



RESUMO DE AULA · JORNADA DA LEITURA

Transtorno do jogo: a aposta, o acaso e os quatro C's

Por que o ser humano aposta, o que exatamente é uma aposta, os quatro C's que marcam a passagem do lazer ao transtorno, e a primeira coisa a trabalhar com o paciente: o acaso não tem memória, dono nem aviso.

PROFESSOR E PSICÓLOGO CLÍNICO

Júlio Gonçalves

MSc · CRP 12/17614

Aprenda muito mais na

Comunidade Lógica Psicológica

Uma comunidade para quem quer:

- Ψ **Aprofundar o raciocínio clínico** com conteúdos que unem ciência, processos e análise funcional.
- Ψ **Estruturar uma prática ética e coerente**, com pensamento crítico e evidências atualizadas.
- Ψ **Desenvolver o self clínico** por meio de supervisão, leituras guiadas e construção em rede.

[Clique aqui e saiba mais](#)

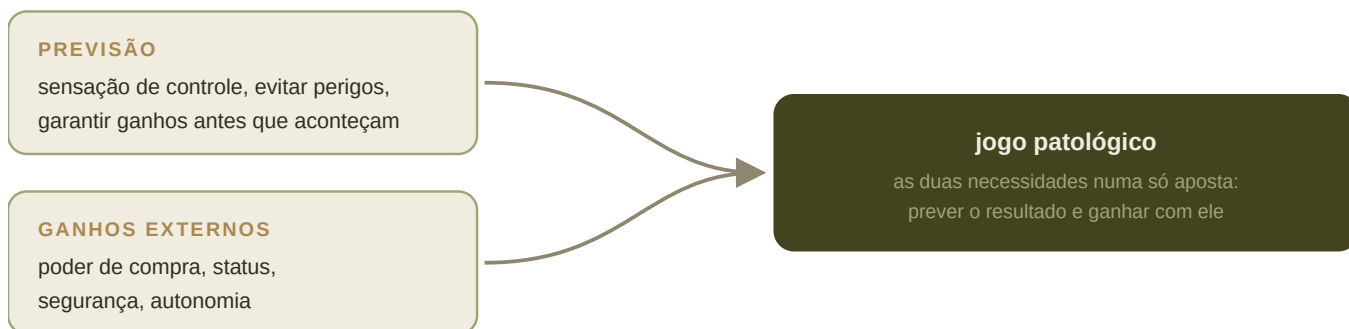


O ESSENCIAL

- Ψ **Apostar usa duas necessidades antigas.** Prever (sentir controle, evitar perigo) e ganhar (poder de compra, status, segurança). O jogo patológico é essas duas necessidades num ambiente onde prever não funciona.
- Ψ **A aposta é o elemento central.** Empenhar um valor com base numa previsão de resultado futuro. Se acerta, recebe o valor mais um acréscimo combinado; se erra, a contraparte fica com tudo.
- Ψ **Jogo de azar é jogo baseado no acaso, e não em má sorte.** O resultado é determinado parcial ou totalmente por variáveis aleatórias. Por isso nenhuma técnica, ritual ou esforço muda o desfecho.
- Ψ **A brincadeira disfarça o risco.** A pessoa está brincando, pela previsão, com coisa séria. O formato lúdico reduz a percepção de risco. É a herança evolutiva do vídeo 1 usada contra ela.
- Ψ **Os quatro C's: Control, Coping, Conflict, Chasing.** Perda de controle, jogo como regulação emocional, conflito com valores e caça do prejuízo. O último é a linha perigosa.
- Ψ **Primeira tarefa clínica: o acaso.** Independente, incontrolável, imprevisível. Antes de qualquer outra coisa, desfazer a ideia de que o jogo depende de sorte ou azar.

Obcecados por prever e ganhar

Duas necessidades antigas, um transtorno novo



O apostador não inventou nada. Ele está usando duas necessidades que a evolução deixou, prever e ganhar, num ambiente em que a previsão não funciona.

