia. A desordem da consciência proporciona debilitações no processo de atenção, no qual a pessoa perde a eficiência de dirigir a atenção a um objetivo ou tarefa.

Em contrapartida, situações que a informação processada é congruente com os objetivos previamente estabelecidos, o indivíduo é capaz de direcionar plenamente sua atenção. Esse estado é denominado por negentropia. A organização da consciência está relacionada com o alcance da experiência de fluxo e os estados emocionais positivos (CSIKSZENTMIHALYI 1990a, 2014).

- Ausência de autoconsciência

Ao se integrar totalmente à tarefa o indivíduo esquece de tudo ao seu redor. A preocupação com o “eu” desaparece e a pessoa se funde a atividade

(JACKSON, 1996). Essa ausência de autoconsciência pode ser analisada no relato de um alpinista:

[...] você pode ficar tão imerso na rocha, nos movimentos, na posição correta do corpo, que perderia a consciência de sua identidade e se fundiria na rocha e nos outros com quem está escalando. Você não tem certeza se você está se movendo ou se a pedra está (CSIKSZENTMIHALYI, 1993, p. 185).

Isto é, o estado de fluxo não proporciona uma perda da consciência sobre as funções do corpo, mas o “eu” intermediário que interpõe a relação estímulo-resposta (CSIKSZENTMIHALYI, 2014). Desta forma, a maioria das pessoas ao entrarem em fluxo, experimentam uma sensação de perda da individualidade, para uma forte sensação de unificação com a tarefa. Em modalidades esportivas diversos atletas relatam a corporificação dos instrumentos e equipamentos utilizados, tais como automobilistas que experimentam a sensação de convergência com o automóvel.

- Sensação de controle

O estado de fluxo permite a sensação de controle e a falta de ansiedade decorrente de situações que geram perda de controle. Esta sensação de controle também pode ser experimentada em atividades ou esportes de aventura, como escalada, carros de corrida, asa delta, entre outros. Essa percepção está diretamente relacionada com suas próprias ações, principalmente em situações difíceis. O domínio se associa muito mais com as habilidades desempenhadas do que com o contexto no qual a atividade ocorre (KAMEI, 2010).

Segundo Csikszentmihalyi (1990a), durante o estado de fluxo ocorre o paradoxo do controle. Isto é, os indivíduos descrevem a possibilidade do controle e não a realidade desse controle. A pessoa se sente capaz de lidar com suas ações e com a situação, visto que compreende como responder aos próximos estímulos da tarefa. Para exemplificar esse componente da experiência de fluxo, Csikszentmihalyi (1993, p. 182) utiliza a descrição de um skatista de elite:

[...] Eu sentia tanto controle de tudo, de cada pequeno movimento, estava muito consciente, sabe, como se estivesse na minha mão, eu podia sentir meus anéis, eu podia sentir tudo e senti que tinha o controle de qualquer coisa.

- Distorção do tempo

Durante o fluxo a atenção é totalmente dedicada a uma determinada ação ou atividade que não conseguimos concentrar nos processos mentais que identificam o decorrer do tempo. Assim, o tempo se destorce, transcorrendo de forma singular ao cotidiano do ser. A maioria dos relatos apontam que o tempo passa mais rápido do que o normal, porém em alguns casos o inverso ocorre. Como exemplo é possível citar a atuação de uma bailarina que executa um movimento complexo em segundos, mas em sua percepção parece que o a ação se estende por minutos (CSIKSZENTMIHALYI, 1990). Desta forma, o estado de fluxo proporciona alterações na percepção do tempo, em que essa consciência acompanha o desenvolvimento da tarefa (KAMEI,2010).

- Experiência autotélica

Para que um indivíduo vivencie uma ótima experiência o elemento chave consiste na relação autotélica que a atividade promove. Uma atividade autotélica possui um fim em si mesma, na qual a prática é a meta principal. A ação pode até ser iniciada por outros motivos, mas no decorrer a atividade se torna intrinsecamente gratificante. (CSIKSZENTMIHALYI, 1990, 1999). Segundo Seifert e Hedderson (2010), ao analisar a experiência de skatistas foi possível identificar que ao entrar no estado de fluxo, os praticantes sentiam uma intensa euforia e sensação de eficácia.

Assim sendo, é possível compreender que a experiência de fluxo varia conforme a relação entre os elementos condicionantes e subsequentes. Além disso, a expressão desses elementos depende das características do indivíduo e do ambiente, em que esses dois fatores impactam diretamente na qualidade e profundidade da experiência (SCHMIDT; SHERNOFF; CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

2.1.3 Intensidade da experiência de fluxo

As primeiras concepções sobre a intensidade da experiência de fluxo, baseiam-se na relação acima da média entre habilidades e desafio. Isto é, quanto maior a complexidade da ação, mais profunda será a experiência. (KELLER E LANDHÄUßER, 2012). De acordo com Privette (1983), a experiência de fluxo varia de comportamentos repetitivos e automáticas (microflow), até comportamentos complexos (macroflow). Um exemplo de microflow seria a ação de mascar um chiclete, em contrapartida, momentos excepcionais no esporte são considerados macroflow.

No entanto, novos estudos direcionam uma revisão da compreensão do modelo da experiência de fluxo. De acordo com Keller e Landhäußer (2012), o modelo original não leva em consideração os aspectos subjetivos dos indivíduos, ao averiguar o equilíbrio entre demandas da tarefa. Além disso, os autores acrescentam uma nova variável, o valor subjetivo que o indivíduo tem diante a atividade. Essa nova elaboração do modelo pode ser analisada na Figura 2 a seguir.

Figura 2: O modelo de fluxo revisado: intensidade do fluxo em função da percepção de equilíbrio e do valor subjetivo da atividade.



Fonte: Adaptado de Keller e Landhäußer (2012).

Desta forma, quanto maior for o engajamento do indivíduo na atividade, maior serão as possibilidades de experimentar intensidades elevadas da experiência de fluxo. Assim, por meio desse novo modelo compreende-se que

o valor e a importância da tarefa, podem facilitar o alcance do Macroflow, até mesmo em atividades triviais (Keller e Landhäußer 2012).

Ainda de acordo com os autores, o valor subjetivo da atividade pode ser determinado pela experiência denominada “compatibilidade regulatória”. Essa experiência ocorre quando existe uma compatibilidade entre as características da pessoa e do ambiente, envolvidas no desempenho de uma tarefa ou atividade.

2.1.4 Estado de fluxo no esporte: a busca pela excelência

O estado de fluxo denota a sensação holística em situações as quais atuamos com total imersão, sem a necessidade da intervenção do consciente. Durante a experiência vivencia-se um sentimento de total controle sobre as ações, hibridez entre o “eu” e o ambiente, além da escassa distinção nas relações entre estímulo-resposta, ou entre as variações temporais (passado, presente e futuro) (CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

Essas sensações e percepções podem ser analisadas em atividades esportivas, como ressalta Csikszentmihalyi, (1990) ao averiguar a experiência de fluxo em escaladores. Entretanto, os estudos sobre fluxo no contexto esportivo avançaram por meio das pesquisas de Susan Jackson. O principal objetivo em compreender a manifestação desse estado se relaciona ao fato de que a psicologia aplicada ao esporte direciona seus esforços de forma concêntrica nos aspectos negativos que envolvem a experiência e o desempenho do atleta. Isto é, fatores como estresse e ansiedade são mais abordados do que qualidades psicológicas positivas oriundas de experiências ótimas (JACKSON, 1992).

Segundo Jackson e Roberts (1992), o pico de desempenho está associado ao fluxo em que esse estado pode ser necessário para a melhor experiência. Assim, em níveis elevados de performance os atletas experenciam momentos que compartilham características do estado de fluxo, no qual para alcançar o resultado almejado se faz necessário que o praticante participe de uma atividade desafiadora e se sinta capaz de manejar os requisitos do jogo (STRAVOU et al., 2007).

Esse apontamento representa de forma objetiva como o equilíbrio entre desafio-habilidades também é uma condição presente para atingir o fluxo no âmbito esportivo. Weinberg e Gould (2017, p.136-137), também contribuem para compreender essa relação ao relatar a experiência de um jogador de hóquei: “Quando tenho um adversário que me leva aos limites e constitui um verdadeiro desafio, aí então eu posso entrar no foco”.

As demais dimensões do estado de fluxo também podem ser observadas nas experiências dos atletas, como pode ser analisado por Weinberg e Gould (2017), sobre relatos de alguns atletas que experienciaram duas características fundamentais do estado de fluxo, fusão entre ação e consciência e experiência autotélica, respectivamente:

- Jogador de voleibol

A única coisa que passa pela minha cabeça é atuar bem. No entanto, não preciso pensar. Quando estou jogando [voleibol], isso simplesmente aparece. É um sentimento bom. E quando você está no meio de uma jogada, absolutamente não pensa nisso. Se parar e pensar em por que está tão excitado, você, de repente, se perde (WEINBERG E GOULD, 2017, P. 137).

- Jogador de xadrez

A parte mais compensadora do xadrez é a competição, a satisfação de testar sua habilidade mental contra a de outra pessoa... Ganhei troféus e dinheiro, mas considerando as despesas de taxas de inscrição, da associação de xadrez, etc., em termos financeiros costumo estar no lado perdedor (WEINBERG E GOULD, 2017, P. 137).

Além disso, a qualidade da experiência varia conforme as qualidades do atleta e as características do ambiente competitivo (STRAVOU et al., 2007). Dessa forma, os fatores individuais e situacionais também influenciam na intensidade e dimensões do estado de fluxo percebidas pelos atletas (JACKSON, 1996). De acordo com Kimiecik e Stein (1992), os fatores individuais podem ser divididos em disposicional e estado. No âmbito disposicional os autores consideram os seguintes aspectos: metas orientadas a tarefa e ego; estilo atencional, ansiedade traço, autoconfiança e a percepção

da competência esportiva. Em relação aos fatores de estado, os seguintes aspectos são apontados: metas do jogo, concentração, ansiedade estado, auto eficácia e a percepção sobre as habilidades do jogo.

Em referência aos fatores situacionais subjacentes a experiência de fluxo, compreende-se os seguintes aspectos: tipo do esporte (individual ou coletivo, habilidades abertas ou fechadas), importância da competição, habilidades do adversário, interações com o treinador e equipe e questões relacionadas a estrutura de fluxo competitiva (KIMIECIK E STEIN, 1992).

Ainda segundo os autores, a estrutura de fluxo competitiva corresponde as percepções sobre o poder de escolha, clareza, comprometimento, centralização dos esforços e desafios. Essas percepções estão relacionadas com a estrutura do treinamento esportivo e o feedback dos treinadores. Assim, a compreensão desses elementos eleva a qualidade e profundidade da experiência. Desta forma, a relação entre fatores individuais e situacionais concebem a experiência de fluxo, em que a avaliação da experiência do atleta se constitui como um processo importante, especialmente para facilitar a manutenção e frequência do ótimo desempenho (JACKSON, 1992; SWANN et al., 2015).

2.2 Videogame: um fenômeno de massa

A evolução do homem e de seu corpo social pauta-se na implementação de conhecimento e tecnologias em suas práticas cotidianas. Isto é, as informações e idealizações mudam a forma como vemos, vivemos e interpretamos o mundo. Assim, desde a criação da escrita ao surgimento de diversas técnicas o ser humano e o mundo se modificam. Com os avanços tecnológicos e a melhor compreensão da elaboração de materiais, diversas máquinas e equipamentos eletrônicos foram construídas para facilitar os processos da vida humana (OLIVEIRA, 2007).

A partir das tecnologias envolvidas no desenvolvimento eletrônico e computacional, um fenômeno que se destacou nesse cenário foi o videogame. De acordo com Levis (1997), os videogames podem ser definidos como, um programa informático que por meio de uma plataforma transmite um jogo com

regras definidas em sua gênese. Desde seu surgimento, os jogos eletrônicos apresentaram atratividades que possibilitaram sua expansão para diversos âmbitos, principalmente aqueles ligados ao entretenimento.

A popularidade dos videogames está relacionada com seu caráter proximal e interativo. Ou seja, diferente dos conteúdos televisivos, os indivíduos podem interagir com os jogos disponibilizados pela plataforma eletrônica. Essa relação produzida pelos jogos conduz o fluxo tecnológico, pois a evolução computacional foi e continua sendo impulsionada pela necessidade de produzir novos jogos eletrônicos e plataformas mais realistas e comunicativas (REIS; CAVICHIOILLI, 2008). Desta forma, os jogos eletrônicos adentram na cultura humana, na qual seus reflexos podem ser analisados na conformação das práticas lúdicas, principalmente nos públicos mais jovens. Isto é, a cultura jovem se constitui pela combinação de práticas “reais” com “virtuais” (BETTI, 1998).

A ascensão dos jogos eletrônicos é ampliada conforme o surgimento das redes de computadores e a criação do ciberespaço. Segundo Lemos (2010), o ciberespaço pode ser compreendido por meio de duas facetas: um espaço composto por uma realidade virtual e a rede de computadores que podem ou não ser interligadas pela internet. Esse espaço virtual possibilita a transferência e a criação de novas práticas, em que um novo tipo de comunicação e uma cibercultura é formada. Para Lévy (2000), a comunicação e reprodução no ciberespaço é um processo meta-evolutivo pelo qual se passa agora, que caminha em direção a “digitalização”, “virtualização” e “inteligência coletiva”. Assim, os jogos eletrônicos e sua comunidade convergem de forma natural para o meio virtual.

O impacto social dos jogos eletrônicos de início como qualquer outra inovação tecnológica, provocou certas desconfiças nas consequências da prática, especialmente por sua atratividade com os públicos mais jovens. Como exemplo dessas incertezas podemos citar relação entre os jogos que possuíam conteúdos violentos com o aumento de comportamentos agressivos em jovens. Outro ponto negativo refere-se ao isolamento social provocado pela quantidade excessiva de horas despendidas, além da possível associação a dependência da prática de jogos eletrônicos.

No entanto, estudos na área dos jogos eletrônicos apontam diversos contrapontos e benefícios que perpassam os problemas abordados anteriormente. Em relação aos componentes violentos presentes nos videogames, pode se comprovar que não há correlação com o aumento de comportamentos agressivos (FERGUSON, 2007). As desordens relacionadas aos jogos eletrônicos também apresentam controversas. Apesar da sua recente inclusão no Manual de Diagnóstico e Estatística (DSM), os conceitos, critérios e sintomas que caracterizam a dependência de videogames ainda não possuem clareza. Esses aspectos decorrem acerca da origem dos sintomas, em que não se possui certeza se as expressões sintomáticas estão relacionadas a outros fatores (BEAN et al., 2017).

Os jogos eletrônicos também podem ser analisados por um viés positivo relacionado com desordens e transtornos psicológicos. Estudos apontam a eficácia de tratamentos baseados em videogames para o auxílio no tratamento da depressão (LI, THENG; FOO, 2014). Aspectos como a distração dos videogames e a possibilidade de reagir frente a emoções negativas, são aplicações eficazes para tratamentos e estudos do comportamento (BAULKMAN, 2018).

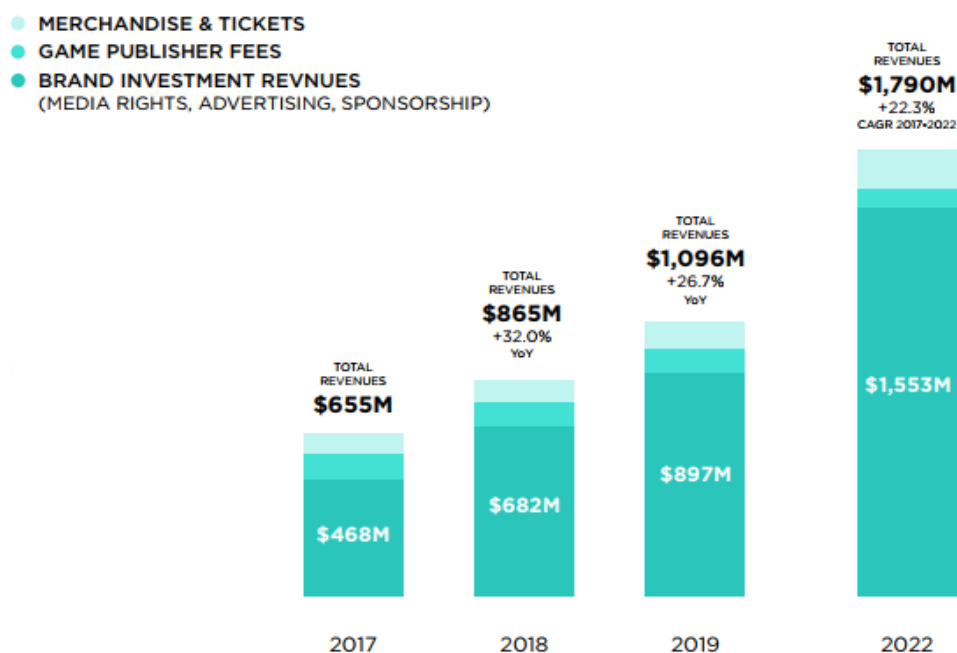
Ao analisarmos o problema acerca do isolamento social, é possível observar que os jogos eletrônicos são constituídos por uma comunidade distribuída em conexões virtuais. Essa comunidade é composta por jogadores de níveis profissionais a amador, comentaristas, fãs, patrocinadores, etc. Esses personagens interagem entre si por meio do contexto virtual, mas também no meio “offline”, no qual campeonatos, eventos e encontros são organizados anualmente (PINTO et al., 2017). Desta forma, os videogames possuem diversos estereótipos relacionados a sua prática e contexto. No entanto, se faz necessário compreender que essa prática reflete o momento e a estrutura social em que vivemos. Assim, os jogos eletrônicos podem ser direcionados para diversos propósitos, visto que existem diversas similaridades com os jogos tradicionais.

