

## POTE DO TÉDIO: CONECTANDO CRIANÇAS AO BRINCAR

### “I’M BORED” JAR: CONNECTING WITH CHILDREN THROUGH PLAY

Patricia Araujo Ribeiro<sup>1</sup>  
Juliana Souza Alves<sup>2</sup>  
Julianna Marinho Cavalcante<sup>3</sup>  
Mônica Coutinho Cerqueira Lima<sup>4</sup>

**RESUMO:** A pandemia da Covid-19 trouxe, além da ameaça à saúde física das pessoas, uma ameaça real à saúde mental, em especial das crianças. O distanciamento social, apesar de necessário para conter a transmissão do vírus, privou os pequenos do convívio social, em especial do escolar, e resultou numa reconfiguração do convívio familiar. Um efeito visível dessa nova rotina foi o aumento do uso das telas, acima do considerado adequado pela Sociedade Brasileira de Pediatria. Para além dos possíveis danos físicos e emocionais, essa onipresença da tecnologia tem interferido no ato de brincar, fundamental para o desenvolvimento das crianças. O presente artigo apresenta e discute os resultados de uma experiência de intervenção, denominada Oficina do Pote do Tédio, realizada por discentes do curso de Psicologia. Esse trabalho foi conduzido junto a um grupo de crianças, visando contribuir para reduzir o tempo de utilização de equipamentos eletrônicos e com o resgate do brincar tradicional como uma forma de potencializar as suas habilidades para construir recursos emocionais e solucionar o sentir-se entediadas sem o recurso das telas.

1394

**Palavras-chave:** Tecnologia. Brincar. Pandemia. Desenvolvimento infantil. Tédio.

**ABSTRACT:** The Covid-19 pandemic has negative impacts on people's physical and mental health, especially among children. Social distancing measures were an important way to prevent the virus from spreading, but also prevented many children from socializing with others by closing schools, and affected their families by disrupting routines, changing relationships and roles. As a consequence of this new routine, children's screen time has increased beyond what is considered appropriate by the Brazilian Society of Pediatrics. Unlimited screen time can be harmful and is changing the way children play, which is important for children's development because it contributes to the cognitive, physical, social, and emotional well-being of children. This paper presents preliminary results and discusses an intervention, “I’m bored” jar, conducted by Psychology students. The study was carried out to reduce the screen time of a group of children while stimulating their skills and emotional resources to deal with their own boredom by playing traditional games.

**Keywords:** Technology. Play. Pandemic. Child development. Boredom.

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Jorge Amado - Unijorge E-mail: .tittaribeiro@gmail.com.

<sup>2</sup>Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Jorge Amado - Unijorge E-mail: alves.juli@gmail.com.

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Jorge Amado - Unijorge E-mail: juliannamarinhocavalcante@gmail.com.

<sup>4</sup>Socióloga formada pela Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal da Bahia (FFCH/UFBA) - (Bacharelado e Licenciatura); Mestre em Saúde Comunitária pelo Instituto de Saúde Coletiva (ISC/UFBA) E-mail: coutinhomoniquinha@gmail.com.

## INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, a OMS (Organização Mundial da Saúde) declarou que o mundo estava vivendo uma pandemia da Covid-19, doença causada pelo novo coronavírus Sars-Cov-2. O que, em dezembro de 2019, parecia ser apenas uma pneumonia de causa desconhecida, um vírus misterioso que assolava a população de Wuhan, na China, logo se espalhou pelo planeta, levando, junto com a doença, uma mudança completa na forma de nos relacionarmos em sociedade.

Enquanto a comunidade científica buscava respostas para combater essa nova ameaça, nos foi apresentado um manual de sobrevivência cujas orientações se resumiam basicamente em lavar as mãos com frequência e manter o distanciamento social, visando proteger, sobretudo, os grupos de risco, a exemplo de idosos e portadores de doenças crônicas. Apesar das crianças em idade escolar não fazerem parte de um grupo de risco, também elas foram incluídas nas medidas de isolamento, já que alguns estudos apontavam para o fato de que poderiam desempenhar um papel importante na transmissão viral (Safadi, 2020).