O vídeo começa onde a disciplina começou: na evolução. Seres humanos são obcecados por duas coisas. A primeira é a **previsão**. Antecipar o que vem dá sensação de controle, permite evitar perigos e garantir ganhos antes que aconteçam. O slide chama isso de necessidade evolutiva, e é: um animal que prevê onde estará o predador e onde estará a comida sobrevive mais.

A segunda são os **ganhos externos**: poder de compra, ganhos materiais, status, segurança, autonomia. Também aqui não há nada de patológico. É o que move a maior parte do trabalho humano.

O jogo patológico fica no cruzamento das duas. A aposta é, ao mesmo tempo, um exercício de previsão e uma promessa de ganho. Ela oferece as duas coisas que a espécie mais quer, e oferece num ambiente em que a primeira delas, a previsão, não tem como funcionar. Esse é o núcleo do vídeo, e tudo o que vem depois desdobra isso.

Ligação com os vídeos 1 e 2

Nos vídeos 1 e 2, a lógica era a mesma para jogos digitais e redes: o produto explora um mecanismo evolutivo que estava lá antes dele. No jogo de azar o mecanismo explorado é a previsão. A diferença é que aqui a aposta custa dinheiro real, e o dinheiro é a segunda necessidade sendo usada para pagar pela primeira.

O que é, exatamente, uma aposta

O slide dedica um cuidado que vale reproduzir: definir os termos antes de falar do transtorno.

Jogo de azar não é má sorte

O termo "jogo de azar" não se refere a má sorte. Refere-se ao **jogo baseado no acaso**, em que o resultado é determinado parcial ou totalmente por variáveis aleatórias. Fica implícito que o jogo de azar envolve ganhos esperados ou reais; ninguém aposta para perder.

O elemento central: a aposta

Aposta é o ato de **empenhar um valor**, financeiro ou material, com base numa **previsão de resultado futuro**. A mecânica é simples e vale ter clara, porque o paciente costuma descrevê-la de um jeito bem menos simples:

- Ψ **Se a previsão estiver correta**: o apostador recebe o valor apostado de volta, mais um acréscimo pré-estabelecido. Esse acréscimo é o ganho.
- Ψ **Se a previsão estiver incorreta**: o apostador perde o valor apostado, que é retido pela contraparte (a banca, a casa de apostas, o cassino).

Onde o jogo de azar aparece

Quando esse tipo de aposta ocorre em contextos lúdicos ou recreativos, como jogos, máquinas eletrônicas, cassinos ou apostas esportivas, temos o jogo de azar: **diversão mediada por risco e recompensa**. A definição importa para o Brasil de hoje, em que a aposta esportiva online, as "bets", passou a ser regulamentada e anunciada em escala, com acesso pelo celular a qualquer hora. É o mesmo mecanismo do cassino, com a fricção do deslocamento retirada.

Por que a definição importa na clínica

O paciente raramente chega dizendo "eu empenho valores com base em previsões que não podem funcionar". Ele diz que joga, que aposta, que "entende de futebol", que tem um método. Reduzir o que ele faz aos dois desfechos acima, acertou e recebeu o combinado, errou e a banca ficou com tudo, já é intervenção. Tira o enredo e deixa a mecânica.

Brincando com coisa séria

O terceiro movimento do vídeo liga o jogo de azar ao comportamento lúdico do vídeo 1. O indivíduo está **brincando**, por meio da previsão, com **coisa séria**: ganhos ou perdas reais. E ele brinca porque há muita **incerteza**, ou seja, porque há acaso, e o acaso envolve riscos de verdade.