Em relação as diferenças entre a prática eletrônica e tradicional, é possível compreender que o principal componente consiste na virtualização dos jogos. A virtualização presente nos jogos eletrônicos permite a aceleração da expansão na sociedade. Isto é, a fugacidade do meio virtual além de expandir

a prática dos jogos eletrônicos, contribui para a massificação de diversos gêneros de games. Alguns dos principais estilos são: Jogos de ação; Aventura; Luta; Corrida; Esportes, Role-playing; Simulação; Estratégia; Massive Multiplayer Online (MMO) e Multiplayer Online Battle Arena (MOBA), que podem ser tipificados e conhecidos pelos usuários. Assim, é possível compreender que o universo dos games não possui barreiras, se consolidando como a maior área de entretenimento na sociedade moderna (PEREIRA, 2014).

O mercado de videogames mobiliza quase 100 bilhões de dólares por ano, divididos nos mais diversos tipos de plataformas, tecnologias e gêneros. Nessa perspectiva, o gênero que mais movimenta o mercado e a comunidade atualmente é o modo competitivo. Isto é, a competição sempre esteve presente nos jogos eletrônicos, porém, em menos de duas décadas diversas organizações e grupos foram criadas para fomentar o cenário, como pode ser visto na figura 2 abaixo.

Figura 2: Mercado de Esports.



Fonte: Newzoo (2019).

De acordo com a empresa Newzoo, o mercado de jogos eletrônicos competitivos movimenta mais de 1 bilhão de dólares, subdivido em: mercadorias e ingressos, lucros das companhias de jogos e os rendimentos

das marcas investidoras (propagandas, patrocinadores e direitos de mídia). Desta forma, por meio dessa ilustração observa-se que este cenário possui grande parte de sua renda movimentada por corporações e empresas, no qual a contribuição desses patrocinadores vem aumentando de forma explosiva durante os anos. Essa expansão nos investimentos configura a criação de um novo fenômeno esportivo, os Esports

Pereira (2014), define os esportes eletrônicos ou Esports como, jogos virtuais e eletrônicos que podem ser praticados de forma competitiva e organizada. Assim, a prática de Esports se constitui como uma remodelação das práticas esportivas para o âmbito da cibercultura (MACEDO; FALCÃO, 2019). Portanto, compreende-se que as metamorfoses nos videogames vão muito além da sua estrutura gráfica e eletrônica, mas permeiam alterações na conformação social, no qual bilhões de pessoas de alguma forma alimentam e fazem parte desse fenômeno. Assim, continuamos esse capítulo com enfoque na prática competitiva de jogos eletrônicos e seus desmembramentos no desenvolvimento humano e social.

2.2.1 Esportes eletrônicos: da casa ao espetáculo

A competição no contexto dos videogames é presente em sua natureza, no entanto a partir da década de noventa diversos jogos começam a ser desenvolvidos com o foco em modos competitivos. As melhorias na conexão e funcionalidade da internet alcançada por países como Estados Unidos, Coreia do Sul e alguns do continente europeu, permitem a expansão das competições de jogos como, Doom, Counter Strike, Starcraft etc. (WAGNER, 2006).

Dessa forma, a organização de competições começa a surgir no mundo, no qual este é o início da institucionalização dos esportes eletrônicos. Por meio desses torneios, os jogos eletrônicos competitivos são comparados com os esportes tradicionais por atletas e espectadores, em que a partir dessas discussões cunha-se o termo esporte eletrônico.

A popularização dessa prática alcança o meio acadêmico e científico, no qual estudiosos iniciam o processo de compreensão e elaboração de um conceito para esse fenômeno. As primeiras definições são realizadas por

Hemphill (2005) que retrata os jogos eletrônicos competitivos como “Ciberesportes”. Nessa classificação o autor define que os ciberesportes consistem em realidade esportiva alternativa estabelecida por meio de equipamentos eletrônicos, em que os atletas são representados digitalmente.

Ao analisar a competitividade e a comparação de competências nos jogos eletrônicos competitivos, Wagner (2006), define os Esports como uma área esportiva em que as pessoas manifestam e exercitam habilidades físicas e mentais por meio do uso das tecnologias da informação e comunicação.

Ambas definições são baseadas no nascimento dos videogames como um cenário competitivo. Isto devido ao fato de que a expansão das conexões de banda larga não atingia todo o globo, onde apenas alguns países tinham estruturas tecnológicas que suportassem.

Entretanto, os desenvolvimentos na internet não demoraram para chegar em todos os cantos do mundo. Esse fator amplificou a abrangência dos esportes eletrônicos, em que seu contexto se eleva além de uma realidade esportiva, mas como uma nova área de consumo e investimentos (SEO, 2013).

Desse modo, a globalização dos Esports enaltece seu caráter competitivo, no qual diversas competições e instituições são criadas, tais como a Eletronic Sport League (ESL) e World Cyber Games (WCG), além de campeonatos específicos aos jogos, como o Campeonato Brasileiro de League of Legends (CBLOL).

Assim, a estruturação desse novo contexto esportivo começa a se aproximar dos esportes tradicionais, no qual diversos campeonatos chegam ter milhares de espectadores ao vivo. Além disso, também é visível o envolvimento de equipes de esportes tradicionais nos esportes eletrônicos. Em países da Europa, como a Alemanha, clubes de futebol investem na criação de equipes de Esports, especialmente voltadas para o jogo simulador de futebol (FIFA) (HALLMAN; GIEL, 2018).

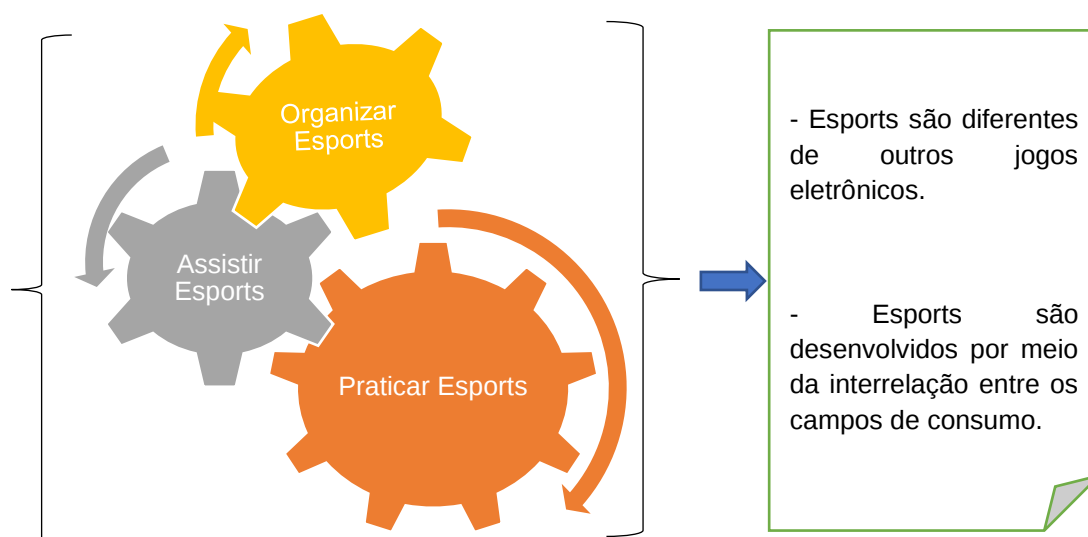
Com o crescimento das competições, ser um *ciberatleta* ou um *pro player*, se tornou uma realidade no mundo. Isto é, jogar videogame deixa de ser apenas um meio de lazer, para se tornar uma profissão. Atualmente, jogadores profissionais chegam a receber salários milionários, superiores muitas vezes aos de esportes tradicionais (LYRA, 2019).

Além dos salários, os jogadores recebem premiações bem elevadas ao vencer competições e campeonatos. Recentemente, no campeonato mundial de Fortnite (um dos jogos mais populares da atualidade) o vencedor recebeu a premiação equivalente a 11,4 milhões de dólares (SPORTV.COM, 2019).

Outra particularidade dos esportes eletrônicos que representam sua grandiosidade, refere-se as plataformas de “streaming”. Essas plataformas promovem a possibilidade de transmissão e compartilhamento das partidas, campeonatos, etc. Canais como, Youtube e Twitch conectam os espectadores diretamente com a experiência do jogo. Essa conexão aproxima a interação entre audiência e atleta (FREEMAN; WOHN, 2017). Os programas de streaming também são utilizados como forma de entretenimento, aprendizagem e divulgação. Isto é, as transmissões não se limitam ao cenário competitivo, mas também ao ensinamento de estratégias, demonstrações de habilidades ou simplesmente formatos diferentes de experiência.

Desta forma, os jogos eletrônicos se constituem como uma prática social permeada pelo contexto virtual, no qual suas atividades vão além do simples ato de jogar, e compreendem a visualização de outras pessoas, jogos e a organização esportiva (SEO; JUNG, 2016). Assim, a figura 3 exemplifica essa relação produzida no cenário dos esportes eletrônicos, em que o consumo e meios de interação percorrem a tríade entre a prática de Esports, organização e institucionalização dos Esports e a visualização dos Esports.

Figura 3: Estrutura da prática de esportes eletrônicos.



Fonte: Adaptado de Seo (2016).

Deste modo, o arranjo dos esportes eletrônicos abre espaço para diversas áreas e profissionais, visto que a espetacularização da atividade requer a atuação de organizadores de eventos, apresentadores de programas, narradores, compondo uma área híbrida entre Educação Física e Comunicações. Os espectadores presenciais e online formam um ecossistema com os comentaristas e apresentadores, no qual as experiências esportivas e emocionais são compartilhadas (CHEUNG E HUANG, 2011).

Partindo dessa perspectiva, a espetacularização impacta diretamente na esportivização dos jogos eletrônicos, em que novas definições são atribuídas para essa realidade. Atualmente os Esports são considerados uma forma de esporte facilitada primariamente por meio de sistemas eletrônicos. A prática competitiva de jogos eletrônicos (profissional, universitário e amador) é organizada por ligas e torneios, no qual os jogadores fazem parte de instituições esportivas patrocinadas por grandes empresas (HAMARI; SJÖBLOM, 2017).

Assim, apesar de ainda não ser totalmente aceito pela sociedade, os esportes eletrônicos podem ser considerados uma contracultura do esporte moderno. Apesar das divergências sobre a classificação dos jogos eletrônicos como modalidades esportivas, esse contexto continua em expansão. Desde 2016, canais brasileiros como o “SporTV” transmitem campeonatos importantes do cenário (JENSEN, 2017).

Dessa maneira, a estrutura dos jogos eletrônicos competitivos se aproxima dos esportes tradicionais. Outro fator semelhante entre as duas realidades é a necessidade de um alto nível de desempenho. Isto é, os jogadores necessitam de uma preparação rigorosa para atingir os elevados níveis de concentração, habilidades, estratégia, etc. (LLORENS, 2017).

Portanto, cada vez mais os jogadores necessitam buscar a excelência esportiva, em que o espetáculo ao redor aumenta as pressões para esse feito. Assim, seguiremos o capítulo com o desenvolvimento do desempenho esportivo nos esportes eletrônicos.

2.2.2 Desempenho esportivo: o corpo em uma prática virtual

Ao pensarmos sobre desempenho esportivo, relacionamos frequentemente a fisicalidade da atividade e o esforço humano. Os jogos eletrônicos competitivos apesar de toda estrutura, são contestados sobre o trabalho corporal exigido na prática. Isto é, a mediação eletrônica e a projeção de um corpo virtual fazem com que muitas indagações surjam nesse sentido.

De acordo com Parry (2018), os Esports não podem ser considerados uma modalidade esportiva, pois não possuem uma fisicalidade direta, não empregam o controle total do corpo e de suas habilidades, e não contribui para o desenvolvimento completo do ser humano. Entretanto, apesar da falta de fisicalidade, análises fisiológicas após competições foram capazes de demonstrar aumentos em biomarcadores característicos do estresse, como o cortisol e a frequência cardíaca (HALLMANN; GIEL, 2018).

Além disso, praticar jogos eletrônicos competitivos requer um trabalho corporal muito maior do que aparenta. Para se alcançar um ótimo desempenho, os jogadores precisam aprender a lidar e a absorver o mundo virtual. Ou seja, o praticante deve aprender a sincronizar seu esquema corporal com os espaços virtuais, buscando adaptar suas estruturas sensoriais a um novo ambiente (EKDAHL; RAVN, 2019).

Assim, o componente eletrônico pode ser comparado com uma bicicleta para o ciclista, ou o carro para o automobilista, isto é, o corpo do atleta imerge ao equipamento da atividade (MACHADO; CALLEGARI; MOIOLI, 2011).

Essas necessidades adaptativas influenciam diretamente no desenvolvimento humano e a configuração do organismo. Ou seja, a qualificação dos jogos eletrônicos como esporte acaba se tornando irrelevante, pois não impede a expansão e aumento do nível competitivo, e muito menos cerceia as demandas dos jogadores. Este fato pode ser compreendido por meio das exigências nos treinamentos e competições. No qual em níveis profissionais, os jogadores chegam a praticar por mais de 10 horas por dia, com o intuito de aprimorar as habilidades do jogo (JENSEN, 2016).

A interação dos jogadores profissionais com o jogo vai além do treinamento na modalidade, as equipes profissionais realizam treinamento táticos e

estratégicos a partir da visualização de partidas realizadas ou de equipes adversárias (PEREIRA; WILWERT; TAKASE, 2016).

Para melhorar a qualidade do treinamento e performance, as equipes elaboram centros de treinamento, no qual os atletas vivem com todo o staff (treinadores, auxiliares, diretores, psicólogos, fisioterapeutas, etc.) (HIMMELSTEIN; LIU; SHAPIRO, 2017).

Outra necessidade dos *pro players* para a melhora do desempenho são as práticas de exercícios físicos. O treinamento físico é utilizado pela maioria das equipes de elite, no qual os atletas seguem a recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS), realizando exercícios físicos por mais de três dias na semana com duração superior a 21 minutos (KARI; KARHULAHTI, 2016). Além de melhorar a saúde dos atletas, o treinamento físico pode auxiliar na melhora dos processos de atenção e concentração.

Entretanto, a difusão do treinamento físico e da manutenção de um estilo de vida saudável ainda são questões problemáticas no meio dos jogadores profissionais. Um exemplo dessa negligência é o caso de um dos maiores jogadores de *League Of Legends* da atualidade. Aos 18 anos o *pro player* já sofria com lesões no ombro. Além das lesões o jogador sofre com desgastes nos membros superiores, em que seus braços podem ser comparados com uma pessoa de 40 a 50 anos (SPORTV, 2019).

Nesse sentido, um atleta de esporte eletrônico necessita de cuidados especializados para que um ótimo desempenho seja alcançado, e a saúde do mesmo seja mantida. De acordo com DiFrancisco-Donoghue et al. (2019), os jogadores de esportes eletrônicos necessitam de um suporte composto por diversas áreas. Nesse modelo criado pelos autores, os Esports são circundados por seis especialidades: fisioterapia; medicina do esporte, psicologia do esporte, oftalmologia, nutrição e treinamento físico.

Ao pensarmos sobre as necessidades e transformações do corpo no meio virtual é possível compreender que a diferença significativa entre os esportes tradicionais e os eletrônicos, resume-se a mediação da prática por um meio eletrônico (LLORENS, 2017). Dessa forma, como todo esporte, o desempenho não depende somente do treinamento físico, o trabalho global é de extrema importância para atingir ótimos resultados. Em situações problemáticas e que necessitam de uma extrema velocidade na questão estímulo-resposta, o

trabalho psicológico possui um papel essencial no enfrentamento desses problemas e na hibridez entre corpo e videogame.

2.2.3 A psicologia do esporte eletrônico

Como visto anteriormente, os Esports necessitam de uma preparação mental para lidar com as pressões e o crescimento do cenário. Na história dos esportes a psicologia acaba muitas vezes sendo qualificada como um quesito não fundamental para o desempenho. Porém, no âmbito dos jogos eletrônicos competitivos a psicologia do esporte ampara com maior força a importância da mentalidade para alcançar uma ótima performance (LEITE; VARELLA, 2018).

O interesse no aprimoramento mental nos Esports é reconhecido no mundo inteiro, no qual a compreensão das necessidades psicológicas é pesquisada em diversos estudos. Assim, o treinamento de habilidades psicológicas pode beneficiar em diversas formas esse novo contexto esportivo.

Segundo Machado, Amblard e Lemos Filho (2018), a psicologia do esporte pode auxiliar nos processos de relacionamento entre os jogadores, treinador, dirigentes e outros membros da equipe. Além disso, contribuir para o estabelecimento das possíveis dificuldades encontradas nos processos de se tornar um jogador profissional, e de lidar com as situações estressoras dos treinos e competições. De acordo com Thiel e John (2018), o cenário competitivo exige dos atletas a manutenção de elevados níveis de atenção, como também a realização de movimentos e ações sob pressão. Assim, os jogadores de Esports necessitam de estratégias para enfrentar as demandas provenientes desse cenário competitivo.

Nesse sentido, Himmelstein, Liu e Shapiro (2017) buscaram analisar as principais dificuldades enfrentadas por jogadores de esportes eletrônicos. Como resultado os autores evidenciaram três fatores: obstáculos que envolvem o trabalho em equipe, como a confiança em seus parceiros; dificuldades em balancear as atividades profissionais e a vida pessoal; problemas individuais em alcançar e manter ótimos níveis de performance.