Pode-se dizer que o coronavírus, além de uma ameaça diária à saúde física das pessoas, passou a ser uma ameaça real à saúde mental, em especial das crianças. Isso deve-se a sua vulnerabilidade e baixo repertório emocional para autorregulação diante dos possíveis efeitos da pandemia, potencializados pela privação do convívio social, em especial o escolar, que é o segundo microssistema essencial ao desenvolvimento e aprendizagem da criança (Linhares & Enumo, 2020).

Essa diminuição da interação social, durante o confinamento imposto pela pandemia da Covid-19, trouxe também novos desafios para a família, que passou a conviver de forma mais próxima e por um espaço de tempo mais prolongado, o que acarretou uma alteração significativa da rotina, seja pela perda do emprego de um integrante da família nuclear, seja pela adoção do home office por pais/cuidadores, em conjunto com a suspensão das aulas presenciais das crianças, o que implicou na adoção de novos modelos de convivência no âmbito familiar.

Um dos efeitos observáveis dessa nova rotina é o aumento substancial do tempo de utilização de dispositivos eletrônicos como computadores, tablets e televisão, pelas crianças, como forma para lidar com o tédio que, de acordo com o psicanalista Christian Dunker (2020), seria “um inquietante vazio”, um tipo de

angústia, uma experiência de lidar com o tempo ligada a uma espera indefinida.

Uma revisão sistemática da literatura sobre efeitos de uma pandemia, incluindo a da Covid-19, no desenvolvimento de crianças e adolescentes, conduzida por Araújo et al. (2020), aponta para o fato de que, entre vários fatores que influenciam negativamente a saúde física e mental de crianças e adolescentes que atravessam uma pandemia, como o fechamento de escolas, mudanças na rotina, redução de atividades físicas e de interação social, está a excessiva utilização de equipamentos eletrônicos (tempo de tela).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria, no Manual de Orientação #MenosTelas #MaisSaúde (2020), “as mídias preenchem vários vácuos, temporal ou existencial, desde não ter o que fazer, distrair, falta de apego, abandono afetivo ou mesmo pais ocupados, estressados ou cansados demais para dar atenção aos seus filhos”, o que, em casos extremos, poderia levar à dependência digital. Nesse sentido, são formuladas recomendações para o uso mais adequado dos equipamentos eletrônicos, tais como limitar, de 1 a 2 horas por dia, o tempo de tela para crianças de 6 a 10 anos e oferecer alternativas de atividades lúdicas.

O uso das telas, favorece o sedentarismo, desestimulando as crianças a brincarem no sentido tradicional da palavra e a se movimentarem. Além dos possíveis danos à saúde física e emocional das crianças, essa onipresença da tecnologia tem interferido no ato lúdico, descrito por vários autores como essencial ao seu desenvolvimento. O brincar tem um potencial que vai muito além da imaginação, constitui-se num fazer que organiza emocionalmente a criança. As brincadeiras e os jogos são práticas sociais que ajudam a desenvolver habilidades socioemocionais que serão utilizadas durante toda a vida. Brincando a criança interage com o ambiente e com o seu emocional, construindo conhecimento, aprendendo a socializar, buscando uma forma de equilíbrio entre ela e o mundo.

O psicanalista Winnicott, que trouxe um olhar terapêutico e repleto de subjetividade ao brincar, compreende que somente através dessa prática, o indivíduo, criança ou adulto, pode desenvolver a sua criatividade. Segundo Belo e Scodeler (2013, **apud** WINNICOTT, 1971/75: 15), “para todo ser que chegou a se constituir como uma unidade, existe uma realidade interna, um mundo interno que pode ser rico ou pobre”. Assim existiria uma terceira parte da vida de um ser humano, uma área de experimentação, para onde vão aspectos tanto da nossa realidade interna

quanto da vida externa. É nesse espaço que o brincar se constitui, criando e recriando, como um espaço criativo e lúdico. Do mesmo modo, Cebalos et. al (2013, **apud** PIAGET, 1971) afirma que “o desenvolvimento da criança acontece através do lúdico, ela precisa brincar para crescer”.