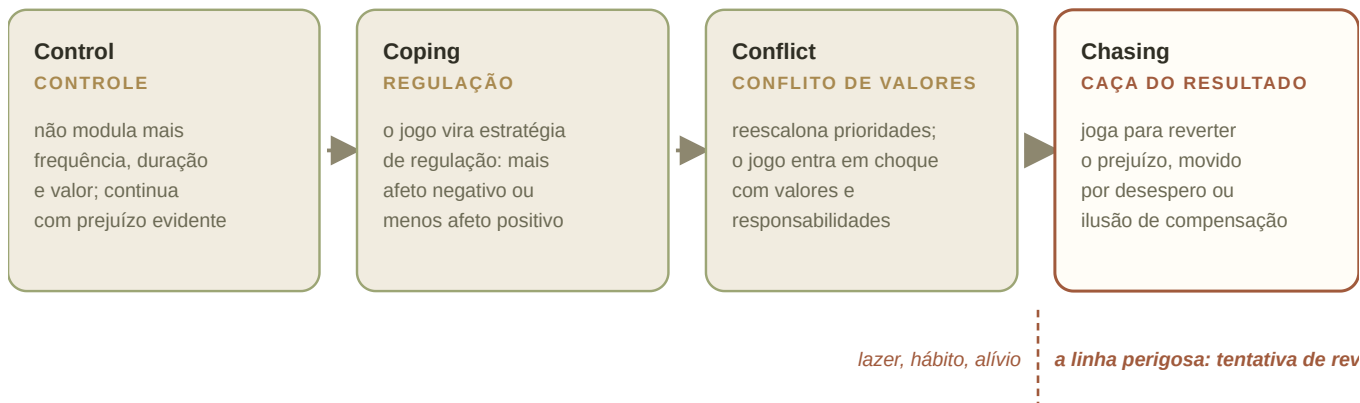
O ponto fino é o seguinte. O comportamento lúdico tem função evolutiva, como o vídeo 1 mostrou: brincar é treinar em ambiente seguro, com o custo do erro reduzido. Quando a aposta se apresenta em formato de brincadeira, com cores, sons, campeonato, palpite entre amigos, ela pega carona nessa marca de segurança. A pessoa está envolvida com risco real, mas **disfarçada** de comportamento lúdico, e por isso a **percepção de risco fica reduzida**. O cérebro lê "jogo" e desliga parte do alarme que ligaria diante de "perda de dinheiro".

Em processos

A redução da percepção de risco não é um erro de raciocínio isolado. É o formato do estímulo, lúdico, acionando um repertório antigo (brincar é seguro) num contexto em que ele não vale. Na formulação, isso entra como discriminação de contexto falha: o ambiente dá as pistas de brincadeira e retira as pistas de perigo.

Os quatro C's

Os quatro C's



A ordem dos slides é didática, e não uma sequência obrigatória. O que muda de categoria é o último C: quando a pessoa joga para recuperar o que perdeu, a justificativa de brincadeira ou alívio se rompeu.

O slide organiza a passagem do jogo recreativo ao transtorno em quatro marcadores, todos com C em inglês.

- Ψ **Control (controle):** a pessoa já não consegue mais modular a frequência, a duração ou o valor das apostas. Mesmo com prejuízos evidentes, continua jogando.
- Ψ **Coping (confronto das emoções):** o jogo passa a funcionar como estratégia de regulação emocional. Isso pode ocorrer em momentos de aumento de afetos negativos ou de redução de afetos positivos, e vale notar as duas direções: a pessoa joga para fugir do que está sentindo e também para sentir alguma coisa quando não sente nada.
- Ψ **Conflict (conflito de valores):** à medida que o comportamento se torna repetitivo, o indivíduo reescala suas prioridades. O jogo começa a entrar em conflito com seus próprios valores e responsabilidades. Não é ainda, necessariamente, a perda de emprego ou de casamento; é o momento em que o jogo passa na frente do que a pessoa dizia ser importante.
- Ψ **Chasing (caça do resultado):** aqui a pessoa cruza uma linha perigosa. Deixa de apostar por lazer ou hábito e passa a jogar movida por desespero ou ilusão de compensação. A justificativa se rompe: não é mais uma brincadeira ou um alívio, mas uma tentativa de reverter o prejuízo.

