



Licenciatura en Producción de Simuladores y Videojuegos

***El desarrollo de juegos personales como forma de
arteterapia***

Alumno:

García Agustín
legajo: B00051081-T8

Tutor:

Ing. Sebastián Blanco

Índice General

Índice General	2
Tabla de Gráficos	3
1 Introducción	4
1.1 Antecedentes	5
2 Objetivos:	6
2.1 Objetivos Específicos:	7
3 Marco teórico	7
Videojuegos implícitamente personales	8
Videojuegos explícitamente personales	9
Pequeños juegos personales	9
¿Qué es una Game Jam?	10
Game Jams como medio de expresión	11
4 Método	11
4.1 Instrumentos de recolección de datos	12
4. 2 Población y Muestra	13
5 Resultados	13
Juego del sujeto 1: Tu juego	13
Juego del sujeto 2: Ecos	14
Juego del sujeto 3: No seré el río	15
Encuesta realizada a los participantes	15
5.1 Análisis de resultados	19
5.2 Discusión	20
6 Conclusión	21
7 Bibliografía	22
Videojuegos referenciados	22
Trabajos referenciados	22
Páginas web referenciadas	23
Anexo 1 Preguntas que se les realizaron a los desarrolladores en sus entrevistas	24
Anexo 2. Cuestionario enviado a los sujetos	25
Anexo 3. Entrevista sujeto 1	26
Anexo 4. Entrevista sujeto 2	30
Anexo 5. Entrevista sujeto 3	34

Tabla de Gráficos

Gráfico 1: Resultados respecto a si el crear el videojuego ayudó a comprender mejor los sentimientos planteados en el mismo.

Gráfico 2: Resultados respecto a si el crear el videojuego facilitó expresar sentimientos difíciles.

Gráfico 3: Resultados respecto a si el crear el videojuego ayudó a reducir su estrés.

Gráfico 4: Resultados respecto a si el crear el videojuego generó una calma emocional sobre el tema tratado.

Gráfico 5: Resultados respecto a consideraban que su videojuego fue una buena herramienta de regulación emocional.

Gráfico 6: Resultados respecto a consideraban que su videojuego mejoró su estado emocional al terminarlo.

Gráfico 7: Resultados respecto a consideraban que su videojuego podría ayudar a demás personas con problemas similares.

Gráfico 8: Resultados respecto a consideraban repetir la experiencia

1 Introducción

Dada la amplia variedad de herramientas públicas disponibles para la creación de videojuegos, estos se han convertido en un medio de expresión accesible y viable para explorar distintas emociones, pensamientos y experiencias. Plataformas como Unity, Unreal Engine permiten que cualquier persona, independientemente de su nivel de habilidad técnica, pueda diseñar su propio mundo interactivo. Esto ha facilitado que los videojuegos ya no sean únicamente productos comerciales o de entretenimiento, sino también herramientas de autorreflexión y catarsis para quienes los crean.

El interés por los vínculos entre salud mental y juegos digitales no se limita a los efectos sobre los jugadores, sino también al diseño de los juegos (Kowert et al., 2021). Considerando que el proceso de desarrollo de videojuegos personales implica creatividad, narrativa y, en muchos casos, autorreflexión, interesa investigar cómo este proceso puede servir como una vía de expresión emocional y catarsis, similar a otras herramientas utilizadas en arteterapia como el dibujo y la narrativa.

Esta investigación busca analizar si el diseño de videojuegos podría funcionar como una herramienta válida y efectiva dentro del campo de la arteterapia a modo de regulador emocional para sus desarrolladores. *La British Association Of Art Therapists* (BAAT, por sus siglas en Inglés) es una organización profesional del Reino Unido dedicada a promover la arteterapia. Esta organización esta práctica como "una forma de psicoterapia que utiliza medios visuales y táctiles para facilitar la autoexpresión y la comunicación" (British Association Of Art Therapists[BAAT], 2024).

En esta investigación no se tendrán en cuenta los **Serious games** como pueden serlo *Foldit* (University of Washington et al., 2008), *Re-Mission* (HopeLab, 2006) y *SPARX* (University of Auckland[UOA], 2013). El término Serious Games se refiere a juegos digitales los cuales buscan no solo entretener sino también enseñar. El objetivo de los Serious Games es aprovechar las últimas tecnologías de juego con fines de aprendizaje, examinando los efectos educativos, terapéuticos y sociales de los juegos digitales (Suriani et al., 2001). Si bien estos juegos pueden tener aplicaciones en terapia (Suriani et al., 2001), sólo considerarán sólo aquellos videojuegos en los que aspectos como la narrativa, mecánicas, sonido, y otros elementos, está comprobado que tienen una relación directa y personal con su desarrollador ya sea de manera implícita o explícita. El presupuesto, tamaño del juego o el estudio que lo produce no serán factores relevantes, siempre que el juego refleje de manera personal la perspectiva del desarrollador. Además para esta investigación, se considerará exclusivamente el uso de estos juegos como ayuda en el bienestar emocional y mental, dejando de lado terapias físicas u otros usos específicos de estos juegos en tratamientos especializados, como por ejemplo en casos de autismo.

En resumen y luego de lo explicado anteriormente surge el siguiente interrogante: ¿El desarrollo de juegos personales puede funcionar a modo de arteterapia?

1.1 Antecedentes

A la hora de desarrollar un videojuego varios procesos creativos convergen para dar lugar a uno solo. Muchos de estos procesos son considerados útiles herramientas en la arteterapia.

Se realizó un estudio para explorar la relación entre la narrativa y la improvisación musical como técnicas para construir una autobiografía terapéutica (Eyre, 2007). La investigación incluyó a cuatro estudiantes de musicoterapia, quienes narraron sus historias de vida y luego improvisaron música sobre cada período. Los resultados revelaron que ambos métodos intensificaron la experiencia emocional y permitieron una mayor autocomprensión. Este trabajo sugiere implicaciones para integrar la música y la narrativa en prácticas clínicas y de investigación.

Franco (2016) exploró el uso de videojuegos como herramientas terapéuticas en el contexto de la terapia narrativa, enfocándose en su capacidad para permitir a los clientes externalizar problemas y reescribir sus experiencias. La población del estudio incluyó a individuos que ya estaban tomando sesiones de terapia y se los puso a jugar videojuegos de rol (RPG) debido a la complejidad de su narrativa y al potencial que le dan al jugador para crear su propia historia dentro del juego. Los resultados sugieren que los RPG ayudan a los clientes a identificar y modificar narrativas personales problemáticas, pudiendo funcionar como una herramienta más en la terapia narrativa.

Existen videojuegos como lo son *Passpartout: The Starving Artist* (Flamebait Games, 2017), *Colors Live* (Collecting Smiles, 2021) o *Crayon Physics Deluxe* (Kloonigames, 2009) que incluyen elementos de dibujo y coloreado. Estos juegos están emergiendo como nuevas herramientas terapéuticas debido a que no solo fomentan la creatividad, sino que también permiten a los jugadores explorar sus sentimientos en un entorno interactivo, abriendo un diálogo similar al que se logra en las sesiones de arteterapia. En 2024 se investigaron los efectos terapéuticos de los videojuegos que incluyen elementos de dibujo y coloreado para la salud mental (Guo et al., 2024). El objetivo del estudio de Guo y los demás autores era analizar cómo estas actividades dentro de los videojuegos pueden mejorar el bienestar mental de los jugadores, reduciendo el estrés, la ansiedad, y fomentando el control emocional. Para el experimento, se seleccionaron cinco videojuegos, entre ellos *Chicory: A Colorful Tale* (Wishes Ultd. et al., 2021) y *Draw a Stickman: EPIC* (Hitcents, 2013), debido a su integración de mecanismos de coloreado y dibujo. Los investigadores jugaron estos juegos, y midieron el impacto en los jugadores en tres aspectos principales: libertad creativa, interactividad y capacidad de inmersión. Cada videojuego fue analizado en función de sus efectos sobre el comportamiento emocional y cognitivo de los participantes. Para medir los efectos del estudio, se observaron las reacciones de los jugadores en tiempo real durante las sesiones de juego, se analizaron los elementos artísticos utilizados, y se recopilaron datos sobre los efectos terapéuticos. Los resultados revelaron que los videojuegos con coloreado ayudaron a reducir el estrés, la soledad y la ansiedad, mientras que los videojuegos con elementos de dibujo incrementaron el enfoque, la creatividad y el control emocional (Guo et al., 2024).

De la búsqueda de estos antecedentes mencionados se observó que la mayoría de las investigaciones centradas en videojuegos como arteterapia centran su visión en el jugador, dejando de lado al desarrollador de los mismos.

2 Objetivos:

El objetivo principal de esta investigación es el de indagar si hay una posibilidad de que el proceso de desarrollo de videojuegos personales pueda actuar como una forma de arteterapia, influyendo en el bienestar emocional y general de los desarrolladores con respecto a la temática que toquen en el juego.

2.1 Objetivos Específicos:

1. Examinar los métodos y procesos utilizados por los desarrolladores para crear estos juegos.

3 Marco teórico

Los videojuegos además de ser formas de entretenimiento, pueden ser vehículos para la reflexión profunda, la emoción y la experiencia estética. Rusch (2016) plantea que los diseñadores pueden utilizar mecánicas y narrativas para crear juegos que trasciendan las convenciones de la jugabilidad, buscando desarrollar una "profundidad" emocional y filosófica que invite a los jugadores a explorar temas complejos, similares a las experiencias que ofrecen otras formas de arte como el cine o la literatura. Ella destaca el uso de la metáfora como una herramienta esencial. A través de estas metáforas, tanto en el arte como en los videojuegos, es posible expresar temas profundos como los relacionados a la condición humana de manera interactiva. Los juegos pueden abordar la experiencia humana a su manera y hacerla tangible a través del juego. Anhelamos medios que nos ayuden a darle sentido a esta cosa curiosa y antigua llamada vida, nuestro rol en ella y lo que todo significa (Rusch, 2017).

Por otro lado Magnuson (2019) propone una aproximación poética al diseño de videojuegos, donde la estructura, el ritmo y el lenguaje poseen un papel crucial en la experiencia del jugador, de manera que el juego se convierta en una forma de expresión lírica, más allá de la simple narrativa o mecánica de juego. Él sostiene que ciertos videojuegos, como *Passage* (Jason Rohrer, 2007) o *The Graveyard (Tale of Tales, 2008)*, funcionan de forma similar a la poesía lírica: son cortos, introspectivos y exploran experiencias internas de sus personajes o desarrolladores, más que enfocarse en objetivos o mecánicas complejas. Magnuson dice que sus juegos no buscan ser tradicionales; son intentos de transmitir emociones, estar presente en el momento y sentarse con una emoción particular. A través de representaciones simples, simbolismo, metáfora y ritmo, estos videojuegos se convierten en formas de poema: cortos y profundamente personales, acerca de lo que experimento, veo, aprendo, lo que me inspira y lo que temo. Intentan capturar sentimientos básicos como la soledad o la simplicidad de caminar durante horas con mi hijo (Magnuson, 2019).

En la actualidad existen desarrolladores como Jenova Chen, Nina Freeman, Adam Robinson-Yu los cuales han expresado el cómo sus experiencias personales influyen en el diseño de sus juegos.

Uno de los videojuegos más conocidos en los que Chen ha trabajado es *Flower* (Thatgamecompany, 2009). En este juego los jugadores controlan un pétalo de flor que flota y se desplaza por hermosos paisajes naturales. El objetivo es recoger más pétalos a medida que el jugador navega por el entorno, interactuando con el viento y otras flores. La experiencia se centra en la exploración, el relajamiento y la conexión con la naturaleza. En una entrevista que se le realizó a Chen para la página *Digital Spy* Cheng expresó que como alguien que ha crecido totalmente en la ciudad, desea la naturaleza pero, al mismo tiempo, no puede vivir completamente en ella. Hay muchos aspectos de la vida urbana que le desagradan, pero también hay otros de los que está profundamente enamorado y apegado. Así que la historia del viaje de un pétalo de flor hacia la ciudad y la historia de una ciudad gris que cobra vida suceden en su juego es un sueño ideal en el que la naturaleza y la ciudad pueden unirse en armonía (Chen, 2009).