Importante não perder de vista que, ao brincar, a criança adentra em um mundo imaginário e lúdico do qual só ela tem a senha. Segundo Bernardi (2016, **apud** STRAGLIOTTO, 2008), “por meio da brincadeira, ela tem a oportunidade de elaborar conflitos e fantasias inconscientes, desenvolver sua capacidade de criatividade, aprender a controlar seus impulsos e a lidar com seus medos”.

Com base nesses dados e considerando o momento pandêmico e desafiador que o planeta enfrenta, em especial as crianças, privadas do brincar como forma de integração e interação social, foi desenhado um projeto de intervenção na forma de uma oficina online denominada Pote do Tédio. Essa proposta buscou colaborar com a diminuição do tempo de tela e com o resgate da importância do brincar tradicional. Chamamos de brincar tradicional as brincadeiras antigas, como pular corda, desenhar, bolinha de gude, pião, amarelinha e tantas outras, que, na contemporaneidade, vêm sendo substituídas por brinquedos tecnológicos.

## METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão bibliográfica baseada na análise da literatura já publicada sobre os efeitos de condições adversas, a exemplo de uma pandemia, incluindo-se estudos recentes sobre a Covid-19, dando especial enfoque ao uso excessivo de eletrônicos por crianças.

O público-alvo definido para a intervenção foi constituído por crianças em idade escolar, na faixa etária entre 8 e 9 anos, que foram selecionadas entre alunos de uma escola de ensino fundamental de Salvador.

Antes da intervenção, foi enviado um questionário às mães, para avaliar o tempo de tela das crianças. Os resultados desse instrumento apontaram para um uso superior ao máximo de 2 horas por dia preconizado pela Sociedade Brasileira de Pediatria, variando de 2 horas e 30 minutos a 11 horas. Apesar desse resultado, apenas uma mãe informou que não estabelecia horário para a utilização dos eletrônicos.

A Oficina Pote do Tédio foi realizada por meio do aplicativo Skype, com a participação de 5 mães e suas(seus) filhas(os), sendo 4 meninas e 1 menino.

Inicialmente realizou-se uma prática de respiração, utilizando a técnica de “cheirar a flor e soprar a vela”, para exercitar a presença e preparar as crianças para a atividade, seguida de uma “roda de conversa” sobre os impactos da pandemia na rotina das famílias, dando ênfase ao aumento do uso dos eletrônicos.

Após essa sensibilização, foi realizado o convite para a construção do Pote do Tédio, inspirado na proposta da psicóloga estadunidense, Laura Markham. A ideia seria que as crianças, junto com as mães, listassem brincadeiras e atividades lúdicas em pedaços de papel e os colocassem em um pote, para que fossem retirados nos momentos de tédio, em forma de sorteio para a realização das atividades, em alternativa às telas.

Inicialmente convocou-se as mães para compartilharem ideias de brincadeiras com as(os) filhas(os), criando-se um momento de troca de experiências entre o grupo. A partir daí, várias ideias foram surgindo a exemplo da brincadeira de pular elástico, do jogo de capitão com pedrinhas, desenhar, pular amarelinha, brincar de comidinha etc.

Após essa tempestade de ideias, cada criança começou a escrever nos papéis coloridos, colocando-os nos seus potes, os quais foram previamente enviados pelas discentes. Enquanto escreviam, interagiam umas com as outras, com as mães e com as alunas, compartilhando suas ideias para as brincadeiras.

Ao final foi realizada uma síntese do trabalho e um convite para que as crianças continuassem a encher os seus potes com novas brincadeiras e que efetivamente utilizassem o recurso em detrimento das telas.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

Em resposta ao questionário enviado após a intervenção, todas as mães referiram ter havido uma diminuição do tempo de utilização dos aparelhos eletrônicos pelas crianças. Nos dias que se seguiram à intervenção, tivemos a informação de que as crianças levaram a experiência do Pote do Tédio para os colegas de escola durante as aulas online. Além de mostrarem os seus potes e de proporem a realização em grupo de atividades deles extraídas, ainda incentivaram os colegas a construir um igual.