Em relação a manutenção do desempenho, os autores apontam que a maioria dos atletas já atingiram estados mentais de fluxo, no entanto possuem dificuldades em sua manutenção e frequência. Esse apontamento permite

analisar que a experiência de fluxo também ocorre no cenário competitivo de Esports, mas apresenta a mesma dificuldade de constância igual aos esportes tradicionais (PRIVETTE, 1983).

Corroborando com esses dados, Smith, Birch e Bright (2019), buscaram evidenciar as demandas internas e externas que permeiam os Esports e o desempenho dos atletas, além de analisar as estratégias utilizadas para enfrentar essas demandas. Em relação as demandas internas, o estudo aponta que as relações entre a equipe são os principais foco de estresse. Fatores como problemas de comunicação, criticismo dos parceiros e falta de confiança, foram os mais citados por atletas de Esports. Em referência às demandas externas, os autores identificam os seguintes fatores como principais pontos de estresse: provocações das equipes adversárias; logísticas das competições (viagens e horários das competições) e as manifestações do público nas redes sociais e nos eventos presenciais e ao vivo.

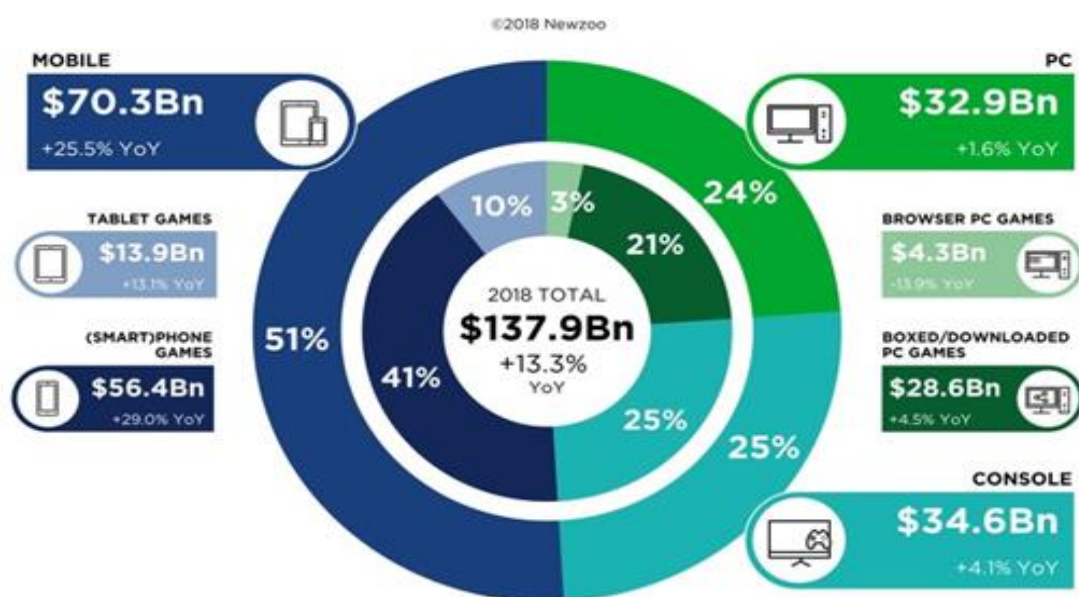
Outro fator que apresenta ser uma sobrecarga mental para os jogadores, consiste na relação com os familiares. De acordo com Nilsson e Lee (2019), ser um jogador profissional de Esports ainda possui um olhar negativo por parte dos familiares, visto que essa prática ainda é considerada por muitos como uma atividade de lazer. Assim sendo, os atletas sofrem no início de suas carreiras com o ceticismo da família. Entretanto, conforme os familiares percebem as possibilidades financeiras que o contexto pode proporcionar, o diálogo negativo tende a se dissolver, especialmente a partir do momento que os jogadores monetizam seus esforços (NILSSON; LEE, 2019).

Dessa forma, os Esports se consolidaram como uma realidade altamente competitiva, em que o desempenho é constantemente impulsionado pela capacidade da mente de processar rapidamente as informações e lidar com as demandas internas e externas do jogo. Para isso, os jogadores necessitam de uma base psicológica bem fundamentada que possibilitem o alcance de um ótimo desempenho. (LENORGANT, 2019). Nesse sentido, com o intuito de fundamentar de forma eficiente as habilidades psicológicas, Collins (2017), criou um programa de treinamento de habilidades psicológicas para atletas de Esports. Nesse manual de treinamento estratégias como mentalização, estabelecimento de metas e auto fala comprovaram ser eficazes na melhora do desempenho.

Além dessas estratégias, os jogadores costumam estabelecer uma rotina pré-competitiva. Essa rotina é composta por exercícios de aquecimento (flexões), ajustes na temperatura corporal em relação ao ambiente, técnicas de respiração, música e aquecimentos na plataforma do jogo (HIMMELSTEIN; LIU; SHAPIRO, 2017). Desse modo, compreende-se que a psicologia do esporte possui um caminho fértil no esporte, em que diversas técnicas e treinamento podem ser empregados para auxiliar no desempenho. Porém, se faz necessário analisar as características dos jogos antes de introduzir o trabalho psicológico, visto que o cenário é composto por diversas modalidades e plataformas (COTTRELL; MCMILLEN; HARRIS, 2018).

Isto é, os Esports se espalham nos mais diversos gêneros e configurações, em que alguns são caracterizados por movimentos precisos e rápidos, enquanto outros dependem de um esforço cognitivo devido a duração do jogo. Outro aspecto importante a ser ressaltado consiste nas diferenças entre esportes individuais e coletivos (COTTRELL; MCMILLEN; HARRIS, 2018). Além disso, o surgimento de novas plataformas amplia o olhar sobre as necessidades desse contexto. A figura 4 representa essa variedade, em que cada área possui suas demandas, no qual é possível perceber o aumento no desenvolvimento de jogos para smartphones e plataformas portáteis.

Figura 4: Mercado global de videogames.



Fonte: Newzoo (2018).

O conceito portátil é um dos focos nos avanços tecnológicos. A sociedade se encontra conectada de forma proximal, em que os jogos eletrônicos também fazem parte desse meio, inclusive no cenário esportivo. Como exemplo podemos citar o jogo “Clash Royale” que possui campeonatos mundiais (COUTINHO, 2019).

A predominância de investimentos em jogos para smartphones foi bem-sucedida, especialmente no Brasil, em que o jogo *Free Fire*, foi eleito o mais popular. Essa popularidade direcionou o primeiro campeonato mundial para o país, em que obteve a presença de centenas de participantes presenciais e mais de 2 milhões de telespectadores online simultaneamente (HAGUI, 2019).

Portanto, os Esports possuem um ambiente altamente competitivo, na qual diversas demandas mentais são semelhantes aos esportes tradicionais. Além disso, as técnicas e estratégias utilizados no treinamento de habilidades psicológicas em esportes tradicionais, também são semelhantes e eficazes no desempenho esportivo em Esports (LENORGANT, 2019).

2.2.4 Jogos eletrônicos e a experiência de fluxo

Como fruto da área do entretenimento, os jogos eletrônicos em sua gênese possuem a característica de proporcionar divertimento e prazer aos praticantes. Assim, pesquisas na área foram e continuam sendo necessárias para compreender a interação com o meio eletrônico, afim de facilitar o desenvolvimento de jogos (FANG, ZHANG; CHAN, 2013).

Dessa forma, pesquisadores e desenvolvedores de jogos eletrônicos buscam formas de melhorar a experiência do indivíduo, por meio da configuração dos jogos, em que as experiências e emoções podem ser direcionadas. Nesse sentido, uma das principais teorias que abordam o conceito de divertimento e prazer nas atividades humanas, consiste na experiência de fluxo abordada anteriormente.

Assim diversas mídias possuem os mesmos aspectos do estado de fluxo, em que a pessoa é capaz de se concentrar intensamente, se sentir no controle da situação, experimentar um distanciamento da autoconsciência e da distorção temporal, e experimentar uma atividade com o único intuito de realizá-la (SHERRY, 2004).

A experiência nos jogos eletrônicos também pode ser relacionada com a teoria de fluxo. A partir disso, Sweetser e Wyeth (2005), desenvolveram um modelo denominado “GameFluxo”. Esse modelo aponta as condições e critérios baseados na teoria de fluxo que possibilitam o divertimento e a sensação de gratificação ao jogar videogames. A tabela a seguir demonstra os elementos essenciais e suas características do modelo “GameFluxo”.

Quadro 1: Modelo GameFluxo.

Elementos	
Concentração	- Os jogos eletrônicos devem exigir concentração e o jogador deve ser capaz de se concentrar.
Desafio	- Os jogos devem ser desafiantes e compatíveis com as habilidades do jogador.
Habilidades	- Os jogos devem dar suporte para o desenvolvimento das habilidades dos jogadores.
Controle	- Os jogadores necessitam se sentir sob controle nas ações durante o jogo.
Objetivos Claros	- Os jogos devem promover objetivos claros em momentos apropriados.
Feedback imediato	- Os jogadores necessitam receber um feedback apropriado sobre seu desempenho e no momento certo
Imersão	- Os jogadores devem experimentar uma imersão profunda, mas sem esforço.
Interação Social	- Os jogos devem dar suporte e criar oportunidades para interação social.

Fonte: Adaptado de Sweetser e Wyeth (2005).

Dessa forma, de acordo com Sherry (2004), os videogames apresentam os componentes que favorecem a experiência de fluxo, no qual o maior trabalho consiste em manter os jogadores nessa zona de fluxo, a partir do equilíbrio entre desafios e habilidades.

Para proporcionar uma experiência agradável e atingir a maior variedade de jogadores o design do jogo deve seguir quatro etapas: a mistura dos componentes de fluxo; manutenção da experiência do usuário dentro da zona de fluxo; opções adaptativas para que o usuário seja capaz de experimentar o jogo a sua maneira e a incorporação de outras atividades dentro do modo de jogo para garantir que a experiência de fluxo não seja interrompida (CHEN, 2007).

Assim, a combinação desses oito elementos dá suporte para que o jogador tenha uma ótima experiência. Atualmente a aplicação desses quesitos pode ser analisada em grande parte dos recentes jogos, em que a pessoa interage e se desenvolve por meio dos processos adaptativos presentes no jogo.

Entretanto, a maioria dos estudos e pesquisas em relação a aplicação da teoria de fluxo nos videogames segue somente o viés do divertimento e da busca de uma experiência agradável. Ao analisarmos o cenário competitivo, a busca por um ótimo desempenho ultrapassa a questão do divertimento.

Diversos fatores podem influenciar a experiência do jogador. Segundo De Rose Junior (2002), a competição por si só é uma fonte abundante de situações estressoras. O desempenho pode ser influenciado por fatores individuais e situacionais, no qual o atleta deve ter conhecimento para enfrentar esses desafios durante a competição esportiva.

Dessa forma, a inclusão dos fatores competitivos nos jogos eletrônicos, podem dificultar a vivência do estado de fluxo, na qual ainda não se vê estudos sobre esse tipo de experiência e as relações com as pressões para o desempenho esportivo, fato já tratado em esportes tradicionais por Machado, Callegari e Moiola (2011).

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivos gerais

Este estudo possui como objetivo geral analisar a manifestação da experiência de fluxo em jogadores universitários de Esports.

3.2 Objetivos específicos

- Estabelecer as possíveis relações entre a experiência de fluxo, seus elementos e a percepção de desempenho dos jogadores universitários de Esports.
- Compreender a interação dos jogadores universitários frente a esse cenário competitivo.

4. MATERIAIS E MÉTODOS

4.1 Método de pesquisa

Este estudo se caracterizou em uma pesquisa quali-quantitativa de natureza descritiva, instrumentada por meio de um questionário aberto para coleta de dados. De acordo com Lobiondo-Wood e Haber (2002), a escolha da pesquisa descritiva é direcionada em casos na qual existe pouca informação sobre a temática e fenômeno a ser estudado. Assim, é possível descrever e explorar as características desse caso.

4.2 Participantes

Como técnica de amostragem da pesquisa, utilizou-se a amostra por conveniência, devido a disponibilidade dos participantes. Desse modo, os participantes da pesquisa foram 30 jogadores universitários brasileiros do sexo masculino, com atuação em treinamentos e competições em nível regional (por exemplo, o Circuito UNESP RC), estadual (por exemplo, o C.P.U.E. – Campeonato Paulista Universitário de Esports) ou nacional (por exemplo, a LUE – Liga Universitária de Esports; TUES – Torneio Universitário de Esports). Os atletas que participaram da pesquisa integravam as seguintes modalidades: FIFA, Clash Royale, Hearthstone, League of Legends, Rainbow Six Siege e Counter Strike: Go.

Dessa forma, para que os participantes fizessem parte da pesquisa, foram estipulados os seguintes critérios de inclusão:

- Indivíduos pertencentes a maior idade (18 anos ou mais);
- Ambos os sexos;
- Possuir vínculo com a instituição de ensino superior.

Previamente a execução da pesquisa, foi realizado o contato com as Associações Atléticas (responsável por coordenar as equipes universitárias) de cada universidade e instituição. Após isso, foi feito o contato com os responsáveis por cada modalidade, com o intuito de obter a autorização para

aplicação da pesquisa, além de esclarecer o funcionamento e estrutura da pesquisa.

4.3 Instrumento da Pesquisa

Neste estudo foi utilizado um questionário aberto (apêndice A) desenvolvido pelo próprio autor em parceria com seu orientador, passando pela análise de um conjunto de profissionais, pesquisadores e especialistas da área previamente à sua execução, com o intuito de elencar possíveis correções e adequações para que o instrumento de coleta seja bem fundamentado.

Dessa forma, o questionário foi desenvolvido em três etapas: caracterização da amostra, interação com os Esports e experiência da partida. A primeira etapa é composta por quatro questões, em que possuem a finalidade de obter informações sociodemográficas sobre os participantes e, à vista disso, descrever o perfil do indivíduo.

Em seguida, a segunda etapa é composta por cinco questões delineadas para compreender o envolvimento e imersão dos atletas. Nesse sentido, esse estágio do questionário aborda o comportamento do indivíduo em relação ao jogo eletrônico, no qual, os aspectos de tempo de prática, frequência de jogo, motivação e modalidades praticadas são observados.

Em relação a terceira etapa do instrumento, foram elaboradas sete questões com o intuito de analisar as percepções do atleta frente as demandas do jogo e a experiência de fluxo. Para isso, a estrutura e o conteúdo das questões foram arquitetados em referência aos elementos que caracterizam a experiência de fluxo.

Dessa forma, as perguntas possuíam os seguintes direcionamentos:

- 1) Percepção sobre a importância da atividade;
- 2) Percepção entre demandas da partida, habilidades e o desempenho;
- 3) Nível de concentração durante a partida;
- 4) Foco no presente e ausência de autoconsciência;
- 5) Objetivos claros, feedback imediato e controle sobre as ações;
- 6) Percepção temporal;
- 7) Percepção sobre a experiência da partida.

4.4 Coleta e análise dos dados

A princípio o estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) em Seres Humanos do IB-UNESP-Rio Claro/SP, parecer número 3.709.713. Após a aprovação do CEP, iniciou-se os primeiros contatos e convites aos possíveis participantes.

O contato com as equipes e atletas foi estabelecido por meio das redes sociais (Facebook e Instagram), visando explicar o estudo e a possível aplicação nesse âmbito. Após este primeiro contato, foram agendados datas e locais para a aplicação dos questionários após a atuação em uma partida competitiva ou competição.

A aplicação do questionário ocorreu de forma presencial, variando conforme o formato da competição. Isto é, no contexto dos Esports, grande parte das etapas competitivas são realizadas online, no qual somente as etapas finais ocorrem no formato presencial. Previamente a aplicação da pesquisa, os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Para analisar os dados coletados, adotou-se a análise de conteúdo de tipo classificatório como técnica dedutiva, com o intuito de relacionar os dados obtidos com pressuposto teórico expresso no estudo. De acordo com Bardin (2016), a análise de conteúdo possui a capacidade de evidenciar e sistematizar o conteúdo e sua expressão, decorrentes das informações transmitidas pelos participantes. Dessa forma, a análise de conteúdo possui o objetivo de manejar o material obtido e efetuar deduções lógicas que se relacionam com a origem e os efeitos das informações presentes no material.

Desta maneira, a análise de conteúdo é composta em três fases: pré-exploração do material, seleção das unidades de análise e o processo de categorização e subcategorização. O processo de pré-exploração corresponde ao primeiro contato com os dados coletados, no qual será realizado o primeiro contato com o material, afim de organizar e obter as primeiras impressões e orientações (CAMPOS, 2004). Após a primeira análise será formulado as primeiras hipóteses e direcionamentos da pesquisa, no qual seguiremos para a escolha dos documentos a serem destrinchados, de acordo com o objetivo do estudo (BARDIN, 2011).

A partir da seleção dos documentos, inicia-se a exploração do material e por conseguinte a etapa de seleção das unidades de análise. Estas unidades correspondem a palavras, sentenças, trechos, frases, entrevistas que possuem vínculos com as necessidades e objetivos a serem respondidos pela pesquisa (CAMPOS, 2004).

Assim, a terceira etapa se configura pela caracterização das unidades de análise selecionadas. Isto é, os elementos serão classificados em categorias com o objetivo de analisar aspectos divergentes e convergentes. Esse processo levará a inferência de suposições sobre o objeto de estudo e os pressupostos teóricos estabelecidos (CAMPOS, 2004).