Por que o chasing é a linha

Nos três primeiros C's, o jogo ainda tem uma justificativa que a pessoa consegue sustentar: diversão, alívio, hábito. No chasing, a justificativa é a própria perda. A pessoa joga porque perdeu, e a lógica da aposta garante que, na média, ela vai perder de novo. É o único dos quatro que fecha uma alça diretamente sobre si mesmo, e não por acaso "tentar recuperar o que perdeu" é um dos critérios formais do DSM-5-TR para o transtorno do jogo, que o vídeo 6 vai apresentar.

Como usar os quatro C's na avaliação

São perguntas, e não uma escala. Tu consegues decidir quanto e quando joga? O que tu estás sentindo pouco antes de apostar? O que ficou para trás por causa do jogo? Quando perde, o que tu faz em seguida? A quarta resposta é a que mais separa quem precisa de tratamento de quem precisa de orientação.

A primeira tarefa clínica: o acaso

O último slide de conteúdo fixa o ponto de partida do tratamento. A primeira coisa a trabalhar com o paciente é **desfazer a ideia de que o jogo depende de azar ou de sorte**. O que está em jogo é o acaso, e isso faz toda a diferença.

O acaso é algo que não depende da pessoa, nem dos eventos anteriores, nem dos seus esforços, estratégias ou superstições. Três propriedades, e vale apresentar as três ao paciente, uma a uma:

- Ψ **É independente:** não importa o que já aconteceu ou o que a pessoa faça agora, isso não muda o resultado. Cinco vermelhos seguidos na roleta não tornam o preto "devido". A moeda não tem memória.
- Ψ **É incontrolável:** não há técnica secreta, ritual, sopro nos dados, nem trazer uma pessoa bonita para dar sorte. Nada disso altera o desfecho.
- Ψ **É imprevisível:** justamente porque é aleatório e está fora do controle de qualquer um, o resultado não pode ser antecipado por ninguém, por mais que a pessoa "entenda" do jogo.

Sorte e azar são a linguagem da ilusão de controle

Quando o paciente fala em sorte e azar, ele está descrevendo o acaso como se fosse uma força com humor, que pode estar a favor ou contra, que pode virar. É a gramática que sustenta o chasing ("agora vai virar") e a busca de método ("eu já entendi como funciona"). A literatura chama isso de ilusão de controle e de falácia do jogador: a tendência a tratar uma sequência aleatória como se ela se equilibrasse no curto prazo. A terapia cognitiva do jogo, na linha de Ladouceur, começa exatamente por aqui, porque enquanto a pessoa acredita que o resultado pode ser previsto ou influenciado, todo o resto do tratamento é discutido em cima de uma premissa falsa.

Como fazer sem virar aula de estatística

Não é convencer com números. É pedir que o paciente descreva a última sequência de apostas e, a cada passo, perguntar o que ele achava que ia acontecer e por quê. As três propriedades aparecem sozinhas nas lacunas do relato: onde ele achou que a sorte "tinha que virar", onde acreditou que o ritual ajudou, onde tinha certeza do palpite. Trabalha-se com o material dele, e não com o conceito.

Lendo o vídeo em processos

Para quem trabalha com formulação processual, este vídeo já entrega uma rede quase completa, ainda antes dos critérios diagnósticos.

- Ψ **Antecedente distal:** duas necessidades evolutivas, prever e ganhar, que o ambiente de aposta ativa ao mesmo tempo.
- Ψ **Contexto:** formato lúdico que reduz a percepção de risco, mais acesso permanente pelo celular no caso das apostas online.
- Ψ **Cognição:** crença de que o resultado depende de sorte, azar, método ou ritual. É o processo que sustenta os outros, e por isso é o primeiro alvo.
- Ψ **Afeto e função:** o jogo como regulação (coping), para baixar afeto negativo ou levantar afeto positivo. Reforço negativo e positivo na mesma resposta.
- Ψ **Self e valores:** reescalonamento de prioridades e conflito com o que a pessoa diz que importa (conflict).
- Ψ **Alça de manutenção:** perda, desespero ou ilusão de compensação, nova aposta, nova perda (chasing). A alça se fecha sobre si mesma e não precisa de mais nada para continuar.