El apartado personal en estos juegos puede ser más explícito o implícito, hay juegos que son mucho más directos respecto a lo personal que son. Hay algunos juegos que sin la existencia de material adicional como lo son las entrevistas a sus creadores no tendríamos mucha idea su origen y lo influenciados que se ven por vivencias personales.

Videojuegos *implícitamente personales*

God of War (Santa Monica Studio, 2022) también puede ser un gran ejemplo de cómo las experiencias personales pueden afectar el desarrollo de un videojuego. *God of War* (GOW) es una saga de videojuegos creada en el 2005. En ella se cuenta la historia de Kratos, un guerrero espartano, mientras lucha contra dioses, criaturas mitológicas y enfrenta su destino. En 2018 con la salida de su cuarta entrega los desarrolladores decidieron darle un enfoque diferente al juego, los creadores optaron por una narrativa más profunda y emocional, alejándose del enfoque de pura acción y violencia que caracterizaba las entregas anteriores. El protagonista, Kratos, ya no es el joven guerrero impulsivo de antaño, sino un hombre maduro que busca redimir su pasado y proteger a su hijo. La decisión de tomar este rumbo en la saga viene por parte del crecimiento y madurez de sus desarrolladores, especialmente del director del juego Cory Barlog. Al estar pasando por la paternidad quisieron expresar mucho de lo que sentían en el juego dando como resultado una experiencia muy diferente a los anteriores juegos. Tanto Barlog como su equipo de desarrollo mencionan que fueron sus propias autorreflexiones al principio de la paternidad las que le hicieron darse cuenta de que había mucho de lo que se podía explorar, uno de los temas centrales era la idea de la identidad: ¿cuánto de ellos mismos mostraban a sus hijos? (Barlog, 2022)

A Short Hike (adamgryu, 2019) es un videojuego del diseñador canadiense Adam Robinson-Yu. Es un juego de aventura del mundo abierto en que el jugador tiene la tarea de llegar a la cima de una montaña para obtener la recepción del teléfono móvil. El jugador posee la libertad para explorar la isla en la que se encuentra con total libertad, pudiendo

aprovechar el tiempo para hablar con los personajes que se encuentran en ella, encontrar tesoros ocultos o simplemente caminar a su ritmo o relajarse escuchando la banda sonora haciendo actividades como pescar. Es un videojuego muy relajante y esto es algo que su desarrollador buscaba activamente. Adam dice que este juego es muy personal para él, durante el desarrollo del juego él aseguró estar pasando por momentos de gran ansiedad y estrés, él lo que quería es crear un juego para poder sobrellevar esto, apreciar la naturaleza y las relaciones con las demás personas (Robinson-Yu, 2020).

Celeste (Extremely OK Games, 2018) es un videojuego de plataformas desarrollado por Maddy Thorson y su equipo. La historia sigue a Madeline, una joven que emprende el desafiante ascenso de la montaña *Celeste* mientras enfrenta sus propios miedos y luchas internas. A través de su jugabilidad exigente y su conmovedora narrativa, el juego explora temas como la ansiedad, la autoaceptación y la perseverancia. Según Maddy Thorson, partes de la historia de *Celeste* y sus personajes están basados en vivencias personales. Además el desarrollo del juego tuvo un impacto profundo en su vida, marcando momentos significativos tanto en su crecimiento personal como en su identidad. A través del desarrollo y la recepción del juego, comenzó a explorar su identidad de género, un proceso que inicialmente no tenía intención de hacer público, pero que terminó compartiendo debido a la conversación que surgió en torno a los temas trans presentes en la historia. Thorson también destaca cómo el juego influyó en su trayectoria personal, desde conocer a su pareja hasta la llegada de su hijo, y cómo la comunidad de *Celeste* ha mantenido viva la obra con su creatividad. Sin embargo, siente la necesidad de seguir adelante y dejar atrás esa etapa. (Thorson, 2022).

Videojuegos explícitamente personales

That dragon cancer (Numinous, 2016) es un videojuego desarrollado por Ryan y Amy Green, en él se relata la dolorosa batalla de su hijo Joel contra el cáncer terminal. A través de una narrativa interactiva, el juego invita al jugador a experimentar el sufrimiento, la esperanza y, finalmente, la pérdida. La misma premisa del juego delata lo extremadamente personal que es para sus desarrolladores. Lo que más se destaca de este videojuego en sus reseñas es el cómo conecta con el jugador, la facilidad que tiene para transmitir grandes sentimientos con cada uno de sus momentos. Según Amy y Ryan esa fue una de las partes más complicadas a la hora de realizar el juego, eso fue lo que declararon en una entrevista realizada para el foro de internet *Indie Gamer "Chick"*. Ryan cuenta como normalmente exploraba lo que se sentía al estar en el hospital, o en el momento de escuchar noticias duras una y otra vez y las anotaba. Gran parte de lo que escribió durante la enfermedad de Joel era poesía o arte que publicaba en su blog. Para él, esta perspectiva desarma emocionalmente a las personas, permitiéndoles identificarse con pensamientos que no siempre se expresan abiertamente (Green, 2016).

Kevin(1997-2077) (Du, 2024), es un juego de exploración y desciframiento de lenguajes donde los jugadores deberán explorar un mapa el cual se encuentra en un lenguaje inventado. Si el jugador posee la habilidad de leer y descifrar el lenguaje inventado por el autor, se sumergirá en las emociones más profundas e íntimas del protagonista, desbloqueando una narrativa que revela su verdadero ser. El apartado personal de este juego se ve claramente en

su premisa. Es un título basado en la narrativa y la exploración, donde el jugador debe descifrar un lenguaje único para entender la historia de la vida del propio Kevin, el autor del juego. Es un videojuego que busca sumergir al jugador en sus emociones más profundas e íntimas, desvelando una narrativa que desvela su verdadero yo siendo un puente entre el desarrollador y los jugadores (Du, 2024).

Dys4ia (Anthropy, 2012), es un videojuego autobiográfico en el que se narra, a través de una serie de viñetas interactivas, la experiencia de la autora en los seis meses iniciales de su terapia de reemplazo hormonal. El objetivo principal no es servir como una guía definitiva sobre la terapia de reemplazo hormonal, sino capturar la experiencia emocional de la transición en la década de 2010, con la intención de que otras personas trans puedan sentirse identificadas (Anthropy, 2012).

Herramientas para la creación de narrativas personales

Un juego puede ser personal para su desarrollador independientemente del presupuesto que tenga o el dinero que recauda. Las herramientas de creación de videojuegos gratuitas como Unity, Unreal y Godot han abierto nuevas posibilidades para los creadores más pequeños, permitiendo que personas con diferentes niveles de experiencia y recursos puedan desarrollar sus propios proyectos. Un ejemplo de esto es el motor Bitsy. Creado por Adam le Doux, Bitsy es un pequeño motor de videojuegos basado en navegador que ha ganado popularidad por su facilidad de uso y su capacidad para reducir las barreras técnicas y de tiempo en la creación de juegos. Al reducir las barreras para crear juegos y el tiempo necesario para hacer uno, programas como Bitsy han ayudado a diversificar las voces, temas y perspectivas en los videojuegos. Entre estos temas se incluyen cuestiones que los videojuegos comerciales no suelen tratar (Fiadotau, 2022).

Juegos como *Discomfort Zone* (Tomkow, 2018). Un juego narrativo 2D pixel-art sobre la depresión, el trastorno de ansiedad, la desesperación y la recuperación. El juego ofrece una visión realista, sin filtros y a veces incómodamente personal de la depresión y el trastorno de ansiedad a través de los ojos de alguien que padece estas afecciones, fomentando la comprensión y compartiendo la experiencia con un público más amplio. El juego aborda muchos temas relacionados con la depresión y la ansiedad: la preocupación, la soledad y los pensamientos de autodesprecio, pero también la esperanza y la búsqueda de fuerzas para seguir adelante cuando todo parece perdido (Tomkow, 2018). *Take a Piss Like a Woman* (Velvet, 2021) se centra en una experiencia narrativa interactiva en la que el jugador tiene una conversación mientras orina. La obra aborda temas relacionados con la identidad de género, la experiencia trans.

Estos juegos son claros ejemplos de las posibilidades que estas nuevas herramientas proveen, puede que sean limitadas en cuanto a lo técnico sin embargo se han creado comunidades activas alrededor de ellas debido a su potencial narrativo a la hora de desarrollar un juego mucho más personal. El impacto de estos juegos y herramientas es notorio en la comunidad demostrando un interés genuino, esto puede verse en eventos como el *BITSY FEST* una *Game*

Jam la cual se realiza de manera anual y cuenta con la participación del mismo Adam le Doux. En la edición del 2023 se subieron 43 juegos, uno de los más destacados es el de Alicia. El usuario que lleva ese nombre en su perfil de itch.io actualmente es incontactable, sin embargo es una usuaria bastante activa en la comunidad siendo una de las creadoras de la *BITSY FEST* junto a Doux. Es una desarrolladora y creadora de experiencias interactivas con un enfoque personal e introspectivo. Su trabajo se centra en temas de identidad de género, salud mental y experiencias personales. Algunas de sus creaciones destacadas incluyen:

SPELLBOUND, un juego narrativo en 2D que aborda la experiencia personal de Alicia con la depresión, el trastorno de estrés postraumático y pensamientos suicidas. Los jugadores experimentan una sesión de terapia desde la perspectiva de un personaje que comparte estas condiciones. *SEX WORK IS WORK*, este juego se inspiró en experiencias personales desde su propia perspectiva como ex trabajadora sexual. *Isn't it nice?*, un juego creado con Bitsy basado en una experiencia real de Alicia en una peluquería. Los jugadores reviven una situación desde su perspectiva, abordando temas como la transición de género, la identidad de género, la transfobia y la misoginia.

Definiendo que es una *Game Jam*

Una *game jam* es un evento en el que los participantes se reúnen por un tiempo limitado (que puede ser de unas horas o varios días), para crear un videojuego desde cero. Las Game Jams pueden ser eventos multitudinarios celebrados en salas de conferencias y laboratorios informáticos, o pueden ser eventos íntimos. Otros son eventos exclusivamente en línea, en los que la gente trabaja al mismo tiempo en sus casas y comparte los resultados en un sitio web. El ingrediente clave de una Game Jam es la presión del tiempo. Ya sea un fin de semana de 48 horas, un fin de semana, una semana entera o unas pocas horas, el atributo esencial que comparten todas las Jams es un plazo limitado. El plazo obliga a los participantes a acelerar el código. A tomar atajos. Generalmente, se establece un tema específico para guiar la creación. Estos eventos permiten a los participantes enfocarse en crear algo rápidamente, priorizando la expresión de ideas y mecánicas sobre la perfección técnica. En las *game jams*, la limitación temporal y los temas a menudo imponen una libertad creativa única, donde los desarrolladores deben encontrar soluciones innovadoras y directas para expresar sus ideas. A veces, las Jam tienen un elemento competitivo: se vota cada propuesta y se proclama un ganador. Tanto si hay votaciones como si no, en las Game Jams no se trata de ganar o perder. son eventos comunitarios, muy sociales, llenos de camaradería con tus colegas desarrolladores de juegos, de tus colegas desarrolladores de juegos. Sea cual sea el formato o las reglas, el objetivo de una Game Jam es crear tu propio juego lo antes posible. lo antes posible (Kultima, 2015; Kaitila, 2012).

***Game Jams* como medio de expresión**

Remember the Dead es una Game Jam organizada en *itch.io* por un usuario el cual lleva por nombre de cuenta Turtle Games en 2017, con el objetivo de crear juegos que honraran y

recordaran a seres queridos que ya han fallecido. Esta jam invitaba a los desarrolladores a crear juegos con un enfoque profundamente personal y significativo. La *Game Jam* según su autor fue creada porque el tema podría empujar a los creadores a sacar algo personal de la creación. Todos los proyectos lo hacen, sea cual sea el tema, se espera que este tema dirigiera esa energía hacia algo único con respecto a otras jam (Tartle Games, 2017).