Só o tempo poderá mostrar se o Pote do Tédio reduziu efetivamente o número de horas de tela dos pequenos. Contudo, um dado interessante apareceu na

oficina: o fato de as crianças não terem escolhido brincadeiras envolvendo eletrônicos como opção de atividades para os seus potes. Apesar da amostra ser insignificante do ponto de vista estatístico, esse aspecto acende uma luz sobre o significado do brincar para as crianças, que continua sendo associado mais às brincadeiras tradicionais do que às atividades realizadas no meio virtual.

Diante disso, o Pote do Tédio pode ser visto como um recurso com potencial importante para a redução do tempo de tela, o qual, como vimos anteriormente, teve um aumento considerável neste ano de pandemia. A sua construção também seria uma possibilidade da família desfrutar de um tempo de qualidade, sendo possível aos pais compartilhar histórias e revisitar momentos felizes da infância, resgatando assim a importância do brincar, tão fundamental para o desenvolvimento da criança, para que ela expresse aquilo que pensa e, principalmente, o que sente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Num ano pandêmico, em que a comunidade acadêmica teve que se reinventar, passando a funcionar cem por cento de forma virtual, o grande desafio deste projeto seria a implementação da oficina. E foi justamente o mundo digital que nos deu a solução para driblarmos o distanciamento social: a oficina online foi a solução encontrada para interagir com o nosso público-alvo.

A experiência da intervenção do Pote do Tédio com as crianças, como sendo o nosso primeiro projeto de intervenção, foi rica em todas as etapas, desde o pensar o tema, a ampliação da pesquisa, a revisão da literatura sobre a importância do brincar no desenvolvimento infantil, a construção do questionário; até o momento da execução do projeto. Foi extremamente gratificante trabalhar com essa ferramenta de disciplina positiva, capaz de potencializar as habilidades das crianças para construírem os seus recursos emocionais e solucionarem o sentir-se entediadas.

O feedback recebido após a oficina constitui um reforço da ideia do projeto do Pote do Tédio ser uma alternativa lúdica e empática para que as crianças reduzam o tempo de uso de tela e tenham uma ferramenta de elaboração de emoções a partir desse recurso valioso que é o brincar. Além disso, pode ser também um facilitador da interação familiar, possibilitando aos pais acessarem, no baú da imaginação das suas crianças interiores, as suas brincadeiras preferidas e eternizadas nas suas infâncias para serem compartilhadas com suas(seus) filhas(os).

### Segundo Fantin (2006):

[...] é fundamental criar condições para as crianças se alimentarem de uma boa “dieta lúdico cultural” e experimentarem de tudo um pouco: brincar junto à natureza, brincar com brincadeiras tradicionais (ouvir e contar histórias, cantar, dançar, jogar, representar), brincar com jogos eletrônicos e muito mais. Além disso, é fundamental aproximar a criança do mundo da cultura mais ampla de forma contextualizada: contando e lendo histórias; levando para passear e brincar junto à natureza; [...] informando com imagens (quadros, gravuras, fotografias, filmes, programas de televisão, sites na internet) e sons (músicas dos mais diferentes tipos), no sentido de enriquecer suas experiências.

Trazer para as crianças essa “dieta lúdico cultural”, essa possibilidade de nutrir uma imaginação criativa ao construírem seus potes, recheados de brincadeiras, tradições e histórias para contar, nos trouxe uma reflexão sobre a nossa relação com a tecnologia e sobre a nossa prática profissional no campo da psicologia infantil. Vimos o quão é fundamental à(ao) psicóloga(o), além de adquirir um repertório técnico de ferramentas e se atualizar em relação ao universo infantil, estar atenta(o) ao seu trabalho pessoal, já que a interação com esse público ativa a sua própria criança. Só assim seremos capazes de lidar, com firmeza e sutileza, com o pensamento concreto (mágico) e rico do universo lúdico e imaginário das crianças, que traz na sua subjetividade tanta delicadeza.