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A exposição dos resultados visará assimilar as percepções dos participantes em relação aos componentes motivacionais, valores subjetivos da atividade e aspectos da experiência de fluxo. A partir disso, teceremos os dados e informações obtidas com a teoria de fluxo.

Desta forma, a amostra da pesquisa foi composta por 30 jogadores universitários do sexo masculino. Em relação ao gênero de jogo praticado pelos participantes, observa-se que 43% participaram da pesquisa por meio do gênero MOBA (Multiplayer, Online Battle Arena), 30% jogaram o gênero FPS (First Person Shooter), 17% jogaram futebol virtual (FIFA, PES), 7% jogaram jogos de estratégia (Clash Royale e Hearthstone) e 3% jogaram Battle Royale (Apex Legends). Com o intuito de caracterizar os participantes, foi possível observar que 60% da amostra encontra-se na faixa etária de 18-20 anos e 40% na faixa etária de 21-25 anos. Ao analisarmos o grau de escolarização dos participantes, foi possível averiguar que 100% dos participantes estão cursando a graduação.

Com relação a região que os participantes da pesquisa residem, 83,3% encontram-se no estado de São Paulo, 13,3% no estado do Rio de Janeiro e 1% no estado do Paraná. De forma a estruturar as características da amostra em referência a interação com os jogos eletrônicos, elaborou-se uma tabela com as informações a seguir.

Tabela 1 – Interação com os jogos eletrônicos.

Participantes	Tempo de prática	Frequência de Jogo (dia/sem)	Tempo de prática por dia (h)
Participante 1	6 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 2	2 anos	5x/ semana	6-8h
Participante 3	2 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 4	5 anos	5x/ semana	0-2h
Participante 5	4 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 6	3 anos	5x/ semana	3-5h

Participante 7	2 anos	Todos os dias	0-2h
Participante 8	4 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 9	5 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 10	4 anos	Todos os dias	9-11h
Participante 11	5 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 12	5 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 13	5 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 14	5 anos	Todos os dias	0-2h
Participante 15	7 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 16	3 anos	2-3x/ semana	3-5h
Participante 17	2 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 18	3 anos	Todos os dias	0-2h
Participante 19	3 anos	Todos os dias	9-11h
Participante 20	4 anos	5x/ semana	6-8h
Participante 21	4 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 22	3 anos	Todos os dias	6-8h
Participante 23	1 ano	Todos os dias	3-5h
Participante 24	3 anos	5x/ semana	3-5h
Participante 25	4 anos	2-3x/ semana	6-8h
Participante 26	3 anos	Todos os dias	3-5h
Participante 27	4 anos	5x/ semana	0-2h
Participante 28	2 anos	Todos os dias	6-8h
Participante 29	4 anos	5x/ semana	9-11h
Participante 30	7 anos	Todos os dias	3-5h

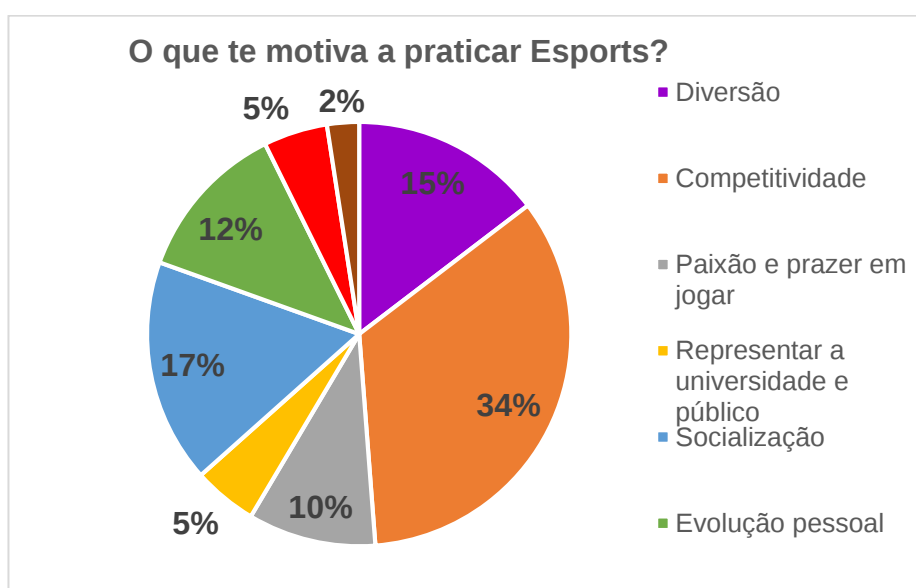
Fonte: Elaborada pelo próprio autor (2019).

De acordo com os dados expostos na tabela 1, foi possível compreender que a interação com as modalidades varia entre 1-7 anos. Além disso, esse tempo de prática também é moldado conforme a criação dos jogos, visto que alguns possuem apenas 2 anos de existência. No quesito da frequência de jogo, observa-se que 53% dos participantes jogam todos os dias, 40% praticam 5 vezes na semana e 7% 2-3 vezes na semana. A partir dessa frequência de jogo, foi estabelecido o tempo de prática dos participantes por dia. Nesse sentido, constatou-se que aproximadamente 56% jogam por 3-5h/dia, 17% praticam 0-2h/dia, 17% interagem por 6-8h/dia e 10%.

5.1 Motivação para a prática de Esports

Em relação aos fatores que motivam os participantes da pesquisa a praticarem Esports, pode-se construir oito categorias (competitividade diversão, paixão e prazer em jogar, representar a universidade e público, socialização, evolução pessoal, profissionalização e vício). Antes de aprofundarmos nas discussões sobre as interpretações e significados desses resultados, vale ressaltar que a pergunta era aberta, na qual os jogadores podiam citar mais de um fator motivacional. Assim, por meio da análise das respostas foi possível estabelecer essas oito categorias, que estão expostas de forma esclarecida conforme o percentual de citações (gráfico 1).

Gráfico 1 - Motivação para a prática de Esports.



Fonte: Elaborada pelo próprio autor (2019).

Dessa forma, compreende-se que a competitividade foi o fator mais apontado pelos jogadores. O interesse pelo lado competitivo dos Esports, também apresenta um crescimento no contexto universitário, em que esse novo tipo de prática está adentrando as maiores competições de esportes universitários no Brasil e no Mundo.

Em recente estudo de schaeperkoetter et al. (2017), com atletas universitários dos EUA (Estados Unidos da América), constata-se que os jogadores de Esports possuem altos níveis de identificação com o papel de ser um atleta. Ou seja, os jogadores necessitam alcançar e manter um desempenho para competir em ligas e campeonatos universitários, além de manter vínculos e benefícios com a universidade, decorrentes de sua representação como atleta universitário.

Esta realidade não se restringe aos jogadores norte-americanos. No Brasil, a identificação dos jogadores de Esports como atletas também vem aumentando, juntamente com o interesse pela competição. Atualmente algumas equipes universitárias possuem parcerias com equipes profissionais de Esports. Esse fator eleva o nível competitivo, técnico, organizacional do contexto universitário. (HAGUI, 2019). Todo esse contexto esportivo, juntamente com essas novas possibilidades de parcerias, acendem a possibilidade de profissionalização. Esse apontamento pode ser analisado nos relatos obtidos, gerando a criação dessa categoria.

Além da competitividade, os aspectos de socialização e diversão também possuem destaques nas citações dos participantes. Assim, esses dados demonstram que o estereótipo do isolamento social decorrente do jogo, pode não ocorrer. Por meio dos Esports, os indivíduos encontram um ambiente no qual exista o sentimento de pertencimento. A partir das equipes e campeonatos, são capazes de se relacionar e estabelecer conexões que vão além do meio virtual e eletrônico (PINTO et al., 2017).

Em relação a categoria diversão, compreende-se que esse fator motivacional está mais conectado com participantes que possuem níveis competitivos menores. Isto é, quanto o maior envolvimento do jogador com o cenário competitivo, os fatores motivacionais tendem a progredir para as emoções e acontecimentos provenientes da competição.

Outra categoria bastante evidente na pesquisa, consiste na evolução pessoal. Assim, melhorar suas habilidades e evoluir no jogo, também aparenta ser um fator que propulsiona o engajamento dos jogadores. Além disso, o contexto dos jogos em geral proporciona esse sentimento intenso de paixão e prazer, principalmente por meio de sua prática. O engajamento nesse meio esportivo também está relacionado com a possibilidade de representar sua universidade em competições e em outros eventos esportivos e sociais.

Em contrapartida a todos esses fatores apontados anteriormente, outro aspecto compreendido pela pesquisa é o uso compulsivo dos Esports. Apesar de não ser presente de forma elevada, o vício com os videogames podem ser uma realidade. Tal questão deve ser analisada de forma multifatorial e seguir as diretrizes da OMS (Organização Mundial de Saúde) e conseqüentemente as características desse novo distúrbio (ROCHA, 2018).

5.2 Valor subjetivo da atividade

A inserção deste tópico no estudo possui a intenção de compreender as possíveis influências da subjetividade do jogador na relação entre, importância da atividade e a intensidade da experiência de fluxo. Para isso utilizou-se a seguinte pergunta: Qual a importância da partida para você?

Ao analisarmos os dados obtidos, foi possível elaborar 3 categorias: baixa importância, moderada importância e alta importância. Os indivíduos que relataram uma “baixa importância” em relação a partida, correspondem a 3% da amostra. Em referência a categoria “moderada importância”, 37% da amostra apontaram esse nível. Por fim, 60% dos participantes foram enquadrados na categoria “alta importância”.

Desta forma, por meio dos relatos compreende-se que o valor subjetivo que o indivíduo possui e deposita em uma tarefa ou atividade, pode influenciar diretamente na profundidade da sua experiência. Isto é, os participantes que se enquadravam na categoria “baixa importância”, demonstraram o alcance de experiências mais rasas.

Esse apontamento pode ser analisado no relato do p10, o qual relata a seguinte percepção acerca da importância da atividade: “Não é importante, mas sempre jogo com “seriedade”. A partir desse posicionamento, observa-se que

apesar de alcançar a vitória o atleta não esboça as reações correspondente a experiência de fluxo. Ao ser questionado sobre como o participante se sentiu após a partida, verifica-se que a seguinte explicação: “Me senti indiferente. Já me acostumei com a derrota/vitória, não esboço muita reação e apenas vou para o próximo jogo”.

Assim, a indiferença apontada não corresponde com a ótima experiência, retratada na teoria de fluxo (CSIKSZENTMIHALYI, 1990a). Nesse sentido, o participante dessa categoria, também contribui com relato semelhante que aponta essa relação entre níveis menores de importância e níveis menores de fluxo.

Seguindo nas análises, os participantes que compõem a categoria “moderada importância”, obtiveram experiências mais profundas em comparação a categoria anterior. Esse apontamento se comprova no relato do p6, que considera a partida como uma importância moderada. O participante atingiu uma experiência constituída por grande parte dos elementos que compõe o fluxo, tais como, equilíbrio entre desafios e habilidades, distorção temporal e objetivos claro, como vemos no trecho a seguir sobre os sentimentos após a partida: “Satisfeito com o meu desempenho, mas ainda longe do que eu queria apresentar na partida [...]”. O p15 também contribui ao discursar que a importância da partida é média. No seguinte trecho é possível analisar como o jogador se sentiu após a partida. “Me senti satisfeito com a minha performance”.

Ainda nessa categoria, os participantes 7 e 14 não tiveram um desempenho elevado e se sentiram frustrados, como pode-se analisar no relato do participante 14 ao retratar sua percepção sobre o desempenho: “Tenho dificuldade em ter constância nas partidas, priorizar objetivos [...]. Em relação ao sentimento após a partida, o participante se sentiu “levemente frustrado”. A sensação da frustração pode ser justificada pelo atleta não atingir seus objetivos e resultados esperados (WEINBERG; GOULD, 2017).

Em relação a categoria “alta importância”, foi possível compreender que alguns dos integrantes atingiram experiências mais profundas e intensas, ao se compararmos com as categorias “baixa e moderada importância”. O relato do participante 26 demonstra esse valor subjetivo elevado em relação a partida: “Mega importante, por tantas horas dedicadas pro jogo, enfrentar adversários cada vez mais difíceis [...]”. Em relação a intensidade da experiência, o

participante aponta o alcance de todos os elementos da teoria de fluxo, principalmente em relação aos objetivos claros e o feedback assertivo, como vemos no seguinte trecho: “Com certeza, sempre pensando no que fazer, analisar o que errou e corrigir no outro round, ver o erro do adversário e jogar em cima dele e ter o objetivo da vitória”.

A contribuição do p18 e p27, ressaltam a relação da importância da partida com o campeonato presencial, como vemos nos trechos a seguir. “Muito importante, ainda mais por já ter ganhado um campeonato de grande expressão anteriormente” (p18). “eu viajei mais de 4 vezes pra sp, 14 horas de ida e 14h de volta dentro de um onibus, faltando aula e algumas vezes até provas. acho q isso da uma ideia da importancia q tem” (p27).

Assim sendo, a elevada importância na maioria dos participantes desta categoria, relaciona-se com a participação de uma competição presencial. Isto é, implica-se diversas demandas competitivas que podem influenciar a percepção da experiência e desempenho do indivíduo. O relato do p18 é possível analisar algumas experiências positivas frente à o enfrentamento das demandas do jogo: “Conseguí me concentrar bastante mesmo com a torcida perto, e de frente para meu adversário”.

De forma distinta, no relato do p16, percebe-se a alta importância da tarefa: “A partida é muito importante para mim, por seu meu primeiro campeonato presencial”. E nesse trecho as dificuldades encontradas na competição: “Fiquei chateado, pois senti que podia ter um resultado melhor, mas uma parte ficou feliz de pelo menos ter dado trabalho e jogado de igual para igual”. O p9 também elabora um relato semelhante, “Completamente frustrado, após perder todo esforço, concentração, dedicação e vontade se esvaem, sinto raiva, ódio, as vezes muito estressado [...]”.

Dessa forma, as demandas da competição influenciaram negativamente suas experiências. Assim, por meio dos resultados expostos, compreende-se que a relevância subjetiva de uma atividade pode influenciar diretamente na experiência de fluxo dos indivíduos. Isto é, em situações consideradas mais relevantes, os participantes apontaram percepções mais elevada dos componentes de fluxo, independente do resultado da partida. Esses dados reforçam a revisão do modelo teórico, proposto por Keller e Landhäußer (2012), no qual o valor subjetivo da atividade seria uma nova variável.

Vale ressaltar que o valor subjetivo não suprime os outros componentes da teoria de fluxo, especialmente os elementos condicionantes: percepção de equilíbrio entre as habilidades e as demandas da tarefa, objetivos claros e um feedback imediato (NAKAMURA; CSIKSZENTMIHALYI, 2009).

Isto é, o desempenho e a intensidade da experiência de fluxo, são embasados num conjunto de variáveis. Esse apontamento fica evidente, ao analisarmos que para os participantes das três categorias, a relação entre a estrutura do indivíduo e as demandas competitivas, impactaram de formas distintas.

Deste modo, a inserção do aspecto subjetivo em relação ao valor da atividade, demonstra ser um componente capaz de influir na intensidade da experiência de fluxo. Assim a revisão teórica proposta por Keller e Landhäußer (2012), transpõe as variações da intensidade de fluxo descritas por Privette (1983), em que a profundidade e qualidade do fluxo depende somente dos níveis de habilidades e demanda.

Moneta e Csikszentmihalyi (1996), também apontam que a qualidade da experiência é negativamente influenciada pelo desequilíbrio entre habilidades e desafios. Entretanto, a subjetividade do indivíduo em relação ao interesse pessoal na tarefa, curiosidade, crenças e o significado da ação, não são esclarecidas na teoria de fluxo. Desta forma, os resultados desse estudo e de Keller e Landhäußer (2012), abrem caminho para um novo formato de análise, estudos e revisões, no qual esses fatores subjetivos podem afetar a percepção individual para ação.

5.3 Percepções entre demandas da partida, habilidades e o desempenho

Para compreender a relação entre o equilíbrio entre as habilidades do participante, o desafio do jogo e desempenho diante dessa interação, foi solicitado que os jogadores descrevessem como foi sua experiência em relação a dificuldade do jogo e seu desempenho diante disso. A partir disso foram criadas 4 categorias: demandas individuais, demandas da equipe, demandas externas, equilíbrio entre demandas e habilidades. A porcentagem de participantes por categoria corresponde a 20%, 27%, 13% e 40%, respectivamente.

Desta maneira, a categoria “demandas individuais” corresponde as questões relacionadas ao próprio indivíduo, que influenciaram as percepções das demandas e habilidades, e consequentemente a experiência. Ao analisarmos a narrativa do p14, compreende-se que o mesmo encontrou dificuldades durante o jogo, principalmente em momentos de tomada de decisão. O trecho a seguir reflete esse posicionamento: “Tive dificuldade em ter constância na partida, priorizar objetivos e controlar a minion wave”.

Colaborando com essa reflexão, no relato do participante “4”, percebe-se como o desequilíbrio entre a dificuldade da partida e o nível de suas habilidades, influenciam diretamente no seu desempenho: “Foi um jogo difícil, em que encontrei dificuldades para criar jogadas”. Em contrapartida, os p5, 10 e 20, tiveram uma experiência oposta, no qual as demandas da partida eram mais baixas do que suas habilidades, como vemos nos relatos a seguir: “O jogo é fácil e na maioria me saio bem [...] (p10). “Normal, não vejo dificuldade” (p5).