Fue un evento con un impacto muy pequeño al cual pocos juegos fueron subidos, dentro de esta *Game jam* se destaca un juego desarrollado por el mismo creador de la misma. *Lost Smokes*, es un pequeño juego del género point and click donde el desarrollador buscaba recordar a su abuela fallecida. En el juego encarnamos al propio desarrollador, poniéndonos en su papel deberemos buscar los cigarrillos que nuestra abuela nos pide. Durante semanas antes de la *game jam*, el desarrollador pensó en cómo podría abordar esta idea, pero al inicio de la jam aún no tenía claro cómo ejecutarla. No fue hasta que comenzó a hacer bocetos de una habitación de la casa de sus abuelos como un ejercicio para recordar que surgió la idea de un juego de búsqueda. A pesar de que ya había empezado la secuencia de introducción del juego, el concepto completo no se formó hasta que este ejercicio de dibujo le ayudó a reconectar con los recuerdos espaciales de la casa. El autor define todo este proceso como tremendamente sentimental porque así debe ser, es un juego que en sus palabras él realizó para él mismo, no para los jugadores (Tartle Games, 2017).

Todos estos elementos muestran que los videojuegos poseen un profundo potencial para expresar experiencias personales, emocionales y filosóficas. A través de las narrativas y mecánicas de juego, los desarrolladores pueden transmitir aspectos íntimos de sus vidas creando experiencias que van más allá de la simple diversión. La capacidad del videojuego para funcionar como una forma de autoexpresión y como vehículo de emociones y pensamientos profundos lo podría convertir en un medio de comunicación poderoso, similar a otras formas de arte como el cine o la literatura. De acuerdo con lo observado, una *Game Jam* que promueva la creación de juegos personales ofrecería a los desarrolladores una oportunidad de utilizar este medio interactivo como una forma de autoexpresión con un potencial terapéutico.

4 Método

Esta investigación responde a un diseño mixto preponderantemente cualitativo de teoría fundamentada (Hernández Sampieri y Mendoza Torres, 2018). La elección de este tipo de estudio se debe a que el objetivo principal de la investigación es explorar en profundidad la experiencia subjetiva y emocional de los desarrolladores de videojuegos durante el proceso creativo.

4.1 Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizarán 3 instrumentos. La realización de un experimento en forma de *Game jam* de videojuegos, una entrevista semiestructurada (Ver anexo 1) con los participantes del mismo y una encuesta realizada en Google Forms (Ver anexo 2)

El experimento consistió en la organización de una *Game Jam* en la página *Itch.io* con una duración de una semana. A los participantes se les hará una entrevista semiestructurada luego de la finalización de la misma. El propósito de esta jam es permitir que los participantes desarrollen un videojuego basado en alguna temática que sea personal para ellos (la pérdida de un ser querido, soledad, una ruptura amorosa, etc). Los pasos a seguir del experimento serían los siguientes:

1-Creación de la Jam:

Itch.io permite crear jams de manera rápida y sencilla, ajustando su fecha de inicio y final según conveniencia y permitiendo el acceso a cualquier persona interesada en participar. La plataforma también ofrece herramientas para gestionar y personalizar la jam, facilitando el proceso tanto para el organizador como para los participantes.

2-Anuncio de la Jam:

La jam se anunciará en varios canales de comunicación, incluyendo grupos de Discord, redes sociales y listas de correo. El anuncio incluirá un formulario que las personas deberán completar si desean inscribirse.

3-Inscripción:

En el formulario los participantes deberán dar su nombre de usuario de *Itch.io*, mail de contacto y decir cuantos juegos tienen publicados hasta el momento. Además el formulario contiene las reglas para participar del experimento. La jam será individual y al aceptar participar se acepta el ser entrevistado para luego publicar los resultados de forma anónima. En el formulario además se agregaron videojuegos personales para que les sirvan como guía a los participantes por si no saben que hacer o no tienen ideas.

Durante la jam los participantes realizarán un juego que aborde alguna temática personal suya que les generan cierta incomodidad. Lo personal puede reflejarse en las mecánicas / game feel, apartado audiovisual y/o narrativa. La jam durará una semana.

Tras la conclusión de la jam, a los participantes se le realizará una entrevista semiestructurada para obtener información sobre cómo se siente luego de realizar el juego. Esta entrevista buscará explorar la experiencia subjetiva y emocional de los participantes durante y después de la creación de sus videojuegos. Se pretende comprender cómo el proceso creativo influye en su percepción del tema tratado y en su bienestar emocional general. Se buscará que las entrevistas duren al menos entre 30 y 60 minutos.

Luego de las entrevistas los participantes deberán completar un formulario en Google Forms con el fin de recolectar respuestas estructuradas y medibles.

4. 2 Población y Muestra

La población serán desarrolladores de videojuegos mayores de edad con mínimo un videojuego publicado, esto es debido a que poseen el conocimiento básico necesario para participar en una jam de videojuegos.

La muestra estará constituida por **3** desarrolladores de videojuegos, de edad mayor a 18 años, seleccionados bajo los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de Inclusión:

1. **Edad:** Todos los participantes cumplan con la mayoría de edad (18 años).
2. **Conocimientos técnicos:** Los participantes deben tener los conocimientos necesarios para desarrollar un videojuego en el plazo indicado. Esto incluye experiencia en el uso de herramientas de desarrollo como Unity o Unreal Engine, y la capacidad para trabajar de manera independiente en la creación de un videojuego.
3. **Acceso a recursos:** Los participantes deben tener acceso a una computadora, consola o cualquier otra herramienta de desarrollo específica que prefieran y que sea necesaria para completar el proyecto.

Criterios de Exclusión:

1. **Falta de conocimientos técnicos:** Se excluirá a aquellos que no cuenten con el conocimiento técnico necesario para desarrollar un videojuego. Los participantes deberán tener al menos 1 videojuego y visible en cualquier página.
2. **Incapacidad para trabajar desde un entorno no controlado:** Los participantes que no tengan acceso a los dispositivos necesarios o que no puedan trabajar desde sus hogares con sus herramientas personales no podrán participar.

5 Resultados

Para la jam se realizaron 3 videojuegos titulados *No seré el río*, *Tu Juego* y *Ecos*. Los 3 fueron desarrollados en una semana.

Juego del sujeto 1: *Tu juego*

El sujeto 1 fue el único que trató de reflejar el apartado de su juego de una forma mecánica. El juego en principio aparenta tener una mecánica genérica sobre recolectar monedas, el jugador debe mover un cubo con el teclado y evitar que las monedas toquen el suelo. Cuando una de las monedas toca el suelo, el juego termina y le pide por favor al jugador que lo cierre. Cada vez que el jugador pierde y cierra el juego, al volverlo a abrir hay elementos que cambian, los gráficos son menos amigables, las instrucciones se vuelven mucho más frías y directas. Lo que antes era un “Hola, bienvenido, estos son los controles” pasa a ser un “Ya sabes lo que tenés que hacer”. Algo muy interesante es que el nombre del archivo del juego cambia cada vez que el jugador lo cierra, pasando de tener el nombre original “Tu juego” a

frases como “Todavía estoy acá” o “Abrime”. Este ciclo de cerrar y volver a abrir el juego para observar sus cambios llega a un punto en el que el nombre del archivo pasa a llamarse “Ya es tarde” y, cuando el jugador intenta abrirlo, aparece un mensaje de error con la misma frase, el jugador ya no puede volver a abrir el juego y ese es el final.

En su entrevista (ver anexo 3), el sujeto 1 explicó el porqué de estos elementos y lo que representan. El dice que todo el proyecto es una metáfora sobre una amistad que, con el tiempo, se va perdiendo, siendo representada esta amistad por la relación entre el jugador y el mismo juego. El sujeto 1 dice haber experimentado esto más de una vez, el perder una amistad con el tiempo debido a actitudes propias. Todos los elementos como el color, los controles y los diálogos del juego cambian simbolizando la pérdida progresiva de la relación, llegando el final donde simplemente ya es tarde y la amistad es irre recuperable. En su entrevista, menciona que no es un gran fanático de los juegos narrativos y que no tiene experiencia en ese aspecto es por eso que prefirió abordar esta temática de una forma mucho mas mecanica que narrativa. Respecto a cómo se sintió luego de hacer el juego, comenta que, si bien el apartado personal de este no está presente de forma tan explícita, hacer esta introspección y abordar estos temas lo ayudó a reflexionar para intentar cuidar sus amistades actuales y no cometer los mismos errores en relaciones o amistades futuras.

Juego del sujeto 2: *Ecos*

Ecos, proyecto realizado por el sujeto 2 es un juego en primera persona donde el jugador deberá explorar una casa y sus distintos muebles haciendo click con el mouse. Dentro de la casa el jugador se encontrará con elementos como un armario con ropa de gimnasia, una mesa con un examen reprobado y un espejo roto. A medida que el jugador interactúa con cada uno de estos elementos se construye una narrativa la cual es personal para su autor (ver anexo 4) .

El juego habla de la sensación de insuficiencia, en palabras del sujeto 2, el sentirse insuficiente, ser un bicho raro, el preocuparse demasiado acerca de lo que los demás pensarán de uno, el sujeto 2 comenta que muchos de los apartados del juego son explícitamente personales, ropa de gimnasia guardada en el armario sin usar ya que saben que de igual forma no lo eligen para las actividades, exámenes reprobados abollados y escondidos para que sus padres no los encuentren. El juego termina cuando el jugador interactúa con un espejo y ve ahí lo que el sujeto 2 define como una versión distorsionada de uno mismo, todos esos malos pensamientos que uno tiene sobre sí manifestándose y cobrando vida. En su entrevista el sujeto 2 habla de cómo tuvo que aprender a programar para poder llevar a cabo este juego algo que lo frustró un poco sin embargo algo que disfrutaba era el tener que dibujar los sprites, el sujeto 2 definió esto como sus “horas de terapia” algo que le resultaba relajante y que disfrutaba de hacer. Al final, el sujeto 2 dice que realizar este juego fue una buena herramienta para realizar una introspección acerca de cómo se sentía en esos momentos y para dejar ir definitivamente esos sentimientos, dándoles un cierre y considerándolos parte del pasado.

Juego del sujeto 3: *No seré el río*

No seré el río, el videojuego del sujeto 3 es una aventura narrativa donde el jugador tiene que explorar distintos escenarios de un bosque a través de texto. En cada uno de estos lugares ocurrieron eventos donde la protagonista del juego hará introspecciones que den a entender poco a poco la temática personal que quiso abordar el sujeto 3, por ejemplo el hablar con el vendedor de una tienda.

El sujeto 3 en su entrevista (ver anexo 5) explica la temática que decidió abordar, la cual es su disfluencia del habla. El autor de este proyecto es una persona tartamuda y en este juego cuenta varios de sus sentimientos respecto a eso y algunas situaciones que solían pasarle, por ejemplo el ir a un lugar y que le preguntaran el nombre, el preferir hablar solamente por mensaje de texto antes que una charla en voz alta o simplemente el poder fluir a la hora de hablar, de ahí el nombre del juego, el sujeto 3 quiere fluir en el habla como lo hace pero le es imposible. El sujeto 3 dice estar orgulloso del juego, dice que el participar en la jam le ayudó a hacer una retrospectiva acerca de cómo se sentía en el pasado y valorar todo lo que ha logrado, define estos sentimientos como vergüenza y enojo, vergüenza por las situaciones que le han ocurrido debido a su disfluencia y enojo ya que no le gusta sentir vergüenza de algo que no le impidió cumplir sus objetivos, como el trabajar como profesor o el tener una familia. Durante la Jam el sujeto 3 se animó a utilizar herramientas que nunca había usado, como lo es el caso de *Twinem*. Al principio él no quería desarrollar un juego tan explícitamente personal ya que pensaba que eso le podría parecer aburrido a los demás, al final el juego lo compartió en grupos de gente y conocidos y dice haber recibido elogios.

Encuesta realizada a los participantes

Luego de la jam a los participantes se les envió un formulario el cual deberían responder con el fin de obtener resultados mucho más precisos y cualitativos acerca de la efectividad de realizar estos videojuegos como forma de Arteterapia (ver anexo 2). Los resultados de este formulario dieron los siguientes resultados.