1400

### REFERÊNCIAS

BELO, Fábio; SCODELER, Kátia. A importância do brincar em Winnicott e Schiller. **Tempo psicanal.**, Rio de Janeiro, v. 45, n. 1, p. 91-101, jun. 2013. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=So101-48382013000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So101-48382013000100007&lng=pt&nrm=iso). Acessos em: 09 de out. 2020.

BERNARDI, Denise. Reflexões acerca do brincar e seu lugar no infantil. **Rev. bras. psicoter.** 2016;18(1):82-92. Disponível em: [https://rbp.celg.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=192](https://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=192) Acesso em: 30 de nov. 2020.

CEBALOS, Najara Moreira; MAZARO, Renata Arantes; ZANIN, Mariângela; CERALDI, Marco Paolo Correa. Atividade lúdica como meio de desenvolvimento infantil. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 16, nº 162, Nov. de 2011. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd162/atividade-ludica-como-meio-de-desenvolvimento.htm#:~:text=O%20brincar%20%C3%A9%20uma%20maneira,conhecer%20compreender%20e%20construir%20conhecimentos>. Acesso em: 09 de out. 2020.

DUNKER, Cristian. **Psicanálise do tédio**. 2019. (9m56s). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=aPYbkoQl87E> Acesso em: 06 de out. 2020.

FANTIN, Mônica. As crianças e o repertório lúdico contemporâneo: entre as brincadeiras tradicionais e os jogos eletrônicos. **Revista Espaço Pedagógico**, v. 13, n. 2, p. 9-24, 6 ago. 2018. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rep/article/view/7829> Acesso em: 30 de nov. 2020

FERNANDES, Marcella. Tédio na quarentena? O que há por trás da queixa da ‘falta do que fazer’ no isolamento Huffpost, 2020. Disponível em: [https://www.huffpostbrasil.com/entry/tedioisolamentosocial\\_br\\_5e881b18c5b6e7d76c642504](https://www.huffpostbrasil.com/entry/tedioisolamentosocial_br_5e881b18c5b6e7d76c642504). Acesso em: 04 de out. 2020.

HADDERS-ALGRA, Mijna. Interactive media use and early childhood development, **J. Pediatr. (Rio J.)**, Porto Alegre, v. 96, n. 3, p. 273-275, June 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572020000300273&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572020000300273&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 05 de out. 2020.

LINHARES, Maria Beatriz Martins; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 37, e200089, 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103166X2020000100510&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103166X2020000100510&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 03 de out. 2020.

OMS decreta a pandemia do novo coronavírus. Saiba o que isso significa. Saúde Abril, 2020. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/oms-decreta-pandemia-do-novo-coronavirus-saiba-o-que-isso-significa/> Acesso em: 02 de out. 2020.

1401

QUATRIN, A. N.; CASSEL, P. A. Between play and the screen: the repercussions on children’s emotional development. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 9, n. 8, p. e625985827, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.5827. Disponível em: <https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/5827>. Acesso em: 9 de out. 2020.

SAFADI, Marco Aurélio Palazzi. As características intrigantes da COVID-19 em crianças e seu impacto na pandemia. **J. Pediatr. (Rio J.)**, Porto Alegre, v. 96, n. 3, p. 265-268, June 2020. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572020000300265&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572020000300265&lng=en&nrm=iso)>. access on 08 Oct. 2020. Epub June 29, 2020. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2020.04.001>.

Sociedade Brasileira de Pediatria [Internet]. Rio de Janeiro: SBP; (2019-2020). Manual de orientação: #MenosTelas #MaisSaúde. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22246c-ManOrient\\_-\\_MenosTelas\\_MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas_MaisSaude.pdf) Acesso em: 08 de out. 2020.

Sociedade Brasileira de Pediatria (2020, 11 de fevereiro). *SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital*. Rio de Janeiro: Autor. Recuperado de <http://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/> Acesso em: 08 de out. 2020.

VARELLA, Mariana. Uso excessivo de celulares pode ser prejudicial à criança.

Portal Drauzio Varella, 2020. Disponível em:  
<https://drauziovarella.uol.com.br/coluna-2/uso-excessivo-de-celulares-pode-ser-prejudicial-as-criancas-coluna/>. Acesso em: 05 de out. 2020