



## IMPACTO DE JOGOS DE RPG DE MESA SOBRE OS SISTEMAS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL DE SEUS JOGADORES

Adersom Zorzi<sup>1</sup>, Ana Carolina de Lima Masango<sup>2</sup>, Dirce Welchen<sup>3</sup>, Duane Jaqueline Zardo<sup>4</sup>

1. Discente do curso de graduação em Psicologia Unoesc, Chapecó, SC
2. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Chapecó, SC
3. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Chapecó, SC
4. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Chapecó, SC

**Autor correspondente:** Adersom Zorzi, adersom.zorzi@gmail.com

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** o trabalho tem como tema os efeitos dos jogos no estilo RPGs (Role-Playing games) no psicossocial dos seus jogadores, bem como no seu sistema de regulação emocional. Convém esclarecer que sistema de regulação emocional refere-se à capacidade de os indivíduos gerirem, expressarem e sentirem as próprias emoções e sentimentos de forma mais saudável. **Objetivo:** O objetivo geral do trabalho consiste em compreender o impacto do RPG na regulação emocional, a fim de entender os diferentes impactos que esses jogos têm no emocional de seus jogadores. **Método:** Em relação aos procedimentos metodológicos, usou-se a técnica bibliográfica, com pesquisa de campo realizada com 15 indivíduos, por meio de um formulário com 29 perguntas, a fim de compreender como as partidas de RPG's, junto com a interação com os demais jogadores, afetam as suas experiências fora do ambiente do jogo. **Resultados:** Os resultados encontrados mostram uma visão positiva sobre os RPG, dentro da regulação emocional, pois os participantes relataram ter sentido uma gama de emoções distintas durante as partidas. Emoções essas que os auxiliaram a desenvolver melhor a inteligência emocional, tornando-os mais eficientes durante interações fora do ambiente controlado do jogo. Também relataram que as jogatinas os auxiliaram a relaxar servindo até mesmo como uma válvula de escape dos problemas que eles enfrentam em suas vidas. **Conclusão:** Baseando-se nos resultados da pesquisa realizada, verificou-se que a comunidade que utiliza os jogos RPG's encara-os de maneira positiva, com diversos relatos demonstrando que jogar facilita trocas de ideias e de interações interpessoais, bem como por auxiliar na capacidade de lidar com emoções e situações imprevistas, além de trazerem benefícios baixando os níveis de ansiedade e servirem de método de escape para alguns dos participantes.

**Palavras-chave:** RPGs ; Jogos; Regulação emocional .