Con la primera pregunta realizada en la encuesta *¿Crees que diseñar tu videojuego contribuyó a comprender mejor tus sentimientos?*, se buscó analizar si, al desarrollar el videojuego, los sujetos encontraron más fácil el comprender las emociones que sentían respecto al tema que decidieron abordar. Esta pregunta es fundamental debido a que si en la creación del videojuego los sujetos no logran comprender con precisión sus propias emociones, luego a la hora de expresarlo habría complicaciones a la hora de evaluar si el desarrollo del juego funcionó como medio de expresión. En la segunda pregunta *¿El desarrollo de tu videojuego facilitó la expresión de emociones que te eran difíciles de comunicar?*, se les pregunta a los sujetos si crear un videojuego funcionó como una forma de expresar estos sentimientos que de otra forma serían difíciles de comunicar, algo fundamental en arteterapia.

¿Crees que diseñar tu videojuego contribuyó a comprender mejor tus sentimientos?

3 respuestas

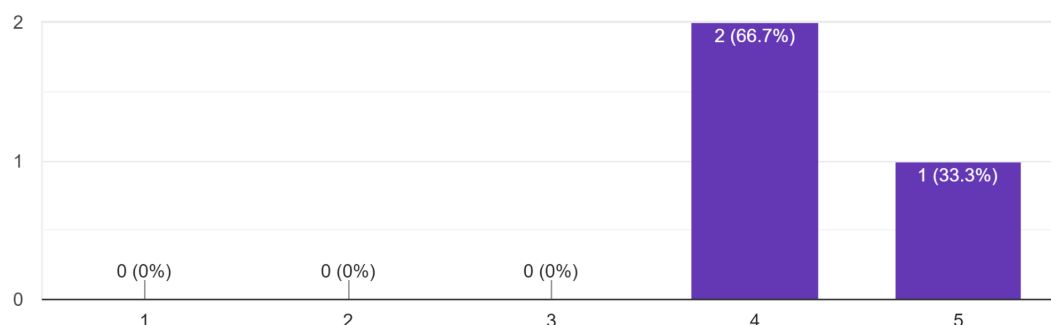


Gráfico 1: Resultados respecto a si el crear el videojuego ayudó a comprender mejor los sentimientos planteados en el mismo.

¿El desarrollo de tu videojuego facilitó la expresión de emociones que te eran difíciles de comunicar?

3 respuestas

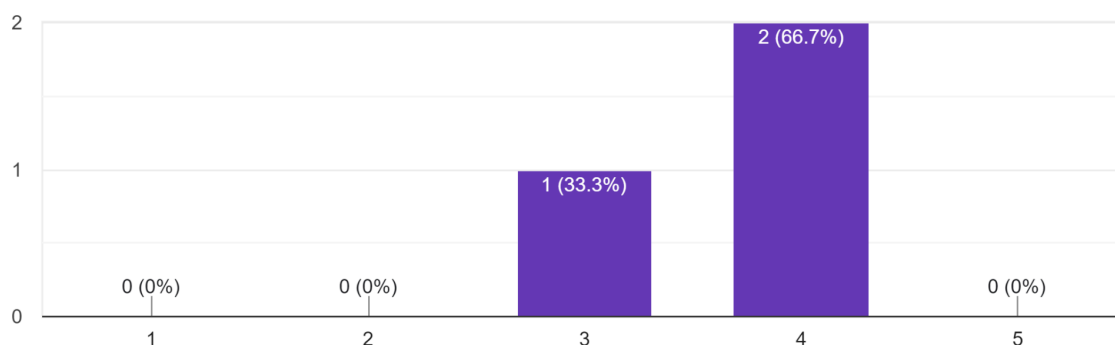


Gráfico 2: Resultados respecto a si el crear el videojuego facilitó expresar sentimientos difíciles.

Con la tercera pregunta *¿Crees que diseñar tu videojuego contribuyó a reducir tu estrés?*, se quiere observar si la acción de crear un videojuego tuvo un efecto en el estrés de los sujetos, reduciéndolo a través de la concentración, la inmersión en la tarea y la catarsis emocional. Esta pregunta es relevante, ya que permite evaluar si el desarrollo del videojuego funcionó como un mecanismo de alivio emocional más allá de la temática abordada. Luego con la cuarta pregunta *¿El proceso de desarrollo de tu videojuego generó calma frente al tema tratado?*, si se busca indagar específicamente en el tema que los sujetos decidieron abordar en sus juegos, se busca analizar si sintieron un alivio, aceptación, paz, calma con la temática. Se busca ver si estas problemáticas mostradas en sus juegos ya no se encuentran tan presentes

en sus cabezas de una forma tan fuerte.

¿Crees que diseñar tu videojuego contribuyó a reducir tu estrés?

3 respuestas

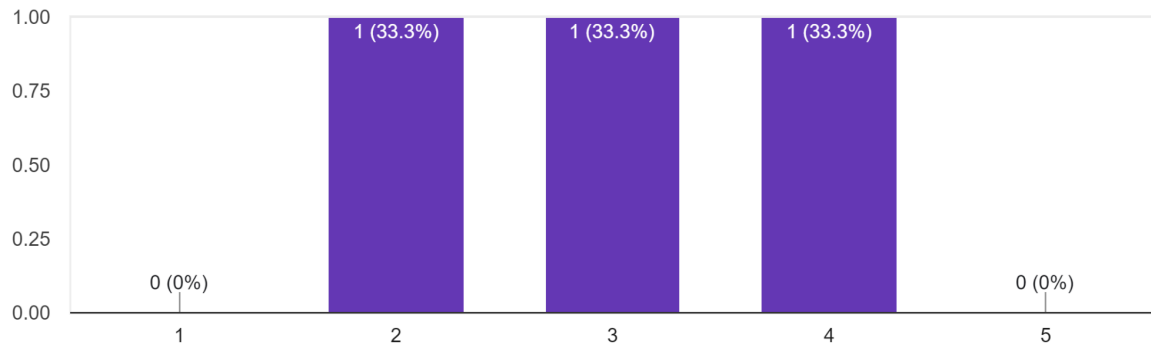


Gráfico 3: Resultados respecto a si el crear el videojuego ayudó a reducir su estrés.

¿El proceso de desarrollo de tu videojuego generó calma frente al tema tratado?

3 respuestas

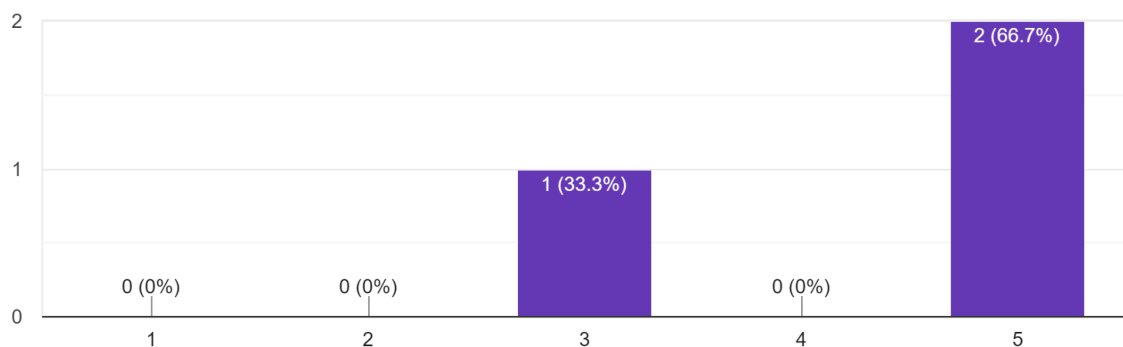


Gráfico 4: Resultados respecto a si el crear el videojuego generó una calma emocional sobre el tema tratado.

La pregunta número 5 *¿Consideras que el diseño de tu videojuego fue una herramienta útil para autorregular tus emociones?*, evalúa si el desarrollo del videojuego permitió a los participantes gestionar sus emociones. Esta pregunta es clave, ya que la autorregulación emocional es un componente esencial en la arteterapia, y medir si el proceso creativo ayudó en este aspecto permite comprender su efectividad como herramienta terapéutica. La Sexta pregunta de la encuesta *¿El desarrollo de tu videojuego mejoró tu estado emocional general al completarlo?*, indaga si, una vez finalizado el videojuego, los participantes experimentaron una mejora en su bienestar emocional general. Esta busca determinar si el proceso en su totalidad generó un impacto positivo en el estado emocional global del participante, reflejando posibles beneficios a largo plazo.

¿Consideras que el diseñar de tu videojuego fue una herramienta útil para autorregular tus emociones?

3 respuestas

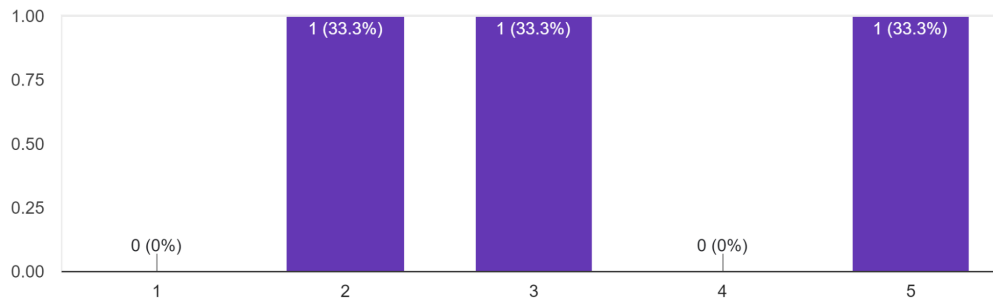


Gráfico 5: Resultados respecto a consideraban que su videojuego fue una buena herramienta de regulación emocional.

¿El desarrollo de tu videojuego mejoró tu estado emocional general al completarlo?

3 respuestas

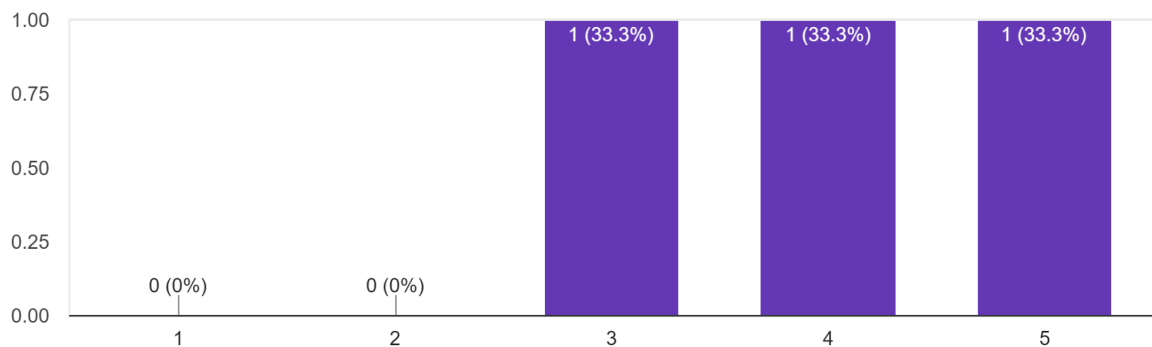


Gráfico 6: Resultados respecto a consideraban que su videojuego mejoró su estado emocional al terminarlo

Con la séptima pregunta de la encuesta, *¿Crees que tu videojuego podría ayudar a otros a enfrentar desafíos emocionales similares?*, se buscó analizar si los participantes consideran que su videojuego tiene el potencial de generar un impacto positivo en otras personas que pasen experiencias similares. Esta pregunta es relevante, ya que permite evaluar si el videojuego no solo funcionó como una herramienta de expresión personal, sino también como un medio de conexión y apoyo para otros, lo que amplía su valor terapéutico. La última pregunta, *¿Considerarías repetir esta experiencia para trabajar en otras temáticas personales a través de videojuegos?*, analiza la disposición de los participantes para repetir una experiencia similar, utilizar nuevamente el desarrollo de videojuegos como una herramienta para explorar y procesar sus emociones.

¿Crees que tu videojuego podría ayudar a otros a enfrentar desafíos emocionales similares?