O ponto de entrada que o vídeo indica é a cognição sobre o acaso, e faz sentido: é o nó que, uma vez desfeito, tira o combustível do chasing e a justificativa do método. Mas a alça de coping permanece, e vai precisar de uma resposta alternativa para a mesma função, o que os vídeos de intervenção devem trazer.

Referências

1. American Psychiatric Association. (2022). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR* (5. ed., texto revisado). Artmed.
2. Ladouceur, R., Sylvain, C., Boutin, C., & Doucet, C. (2002). *Understanding and treating the pathological gambler*. Wiley.
3. Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(2), 311–328.
4. Potenza, M. N., Balodis, I. M., Derevensky, J., Grant, J. E., Petry, N. M., Verdejo-Garcia, A., & Yip, S. W. (2019). Gambling disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 5, 51.
5. Tversky, A., & Kahneman, D. (1971). Belief in the law of small numbers. *Psychological Bulletin*, 76(2), 105–110.
6. World Health Organization. (2019). *International classification of diseases, 11th revision (ICD-11)*: 6C50 Gambling disorder.

NOTA DE MÉTODO

Material dirigido a psicólogos. É o quinto vídeo de uma disciplina de pós-graduação e abre o bloco sobre transtorno do jogo; os critérios diagnósticos vêm no vídeo 6.

Fonte. Este resumo foi escrito a partir dos **slides** do vídeo, sem transcrição da fala. O vídeo tem quatro slides de conteúdo; as ligações com os vídeos 1 e 2, a seção sobre a linguagem de sorte e azar como ilusão de controle, o quadro de perguntas a partir dos quatro C's e a seção final em processos foram desenvolvidas pelo autor do material a partir da lógica da disciplina e estão sinalizadas como tal.

Sobre os quatro C's. Os slides apresentam Control, Coping, Conflict e Chasing como organização didática, sem citar fonte. O material os manteve como estão e não atribuiu autoria. A perda de controle e o chasing correspondem a critérios do DSM-5-TR e da CID-11, o que está indicado no texto. A ordem em que aparecem na figura segue os slides e não deve ser lida como sequência obrigatória.

Acréscimos. A menção às apostas esportivas online no Brasil é do autor do material, sem citação, e serve de contexto. As referências sobre ilusão de controle, falácia do jogador, terapia cognitiva do jogo e a revisão do transtorno do jogo foram acrescentadas para dar respaldo ao que os slides afirmam sem citação. Nenhuma citação foi construída para preencher lacuna.

Levar para a prática

Marque conforme experimentar em sessão — e salve o PDF para acompanhar.

Defini com o paciente, em duas frases, o que é uma aposta: valor empenhado numa previsão, dois desfechos possíveis.

Perguntei sobre os quatro C's como perguntas, e não como escala: controle, o que sente antes, o que ficou para trás, o que faz depois de perder.

Identifiquei se há chasing. Se há, tratei como sinal de gravidade, e não como fase.

Registrei a linguagem de sorte, azar, método e ritual que o paciente usa, com as palavras dele.

Apresentei as três propriedades do acaso a partir do relato dele, e não como conceito abstrato.

Notei se o formato do jogo (app, cores, campeonato, palpite entre amigos) está reduzindo a percepção de risco.

Perguntei pelo acesso: onde e quando ele consegue apostar, e se o celular está sempre à mão.

Levantei qual função o jogo cumpre (baixar afeto negativo, levantar afeto positivo) antes de falar em reduzir.

MINHAS ANOTAÇÕES — O QUE LEVO PARA A CLÍNICA

Para revisar — resposta

Responda com suas palavras. O PDF guarda o que você escrever. O gabarito está na página seguinte — responda antes de consultar.

1. Quais são as duas necessidades evolutivas que o vídeo aponta na base do jogo patológico, e por que a aposta atende às duas ao mesmo tempo?