Assim, por meio desses relatos compreende-se que o equilíbrio entre as demandas da atividade e as habilidades do indivíduo, corresponde a um fator primordial para que a experiência de fluxo seja alcançada. Isto é, experiências que ultrapassam as habilidades ou que são muito inferiores, não direcionam o indivíduo a uma ótima experiência (CSIKSZENTMIHALYI, 1990b).

Seguindo com as análises, a criação da categoria “demandas da equipe” foi fundamentada por meio das percepções em relação ao ambiente coletivo e o desempenho. Nessa perspectiva, foi possível analisar que a percepção da experiência em esportes coletivos sofre muitas influências das relações e papéis construídos. O relato do p9 exemplifica essa perspectiva: “Meu desempenho foi o esperado, ganhei a fase de rotas [...] o jogo em questão foi perdido exclusivamente por um dos players, que entregou vantagem o suficiente pra não termos chances de ganhar”.

Essas influências da equipe podem afetar a experiência de fluxo dos atletas até mesmo com a vitória, tal como na narrativa do p13: “Meu desempenho não foi o dos melhores, o ambiente ao meu redor não estava favorável e não foquei muito bem, mas no fim vencemos a partida”. Para compreender o impacto que as relações entre os membros da equipe, Baker et al. (2011), realizou um estudo com futebolistas holandeses, visando analisar as relações do estado de

fluxo com a performance esportiva. Os resultados demonstram que o contexto do grupo contribui em 25% para a experiência de fluxo.

Assim sendo, essa categoria demonstra como os fatores situacionais descritos por Stravou et al. (2007), afetam diretamente a qualidade e nas percepções das dimensões da experiência de fluxo.

Outras dificuldades de grupo apontadas pelos participantes, concentram-se no aspecto da comunicação. O p11 demonstra essa adversidade nesse trecho: “A dificuldade nesse jogo foi a comunicação com meus companheiros de equipe em relação a jogadas de macroplay [...]”. Deste modo, esses dados corroboram com o estudo de Smith, Birch e Bright (2019), o qual evidencia o fator comunicativo sendo uma das principais demandas situacionais em atletas de Esports.

Além das relações de equipe, outros fatores externos podem ser analisados no contexto dos Esports. Nesse sentido, a categoria “demandas externas”, possui o intuito de inferir essas possibilidades através dos dados obtidos. A partir do relato do p16, é possível evidenciar a forma como um campeonato presencial e sua estrutura se tornam fatores estressantes:

No começo estive muito nervoso por ser meu primeiro campeonato presencial, depois de alguns minutos de jogo fui me acalmando, mas conforme chegava o final e os gols iam saindo o nervosismo voltava a aumentar, acho que isso influenciou muito no resultado, talvez uma maior experiência pudesse ajudar.

Desta forma, observa-se que o todo o contexto de um campeonato presencial, tais como, a torcida, a presença física do adversário e toda a espetacularização da atividade, podem ser considerados como fontes de pressão. A narrativa do p17 também contribui para essa perspectiva:

Em relação a dificuldade do jogo, tenho maior facilidade da parte de controles e comandos, porém tenho uma certa dificuldade em encontrar as táticas e estratégias para me manter estável. Em relação ao desempenho, creio que a pressão que sinto em alguns jogos "maiores" desestabiliza minha forma de jogar e acaba me prejudicando.

Ao analisarmos a narrativa do p17, é possível identificar a pressão existente em jogos mais importantes, e como essa pressão desregula totalmente sua atuação e desempenho. Esses tipos de pressão também são evidenciados no estudo de Smith, Birch e Bright (2019), no qual o aspecto presencial se torna um fator estressante para os jogadores.

Outro tipo de demanda externa que requer adaptações dos jogadores de Esports, relaciona-se com os problemas técnicos e estruturais durante a partida. No relato do p21, é possível averiguar como esses problemas afetam a percepção de desempenho dos atletas: [...] “a dificuldade é alta e a competição é de alto nível, acredito que meu desempenho foi abaixo do esperado, mas principalmente por dificuldades em relação ao equipamento da competição”.

Em competições presenciais alguns problemas em relação a estrutura podem afetar os jogadores, como vemos na descrição do p26:

Meu desempenho acho q foi ok, mas acredito que posso melhorar muito, estou descobrindo meus pontos fracos, estudando o meu erro e sempre tentando evoluir, acredito que fui um pouco desfalcado por estar grudado no alto falante da arena e pedir para a organização abaixar o volume, que eu não estava ouvindo o jogo e nem meus companheiros de equipe e mesmo assim não ser atendido, Mas dei meu máximo e consegui ajudar meu time a mais essa vitória.

Apesar da conquista, fica perceptível como os problemas estruturais podem impactar no desempenho esportivo. Esse impacto também ocorre em modalidades tradicionais, como no caso de falhas mecânicas no ciclismo (JACKSON, 1995).

Assim, essas dificuldades e demandas não são exclusivas dos Esports, e estão presentes em qualquer nível de competição ou esporte. Ou seja, em grande parte dos momentos o maior número de situações estressoras está envolvido com as situações de jogo (DE ROSE JR, 2002).

Por fim, a categoria “Equilíbrio entre demandas e habilidades” retrata a maneira que a percepção do desempenho é influenciada por esses componentes. Na resposta do p3, vemos que a percepção do desempenho foi positiva em situações complicadas de jogo: “O jogo foi acirrado, mas meu desempenho foi bom”. De forma semelhante o p15 apresenta a seguinte fala: “O jogo foi complicado, mas consegui a vitória”.

Ambos relatos demonstram uma percepção de desempenho baseada na superação dos desafios presentes durante a partida. Assim, para que o indivíduo atinja o espectro da experiência de fluxo, a atividade necessariamente necessita ser desafiante (CSIKSZENTMIHALYI, 1990a).

A importância desse equilíbrio para o engajamento dos indivíduos em uma atividade também pode ser analisada no trecho obtido por meio das respostas do p29: “Quanto mais difícil o jogo, a vontade de desempenhar melhor, é maior. Se uma partida é fácil, não tenho muito ânimo para jogar”.

Nesse sentido, em outras vivências dos integrantes dessa categoria, compreende-se o equilíbrio entre as demandas e as habilidades em um nível mais profundo. Como exemplo é possível citar o p18:

Exige muita concentração, treino, estudo do jogo e do adversário, e manter a calma. Meu desempenho durante a minha partida foi bom, mas eu tenho noção que poderia ser melhor, cometi alguns erros, e fui punido por isso, mas de modo geral gostei do meu desempenho tanto mental por começar perdendo e ter que virar o jogo, quanto reflexos e noção de jogo.

Deste modo, o relato do p18 demonstra as exigências da partida e como sua percepção do desempenho foi positiva, especialmente em relação aos aspectos mentais. Além disso, o balanço entre essas duas equações, direcionam o indivíduo a obter um feedback da situação e controle sobre a atividade (CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

Esse controle da atividade e feedback, podem ser analisados nesse relato, como também na resposta do p19: “Consegui controlar e fazer ótimas jogadas, analisando posteriormente percebi apenas uma tomada de decisão errada que poderia ter sido relevante”. Assim, a capacidade de controlar as ações durante o jogo é um componente que acompanha a estabilidade entre demandas e habilidades (MASSIMI; CARLI, 1988).

Desta forma, a exploração do questionamento sobre as percepções entre demandas e habilidades, demonstra que o equilíbrio entre essa relação é importante para uma melhor experiência e desempenho (MONETA E CSIKSZENTMIHALYI, 1996).

5.4 Nível de concentração durante a partida

A criação desse tópico possui o intuito de compreender os níveis de concentração atingidos durante o jogo, além de analisar os aspectos que contribuíram para o alcance dessas situações. Para isso, utilizou a seguinte questão: Você conseguiu ficar concentrado no jogo ao ponto de fazer jogadas com espontaneidade?

Dessa maneira, a partir da análise das respostas, foi possível constituir três categorias: baixo grau de concentração, moderado grau de concentração, alto grau de concentração. As categorias foram compostas por 20%, 50%, 30%, respectivamente. Assim sendo, ao analisarmos a primeira categoria estabelecida, compreende-se os indivíduos que não atingiram ou mantiveram níveis ideais para alcançar um ótimo rendimento, visto que a concentração se constitui como um elemento fundamental para o rendimento esportivo (ORKICK E PARTINGTON 1988).

Nesse sentido, a narrativa do p13, demonstra a dificuldade vivenciada em relação aos processos de concentração, e as consequências na percepção do desempenho: Não, cometi diversos erros em “microplay” (jogo pessoal) e “macroplay” (tomada de decisões em geral).

Essa dificuldade em se concentrar é explanada pelo participante no seguinte trecho: “o ambiente ao meu redor não estava favorável e não foquei muito bem” [...]. Assim, vemos que nesse relato o jogador enfrenta dificuldades durante a partida que direcionam sua concentração em outras questões do ambiente. De acordo com Weinberg e Gould (2017), a concentração ideal no esporte ocorre quando o atleta é capaz de manter o foco nas situações relevantes do ambiente esportivo. Ou seja, o foco de atenção nesse caso, foi comprometido por fatores irrelevantes do jogo, tais como discussões entre as equipes.

Outro fator que pode afetar a concentração, consiste na projeção do foco para fatores internos, como o resultado da partida. O p16 relata essa questão: “Em alguns momentos consegui, mas sempre nos finais dos jogos eu tinha uma maior dificuldade para me concentrar”. Desta forma situações adversas podem aumentar as preocupações e dos atletas, fazendo com que sua concentração seja dispersada e o alcance da experiência de fluxo interrompida ou até mesmo comprometida (JACKSON, 1995). A narrativa do p17, contribui para esse

conceito: “Geralmente quando estou perdendo, não consigo jogar espontaneamente e mudo muitas vezes meu jeito de jogar”.

Dessa forma, esses relatos confirmam os apontamentos de Csikszentmihalyi (1990a), no qual a concentração é um dos componentes mais relacionados com o fluxo e ótimos rendimentos. Seguindo com as análises, a categoria “moderado grau de concentração”, corresponde aos participantes que relataram a importância da concentração, mas que não demonstraram atingir níveis elevados de concentração. Além dessa percepção, ao analisarmos os relatos dos integrantes dessa categoria, vemos que o treinamento e experiência foi um fator importante para estar e manter a concentração. O relato do p10 demonstra essa relação: “Sim. Como jogo a bastante tempo e a base e estratégias do mesmo não mudam tanto, o jogo acaba sendo mais fácil e as jogadas saem com espontaneidade”. Essa experiência também é descrita pelo p25 “Às vezes sim, a experiencia ajuda também”. Outra perspectiva está relacionada com a descrição do p6 que relata estar concentrado, mas preocupado com a vantagem adquirida pela equipe:

“Sim, alguns momentos arrisquei algumas jogadas que no próprio segundo julguei viáveis, mas, a maior parte do jogo joguei pensando previamente no que fazer para não arriscar a vantagem que o nosso time tinha adquirido em cima da outra equipe”.

Nesse sentido, o atleta não alcança um alto grau de concentração, devido as dificuldades da partida e ao direcionamento da concentração para outros fatores. O foco completo na tarefa não foi atingido, como vemos no relato do ex-tenista Pete Sampras ao sacar para a vitória em um torneio: “Não havia absolutamente nada passando em minha mente naquele momento” (WEINBERG; GOULD, 2017).

Os demais participantes direcionados para essa categoria também apontaram estar concentrados durante a partida, mas não de forma tão intensa, como iremos discutir na próxima categoria. Assim sendo, ao estabelecermos a categoria “alto grau de concentração”, foi possível agrupar os atletas que atingiram níveis elevados de concentração.

O relato do p11 contribui para a percepção de um alto grau de concentração e de um foco de atenção amplo:

Eu consegui me manter focado na partida vendo mapa, lane, objetivos, rotações inimigas e aliadas, em dar suporte ao adc, na melhor build para usar nessa partida, antes do jogo em escolher as runas que seriam melhores contra o time inimigo [...] Não tive nenhuma distração externa ao jogo que auxiliou no foco.

Desta forma, compreende-se no relato a seguir que o atleta foi capaz de direcionar sua atenção para as diversas situações importantes do jogo, até mesmo previamente a seu início. Essa amplitude no foco de atenção se torna essencial em esportes que possuem um ambiente que se altera rapidamente (WEINBERG; GOULD, 2017). Além disso, nenhuma situação externa afetou seu foco, sendo uma particularidade relevante para alcançar um ótimo rendimento.

Ainda em relação as situações externas, no relato do p18, vemos que o jogador foi capaz de manter sua concentração e foco, apesar da torcida e a presença física do adversário: “Consegui me concentrar bastante mesmo com a torcida perto, e de frente para meu adversário”. Desse modo, lidar com os aspectos externos como a torcida e o público, é um componente que faz parte desse novo contexto esportivo (THIEL; JOHN, 2018). A transposição da prática de Esports para o cenário presencial também traz grandes desafios aos jogadores, no qual o controle mental é bastante exigido, como vemos no relato do p27:

Sim, em campeonatos na internet não existe nenhum tipo de nervosismo quando tem uma partida, já em campeonatos presenciais sempre tem uma certa trava, e quando eu me livro disso consigo ficar solto assim como se estivesse em casa, sempre acontece nos primeiros rounds.

Ou seja, os estados emocionais aflorados no cenário competitivo eletrônico, são semelhantes ao cenário tradicional, em que estratégias e treinamentos de habilidades psicológicas são essenciais para o rendimento esportivo (LAVOURA, ZANETTI, MACHADO, 2008).

Algumas estratégias para melhorar a concentração e controlar as emoções durante o jogo, também podem ser evidenciadas nessa categoria. O p19 descreve a seguinte situação:

Sim, apesar de estar muito nervoso antes da partida, consegui me acalmar treinando rapidamente com um amigo. Alguns momentos antes do início da partida, fiquei me concentrando e revendo todos os cenários de turnos iniciais e Mulligans que eu poderia fazer. Direcionando o plano de jogo de acordo com a mão inicial.

Nesse trecho, percebe-se que o atleta realiza uma rotina previa a competição para se concentrar, além de estabelecer um plano de ação para a partida. O estabelecimento de estratégias e rotinas pré-competitivas, são utilizadas em esportes tradicionais (BALAGUE, 2000) e recentemente alguns modelos de intervenção e treinamento mental, estão sendo estabelecidos para o contexto dos Esports (COLLINS, 2017).

Outro fator que pode influenciar na concentração do jogador é a importância e motivação que o mesmo dedica aquela atividade. Como exemplo podemos citar o relato do p26: Concentrado acredito que sim, pois quando fazemos coisas que amamos, conseguimos fazer com vontade e super focado”. Como retratado anteriormente, o valor subjetivo parece influenciar as percepções acerca das tomadas de decisões e engajamento, algo pouco explorada na teoria de fluxo (KAWABATA; MALLETT, 2016).

Desta forma, por meio desses relatos a concentração demonstra ser um ponto chave, no qual processos internos e externos podem afetá-la, e consequentemente como pode-se observar nos resultados, influenciar diretamente no fluxo.

5.5 Foco no presente e ausência de autoconsciência

Esse tópico possui o propósito de analisar o grau de imersão dos participantes em relação a partida disputada. Para isso, foi desenvolvido o seguinte questionamento: Durante a partida você ficou pensando em você e no contexto ao seu redor? Assim, pode-se elaborar duas categorias: imersos no jogo e autoconscientes no jogo. As categorias foram compostas por 63% e 27% dos participantes, nessa ordem.

Nessa perspectiva, ao explorarmos os conteúdos da categoria “imersos no jogo”, foi possível averiguar que grande parte dos participantes não se

preocuparam consigo mesmo. No entanto, apenas alguns integrantes alcançaram um estado imersivo profundo, ao ponto de se fundir com a atividade.

No discurso do p18 é possível analisar essa falta de preocupação e imersão: “O pensamento durante as partidas era exclusivamente para a partida, nada além disso”. De forma a contribuir com esse apontamento, os relatos dos p24 e p30, também demonstram esse foco direcionado para o jogo: “Nao, apenas foquei no jogo” (p24). “Cabeça focada apenas no in game” (p30). Nesse sentido, os jogadores foram capazes de imergir com a atividade e esquecer os acontecimentos ao redor (JACKSON, 1996).

Para melhor exemplificar o esquecimento do meio externo, eventualmente podemos utilizar um trecho exposto pelo p6: “Esqueci completamente o ambiente em que estava, pois estava focado no jogo, não olhei para o celular nem algo do gênero, estava simplesmente jogando o jogo”. No entanto, a unificação com a atividade pode ser vista em outros participantes com maior profundidade. Como exemplo, podemos citar o p27: “Não, sempre que eu estou jogando uma partida, é como se o ambiente ao redor ficasse escuro, e o único ponto q eu me concentro é no meu monitor e no jogo que a gente precisa vencer”. Essa percepção de distanciamento do mundo a fora e da consciência também é bem ressaltado no discurso do p9: [...] é como estivesse em uma cápsula, não vejo nada ao meu redor, o tempo voa, os 40 minutos de partida, quando terminam, parece que foram apenas 4 [...]. Além desses indivíduos, o p29 retrata uma ausência de consciência ao responder: “Provavelmente não conscientemente”.

Desta forma, ambos participantes se fundem ao jogo e seus equipamentos, semelhante a experiência de um alpinista ao se sentir fundido com a montanha (KAMEI, 2010). Essa total imersão também é percebida em atletas de ciclismo e automobilismo, no qual a máquina se funde ao corpo (CSIKSZENTMIHALYI, 2014).