3 respuestas

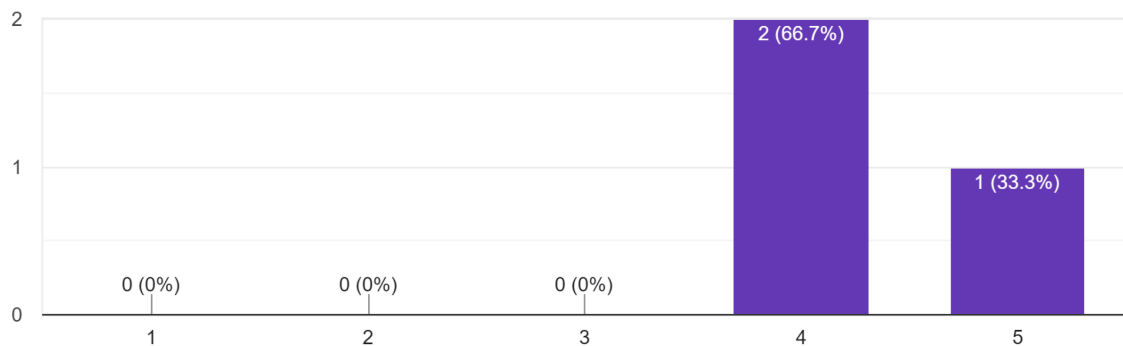


Gráfico 7: Resultados respecto a consideraban que su videojuego podría ayudar a demas personas con problemas similares.

¿Considerarías repetir esta experiencia para trabajar en otras temáticas personales a través de videojuegos?

3 respuestas

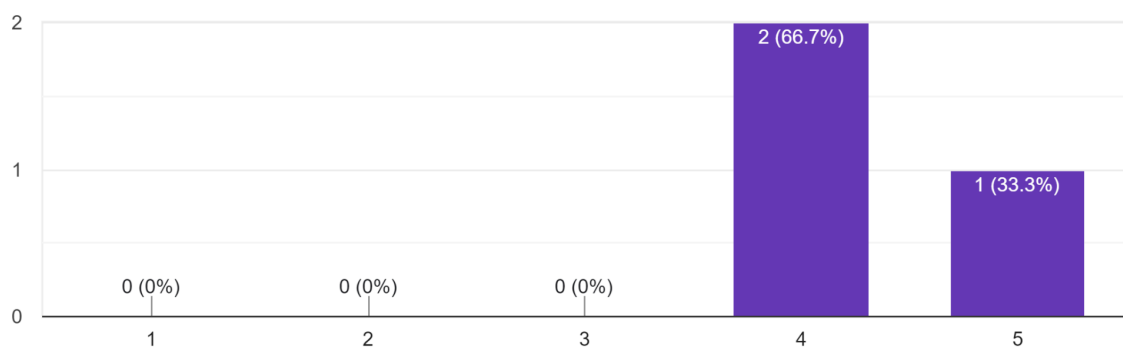


Gráfico 8: Resultados respecto a consideraban repetir la experiencia

5.1 Análisis de resultados

En sus entrevistas todos los sujetos afirman que el realizar su juego les resultó efectivo para comprender mejor el cómo se sentían respecto a los temas que decidieron abordar en ellos como una especie de ejercicio introspectivo analizando el cómo se sentían en el pasado, además hay una respuesta afirmativa a si estos juegos les ayudaron a expresar estas mismas emociones (Gráfico 1 y 2). Cuando se les pregunta sobre si realizar su juego ayudó a reducir sus niveles de estrés se ven respuestas variadas, una 2, un 3 y un 4, esto puede ser debido a sus niveles de habilidad como desarrolladores y al tipo de juego que querían hacer, por

ejemplo el sujeto 2 en su entrevista dice no saber programar y que para realizar su juego debía aprender cosa que no disfrutó para nada (gráfico 3). Se ven respuestas positivas a la pregunta de si sus juegos generaron una paz o calma frente al tema que abordaron, esto se puede comprobar en sus entrevistas donde los participantes afirman que estos juegos los ayudaron a cerrar estos temas de una vez como el caso del sujeto 2 o simplemente para hacer conciencia y no cometer los mismos errores otra vez como el sujeto 1 (gráfico 4). Se obtuvieron también respuestas variadas acerca de si sus juegos fueron una herramienta útil para autorregular sus emociones, uno de los participantes respondió negativamente con 2, otro respondió con un 3 y el último respondió afirmativamente con un 5 (gráfico 5). Sin embargo los sujetos respondieron positivamente a si sus videojuegos ayudaron a su estado emocional general, además los participantes consideran de forma muy positiva que sus juegos puedan ayudar a otras personas con problemas similares y por último estarían más que dispuestos a volver a repetir la experiencia abordando otros temas personales (gráficos 6,7,8).

5.2 Discusión

Los resultados del experimento afirman la idea de que desarrollar un videojuego el cual aborde temáticas personales para sus desarrolladores funciona como una herramienta válida para la expresión e introspección personal. Tal y como Rusch (2016) y Magnuson (2019), los videojuegos pueden funcionar como un medio de expresión poético y filosófico en el cual los desarrolladores pueden usar para abordar temas más profundos y complejos. Estos dos autores además hablan del uso de mecánicas y metáforas como forma de narrativa, esto se relaciona directamente con el juego realizado por el sujeto 1, un proyecto cuya temática se cuenta a través de sus mecánicas y de una forma mucho más metafórica e indirecta, representando la ruptura de una amistad con la relación del jugador y el juego.

Los videojuegos que posean mecánicas de dibujo y le den libertad al jugador para que dibuje lo que quiera funcionan como forma de terapia al jugarlos (Guo et al., 2024), esto tiene una relación con lo dicho por el sujeto 2, el cual definió los momentos en los que se ponía a dibujar los sprites de su juego como “sus horas de terapia”. Green (2016) habló del cómo escribir acerca de cómo se sentía en el hospital le ayudó a canalizar sus emociones para luego involucradas en su videojuego, el además agrega que gran parte de lo que escribió fue poesía, justamente Magnuson cuenta cómo la poesía puede ser una herramienta útil en el desarrollo de videojuegos para crear proyectos mucho más profundos. El sujeto 2 en su entrevista dice que durante el desarrollo de su videojuego se encontró con sus viejos cuadernos de la escuela primaria los cuales le terminaron dando la idea central del proyecto y lo ayudaron a canalizar todos los sentimientos que quería contar en él. Todo esto afirma la idea de que el proceso de desarrollo de un videojuego puede ser un medio terapéutico efectivo al involucrar otros procesos creativos como el dibujo, la creación de una música y una narrativa o incluso la poesía como afirma Magnuson, los cuales están demostrados por la ciencia que tienen efectos terapéuticos.

Franco (2016) habla del cómo la narrativa puede influir en los jugadores ayudándoles a externalizar sus emociones, en los resultados de la encuesta y en las entrevistas todos los

sujetos afirman que esto es cierto, el desarrollar sus juegos les permitió canalizar sus emociones para de esa forma ser capaces de trabajarlas en sus proyectos.

En los tres juegos realizados para la jam se observan distintos usos de elementos personales. Según lo expresado por los sujetos en las entrevistas, el sujeto 1 mencionó que su juego no buscaba reflejar su vivencia personal de una forma tan explícita. Por ejemplo, el sujeto 1 no decidió hablar de una amistad específica que perdió, sino que abordó la temática de una manera más global. En cambio, tanto el sujeto 2 como el sujeto 3 abordaron sus narrativas personales de manera mucho más directa, añadiendo elementos que los afectaron directamente, como el segmento del celular en el juego del sujeto 2.

6 Conclusión

En esta investigación se exploró el desarrollo de videojuegos como una posible herramienta de arteterapia. Los datos obtenidos a través del experimento realizado sugieren al desarrollo de videojuegos como una buena herramienta para la introspección y expresión personal. Sin embargo, no se puede afirmar de manera concluyente que este proceso tenga un impacto terapéutico significativo. Si bien los datos tienen una tendencia positiva respecto a una mejora en el bienestar de los sujetos, se trata de una muestra reducida. Se requiere un estudio más con una mayor cantidad de sujetos para analizar.

Según los autores mencionados en los antecedentes, los videojuegos poseen un espectro narrativo introspectivo amplio para abordar temas complejos como la búsqueda de propósito, el conflicto interno y la exploración de identidad. De la misma forma en que el arte ha sido utilizado como terapia, diversos estudios han demostrado que jugar videojuegos también puede tener un impacto terapéutico, tanto a nivel físico como emocional. Los resultados de esta investigación sugieren que el formato de game jam es una estrategia efectiva para generar proyectos de videojuegos con temáticas personales, incluso para personas sin experiencia previa en desarrollo de videojuegos o sin antecedentes de haber tratado estos temas en otros contextos. Aspectos como las habilidades de programación de los participantes pudieron haber influido en los resultados. Por ejemplo, el Sujeto 2 manifestó frustración y estrés ante no tener las habilidades de programación para representar el concepto que definió. Esto impidió realizar el proyecto como hubiera querido.

Si bien el videojuego como una forma de arteterapia es un tema poco explorado, existen investigaciones que abren nuevas aristas para seguir indagando en este campo. Doris Rusch, por ejemplo, ha trabajado en el desarrollo de juegos diseñados para conectar emocionalmente con los jugadores, y diversos estudios han demostrado que jugar videojuegos puede ser efectivo como terapia, tanto física como emocional. Sin embargo, la idea de considerar a los desarrolladores de videojuegos como artistas y al juego como una forma de arte con potencial terapéutico sigue siendo un terreno poco estudiado, al que se debería aportar mucha más luz.

7 Bibliografía

Videojuegos referenciados

Numinous Games. (2016). *That Dragon, Cancer* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/419460/That_Dragon_Cancer/

Santa Monica Studio & Jetpack Interactive. (2022). *God of War* [Videojuego]. PlayStation

Publishing LLC. https://store.steampowered.com/app/1593500/God_of_War/

Thatgamecompany. (2019). *Flower* [Videojuego]. Annapurna Interactive.

<https://store.steampowered.com/app/966330/Flower/>

Wishes Ultd., Greg Lobanov, Alexis Dean-Jones, Lena Raine, Madeline Berger & A Shell in the Pit. (2021). *Chicory: A Colorful Tale* [Videojuego]. Finji.

https://store.steampowered.com/app/1123450/Chicory_A_Colorful_Tale/

Hitcents. (2013). *Draw a Stickman: EPIC* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/248650/Draw_a_Stickman_EPIC/

Tale of Tales. (2009). *The Graveyard* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/27020/The_Graveyard/

University of Washington. (2008). *Foldit* [Videojuego]. <https://fold.it/>

HopeLab. (2006). *Re-Mission* [Videojuego]. <https://www.re-mission.net/>

University of Auckland. (2013). *SPARX* [Videojuego]. <https://www.sparx.org.nz/>

Flamebait Games. (2017). *Passpartout: The Starving Artist* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/582550/Passpartout_The_Starving_Artist/

Collecting Smiles. (2021). *Colors Live* [Videojuego]. <https://www.colors-live.com/>

Kloonigames. (2009). *Crayon Physics Deluxe* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/26900/Crayon_Physics_Deluxe/

Rohrer, J. (2007). *Passage* [Videojuego].

Robinson-Yu, A. (2019). *A Short Hike* [Videojuego].

https://store.steampowered.com/app/1055540/A_Short_Hike/

Du, K. (2024). *Kevin (1997-2077)* [Videojuego].

<https://store.steampowered.com/app/2699290/Kevin19972077/>

Tomkow, M. (2018). *Discomfort Zone* [Videojuego].

<https://alextomkow.itch.io/discomfort-zone>

Velvet. (2021). *Take a Piss Like a Woman* [Videojuego]. <https://switch-b.itch.io/take-a-piss>

Alicia. (2024). *SPELLBOUND* [Videojuego]. <https://schlossgespenst.itch.io/spellbound>

Alicia. (2022). *SEX WORK IS WORK* [Videojuego].

<https://schlossgespenst.itch.io/sexworkiswork>

Alicia. (2023). *Isn't it nice?* [Videojuego]. <https://schlossgespenst.itch.io/isnt-it-nice>

Extremely OK Games, Ltd. (2018). *Celeste* [Videojuego].