2. Defina aposta e jogo de azar nos termos do vídeo, e explique por que "azar" não quer dizer má sorte.

3. O que significa dizer que o apostador está "brincando com coisa séria", e o que isso faz com a percepção de risco?

4. Descreva os quatro C's e explique por que o chasing é tratado como a linha perigosa.

5. Quais são as três propriedades do acaso, e por que trabalhar isso vem antes de qualquer outra intervenção?

6. Pense num paciente teu que aposta. Que frases dele mostram a ideia de sorte, azar ou método, e como tu entraria nisso sem dar aula de estatística?

Gabarito

Comentários para conferência. Nas perguntas de aplicação pessoal não há resposta certa — o que se oferece são critérios para avaliar a própria resposta.

1. Quais são as duas necessidades evolutivas que o vídeo aponta na base do jogo patológico, e por que a aposta atende às duas ao mesmo tempo?

COMENTÁRIO

A previsão (sensação de controle, evitar perigos, garantir ganhos) e os ganhos externos (poder de compra, status, segurança, autonomia). A aposta é ao mesmo tempo um exercício de previsão e uma promessa de ganho, ou seja, oferece as duas coisas numa só resposta, num ambiente em que a primeira delas não pode funcionar, porque o resultado é aleatório.

2. Defina aposta e jogo de azar nos termos do vídeo, e explique por que "azar" não quer dizer má sorte.

COMENTÁRIO

Aposta é o ato de empenhar um valor, financeiro ou material, com base numa previsão de resultado futuro; se a previsão acerta, a pessoa recebe o valor de volta mais um acréscimo pré-estabelecido, e se erra, perde o valor para a contraparte. Jogo de azar é a aposta em contexto lúdico ou recreativo, jogo baseado no acaso: o resultado é determinado parcial ou totalmente por variáveis aleatórias. "Azar" nomeia o acaso, e não a má sorte.

3. O que significa dizer que o apostador está "brincando com coisa séria", e o que isso faz com a percepção de risco?

COMENTÁRIO

Que a pessoa está envolvida com ganhos e perdas reais, mas por meio de um formato que se apresenta como brincadeira. Como o comportamento lúdico tem função evolutiva e vem marcado como seguro (o custo do erro é baixo quando se brinca), o formato lúdico da aposta pega carona nessa marca e reduz a percepção de risco: a pessoa lê "jogo" onde há perda de dinheiro.

4. Descreva os quatro C's e explique por que o chasing é tratado como a linha perigosa.

COMENTÁRIO

Control: já não modula frequência, duração ou valor, e continua com prejuízo evidente. Coping: o jogo vira estratégia de regulação emocional, diante de mais afeto negativo ou menos afeto positivo. Conflict: reescala prioridades e o jogo entra em choque com valores e responsabilidades. Chasing: joga para reverter o prejuízo, movida por desespero ou ilusão de compensação. O chasing é a linha porque nele a justificativa de brincadeira ou alívio se rompe; a razão para jogar passa a ser a própria perda, e a alça se fecha sobre si mesma.

5. Quais são as três propriedades do acaso, e por que trabalhar isso vem antes de qualquer outra intervenção?**COMENTÁRIO**

Independente (o que já aconteceu e o que a pessoa faz agora não mudam o resultado), incontrolável (nenhuma técnica, ritual ou superstição altera o desfecho) e imprevisível (por ser aleatório, ninguém antecipa o resultado). Vem antes porque a crença em sorte, azar ou método é a premissa que sustenta o chasing e a busca de estratégia; enquanto ela estiver de pé, o resto do tratamento é negociado em cima de uma ideia falsa.

6. Pense num paciente teu que aposta. Que frases dele mostram a ideia de sorte, azar ou método, e como tu entraria nisso sem dar aula de estatística?**CRITÉRIOS**

Não há resposta certa. Uma boa resposta traz frases concretas do paciente ("agora vai virar", "eu entendo de futebol", "esse site é mais fácil", "quando eu vou com fulano eu ganho") e descreve uma entrada pelo relato: reconstruir a última sequência de apostas e, a cada passo, perguntar o que ele esperava e porquê, deixando as três propriedades do acaso aparecerem nas lacunas. O erro comum é explicar probabilidade em abstrato, o que o paciente costuma aceitar e seguir apostando.