Assim sendo, observa-se que a redução da autoconsciência durante a atividade, parece ocorrer somente nos níveis mais elevados de imersão. Esse fato talvez ocorra devido as diversas demandas durante o jogo, no qual o atleta necessita estar focado e muitas vezes expostos a diversos níveis atencionais (CHAVEZ, 2008). Além disso, a percepção do “eu”, pode variar conforme as

modalidades esportivas tradicionais (STRAVOU et al., 2007). Nesse sentido, percebe-se que para os Esports essa variação também ocorre.

Por conseguinte, a categoria “autoconscientes no jogo” retrata as experiências de participantes que enfrentaram situações que interveem no acesso ao inconsciente e a imersão durante a atividade. Como vemos no relato do p26:

Acho que esse tipo de pensamento é inevitável, mas manter o foco é muito importante, não pensar que você está jogando com centenas de pessoas me assistindo, colocar na cabeça que era só você ali e faz o que você praticou.

Nesse trecho é possível observar com os componentes competitivos, tais como a torcida, exercem uma pressão nos jogadores. Assim, em determinadas situações, os atletas acabam dividindo sua consciência e atenção. O discurso do p25, exemplifica essa dualidade: “Sim, acabo tendo que dividir a visão em dois lados, mas foco no jogo”. Para melhor ilustrar a forma como o contexto ao redor pode impedir uma maior imersão, o trecho a seguir do p21 auxilia nesse processo: “Durante a partida eu me via em uma grande competição principalmente por estar com meu time próximo de mim, poder gritar e ouvir o meu time e os outros times ao meu redor”.

Desta forma, compreende-se que a ausência de autoconsciência é um componente da experiência de fluxo que depende muito dos fatores atencionais e das condições internas e externas da tarefa. Isto é, para que os indivíduos atinjam esse estado, se faz necessário um nível de concentração em que todos recursos cognitivos estejam diminuídos, para assim, reduzirmos nosso consciente (CHAVEZ, 2008).

5.6 Objetivos claros, feedback imediato e controle sobre as ações

Esse item possui como intuito analisar esses dois fatores condicionantes da experiência de fluxo (objetivos claros e feedback imediato), e como a percepção de controle surge através dessa associação. Desta forma, foi possível criar duas categorias: controle sobre os objetivos e ações e descontrole

sobre os objetivos e ações. Os integrantes de cada grupo correspondem a 79% e 21%.

De acordo com Csikszentmihalyi (1992), o envolvimento na tarefa e seu sucesso dependem da noção estabelecimentos de metas claras e do feedback preciso assim, a primeira categoria busca dissecar como esses componentes são positivamente alcançados durante a experiência dos participantes. Nesse sentido, a experiência do p11, demonstra a importância da noção em relação aos objetivos secundários, para alcançar o objetivo primário que seria vencer a partida:

Sim os objetivos são muito importantes no LOL, assim para fazer cada um deles é preciso tomar atitudes antes. Nesse jogo tive noção de quais momentos eram mais propícios para realizarmos os objetivos menores para termos vantagem para realizarmos o objetivo maior que é destruir o nexus. Nessa partida o objetivo maior não foi destruído pois a equipe inimiga se rendeu aos 21 minutos de partida devido ao meu time estar mais forte e ter quase todos os objetivos menores.

Dessa forma, compreende-se que o jogador e a equipe tinham como metas as etapas necessárias para alcançar a vitória, sendo que em nenhum momento o objetivo principal foi focado de forma excessiva. A narrativa do p6 também contribui para esse raciocínio: “Sim, nos objetivos principais exerci minhas funções corretamente, fator que foi crucial para a realização de dois grandes objetivos no jogo”.

Este fator é muito importante para que o indivíduo alcance um ótimo rendimento e consiga manter o fluxo, visto que somente metas estabelecidas para a concretização do desafio podem desfocar a capacidade do jogador de reagir frente as demandas do adversário e modalidade (KAMEI, 2010).

Além disso, o feedback imediato e controle das ações também pode ser analisado nesse relato, especialmente em relação a leitura dos momentos oportunos para a ação. De acordo com Snyder e Lopez (2007), o controle sobre as ações consiste na capacidade de controlar suas próprias ações e lidar com as situações futuras de forma precisa.

O diálogo do p18 também descreve essa relação: “assim que as cartas são usadas na partida, reconheço o deck do oponente e penso no que eu devo

fazer e não fazer para sair com a vitória”. Através desse trecho, vemos que o atleta analisa seus objetivos e as possíveis ações do adversário para elaborar suas jogadas.

Outra questão relatada pelos participantes, relaciona-se com o treinamento e a experiência no jogo, e como esses fatores podem contribuir para uma maior percepção de controle das ações e objetivos. O discurso dos p19, exemplifica essa questão: “Sim, o treinamento, as partidas anteriores e o bate papo com outros jogadores me ajudou a ficar bem norteado de como alcançar a vitória”.

Colaborando com esse discurso, o p21 relata como a experiência em competições influencia na sua percepção sobre os objetivos e o desempenho: “Sim, acredito que por ser experiente em competições não tive dificuldades e/ou ansiedades que me impediriam de performar em alto nível”. A experiência esportiva e competitiva, são fatores podem contribuir para uma melhor e maior experiência de fluxo (JACKSON, 1995).

Nessa perspectiva, constata-se que os demais integrantes da categoria, relatam experiências semelhantes, em que apenas o p27 relata a experiência de uma percepção inconsciente sobre os objetivos da partida e as ações para alcançá-los. Essa percepção inconsciente pode estar relacionada com níveis maiores de performance e da experiência de fluxo (Stravou et al., 2007).

Deste modo, por meio do treinamento psicológico, é possível construir um alicerce de conhecimentos, técnicas e melhorias, visando alcançar e manter o desempenho nos esportes tradicionais e eletrônicos (WEINBERG; GOULD, 2017; HIMMELSTEIN; LIU; SHAPIRO, 2017). Essa concepção é importante devido a crença de que a experiência de fluxo é um estado no qual não se tem controle e não se consegue reproduzir (CHAVEZ, 2008).

Assim, prosseguindo com as análises, também se faz necessário entender os fatores que dificultam a noção em relação aos objetivos e o sentimento de controle na tarefa. Dessa forma, os integrantes da categoria “descontrole sobre os objetivos e ações”, apresentam situações em que a percepção do controle sobre as metas e ações necessárias para atingi-las, é desequilibrada. Para abordar essas situações, podemos descrever o relato do p7: “Não, como estava numa situação complicado e meus parceiro não conseguiam jogar bem, não consegui escolher as melhores jogadas”.

Nesse trecho é possível observar como uma situação adversa, inclusive para os outros integrantes da equipe, pode comprometer a noção de quais objetivos buscar e decisões a serem tomadas. Outro exemplo de situação adversa que influencia nessa percepção, consiste no placar desfavorável, como vemos no relato do p17 a seguir: “Depende muito de como estou na partida, muitas vezes a derrota me leva a um desespero”.

Esses comprometimentos são descritos por Jackson (1995), como influências negativas ambientais e situais, as quais são responsáveis por grande parte dos rompimentos das experiências de fluxo.

As dificuldades em relação ao nível do desafio, também são expostas por alguns participantes, como vemos no relato do p16 e 14. “Em boa parte da partida sim, mas sempre volto a ter aquele problema de nós finais ocorrer uma desconcentração (p16). “Não a todo momento, tive incertezas que influenciaram bastante no resultado”. (p14). Dessa forma, compreender quais fatores impulsionam ou retraem a experiência, pode ser um passo para a melhora e manutenção do desempenho esportivo, no qual se faz necessário a avaliação de cada indivíduo e as respectivas características de sua modalidade (JACKSON, 1992; SWANN et al., 2015).

5.7 Percepção temporal

Para compreender as variações na percepção do tempo, foi perguntado aos participantes como eles perceberam o tempo durante a partida, e se passou de forma mais rápida, devagar ou normal. Ao entrar em fluxo a percepção em relação ao tempo tende comumente a se distorcer de forma mais veloz (CSIKSZENTMIHALYI, 1992). Desta forma, para analisarmos as percepções dos participantes da pesquisa e as possíveis distorções temporais, foram criadas quatro categorias: mais rápido, múltiplas distorções, normal e devagar. Os integrantes de cada categoria correspondem a 70%, 10%, 3%, 17% da amostra, respectivamente.

Em relação a categoria “mais rápido”, foi possível averiguar que a aceleração do tempo foi o formato de distorção mais relatado entre todos os participantes da pesquisa. Essa percepção acelerada está relacionada com

níveis elevados de atenção direcionadas para a atividade (CSIKSZENTMIHALYI, 1990).

Além disso, o jogo por natureza já possui a capacidade de transpor as noções de espaço e tempo no cotidiano, para seu tempo particular (CAILLOIS, 1990). Isto é, os videogames possuem uma gama de regras e estruturas que facilitam essa imersão e consequentemente, percepção distorcida do tempo. Ao analisarmos os relatos, é possível compreender como a percepção dos jogadores sobre o tempo, acaba se modificando durante o jogo. O relato do p6 evidencia esse acontecimento: “O tempo costuma passar muito mais rápido durante o jogo, talvez pelo fato de estar mais concentrado no que estou fazendo e menos ao meu redor”.

Assim, nesse trecho vemos que o participante foi capaz de direcionar seu foco para as questões do jogo, fator que pode facilitar a experiência de fluxo (SWAN et., 2012). Corroborando com esse relato, podemos citar o discurso do p17: “O tempo passou muito rápido por estar bem focado no jogo”. E também o discurso do p26: “passou muito rápido, parecia que em 5 minutos acabou”.

A distorção do tempo promove um “esquecimento” de situações que antecedem a ação, como vemos no relato do p27: “[...] acho que devido a concentração o tempo acaba passando mais rápido e eu tenho pouquíssimas lembranças do que aconteceu fora do server”. Essa sensação também é relatada em outras modalidades esportivas, como a natação. No estudo de Chavez (2008), podemos ver o relato de uma atleta de natação:

“[...] não me lembro de nada que aconteceu no meio, como alongar, subir no bloco e mergulhar. Foi como se nada tivesse ocorrido nesse tempo, depois que sai, percebi, uau, isso foi muito rápido, como se eu estivesse lá, mas não estava”.

Desse modo, todos os integrantes dessa categoria descreveram uma percepção mais acelerada do tempo, em que alguns sentiram essas alterações com maior profundidade que os demais. Assim, dando sequência nas análises das demais categorias, criou-se uma categoria denominada “múltiplas distorções”. Essa categoria foi construída com o intuito de apontar as experiências, nas quais os participantes perceberam variadas distorções no

tempo durante a partida. Como vemos o relato do p28: “Quando eu estava ganhando, demorou. Quando eu estava perdendo, passou muito rápido”.

Isto é, o trecho demonstra que as situações do jogo, favoráveis ou não, afetam sua percepção de tempo, vinculadas com o objetivo maior, vencer a partida. Essa relação também pode ser percebida com o relato do p4: “Enquanto eu não consegui fazer o gol, o tempo passava muito rápido, após o gol sair, eu senti o tempo passando normalmente, e no final do jogo, com pouca vantagem no placar, mais o tempo demorava para passar”.

Assim, compreende-se que apesar dessas variações na percepção do tempo, os participantes se referem ao tempo estado do jogo, e não o tempo convencional. Assim sendo, essa categoria corrobora com apontamentos encontrados em análises realizados por Csikszentmihalyi (1992), no qual a percepção do tempo não possui relação com a sua passagem e com as medidas convencionais feitas por relógios. Isto é, durante os jogos e atividades esportivas, o tempo se constitui no formato da ação, variando conforme as características do jogo, situações e indivíduo.

Essa percepção também pode ser vista em outras modalidades, como no relato de um bailarino citado anteriormente nesse estudo, o qual realiza um movimento difícil que demora segundos, mas sua percepção do tempo se prolonga, como se fosse minuto. Após terminar a atividade, sua percepção do tempo convencional também é distorcida, em que horas de dança passam em minutos (CSIKSZENTMIHALYI, 1990).

O prolongamento do tempo relaciona-se com a criação da categoria “devagar”. Para contribuir com essa sensação, o p29 e único integrante da categoria, teve a experiência de retardamento do tempo, como vemos no trecho a seguir: “O tempo passou mais devagar”. Apesar do jogador não explorar essa percepção com maiores detalhes, compreende-se que em algumas modalidades e situações, os atletas são capazes de visualizar a passagem do tempo mais devagar e até mesmo em “câmera lenta”. Um relato de um jogador de futebol americano colabora com esse pensamento:

“[...] Às vezes, por exemplo, o tempo parece correr estranhamente devagar, como se tudo se movesse em câmera lenta. Parece que eu tenho todo o tempo do mundo para observar os *receivers* correndo dentro da jogada ensaiada,

embora saiba que a linha defensiva está se aproximando na velocidade de sempre [...]” (LEONARD, 1999, p. 43-44).

Por fim, a última categoria consiste na percepção “normal” do tempo. Ou seja, os participantes que integram esse grupo, não apontaram sensações de distorção do tempo durante a prática do jogo. Como exemplo podemos citar o relato do p20: “O tempo passou normal, exatamente como é previsto nos jogos”. De forma semelhante, a percepção de ausência de autoconsciência, a percepção de distorção do tempo, também é registrada em níveis mais elevados de experiência. Um estudo de Chavez (2008), com atletas universitários, evidenciou que a distorção do tempo foi um dos componentes da experiência de fluxo menos relatados pelos atletas. Dessa maneira, não alcançar uma experiência profunda durante as partidas, pode ser uma explicação para esse tipo de percepção.

5.8 Percepção sobre a experiência da partida

Com o intuito de analisar a percepção da experiência do jogador após a partida e como ele se sentiu, utilizou-se a questão: Descreva como você se sentiu após o jogo. Os níveis mais elevados da experiência de fluxo, proporcionam sensações positivas e gratificantes (CSIKSZENTMIHALYI, 1999). Nesse sentido, foi possível elaborar quatro categorias que abordam esse espectro: satisfação e prazer, alívio, Insatisfação e frustração e indiferença. Os integrantes dessas categorias correspondem a 47%, 17%, 33% e 3% da amostra, respectivamente.

Assim sendo, a categoria “satisfação e prazer” visou agrupar os relatos de atletas que vivenciaram sensações positivas após o término da partida. Nesse agrupamento, podemos observar percepções positivas em diversos níveis, desde a gratificação, até a sensação de euforia. A análise dos relatos dos p1, p3, p5, p8 e p22, revela que os jogadores se sentiram satisfeitos e felizes com seus desempenhos. O relato do p6 demonstra uma satisfação com desempenho do jogo, entretanto, acredita que poderia ter tido um rendimento mais elevado:

“Satisfeito com o meu desempenho, mas ainda longe do que eu queria apresentar na partida, houve momentos que vi que poderia ter sido muito mais impactante, no entanto, minhas reações não foram boas o suficiente”.

De forma distinta, o p19, demonstra um sentimento de realização, de superação de um desafio: “Sentimento de Missão cumprida, tudo que foi treinado e jogado foi recompensado. Principalmente por estar usado o mesmo deck há 3 meses”. Colaborando com o p19, o discurso do p25 também é direcionado para esse sentimento: “Felicidade, de dever cumprido, todo o esforço foi alcançado”.

Esse sentimento de realização também pode ser observado na narrativa do p26: “Me senti realizado, na hora de receber o troféu, perceber que todo o esforço valeu a pena, ver tantas mensagens recebidas nas redes sociais, parabenizando, compartilhando imagens do jogo, sensação incrível”.

Desta forma, a experiência desses três participantes demonstra ser positiva, principalmente pela vitória em uma competição. Assim, apesar da vitória na competição ser um fator motivador externo, percebe-se que a gratificação da atividade também está relacionada com o prazer em desempenhar um ótimo papel, controlar a situação, isto é, recompensadora por si mesma (KAMEI, 2010).

A teoria de fluxo consiste na percepção autotélica da atividade, no qual temos o fim nela mesma. No entanto, aspectos externos (troféus, títulos, dinheiro) podem influenciar o engajamento dos indivíduos. Nessa concepção, a recompensa externa pode ser um problema, mas quando ela se merge com os aspectos internos, a atividade se torna em grande parte autotélica (CSIKSZENTMIHALYI, 1992).

Ao analisarmos os relatos mais profundos, observa-se que estes possuem correlações com as percepções de experiências profundas de fluxo em outras modalidades, como aponta Seifert e Hedderson (2010). Nesse caso, skatistas ao atingirem estados elevados de fluxo, sentiam após a atividade uma intensa euforia e prazer. Colaborando com isso, temos o relato do p29: “Euforia, êxtase e felicidade”.

Entretanto, os relatos da categoria “alívio”, apesar de positivos em relação ao desempenho, não apresentam esses sentimentos elevados. Na

perspectiva desses participantes, a experiência da partida proporcionou a sensação de alívio, como vemos no relato do p18:

sensação de alívio e de dever cumprido, pois por já ter ganhado um campeonato de grande expressão anteriormente e ser bastante respeitado por meus oponentes antes dos jogos, eu me via meio que na obrigação de ganhar [...].

Desta forma, compreende-se que as pressões do jogo, tais como, a importância da partida, as vitórias em outras competições importantes, direcionam a percepção do jogador para a sensação de alívio após vencer esse desafio. Para contribuir com esse diálogo, o relato do p27 também expõe uma percepção semelhante: “Aliviado, é nesse momento que a gente percebe que todo o esforço valeu a pena. Apesar de ser contra intuitivo, o momento que eu mais aprecio não é a o momento da vitória, mas sim os pequenos picos de adrenalina que ocorrem durante o jogo”.