<https://store.steampowered.com/app/504230/Celeste/>

Anthropy, A. (2012). *Dys4ia* [Videojuego]. <https://w.itch.io/dys4ia>

Trabajos referenciados

Magnuson, J. (2019). *Playing and Making Poetic Videogames*.

<https://escholarship.org/uc/item/31h7s9js>.

Guo, P., Cho, S., & Zhou, J. (2024). *Study of the Art Healing Potential of Coloring and Drawing in Video Games for Mental Health*. <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3383668.3419868>

Rusch, D. C. (2017). *Making Deep Games: Designing Games with Meaning and Purpose*. CRC Press LLC.

Tanaka, M., Kakuyama, T., & Takada Urhausen, M. (2011). Drawing and storytelling as psychotherapy with children. en C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of art therapy* (2ª ed., pp. 125–138). Guilford Press.

Kowert, R., Ferguson, C. J., Fletcher, P. C., & Rusch, D. (2021). Editorial: Digital Games and Mental Health. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.713107>

Magnuson, J. (2024). *Game Poems: Videogame Design As Lyric Practice*. Amherst College Press. <https://doi.org/10.3998/mpub.12758495>

Franco, G. E. (2016). *Videogames as a Therapeutic Tool in the Context of Narrative Therapy*. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01657>

Fiadotau, M. (2022). *Small, personal videogames about mental health: An informal survey of Bitsy games*. International Conference on the Foundations of Digital Games.
[10.1145/3555858.3555917](https://doi.org/10.1145/3555858.3555917)

Páginas web referenciadas

The British Association of Art Therapists BAAT. (2025). The British Association Of Art Therapists. <https://baat.org>

Tartle Games. (2017, 1 de Noviembre). *On making Lost Smokes*. itch.io.
<https://tartlegames.itch.io/lost-smokes/devlog/13989/on-making-lost-smokes>

Reynolds. (23 de Octubre de 2009). *Jenova Chen ('fLOw', 'Flower')*.
<https://www.digitalspy.com/videogames/a182441/indie-interview-jenova-chen-flow-flower/>

Ryan, A., & Green, A. (2016, 20 de Enero). *Interview with Ryan & Amy Green and the Development Team of That Dragon, Cancer*.
<https://indiegamerchick.com/2016/01/20/interview-with-ryan-amy-green-and-the-development-team-of-that-dragon-cancer/>

Reilly. (1 de Febrero de 2020). *Interview with "A Short Hike" creator Adam Robinson-Yu*.
<https://canadiangamedevs.com/features/interview-with-a-short-hike-creator-adam-robinson-yu>

Couture. (15 de Marzo de 2024). *Exploring human understanding through deciphering Kevin 1997-2077's invented language*.
<https://www.gamedeveloper.com/design/exploring-human-understanding-through-deciphering-kevin-1997-2077-s-invented-language>

Thorson, M. (2022, 25 de enero). *Four years of Celeste*. Medium.
<https://maddythorson.medium.com/four-years-of-celeste-7dccc3f7f4>

Anexo 1 Preguntas que se les realizaron a los desarrolladores en sus entrevistas

- Contame acerca de la temática que incluiste en el juego
- ¿Cómo fue el proceso de desarrollo de tu juego?
- ¿Cómo te sentías con respecto a la temática antes y después de la Jam?
- Háblame un poco de las herramientas que usaste para hacer el juego.
- ¿Qué opinas sobre hacer un juego como Arteterapia?
- ¿Sentís que el tema que elegiste y el tiempo de la Jam te limitaron de alguna forma a la hora de expresarte?
- ¿Alguien te ayudó de alguna forma? prestando sprites, dándote ideas, etc"
- "¿A vos te gusta tu juego?
- ¿Volverías a hacer un juego así o volverías a participar en una Game Jam así?
- ¿Hay algún juego que vos sepas que es personal para su autor que te guste?
- ¿Aprendiste a usar alguna herramienta nueva durante la Jam?
- ¿Algún ejemplo específico sobre algo que ocurra en el juego y te pasara en la realidad?
- ¿Experimentaste algún cambio en tu estado emocional durante la Jam?"
- ¿Algún sentimiento principal que vos con el que escribirías el juego?
- ¿Cómo fue tu proceso durante el desarrollo? O sea desde el día cero hasta este día cómo fue tu experiencia en la jam.
- ¿Ya la tenías pensada esta temática desde un inicio o habías empezado por otra?
- ¿Cómo te sentís ahora mismo respecto a la temática?

Anexo 2. Cuestionario enviado a los sujetos

¿El desarrollo de tu videojuego facilitó la expresión de emociones que te eran difíciles de comunicar?

- (1) No facilitó en absoluto la expresión de mis emociones.*
- (5) Facilitó completamente la expresión de mis emociones.*

¿Crees que diseñar tu videojuego contribuyó a comprender mejor tus sentimientos?

- (1) No contribuyó en nada a comprender mis sentimientos.*
- (5) Contribuyó completamente a comprender mis sentimientos.*

¿Consideras que diseñar tu videojuego contribuyó a reducir tu estrés?

- (1) No contribuyó en absoluto a reducir mi estrés.*
- (5) Contribuyó significativamente a reducir mi estrés.*

¿El proceso de desarrollo de tu videojuego generó calma frente al tema tratado?

- (1) No generó ninguna calma frente al tema tratado.*
- (5) Generó mucha calma frente al tema tratado.*

¿Crees que el diseño de tu videojuego fue una herramienta útil para autorregular tus emociones?

- (1) No fue útil en absoluto para autorregular mis emociones.*
- (5) Fue una herramienta completamente útil para autorregular mis emociones.*

¿El desarrollo de tu videojuego mejoró tu estado emocional general al completarlo?

- (1) No mejoró en absoluto mi estado emocional.*
- (5) Mejoró significativamente mi estado emocional.*

¿Crees que tu videojuego podría ayudar a otros a enfrentar desafíos emocionales (situaciones de estrés,)?

- (1) No creo que pueda ayudar en absoluto a otros.*
- (5) Creo que podría ser muy útil para ayudar a otros.*

¿Considerarías repetir esta experiencia para trabajar en otras temáticas personales a través de videojuegos?

- (1) No consideraría en absoluto repetir esta experiencia.*
- (5) Definitivamente consideraría repetir esta experiencia.*

Anexo 3. Entrevista sujeto 1

Contame acerca de la temática que incluiste en el juego

Bueno, mi idea con el juego era representar la pérdida de amistades con el tiempo. Es algo que me impactó mucho en su momento, y quería expresarlo a través de la jugabilidad. Como me cuesta el aspecto artístico, decidí enfocarme en las mecánicas. En el juego, la relación entre el jugador y el juego simboliza una amistad que se va desgastando. Cada vez que el jugador pierde, el vínculo se deteriora, los mensajes se vuelven más fríos, la estética se degrada y aparece un input delay, representando la distancia creciente en la relación. También juego un poco con la ruptura de la cuarta pared para reforzar esta sensación.

¿Cómo fue el proceso de desarrollo de tu juego?

La situación que quería representar ya la tenía pensada de antes, pero nunca había considerado hacer un juego sobre eso. Cuando surgió la oportunidad, decidí que era el momento de intentarlo. No era la única idea que tenía, pero me pareció la mejor, sobre todo por el tiempo disponible para desarrollarla. Lo que busqué fue cómo expresar la pérdida de un vínculo a través del juego. Me pregunté: *¿cómo hacer que el jugador sienta que el juego está siendo descuidado o que ya no es lo mismo jugarlo?* Entonces, decidí que el juego empezará viéndose agradable en un inicio, pero que poco a poco se fuera volviendo más tosco, más feo y menos jugable, como si fuera una marcha atrás en su proceso de desarrollo. Fue la primera vez que intenté expresar una emoción a través de una mecánica, y eso lo hizo mucho más complejo.

Bueno, bien es un buen ejercicio. ¿Cómo te sentías con respecto a la temática antes y después de la Jam?

Creo que esto le pasa a muchas personas, pero intenté abordarlo desde mi propia experiencia. En el proceso, me ayudó mucho darme cuenta de los errores que cometí en anteriores amistades. Siento este juego como un símbolo de alguna manera para evitar que me vuelva a pasar lo mismo.

O sea, ¿al ver esto es como te das cuenta que actitudes tenés que cambiar?

Claro, si me vuelve a pasar en alguna relación digo bueno yo hice un juego sobre esto, es como un crecimiento, una autorreflexión. O sea, después de hacer un juego sobre eso no puede volver a pasarme.

Háblame un poco de las herramientas que usaste para hacer el juego. Se que lo hiciste en el motor Godot

Ya el hecho de romper la cuarta pared un poco me hizo tener que buscar el cómo hacer las cosas como cambiar el nombre del juego, no sé si en un futuro lo volveré a hacer, pero por lo menos ya lo aprendí cosas, por ejemplo, aprendí a cómo Abrir el cmd desde Godot cosa que

no sabía. O sea, tuve un aprendizaje técnico, pero creo que lo que más aprendí es el hecho de hacer mi primer juego partiendo de un sentimiento, de una emoción. Es la primera es que hago eso y es una experiencia que te hace crecer como desarrollador

Me gusta mucho la mecánica del juego cerrándose solo y cambiando el nombre de su archivo para tener una especie de conversación con el jugador pero tal vez añadiría mas narrativa

Sí, me di cuenta que faltaba lo mismo. Escribir siempre me costó, nunca fui de escribir demasiado. Aun así, me ayudó a desarrollar esa parte. Algo que me pasa con los juegos narrativos es que no me gusta cuando hay demasiado texto. Me gusta que vayan más directo al grano, aunque obviamente en mi caso la historia necesitaba más desarrollo. Encontrar el balance entre que no sea pesado pero que la historia esté bien contada es complicado.

¿Qué opinas sobre hacer un juego como Arteterapia?

Me alivió cierto punto, no es que me alivió y ya está, pero pero también siento que tiene que ver con que es mi primer juego así y es un poco difícil expresarse, pero la siento que tal vez con otras temáticas hubiera tenido otro efecto más llamativo en mí, esta no es la temática más fuerte que tengo, pero es la que más fácil pude expresar en ese plazo de tiempo. A veces como que hay ciertas situaciones que no crees que es el momento o todavía no tenés las herramientas para expresarla, en mi caso decidí dejarlas para otro momento. Pero siento que un juego sí que puede funcionar como arteterapia, no constantemente, pero cada cierto tiempo si hay alguna situación o un problema que te invade y es una buena forma de poder abarcar el problema desde una forma bastante distinta a lo que normalmente lo hacemos,

¿Vos sentís que el tema que elegiste y el tiempo de la Jam te limitaron de alguna forma a la hora de expresarse?

No creo que el tiempo en sí sea el factor más importante, sino más bien la situación en la que estoy actualmente. Ahora mismo no estoy tan reflexivo, así que la experiencia no me impacta tanto, pero en otros momentos sí lo habría hecho. Quizás en cinco años lo vea de una manera completamente diferente, pero no lo puedo saber con certeza. El tiempo sí influye en el desarrollo del juego. No es lo mismo hacer un juego en tres días que en tres años; la manera en la que querés expresar la idea cambia completamente. Me sentí limitado por ser la primera vez que hacía un juego de este estilo, creo que siempre voy a sentir que la idea se puede expresar mejor. Es algo personal, pero sí, al ser mi primera vez, enfrentar ciertos problemas fue más difícil. Además, tampoco soy alguien que se enfrenta fácilmente a las cosas, así que eso también influyó.

De los participantes fuiste el que más preguntas hizo, más que nada sobre si lo que estabas haciendo estaba bien ¿Cómo viviste la jam?

Por el lado técnico me sentía preparado para hacer este juego dentro del tiempo disponible. Así que, cuando empecé el desarrollo, fui directo con esta idea porque estaba bastante seguro.

Me surgieron muchas dudas, sobre todo porque cuando una temática es sensible, siempre tengo la sensación de que no voy a estar a la altura. Me pasó, por ejemplo, cuando tuve que hacer un juego para psicología sobre trastornos alimenticios; me daba miedo no estar tratándolo de la manera correcta. Con este juego también tuve esas dudas, porque quería transmitir bien la experiencia sin caer en una representación inadecuada.