Assim, percebe-se que a sensação de alívio decorre de um certo esforço após a partida. Além disso, fica evidente que as situações do jogo e suas consequências, são mais importantes que a conquista e recompensas externas.

Deste modo, podemos caminhar para duas perspectivas. A primeira consiste na compreensão de que as sensações mais afloradas (êxtase, euforia) estejam mais relacionados com uma experiência de fluxo profunda (CSIKSZENTMIHALYI, 1990). Ao ponto de que, a sensação de alívio e satisfação estão compreendidas em outras intensidades de fluxo, visto que, as maiores experiências de fluxo ocorrem de forma passiva, sem esforço, automáticas, isto é o indivíduo “deixa acontecer” (SWAN et al., 2016).

A segunda perspectiva, consiste no conceito de que os jogadores que se sentiram aliviados, não alcançaram o estado de fluxo, mas um estado de “desempenho sobre pressão”. Essa experiência corresponde aos momentos em que um atleta está ciente de que está realizando uma situação desafiadora, se preocupa com o resultado, e possui a capacidade de sofrer o estresse com decorrente da situação e obter sucesso, especialmente devido a suas habilidades (SWAN et., 2016). Nessa situação o indivíduo “faz acontecer”.

Assim, essas experiências compartilham de aspectos semelhantes, tais como, sensação de controle, absorção do “eu”, confiança, entretanto, a maior

diferença, consiste na maior ativação, esforço e consciência da situação perante ao “desempenho sobre pressão” (SWAN et al., 2017).

No outro lado das experiências, situam-se os participantes que abordaram vivências negativas com desempenho e o resultado da partida, originando a categoria “frustração e indiferença”. Como exemplo podemos citar o p9 que demonstra o sentimento de frustração após todo esforço durante a partida: “Completamente frustrado, após perder todo esforço, concentração, dedicação e vontade se esvaem, sinto raiva, ódio, as vezes muito estressado” [...].

A partir desse relato é possível compreender que o sentimento de frustração está relacionado com o resultado do jogo, especialmente devido as adversidades da equipe. No relato do p13, vemos que alguns pontos negativos provenientes dos desafios da competição, são fontes capazes de gerar estresse para os jogadores: “O jogo foi um pouco estressante, todos do time estavam tomando decisões erradas e digitando/reclamando no chat”. Esses relatos confirmar os apontamentos realizados por Jackson (1995), no qual essas situações são fatores que interrompem e dificultam a experiência de fluxo.

Outros relatos de frustração e insatisfação, relacionam-se com os aspectos do equilíbrio entre o desafio da partida e as habilidades do atleta. Como exemplo é possível citar o relato do p17: “Me senti frustrado por deixar o adversário fazer as jogadas preferidas dele e jogar mal também, não fui fiel ao meu estilo de jogo e me senti chateado por isso” [...]. De forma semelhante ao p16 descreve a seguinte percepção: “Fiquei chateado, pois senti que podia ter um resultado melhor, mas uma parte ficou feliz de pelo menos ter dado trabalho” [...].

Dessa forma, buscando compreender essas duas experiências, é possível conceituar que em situações as quais o desafio supera as habilidades do atleta, os níveis de ansiedade se elevam (CSIKSZENTMIHALYI, 1990). Níveis mais elevados de ansiedade geram sentimentos característicos, como nervosismo, apreensão e preocupação (WEINBERG; GOULD, 2017). Assim, os relatos dos participantes acima demonstram essa relação entre o desequilíbrio dos desafios e habilidades, e o descontrole durante a partida.

Outro ponto abordado consiste na última categoria “indiferença”. A apatia experienciada após a partida pode ser analisado no relato do p10: “Me senti

indiferente. Já me acostumei com a derrota/vitória, não esboço muita reação e apenas vou para o próximo jogo”. Esse relato demonstra as correlações entre o valor subjetivo da tarefa e a experiência percebida, isto é, quanto menor a importância menos profunda tende ser a experiência (KELLER; LANDHÄUßER, 2012).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dos resultados obtidos, foi possível dimensionar o contexto dos Esports e como a competitividade configura esse ambiente e a comunidade. Configuração que atinge até mesmo o meio universitário, no qual a competição consiste no principal fator motivacional da população investigada nessa pesquisa. Esse dado confirma uma tendência mundial, em que organizações universitárias de Esports encontram-se em expansão, juntamente com a elevação dos níveis competitivos.

Em relação aos aspectos da teoria de fluxo, primeiramente, o estudo almejou analisar o impacto do valor subjetivo que o indivíduo possui em relação a atividade ou tarefa a ser realizada. Apesar da quantidade de participantes na pesquisa, a importância que os jogadores apontam em referência a partida, podem influenciar a percepção e intensidade que os jogadores experienciam o jogo. Assim, mais aspectos subjetivos podem ser correlacionados com a qualidade da experiência de fluxo, além do equilíbrio entre desafios e habilidades.

Em sequência com as questões referente a experiência de fluxo, a pesquisa demonstra que esse tipo de experiência pode ser alcançado nos Esports, no qual os elementos condicionantes e resultantes são expostos pelos jogadores de forma semelhante aos esportes tradicionais. A relação entre demandas da atividade e habilidades do indivíduo, demonstra ser um fator regulador da experiência dos atletas, igualmente em outras atividades e esportes. Ou seja, o equilíbrio entre esses dois fatores é de extrema importância para a percepção dos atletas, especialmente no aspecto do desempenho.

Além disso, a clareza sobre os objetivos e os níveis de concentração, demonstraram ser aspectos fundamentais para a percepção de um ótimo desempenho. Esse apontamento vai de encontro com a experiência de fluxo e com as habilidades psicológicas necessárias para um desempenho esportivo bem-sucedido, fundamentadas por Martin (2001). Ao atingir esses componentes os praticantes de Esports imergem com os componentes eletrônicos e virtuais do jogo. Essa convergência também vai de encontro com os relatos apontados por atletas de esportes tradicionais. Outra característica do fluxo presente nas amostras é a distorção tempo, provocada pela concentração e imersão no jogo.

O estudo também contribui com a análise dos fatores que podem interromper a experiência de fluxo e contribuir para uma percepção de desempenho negativa. Isto é, a partir dos resultados, foi possível compreender que os desafios e pressões vividas durante a competição em Esports, são encarados como fontes estressoras. Esse enquadramento, vai de encontro com a literatura presente em relação aos esportes tradicionais (ARONI, 2016), e também no contexto profissional de Esports (SMITH; BIRCH; BRIGHT, 2019).

Nesse sentido, a análise da experiência de fluxo constitui-se, como uma ferramenta funcional para compreender os fatores positivos envolvidos no desempenho esportivo, mas também como fatores negativos que dificultam o alcance de uma ótima experiência. Com relação aos fatores negativos, foi possível ressaltar a necessidade dos jogadores em estabelecer estratégias de enfrentamento diante dessas demandas, principalmente as fontes externas do ambiente (torcida, palco, adversário). A presença do adversário surge como uma demanda particular dos Esports, devido ao fato de que grande parte das práticas e treinos ocorre de forma isolada nas *gaming houses* e *gaming offices*.

Dessa forma, por meio da análise das experiências, foi possível compreender que intervenções psicológicas podem beneficiar o trabalho dos *pro players*, no sentido de auxiliar na construção de estratégias e habilidades mentais para a melhora e manutenção do rendimento esportivo, na tangente que vai além dos fatores negativos, mas também na reprodução das condições positivas. Nessa perspectiva, estratégias de mentalização, auto fala, estabelecimento de metas, entre outras, podem ser incorporadas nas intervenções. Essas considerações corroboram com os estudos de (HIMMELSTEIN; LIU; SHAPIRO, 2017; COTTRELL; MCMILLEN; HARRIS, 2018; LENORGANT, 2019).

Assim sendo, a pesquisa demonstrou ser capaz de abranger a experiência dos jogadores de Esports, e como estado de fluxo é percebido nesse contexto. Como limitações da pesquisa, podemos apontar que a amostra foi composta exclusivamente por participantes do sexo masculino. Nesse sentido, necessita-se de pesquisas que abordem jogadores do sexo feminino e as dificuldades enfrentadas nesse contexto competitivo. Em relação ao questionário, verifica-se que a inserção de uma escala do tipo likert nas perguntas, possa contribuir para uma melhor análise das experiências dos

jogadores. Além disso, a distinção por modalidades e gênero de jogos pode ser um fator que contribua na melhor compreensão da vivência.

Por fim, os Esports constituem-se como uma nova área esportiva, em que apesar dos pré-conceitos e dificuldades da área, essa pesquisa evidencia sua proximidade com o contexto esportivo encontrado nos esportes tradicionais. Uma abordagem multidisciplinar deve ser considerada na organização das equipes de Esports, no qual a psicologia do esporte possui um papel importante nessa relação. Nessa perspectiva, novos trabalhos necessitam ser fomentados para uma melhor compreensão das urgências vividas pelos atletas e todos os integrantes dessa comunidade.

7. REFERÊNCIAS

BAKKER, A. B. Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. **Journal of Vocational Behavior**, Orlando, v. 66, n. 1, p.26-44, 2005.

BELCHIOR, A. C. **Sujeito de sorte**. Rio de Janeiro: PolyGram: 1976.

BAKKER, A. B.; OERLEMANS, W.; DEMEROUTI, E.; SLOT, B. B.; ALI, D. K. Flow and performance: A study among talented Dutch soccer players. **Psychology Of Sport And Exercise**, Amsterdã, v. 12, n. 4, p.442-450, 2011.

Balague, G. Periodization of psychological skills training. **Journal of Science and Medicine in Sport**, Belconnen, v. 3, n. 3, p. 230-237, 2000.

BÁNYAI, F.; GRIFFITHS, M. D.; KIRÁLY, O.; DEMETROVICS, Z. The Psychology of Esports: A Systematic Literature Review. **Journal of Gambling Studies**, New York, v. 35, n. 2, p.351-365, jun. 2018.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016. 223 p.

BAULKMAN, J. **Depression would be better treated with mental exercises instead of drugs, study finds**. 2018. Disponível em: <<https://www.dailymail.co.uk/health/article-5473237/Depression-better-treated-mental-exercises-drugs.html>>. Acesso em: 25 ago. 2019.

BEAN, A.; VAN ROOIJ, A. J.; NIELSEN, R. K. L.; FERGUSON, C. J. Video game addiction: The push to pathologize video games. **Professional Psychology: Research And Practice**, Arlington, v. 48, n. 5, p.378-389, 2017.

BETTI, M. A **Janela de Vidro**: esporte, televisão e educação física. Campinas: Papirus, 1998.

BRANDÃO, R. P.; BITTENCOURT, M. I. G. de F.; VILHENA, J de. A mágica do jogo e o potencial do brincar. **Mal-estar e Subjetividade**, Fortaleza, v., n. 3, p.835-863, 2010.

CAILLOIS, R. **Os jogos e os homens**: a máscara e a vertigem. Lisboa, Ensaio, 1990.

CHEN, J. Flow in games (and Everything Else). **Communications Of The Acm**, New York, v. 50, n. 4, p.31-34, 2007.

Cheung, G; Huang, J. Starcraft from the stands: understanding the game spectator. **Conference on Human Factors in Computing Systems**, 2011, Vancouver, CHI 2006, proceedings, 763-772, Disponível em: <https://jeffhuang.com/Final_StarcraftSpectator_CHI11.pdf> Acesso em: 02 set. 2019.

COLLINS, T. J. **Psychological Skills Training Manual For Esports Athletes**. 2017. 68 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Education In Human Movement Sport And Leisure Studies, Bowling Green State University, Bowling Green, 2017.

COTTRELL, C.; MCMILLEN, N.; HARRIS, B. S. Sport psychology in a virtual world: Considerations for practitioners working in Esports. **Journal Of Sport Psychology In Action**, Philadelphia, v. 10, n. 2, p.73-81, 2018.

COUTINHO, B. **Clash royale**: brasileiro disputará etapa final do mundial red bull m.e.o. 2019. Disponível em: <<https://vs.com.br/artigo/clash-royale-brasileiro-disputara-etapa-final-do-mundial-red-bull-meo>>. Acesso em: 10 ago. 2019

CSIKSZENTMIHALYI, M. **Flow**: The Psychology of Optimal Experience. New York: Harper And Roll, 1990. 303 p.

CSIKSZENTMIHALYI, M. **A psicologia da felicidade**. São Paulo: Saraiva. 1992.

CSIKSZENTMIHALYI, M. **A descoberta do flow**: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana. São Paulo: Rocco, 1999.

CSIKSZENTMIHALYI, M. o estado de Flow. Entrevista cedida a **Ted Talks**. Fev. 2004. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=fXleFJCqsPs&t=24s>. Acesso em: 03 ago. 2019.

CSIKSZENTMIHALYI, M. **Flow and the Foundations of Positive Psychology**. New York: Springer, 2014. 297 p.

DEMEROUTI, E. Job Characteristics, Flow, and Performance: The Moderating Role of Conscientiousness. **Journal Of Occupational Health Psychology**, Washington, v. 11, n. 3, p.266-280, 2006.

DIFRANCISCO-DONOGHUE, J.; BALENTINE, J.; SCHMIDT, G.; ZWIBEL, H. Managing the health of the eSport athlete: an integrated health management model. **Bmj Open Sport & Exercise Medicine**, Loughborough, v. 5, n. 1, p.1-6, 2019.

EKDAHL, D.; RAVN, S. Embodied involvement in virtuals worlds: the case of Esports practitioners. **Sport, Ethics And Philosophy**, Londres, v. 13, n. 2, p.132-144, 2019.

FANG, X.; ZHANG, J.; CHAN, S. S. Development of an Instrument for Studying Flow in Computer Game Play. **International Journal Of Human-computer Interaction**, Londres, v. 29, n. 7, p.456-470, 2013.

FERGUSON, C. J. The Good, The Bad and the Ugly: A Meta-analytic Review of Positive and Negative Effects of Violent Video Games. **Psychiatric Quarterly**, New York, v. 78, n. 4, p.309-316, 2007.

FREEMAN, G.; WOHN, G. Y. Esports as An Emerging Research Context at CHI: Diverse Perspectives on Definitions. Proceedings of the 2017 CHI

Conference Extended Abstracts on Human Factors in Computing Systems. Denver, Colorado, USA. Maio, 6-11, 2017, p. 1601-1608.

HAGUI, L. **FREE FIRE É O JOGO MAIS POPULAR DO BRASIL, DIZ PESQUISA**. 2019. Disponível em: <<https://vs.com.br/artigo/free-fire-e-o-jogo-mais-popular-do-brasil-diz-pesquisa>>. Acesso em: 10 dez. 2019.

HAGUI, L. **FALKOL FAZ PARCERIA COM TIME UNIVERSITÁRIO UFABC STORM**. 2019. Disponível em: <<https://vs.com.br/artigo/falkol-faz-parceria-com-time-universitario-ufabc-storm>>. Acesso em: 15 dez. 2019.

HALLMANN, K.; GIEL, T. Esports – Competitive sports or recreational activity? **Sport Management Review**, Amsterdã, v. 21, n. 1, p.14-20, fev. 2018.

HAMARI, J.; SJÖBLOM, M. What is Esports and why do people watch it? **Internet Research**, Tampere, v. 27, n. 2, p.211-232, 2017.

HEMPHILL, D. Cybersport. **Journal Of The Philosophy Of Sport**. Champaign, p. 195-207. jan. 2005.

HIMMELSTEIN, D.; LIU, Y.; SHAPIRO, J. L. An Exploration of Mental Skills Among Competitive League of Legend Players. **International Journal Of Gaming And Computer-mediated Simulations**, Hershey, v. 9, n. 2, p.1-21, 2017.

HUIZINGA, Johan. **Homo Ludens**. 4. ed. São Paulo: Perspectiva, 2000. 256 p.

HUNTER, J.; CSIKSZENTMIHALYI, M. The Phenomenology of Body-Mind: The Contrasting Cases of Flow in Sports and Contemplation. **Anthropology Of Consciousness**, Arlington, v. 11, n. 3-4, p.5-24, 2000.

JACKSON, S. A. Athletes in flow: A qualitative investigation of flow states in elite figure skaters. **Journal Of Applied Sport Psychology**, Philadelphia, v. 4, n. 2, p.161-180, 1992.

JACKSON, S. A.; ROBERTS, G. C. Positive Performance States of Athletes: Toward a Conceptual Understanding of Peak Performance. **The Sport Psychologist**, New Milford, v. 6, n. 2, p.156-171, 1992.

JACKSON, S. A. Factors Influencing The Occurrence Of Flow State In Elite Athletes. **Journal Of Applied Sport Psychology**, Philadelphia, v. 7, n. 2, p.138-166, 1995.

JACKSON, S. A. Toward a Conceptual Understanding of the Flow Experience in Elite Athletes. **Research Quarterly For Exercise And Sport**. Londres, p. 76-90. ago. 1996.

JACKSON, S. A.; MARSCH, H. W. Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. **Journal Of Sport And Exercise Psychology**, New Milford, p.17-35, 1996.

JENNETT, Charlene et al. Measuring and defining the experience of immersion in games. **Int. J. Human-computer Studies**, Amesterdã, v. 66, n. 9, p.641-661, 2008.

JENSEN, L. **ESPORTS**: profissionalização e espetacularização em competições eletrônicas. 2017. 114 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2017.

KAMEI, H. H. **Flow**: o que é isso? Um estudo psicológico sobre experiências ótimas de flow na consciência sob a perspectiva da psicologia positiva. 2010. 345 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

KARI, T.; KARHULAHTI, V. Do E-Athletes Move? A Study on Training and Physical Exercise in Elite Esports. **International Journal Of Gaming And Computer-mediated Simulations**, Hershey, v. 8, n. 4, p.53-66, 2016.

KELLER, J; LANDHÄUßER, A. The Flow Model Revisited. In: ENGESER, Stefan. **Advances in Flow Research**. New York: Springer, 2012. Cap. 3. p. 51-64.

KIMIECIK, J. C.; STEIN, G. L. Examining flow experiences in sport contexts: Conceptual issues and methodological concerns. **Journal Of Applied Sport Psychology**, Philadelphia, v. 4, n. 2, p.144-160, 1992.

KOWAL, J.; FORTIER, M. S. Motivational Determinants of Flow: Contributions From Self-Determination Theory. **The Journal Of Social Psychology**, Abingdon, v. 139, n. 3, p.355-368, 1999.

LAVOURA, T. N; ZANETTI, M. C; MACHADO, A. A. Os estados emocionais e a importância do treinamento psicológico no esporte. **Motriz**, Rio Claro, v. 14, n. 2, p.115-123, 2008.

LEITE, F; VARELLA, J. **De cabeça no jogo**: a psicologia dentro dos esportes eletrônicos 2018. Disponível em: <<https://www.gazetaesportiva.com/todas-as-noticias/de-cabeca-no-jogo-psicologia-dentro-dos-esportes-eletronicos/>>. Acesso em: 08 ago. 2019.

LE MOS, A. **Cibercultura**: Tecnologia e vida social na cultura contemporânea. 5. ed. Porto Alegre: Sulina, 2010. 295 p.

LEONARD, George. **O atleta dos atletas**. São Paulo: Summus, 1999. 248 p.

LEVIS, D. **Los videojuegos, um fenómeno de masas**. 2. ed. Barcelona: Paidós. 234 p, 1997.

LÉVY, P. **Cibercultura**. 2. ed. São Paulo: 34, 2000.

LI, J.; THENG, Yin-leng.; FOO, S. Game-Based Digital Interventions for Depression Therapy: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking**, New Rochelle, v. 17, n. 8, p.519-527, 2014.

LOBIONDO-WOOD, G; HABER, J. **Nursing research**: Methods, critical appraisal, and utilization. 5. ed. St Louis: Mosby, 2002.

LLORENS, M. R. ESport Gaming: The Rise of a New Sports Practice. **Sport, Ethics And Philosophy**, Londres, v. 11, n. 4, p.464-476, 2017.

LYRA, T. **E-sports: Conheça ranking de salário dos atletas mais bem pagos do mundo (2019)**. 2019. Disponível em: <<http://www.ultimaficha.com.br/2019/09/16/conheca-os-cyber-atletas-mais-bem-pagos-do-mundo/>>. Acesso em: 10 nov. 2019.

MACEDO, T.; FALCÃO, T. Esports, herdeiros de uma tradição. **Intexto**, Porto Alegre, v. 45, p.246-267, 2019.

MACHADO, A.A.; CALLEGARI, M. Z.; MOIOLI, A. O corpo, o desenvolvimento humano e as tecnologias. **Motriz: rev. educ. fis.**, Rio Claro, v. 17, n. 4, p. 728-737, dez. 2011.

MACHADO, A. A.; AMBLARD, I.; LEMOS FILHO, J. de Paula. DO GAMER AO CIBERATLETA: perspectivas psicológicas em desenvolvimento. In: ARONI, André Luis et al. **OS ESPORTES E AS NOVAS TECNOLOGIAS**. São Paulo: Edições Hipótese, 2018. Cap. 3. p. 45-54.

MARTIN, G. **Consultoria em psicologia do esporte: orientações práticas emanálise do comportamento**. Campinas: Instituto de Análise de Comportamento, 2001.

MASSIMINI, F.; CARLI, M. The systematic assessment of flow in daily experience. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), **Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness**. New York, NY, Cambridge University Press, 1988. p. 266-287.

MONETA, G. B.; CSIKSZENTMIHALYI, M. The Effect of Perceived Challenges and Skills on the Quality of Subjective Experience. **Journal Of Personality**, Durham, v. 64, n. 2, p.275-310, 1996.

MONETA, Giovanni B. THE FLOW EXPERIENCE ACROSS CULTURES. **Journal Of Happiness Studies**, Berlim, v. 5, n. 1, p.115-121, 2004.

NAKAMURA, J.; CSIKSZENTMIHALYI, M. The concept of flow. In C. Snyder & S. Lopez (Eds.), **Handbook of Positive Psychology** Oxford: Oxford University Press, 2009. p. 89-105.

NEWZOO. **Free 2018 Global Esports Market Report**. 2018. Disponível em: <https://asociacionempresarialEsports.es/wp-content/uploads/newzoo_2018_global_Esports_market_report_excerpt.pdf>. Acesso em: 20 dez. 2018.

NEWZOO. **Global Esports Market Report**. 2019. Disponível em: <<https://strivesponsorship.com/wp-content/uploads/2019/04/Newzoo-Global-Esports-Market-Report-2019.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2019.

OLIVEIRA, R. B. C. **CIBERESPORTE: A atualização do Esporte**. 2007. 40 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

OLIVEIRA, R. B. C. **Ciberesporte: Os jogos esportivos eletrônicos e a educação física.** 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd119/ciberesporte-os-jogos-esportivos-eletronicos-e-a-educacao-fisica.htm>>. Acesso em: 24 mar. 2016.

ORLICK, T.; PARTINGTON, J. Mental Links to Excellence. **The Sport Psychologist**, Champaign, v. 2, n. 2, p.105-130, 1988.

PARRY, J. Esports are Not Sports. **Sport, Ethics And Philosophy**, Londres, v. 13, n. 1, p.3-18, jun. 2018.

PEINADO, M. C. **Estado de flow no desporto (Revisão de literatura).** 2011. 26 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

PEREIRA, R.; WILWERT, M. L.; TAKASE, E. Contributions of Sport Psychology to the Competitive Gaming: An Experience Report with a Professional Team of League of Legends. **International Journal Of Applied Psychology**, Rosemead, v. 6, n. 2, p.27-30, 2016.

PEREIRA, S. K. **O videogame como esporte:** Uma comparação entre esportes eletrônicos e esportes tradicionais. 2014. 122 f. TCC (Graduação) - Curso de Comunicação Social, Universidade de Brasília, Brasília, 2014.

PINTO, D et al. Novos usos e desafios para os videojogos: streaming, questões de género e assédio online. **Media & Jornalismo**, Lisboa, v. 17, n. 31, p.165-176, 2017.

PRIVETTE, G. Peak Experience, Peak Performance, and Flow: A Comparative Analysis of Positive Human Experiences. **Journal Of Personality And Social Psychology**, Washington, v. 45, n. 6, p.1361-1368, 1983.

REIS, L. J. de Almeida; CAVICHIOILLI, F. R. Jogos eletrônicos e a busca da excitação. **Movimento**, Porto Alegre, v. 14, n. 3, p.163-183, 2008.

ROCHA, G. **Vício em videogame? Saiba quando os excessos nos jogos são considerados distúrbios de saúde e como identificar.** 2018. Disponível em: <<https://g1.globo.com/bemestar/noticia/vicio-em-videogame-saiba-quando-o-excesso-nos-jogos-sao-considerados-disturbios-de-saude-e-como-identificar.ghtml>>. Acesso em: 10 nov. 2019.

ROSE JUNIOR, Dante de. A competição como fonte de estresse no esporte. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.**, Brasília, v. 10, n. 4, p.19-26, 2002.

SCHAEPERKOETTER, C.C.; MAYS, J.; HYLAND, S. T.; WILKERSON, Z.; OJA, B.; KRUEGER, K.; CHRISTIAN, R.; BASS, J.R. The “New” Student-Athlete: An Exploratory Examination of Scholarship Esports Players. **Journal of Intercollegiate Sport**, Champaign, v. 10, n. 1, p.1-21, 2017.

SCHINKE, R. J.; MCGANNON, K. R.; SMITH, B. **Routledge International Handbook of Sport Psychology.** New York: Routledge, 2016. p. 369-377.

SCHMIDT, J. A.; SHERNOFF, D. J.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Individual and Situational Factors Related to the Experience of Flow in Adolescence. In:

CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. **Applications of Flow in Human Development and Education**. 3. ed. Dordrecht: Springer Science e Business Media, 2014. Cap. 20. p. 379-405.

SEIFERT, T.; HEDDERSON, C. Intrinsic Motivation and Flow in Skateboarding: An Ethnographic Study. **Journal Of Happiness Studies**, Berlim, v. 11, n. 3, p.277-292, 2010.

SNYDER, C.R; LOPEZ, S. J. Positive Psychology: the scientific and practical explorationsof humans strengths. 3. Ed. Thousand Oaks: **Sage Publications**, 2007.

SEO, Y. Electronic sports: A new marketing landscape of the experience economy. **Journal Of Marketing Management**. Londres, p. 1542-1560. ago. 2013.

SEO, Y; JUNG, S. Beyond solitary play in computer games: The social practices of Esports. **Journal Of Consumer Culture**. Londres, p. 635-655. out. 2016.

SHERRY, J. L. Flow and Media Enjoyment. **Communication Theory**, Malden, v. 14, n. 4, p.328-347, 2004.

SPORTTV.COM. **Aos 16, Bugha leva R\$ 11,4 milhões por título mundial de Fortnite e entra no top 10 de premiados nos Esports**. 2019. Disponível em: <<https://sportv.globo.com/site/e-sportv/noticia/aos-16-bugha-leva-r-114-milhoes-por-titulo-mundial-de-fortnite-e-entra-no-top-10-de-premiados-nos-Esports.ghtml>>. Acesso em: 01 set. 2019.

SPORTTV.COM. **Braços de 50 anos aos 22? Com Uzi e Ning, do LoL, campanha reforça preparo físico nos Esports**. 2019. Disponível em: <<https://sportv.globo.com/site/e-sportv/lol/noticia/bracos-de-50-anos-aos-22-com-uzi-e-ning-do-lol-campanha-reforca-preparo-fisico-nos-Esports.ghtml>>. Acesso em: 05 set. 2019.

STAVROU, N. A.; JACKSON, S. A.; ZERVAS, Y.; KARTEROLIOTIS, K. Flow Experience and Athletes' Performance With Reference to the Orthogonal Model of Flow. **The Sport Psychologist**, New Milford, v. 21, n. 4, p.438-457, 2007.

SWANN, C. F; KEEGAN, R. J.; PIGGOTT, D.; CRUST, L. A systematic review of the experience, occurrence, and controllability of flow states in elite sport. **Psychology Of Sport And Exercise**, Amsterdã, v. 13, n. 6, p.807-819, 2012

SWANN, C. F.; CRUST, L.; KEEGAN, R. J.; PIGGOTT, D.; An inductive exploration into the flow experiences of European Tour golfers. **Qualitative Research In Sport, Exercise And Health**, Londres, v. 7, n. 2, p.210-234, 2015.

SWEETSER, P.; WYETH, P. GameFlow: A Model for Evaluating Player Enjoyment in Games. **Acm Computers In Entertainment**, New York, v. 3, n. 3, p.1-24, 2005.

THOMAS, J, R.; NELSON, J, K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002. 419 p.

WAGNER, M. G. On the Scientific Relevance of Esports. Proceedings of the 2006 International Conference on Internet Computing & Conference on Computer Games Development, *ICOMP 2006*, Las Vegas, Nevada, USA, June 26-29, 2006, p. 437-442.

WINNICOTT, D, W. **Playing and Reality**. 2. ed. Abingdon: Routledge, 2005. 240 p.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. 622 p.

APÊNDICE A: QUESTIONÁRIO SOBRE A EXPERIÊNCIA DE FLOW NOS ESPORTES ELETRÔNICOS

QUESTÕES SOCIODEMOGRÁFICAS

1. Sexo

() Masculino () Feminino

2. Idade (em anos)

_____ .

3. Estado (UF) que mora atualmente

_____ .

4. Estado Civil

() Solteiro(a) () Casado(a) () Viúvo(a) () Divorciado(a)

5. Qual sua formação

- () Ensino fundamental completo
- () Ensino fundamental incompleto
- () Ensino médio completo
- () Ensino médio incompleto
- () Graduação completa
- () Graduação incompleta
- () Pós-graduação completa
- () Pós-graduação incompleta

INTERAÇÃO COM OS ESPORTES ELETRÔNICOS

1. Com qual frequência você joga/treina

() 1x/ na semana () 2-3x/ na semana () 5x/ na semana () Todos os dias

2. Quantas horas por dia você costuma jogar/treinar?

() 0-2h () 3-5h () 6-8h () 9-11h () 12-14h () mais de 15h

3. Qual jogo/modalidade você pratica?

_____ .

4. Qual equipe você faz parte?

5. O que motiva a praticar esportes eletrônicos?

EXPERIÊNCIAS DA PARTIDA

Descreva a sua experiência em relação á dificuldade do jogo e seu desempenho durante a partida.

Você conseguiu ficar concentrado no jogo ao ponto de fazer jogadas com espontaneidade?

Durante a partida você ficou pensando em você e no contexto ao seu redor?

Durante a partida você teve noção sobre seus objetivos e controle sobre as ações para alcançá-los?

Como foi sua percepção sobre o tempo durante o jogo? O tempo passou mais rápido, devagar ou normal?

Descreva como você se sentiu após o jogo.

APÊNDICE B: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - (TCLE) (Conselho Nacional de Saúde, Resolução 466/12)

O(a) Sr(a) está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa de mestrado intitulada "Experiência de Fluxo nos Esportes Eletrônicos" que será desenvolvida por Joacks de Paula Lemos Filho, RG: 45.446.338-8, aluno do Programa de Desenvolvimento Humano e Tecnologias da Unesp de Rio Claro, sob a orientação do Prof.(a) Dr.(a) Afonso Antonio Machado. Os objetivos da referida pesquisa consistem em analisar a manifestação do estado de fluxo em jogadores de esportes eletrônicos e mapear e estabelecer sua relação com a prática e o desempenho de jogadores dos esportes eletrônicos. Os benefícios da pesquisa aos participantes consistem na compreensão do comportamento e processos mentais diante da prática de esportes eletrônicos, de modo a potencializar o seu desempenho esportivo. Caso o(a) Sr(a) aceite participar desta pesquisa, deverá responder a um questionário de caráter aberto desenvolvido pelo o próprio pesquisador do trabalho em parceria com seu orientador. O questionário é subdividido em três etapas: informativo sociodemográfico; Interação com os esportes eletrônicos e questões sobre a experiência de fluxo. A amostra da pesquisa será composta por atletas amadores, profissionais e universitários, com idade mínima de 18 anos, sem qualquer restrição quanto ao gênero, necessitando possuir vínculo com a universidade ou, evidentemente, com a equipe representante de sua modalidade esportiva. A coleta dos dados ocorrerá em competições de esportes eletrônicos, no qual a aplicação do questionário será realizada de forma presencial após o termino da partida. O participante levará entre 10-15 minutos para colaborar com a pesquisa. Os resultados deste estudo possibilitarão compreender as relações entre a experiência de fluxo e a performance competitiva no contexto dos esportes eletrônicos e, também, contribuir para a análise da comunidade que circunda os jogos eletrônicos. Os riscos de sua participação são mínimos, nos aspectos psicológicas e emocionais, tais como: possível constrangimento ao responder o questionário, desconforto, vergonha e possível cansaço ao responder às perguntas. Caso você sinta alguma destas reações citadas durante o processo, o mesmo deverá ser interrompido. Na possibilidade do constrangimento não se dissolver, será mantida uma conversa entre pesquisador e participante buscando resolver tal questão. Esclarecemos ainda que o orientador desta pesquisa é psicólogo e, em casos emergenciais, estará ao lado para possíveis intervenções, além de termos mais dois psicólogos no LEPESPE, para tais eventualidades. A qualquer momento, antes, durante ou após sua participação coloco-me à disposição para esclarecimentos sobre eventuais dúvidas que possam surgir com a pesquisa. A participação é voluntária e sua recusa em participar não lhe provocará nenhum dano ou punição. Você poderá se recusar a participar, ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma. Será garantido o sigilo e a privacidade de sua participação. Os dados coletados são confidenciais e serão utilizados unicamente para fins de pesquisa. Para participar não terá nenhuma despesa, bem como, não terá qualquer tipo de remuneração. Se o(a) senhor(a) se sentir esclarecido sobre a pesquisa, seus objetivos, eventuais riscos e benefícios, convido(-a) a assinar este Termo, elaborado em duas vias, sendo que uma ficará com o senhor(a) e a outra com o pesquisador.

Local/data:

Assinatura do Pesquisado

Assinatura do participante da pesquisa

Dados sobre a Pesquisa:

Título do Projeto: Experiência de Fluxo nos Esportes Eletrônicos

Pesquisador Responsável: Joacks de Paula Lemos Filho

Cargo/função: Mestrado em "Desenvolvimento Humano e Tecnologias".

Instituição: Universidade Estadual Paulista – UNESP – Rio Claro/SP

Endereço: Av. 24ª, 1515, Bela Vista

Dados para Contato: fone: (19) 3526-9600/ e-mail:joackslemos@hotmail.com

Dados sobre o participante da Pesquisa:

Nome: _____

Documento de Identidade: _____

Sexo: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Endereço: _____

Telefone para contato: _____

CEP-IB/UNESP-CRC

Av. 24A, nº 1515 – Bela Vista – 13506-900 – Rio Claro/SP

Telefone: (19) 35269678

Número do parecer: _____