¿Alguien te ayudó de alguna forma? prestando sprites, dándote ideas, etc

Le consulté a un amigo acerca de los sprites, principalmente para que quede algo medianamente lindo, osea fue una charla sobre si lo veía lindo. No soy un artista así que decidí hacer formas simples.

¿A vos te gusta tu juego?

Al principio no me gustaba tanto, después le agarré un poco de cariño. Al ser de una jam no me voy a meter tanto en buscar a la perfección, el juego otra cosa, si yo le quisiera perfeccionar que eso estaría igual bueno pero no es lo que busco ahora. El hecho de que no se vea tan lindo estéticamente me molestó un poco.

¿Volverías a hacer un juego así o volverías a participar en una Game Jam así?

Sí, pero no en un corto plazo. Tal vez en un par de meses. Siento que hacer este tipo de juegos requiere generar una sensibilidad que, en mi caso, no siempre tengo presente. No soy una persona que esté en un estado de sensibilidad todo el tiempo, ni tampoco quiero estarlo. Por eso, hacer juegos con una carga emocional fuerte de manera constante me resultaría un trabajo mucho más difícil. Además, cuando un juego que hago no me gusta, me frustra bastante. Sé que si hiciera este tipo de juegos todo el tiempo, en algún momento me quedaría sin ideas o sin la emoción necesaria para transmitir algo auténtico. El proceso de brainstorming en estos casos se vuelve más complejo porque no se trata solo de explorar ideas externas, sino de navegar dentro de uno mismo, y eso lo hace mucho más complicado para mí.

Es verdad, el hacer este tipo de juegos es muy introspectivo, siento que no es un tipo de juegos que se hagan si no que te eligen. Vos por ejemplo, abordaste la temática de una forma mucho menos explícita, que los demás participantes.

Eso es en parte por gusto, a mí no me gusta que la narrativa del juego sea tan explícita.

O sea no te gusta que el juego aborde la temática de una forma directa.

Claro está masticado, prefiero que me dejen cierta ambigüedad primero porque permite que el jugador tenga que investigar o hacer algo como una introspección, que tengan que trabajar para poder entender un poco más la idea. Además de que me parece algo más elegante, hay veces que la ambigüedad puede llevar al jugador a interpretar el juego de distintas maneras y me parece que está buenísimo eso, o sea, por ejemplo el hecho de si yo recalaba en el juego

que se trataba de una amistad estaria bueno pero tal vez hay gente que ve en el juego una relación de pareja o familiar, eso también me parece que está bueno.

¿Hay algún juego que vos sepas que es personal para su autor que te guste?

No, la verdad es que no. Hay juegos que me tocaron mucho, pero no conozco un juego que el desarrollador haya expresado claramente que fue algo personal para él. Tampoco suelo investigar ese tipo de cosas, no es algo que me genere tanto interés. Uno que me gustó bastante fue el *The Heart attack*. Es un juego que realmente me impactó. Me lo mostró mi profesor y, al principio no terminaba de entender bien cómo funcionaba, pero cuando finalmente lo comprendí, el impacto fue bastante fuerte. Lo más sorprendente es lo simple que es: literalmente solo tienes que apretar un botón. Pero logra transmitir una emoción muy potente.

Y dada esta jam ¿Te animarías a jugar más juegos, así Te interesaría ver más juegos de este tipo?

Yo creo que juegan juegos del tipo si también incita a que yo haga una reflexión. Si es un juego que solo habla de su creador y no transmite ninguna emoción más no sé si me llamaría tanto la atención.

¿Algo más que quieras agregar vos sobre esto? ya no sólo tu experiencia

Durante la jam me pregunté cómo llevar este tipo de juegos a un ámbito más comercial o a un proyecto a largo plazo. Si tuviera que dedicar cinco años de mi vida al desarrollo de un juego así, se me haría imposible. Siento que la perspectiva sobre ciertos temas o las emociones que generan pueden cambiar muchísimo con el tiempo. Lo que quiero expresar hoy quizás no sea lo mismo que quería expresar hace dos años. Si en una semana ya me cuesta expresar ciertas cosas, en un desarrollo más largo sería mucho más difícil. Podría llegar a un punto en el desarrollo en el que me doy cuenta de que ya no quiero contar esa historia de la misma manera o que lo que sentía acerca de la temática que quiero tocar en el juego cambió con el tiempo.

Creo que justamente por esa razón la mayoría de estos juegos no tienen un desarrollo muy largo pero nunca lo había pensado. Existen juegos que abordan temas personales para sus creadores con desarrollos largos, por ejemplo God of War pero claro, el apartado personal en este juego no es lo central para el proyecto.

Anexo 4. Entrevista sujeto 2

Contame acerca de la temática que incluiste en el juego

La temática central de mi juego gira en torno a la insuficiencia, la sensación de nunca ser suficiente, de no ser elegido, y cómo estas emociones resuenan a lo largo del tiempo. A medida que el jugador avanza, se encuentra con sus ecos, es decir objetos y eventos que evocan recuerdos y emociones. Quise representar estas ideas a través de elementos simbólicos, como una pelota pinchada y exámenes reprobados escondidos, que funcionan como ecos del pasado. Al final, el jugador se encuentra con su propio reflejo en un espejo roto. Sin embargo, es una versión monstruosa de sí mismo, representando los miedos, inseguridades y la percepción distorsionada que uno puede tener de su pasado. Este enfrentamiento con el "bicho raro" simboliza el reconocimiento y la aceptación de esas partes de uno mismo. El juego se llama Eco, porque me parecía más poético y evocador a la hora de dejar al jugador pensando esta cuestión del abordaje de la memoria y de la nostalgia que se llame porque es algo que sigue resonando en tu cabeza por más de que lo hayas sanado.

En la investigación que estoy realizando estuve dándome cuenta que a la hora de realizar un juego personal los autores pueden ser más o menos directos con lo que quieren comentar con la temática que quieren abordar. ¿Qué tanto tuyo hay en este juego?

No quise involucrarme tanto a mi directamente en la historia pero si incluye algún que otro detalle. Cuando yo era chica arrugaba las pruebas de lengua en las que me iba mal y las escondía en el ropero porque no quería que mi mamá las vea. Mientras estaba haciendo el juego se lo consulté a una amiga y me dijo que ella también hacía antes. Me di cuenta que al tener estos detalles que nos pueden tocar a todos es mucho más fácil llegar al jugador, yo quería que el protagonista siempre sea el jugador porque para eso es un videojuego, si no haría un cortometraje basado en hechos reales. Vengo del mundo audiovisual, y al adentrarme en los videojuegos, empecé a notar cómo se diferencian en la manera de contar historias. Los videojuegos tienen un poder narrativo único, ya que el jugador es el protagonista directo de la experiencia. En el audiovisual, la narrativa depende más de la empatía y la atención del espectador, mientras que en un videojuego, la atención se mantiene constantemente porque el jugador debe interactuar y resolver situaciones.

Dijiste que la gracia de los videojuegos es que el jugador sea el protagonista, hay juegos personales en los que el creador es protagonista, había dejado un par de ejemplos está *That dragon cancer* por ejemplo. ¿Sabes de qué trata?

Lo conozco pero no sé de qué trata y no lo jugué.

Es un juego creado por Amy y Ryan Green en el que abordan la muerte de su hijo por cáncer, se explora directamente su historia. Hay más ejemplos como *Life Tastes Like Cardboard* el cual es un juego que su desarrollador creó en medio de una depresión, él es

el protagonista y exploramos sus pensamientos. ¿Qué opinas de este tipo de juegos en los que el autor es el protagonista?

Hace muchos años que voy a terapia, desde los 17 años, ahora tengo 25, últimamente no asisto con tanta frecuencia porque he alcanzado un estado de conciencia en el que reconozco quién soy, mis heridas y cómo sanar mis traumas. Sin embargo, este proceso nunca se desarma del todo, porque si así fuera, quizás ni siquiera habría participado en esta Jam. Lo que realmente me interesa es cómo una obra deja de pertenecer solo a su creador y pasa a formar parte de quienes la experimentan. A diferencia de otros enfoques, mi intención es que mi obra no se quede únicamente en lo personal, sino que también se vuelva algo del jugador. Un concepto que refleja esto es el que expresa Taylor Swift en su canción *The Manuscript*, donde dice que, una vez que ha escrito su historia, ya no le pertenece solo a ella, sino que resuena en quienes la escuchan, me identifico mucho con esa idea. Crear un videojuego no es solo un proceso artístico, sino también cultural y económico, con muchas capas de significado. Hay personas que lo hacen más como si fuera un salvavidas, yo lo hago más como un discurso, yo tengo cosas que decir y utilizo el arte para expresarlas, hay personas que dicen yo estoy pasando por un mal momento hago arte y bueno yo creo que esa es la diferencia que tengo con estos ejemplos que me dabas.

Creo que las dos formas de hacer arte son válidas

Obvio que lo son, es simplemente una preferencia.

Entonces si el juego no involucra tanto de vos de una forma explícita ¿Cómo te sentías respecto a la temática que elegiste después de participar en la jam?

Sabía que tenía que hablar de esto antes que nada, porque de alguna forma necesitaba darle un cierre a esta historia, aunque no de manera definitiva. Era más bien una forma de cerrar un ciclo y transformar algo personal en algo compartido. Quería decir “bueno, ya está”, porque de alguna manera sentía que lo había sanado, aunque no del todo. Más que una conclusión definitiva, era una forma de darle un cierre y completar un ciclo. Vuelvo a citar a Taylor Swift, “Es una historia mía, pero también es tuya”. Quería que el juego resonara en lo colectivo, que no fuera solo mi experiencia, sino algo con lo que otros pudieran identificarse. Crear videojuegos en solitario es un desafío enorme, pero sentí que valía la pena. Al final, lo hice sobre todo para dar un cierre y transmitir la idea de que *está bien, hay otras personas que han pasado por lo mismo que vos*. También quería que el juego trabajara la empatía desde ese lugar, permitiendo que el jugador se viera reflejado en la historia y la hiciera suya.

¿Los videojuegos no te parecen arte? solo por curiosidad como separaste arte de videojuegos

Hay dos cuestiones, uno como productor te va a decir que no, no no es arte es un producto ahora un creador te va a decir si es arte porque se parece mucho de literatura, se parece mucho al cine, se parece mucho al teatro, a la música, etc. Yo realmente vengo del lado más de la producción.

¿Cómo fue tu proceso durante el desarrollo? O sea desde el día cero hasta este día cómo fue tu experiencia en la jam.

Más que nada hacer assets y sprites fue un desafío. Estaba más entusiasmada con ese aspecto que con aprender a programar, aunque, sorprendentemente, entendí la lógica del programador bastante rápido. Trabajo con programadores y sé lo que conlleva desarrollar un videojuego, pero esta experiencia me permitió ponerme en la piel del resto de mi equipo de una manera mucho más directa. Eso también me motivó mucho a participar, porque hacer un videojuego en solitario es un reto enorme. Tenía control total sobre el proyecto, pero, al mismo tiempo, era un territorio inexplorado para mí. Fue un desafío en muchos niveles y, aunque no sé si estuve completamente a la altura, al menos puedo decir que lo intenté y aprendí muchísimo en el proceso. Uno de los mayores desafíos fue el tiempo limitado que tenía para desarrollar el juego, porque no solo estaba trabajando en este proyecto, sino también en otro juego. De hecho, ahora mismo estoy desarrollando otro para un cliente, aunque no puedo dar muchos detalles por confidencialidad. Equilibrar todo esto con la vida diaria fue complicado. Me tomé este proyecto casi como mis horas de terapia. Me sentaba y, por ejemplo, pasaba tres horas haciendo un armario. Desde el punto de vista de la producción, mi yo productora probablemente estaba llorando preguntándose cómo podía tardar tanto en algo tan simple. Pero para mí, era un proceso necesario, un espacio donde podía darme el tiempo de hacer las cosas a mi ritmo. La programación, en cambio, fue algo con lo que me resistí al principio, pero sabía que tenía que hacerlo porque era un requerimiento del juego. No sabía programar, pero me tuve paciencia y simplemente me lancé. Al final, fue un caos, pero un caos que valió la pena.

Y durante estas “horas de terapia” ¿Qué pasaba por tu cabeza?

Rememoré la prueba que arrugaba, los momentos en que no me elegían en gimnasia y, de alguna manera, volví a encontrar recuerdos que ni siquiera había revivido conscientemente. Fue curioso porque, al mismo tiempo, me di cuenta de que todavía tengo los cuadernos que escribí en la primaria.

¿Ya la tenías pensada esta temática desde un inicio o habías empezado por otra?

Encontré esos cuadernos y me puse a chusmear, tratando de conectar con un registro más empírico, con la versión de mí que tenía siete años. Entre las páginas, encontré una nota que no recordaba haber escrito, obviamente, porque era una nena. Era del 4 de diciembre, una lista de deseos para el año siguiente, probablemente al terminar segundo o tercer grado. Solo decía: “Que me traten bien” Y me quedé en shock. Ahí fue cuando me enamoré del concepto del “bicho raro”. En un principio, este juego estaba pensado para un target femenino, con un enfoque en los cuerpos y lo que implica la representación femenina. Pero después pensé que era mejor hacer algo más amplio, algo que cualquiera pueda entender. Y me di cuenta de que el concepto de “bicho raro” es universal. No importa la identidad o la percepción sexual de alguien, en algún momento todos nos hemos sentido así.

¿Hay alguna herramienta especial que usaste o hayas aprendido a usar?

No es que no supiera dibujar, porque sé usar Pixel Art y ya había trabajado con eso antes. De vez en cuando hacía algunas cosas, pero nunca me había metido de lleno en animaciones o en la creación de sprites. Sí había hecho animaciones, pero en el contexto académico, como una materia más, no porque quisiera dedicarme específicamente a eso. Aun así, me defiende bastante bien. Sé usar Photoshop, After Effects y prácticamente todo el paquete de edición. También tengo experiencia trabajando con sonido, desde Audacity hasta Audition. Lo que no sabía era programar como ya dije y eso se me complicó mucho y para un videojuego es esencial.

Yo la verdad soy programador y la programación es un poco dolorosa pero ¿Te gustó?

No la verdad, prefiero otras áreas o tareas a la hora de hacer un juego.

¿Vos sentís que todo esto te ayudó de alguna forma?

Sí, la verdad es que el objetivo era cerrar el ciclo, y en ese sentido, estoy orgullosa. Sé que siempre se puede mejorar, y claro que lo voy a mejorar en el futuro cuando sienta que es el momento. Pero, por ahora, sentí que llegué a ese punto en el que puedo decir “Ya está, lo dejo ahí”. Más que nada, lo hice como un ejercicio para practicar el arte de soltar, de dejar ir las cosas. Me ayudó mucho a expresarme y a relajarme, a tomarlo más como un hobby, porque ahora es mi trabajo. También me permitió reconectar con el simple hecho de hacer videojuegos por el placer de crearlos, sin la presión laboral. Creo que esa pasión inicial es algo que muchas veces se ve más en quienes recién empiezan, porque tienen esas ganas de hacer y aprender. No solo reconecté con esa parte mía, sino que también cerré un ciclo. Ya no tengo siete años, y este proceso me permitió reafirmar que hacer videojuegos sigue siendo algo que disfruto por el simple gusto de crearlos.

¿Cómo te sentís ahora mismo respecto a la temática?

Me siento mucho más tranquila y consciente. Ya se me ocurrieron otras ideas para desarrollar y seguir practicando con *construct*, ahora que entendí mejor cómo se maneja. Y quién sabe, después de aprender bien, quizá me dé por meterme de lleno en la programación y terminé pasándome a *Godot* o *Unity*.

Anexo 5. Entrevista sujeto 3

Contame acerca de la temática que incluiste en el juego

Hice una historia interactiva sobre una problemática que tengo desde que soy chica que es la tartamudez. Digamos que el juego trata un poco de contar mis vivencias, o sea cómo lo que pasaba por mi cabeza o situaciones que me ocurrieron pero con un poco de ficción en medio.

¿Cómo es vivir con esa problemática?

Y la verdad que es raro porque la gente no se da cuenta que este que soy tartamuda porque no es muy severo y no repito sílabas, por ejemplo que es a lo que a veces hacen o es lo más común o por lo menos en el imaginario colectivo. A mí no me cuesta tanto o sea me cuesta como comenzar que es bastante común en las personas con esta condición pero una vez que empiezo a hablar ya puedo continuar sin problemas. Lo tengo desde chica y lo fui manejando porque me da vergüenza, digamos a veces elegía no hablar, me da mucho miedo empezar actividades nuevas o hacer cosas nuevas porque implicaba presentarse en todos lados, que te pregunten tu nombre y él no poder decir tu nombre es como algo bastante súper estigmatizante para mí. A mí me la verdad que me afectó mucho en la autoestima y lo trabajé con psicólogos y fonoaudiólogos ya de más grande. En el juego puse cosas que yo pensaba en ese momento, por ejemplo, yo tenía miedo de no poder recibirme y bueno me recibí, me casé, tengo hijos, soy profe. En ese momento, pensar en dar una clase o enfrentar a un grupo de personas era impensado para mí, incluso aunque tuviera pocos alumnos. Pero al trabajar en esta historia, me ayudó a reflexionar sobre mi proceso y lo que he logrado. Mi psicóloga siempre me recuerda la importancia de revisar lo que ya conseguí, porque a veces uno se enfoca demasiado en lo que falta y no se da cuenta de todo lo que ha avanzado.

Es algo con lo que vos viviste toda tu vida. ¿Antes de arrancar el experimento Cómo te sentías respecto de eso?

Actualmente no es algo que se encuentre en mi mente todo el tiempo, salvo en situaciones concretas. Pero para a la hora de pensar el juego para la jam estuve pensando sobre que podía hacerlo ya que la consigna estaba planteada de una forma bastante amplia. Podía haber elegido otros problemas o situaciones que me ocurren en la actualidad pero terminé enfocándome en algo que, aunque no tengo tan presente todo el tiempo, me cuesta exteriorizar. El año pasado mi psicóloga se había tomado unos meses libre y como no podía ir a terapia yo me ponía a escribir algo así como un diario y eso te ayuda a sacarlo todo, lo procesas un poco si se quiere y hacer este juego se sintió un poco como eso.

¿Cómo fue tu proceso durante el desarrollo del juego?

Me metí en esto porque simplemente me gustan los juegos. En realidad, soy publicista y estoy haciendo una maestría en comunicación digital interactiva. Mi tesis es sobre videojuegos, y fue ahí donde realmente empecé a involucrarme más en este mundo. Antes solo jugaba, pero no tenía experiencia en hacerlos. Cuando conocí las game jams, fue un descubrimiento. Hice algunos jueguitos probando, jugando con ideas, y aprendí bastante.

Siempre había querido hacer algo en *Twine*, conocía la herramienta, pero nunca la había usado. Como no sé programar, me pareció la mejor opción para empezar. Así que decidí hacer algo con lo que sí me siento cómoda: los dibujos. Pensar en la historia fue un desafío. No quería que fuera aburrida o demasiado autorreferencial. Tenía miedo de que fuera solo mi historia y que a nadie más le importara lo que pasaba en mi cabeza. Pero después se lo compartí a algunas personas y les gustó. Eso me hizo sentir que, dentro de todo, quedó bastante bien. Al principio dudé mucho, pero busqué la manera de que tuviera sentido y lograra conectar con otros.

¿Aprendiste a usar alguna herramienta nueva durante la Jam?

Yo conocía *Twine* por videos que había visto, te muestran cómo hacer juegos sin programar, me habían dicho que sirve para hacer novelas interactivas novelas, así visuales digamos y entré. Yo tengo una base de html Y css entonces como que más o menos entiendo el código simple y al ver que los demás motores eran un poco más complejos decidí no complicarme la vida. Aprendí también a colocar las imágenes y enlazarlas a *Twine*, los dibujos los hice con *Piskel* que también es una aplicación así gratuita, se usa en el navegador y te permite hacer pequeñas animaciones. La verdad que me sirvió porque hace rato que quiero hacer cosas y nunca tengo tiempo.

Me alegro un montón al escuchar eso. Me habías comentado que vos pensabas que a los demás les iba a parecer aburrido si incluyas mucho de tu historia explícitamente. Pero qué tanto de vos hay en este juego, en mi tesis estoy explorando sobre juegos personales que son menos o más explícitos con la temática que quieren tocar.

Y sí, yo creo que mucho, mi idea primero era a que sea más metafórico, por eso cuando caía un poco muy en autorreferencial y yo sentía que fallaba porque en realidad estaba buscando algo no tan directo. Intente hacer el juego más mecánico, que el fluir del habla se transmita en una mecánica pero la verdad eso fue muy complicado, además sentía que la narrativa se iba a ver afectada. Al final terminé incluyendo bastante aspectos personales reales, el nombre de la protagonista está cambiado pero las situaciones en mayor o menor medida son cosas que me han pasado.

¿Algún ejemplo específico sobre algo que ocurra en el juego y te pasará en la realidad?

El tener que ir a un lugar y esperar que no me pregunten mi nombre y mi apellido. tener que decirlo y no poder, eso me pasó varias veces. Con respecto al celular en el juego yo me acuerdo que en ese momento cuando empezaban a salir los mensajes de texto que todavía no existía ninguna de las aplicaciones de hoy en día y ahora hablamos todo por mensaje. En ese momento era impensado para mí, era algo muy bueno para ser verdad.

Y con respecto a la temática ¿experimentaste algún cambio en tu estado emocional durante la Jam?

Me ayudó más que nada a hacer una retrospectiva. A reflexionar sobre lo que pensaba en aquel momento y lo que me pasa ahora. Cuando era chica, por ejemplo, no me imaginaba teniendo novio, me parecía impensado. Pero después tuve novio, me casé, tuve hijos, me recibí. Hacer este ejercicio me sirvió para valorar todo lo que logré, porque en el día a día no solemos detenernos a pensar en esas cosas. Dudé sobre si compartirlo o no. Sentía que quizá era algo aburrido o demasiado personal. Pero al final lo compartí con un grupo de mujeres en los videojuegos, tres chicas lo vieron y me dijeron que les había gustado mucho, también lo compartí con amigos personales pero bueno ellos no están metidos en este mundo de los videojuegos, aun así me dijeron que les gustó bastante.

¿Hay momentos en los que volvés a pensar igual que antes?

Y sí, sobre todo porque me pasa que algunas cosas me dan miedo. Siempre surge esa sensación cuando tengo que enfrentarme a algo nuevo. Por ejemplo, hace dos años estaba en una escuela secundaria en una actividad, y me pidieron que leyera, no pude hacerlo y pasé vergüenza frente a un montón de gente. Recordé mucho ese momento mientras trabajaba en esto, porque uno tiende a pensar: *¡Qué vergüenza! ¡Qué estúpida!*. Ese tipo de cosas se quedan grabadas.

¿Algún sentimiento principal que vos con el que escribirías el juego?

Es un poco motivo como de vergüenza. Eso me molesta, digo por qué tiene que ser motivo de vergüenza si es algo que le sucede a muchas personas.

¿Algo más que sientas que no dijiste y quieras agregar ahora?

La verdad es que esta experiencia me sirvió mucho. Como te decía, fue algo muy lindo y espero poder compartirlo con más personas para ver qué les parece. Mientras investigaba, encontré información interesante sobre el tema. Por ejemplo, descubrí un blog de un escritor que enseñaba cómo construir personajes tartamudos. En una de sus publicaciones hablaba sobre cómo representar la tartamudez en la escritura, explicando que muchas veces las personas que tartamudean no se traban al inicio de la frase, sino en la mitad de una palabra o una idea. Fueron detalles en los que quizá nunca me había detenido a pensar, pero que al leerlos me hicieron mucho sentido. Además, me enteré de que existe una ley sobre la tartamudez, promovida por una diputada de mi provincia, Resistencia. También supe de la Asociación Nacional de Tartamudez, y pensé que tal vez podría compartir mi juego con ellos. Podría ser una forma interesante de darle más visibilidad al tema.

