Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Lerma

Licenciatura en Arte y Comunicación Digital.

El videojuego como medio de expresión ante el duelo;
Tu dolor en mi memoria

Por: Edgar Hakim Montiel Sánchez 2203068617

Septiembre, 2024

Tutor: Dr. Hugo Solís García

Cotutora: Dra. Claudia Mosqueda Gómez

ÍNDICE

Introducción.....3
Objetivo del proyecto de investigación.....3
Descripción de la pieza.....3
Objetivo de la pieza.....3
Justificación y preguntas de investigación.....3
Contextualización.....4
Método de trabajo.....4
Propuesta artística..... 6
Statement.....6
Descripción detallada de la propuesta creativa..... 7
Descripción de la experiencia que la propuesta busca generar..... 8
Mirada desde el arte Digital..... 9
Estructura conceptual..... 9
Diagrama de flujo.....10
El videojuego como herramienta catártica de sanación..... 11
Sombras en el código.....11
Del entretenimiento a la catarsis.....14
Rumbo a la sanación.....17
El duelo y la pérdida.....19
Negación..... 21
Ira..... 22
Negociación..... 23
Depresión..... 25
Aceptación..... 26
Sentimientos en el código.....28
El código como reflejo del duelo..... 34
El corazón del juego..... 36
El proceso en la jugabilidad.....37
El duelo y la sanación en grises.....44
La vida de Eli y el lenguaje del duelo..... 45
Tu dolor en mi memoria..... 47
Montaje: Afectos y Afectaciones..... 53
Conclusiones.....55
Referencias..... 57

Introducción

El duelo y la sanación son temas que se han abordado con bastante regularidad en diferentes medios artísticos, como la pintura, el cine, la música, etc. En los videojuegos este tema se ha posicionado también como uno de los más relevantes, pues la interactividad del medio, permite al jugador desarrollar vínculos empáticos con los personajes y la narrativa que se presenta. Permitiendo relacionarse con sentimientos y emociones fuertes en un entorno seguro y controlado.

Objetivo del proyecto de investigación

Este escrito tiene como objetivo analizar al videojuego como herramienta catártica de expresión del desarrollador, como también la utilidad del medio para generar plataformas y espacios donde el jugador pueda explorar y manejar emociones fuertes mediante el lazo empático que se desarrolla con una narrativa profunda. Centrándose principalmente en el desarrollo de mi videojuego *Tu dolor en mi memoria,* que precisamente explora el proceso de sanación durante el duelo que se vive tras la pérdida de un ser querido.

Descripción de la pieza

Tu dolor en mi memoria es un videojuego del género *RPG* en vista isométrica. El cual brindará una experiencia interactiva que guía al jugador por las etapas del duelo y el proceso de sanación. Utilizando una narrativa emotiva y mecánicas de juego que hagan alusión a una alternativa para sobrellevar el ya mencionado proceso.

Objetivo de la pieza

La pieza, tiene como objetivo el representar el procesos de sanación que se viven en el duelo ante una pérdida . Buscando activamente el desarrollar un vínculo empático con el jugador, mediante una narrativa emotiva.

Justificación y preguntas de investigación

La razón que da origen a esta pieza nace de las interacciones previas que he tenido con el duelo y el miedo latente a una pérdida prematura de un ser querido. Por otro lado, si bien el

duelo es una experiencia emocional personal e íntima, también es un proceso universal. Es importante analizar cómo el desarrollador utiliza al videojuego para plasmar este tipo de procesos universales. Convirtiéndolo en un medio expresivo que ofrece consuelo y una vía a la catarsis. Gracias a la capacidad que tiene de involucrar a los jugadores de una manera personal y emotiva. El presente escrito busca responder las siguientes preguntas de investigación:

- ¿Qué aspectos psicológicos y emocionales, se involucran durante el proceso de sanación por el duelo?
- ¿Cómo puedo relacionar las experiencias previas y el contexto del jugador con la narrativa de mi historia para generar un vínculo empático?

Contextualización

Es importante brindar un poco del contexto que rodea a mi pieza. Teniendo como obras similares a *That Dragon, Cancer* creado por la pareja Green, en ayuda de un pequeño estudio, llamado, Numinous Games en el 2016. Esta pieza es autobiográfica y narra la tragedia que envuelve a la pareja. Ofreciendo una experiencia emocional y reflexiva sobre el duelo y la pérdida.

Método de trabajo

Este texto emplea una investigación bibliográfica relevante en el campo de estudio de los videojuegos y de la psicología emocional. Haciendo uso, principalmente, de trabajos pertenecientes a la Dra Elisabeth Kübler-Ross (2006) y el Dr.James W. Pennebaker (2022). Además de artículos psicológicos y sociales, que exploren el impacto del videojuego en el jugador y en el desarrollador. Principalmente se enfatizará en cómo el desarrollador logra impactar en el jugador mediante una narrativa digital e inmersiva generando también lazos empáticos con él, analizando detalladamente los recursos empleados para cumplir su objetivo. Esta exploración permitirá generar una clasificación de los aspectos psicológicos y emocionales involucrados ante el proceso de sanación que se vive durante el duelo. Una vez se tenga una clasificación definida, dará inicio a la construcción de un concepto de videojuego que incorpore elementos narrativos, mecánicas de juego y estilos artísticos adecuados para representar los procesos de sanación en el contexto del duelo.Posteriormente

se creará una narrativa significativa que genere vínculos empáticos empleando metáforas simbólicas basadas en los conceptos definidos a partir de los procesos de sanación por el duelo. Dando paso al desarrollo y diseño de personajes, escenarios y una banda sonora que se integren coherentemente con la narrativa y las metáforas simbólicas del juego, buscando transmitir de manera efectiva las emociones, los desafíos y los momentos de sanación experimentados por los jugadores durante su recorrido en el videojuego.

El cuerpo de este escrito se divide principalmente en cuatro capítulos: En el primer capítulo se explora el contexto histórico en el que el videojuego pasó de ser meramente un medio de entretenimiento, a una herramienta de expresión catártica. Iniciando por los prejuicios que se tiene sobre el medio, valorando la crítica, pero también resaltando cómo el potencial de los videojuegos se ve subestimado en diferentes campos. Posteriormente, se hace un paseo por los títulos que aportaron a que el videojuego llegará a ser considerado, no sólo arte, sino un medio catártico de expresión.

En el segundo capítulo se abordan las etapas del duelo que se describen en la escala Kübler-Ross y la manera en la que cada etapa suele reflejarse en la escritura abordando a esta técnica como una alternativa terapéutica para sobrellevar el proceso de duelo. Trayendo a la conversación al Dr.James W. Pennebaker, finalizando con una exploración de los recursos que ocupa el videojuego para tratar el proceso de duelo, para lograr un lazo empático entre los jugadores.

El capítulo tres habla de cómo se concibe mi pieza *Tu dolor en mi memoria,* haciendo un repaso por el nacimiento del concepto de la pieza; explorando el funcionamiento de las mecánicas y la relación que tienen con el duelo y el proceso de sanación. Además, se habla de los motivos por los cuales se eligió el diseño final de videojuego, desde cómo luce estéticamente a el como se escucha, haciendo una conexión con las metáforas simbólicas presentes en la narrativa. Por último hace un breve viaje por el guión que dio forma al videojuego, explorando la narrativa y el cómo se verá reflejado el proceso de duelo en la historia de Eli.

En el capítulo cuatro se hablará inicialmente de las herramientas utilizadas para darle vida y formato al videojuego; como *Unity,* un *software* especializado en el desarrollo de videojuegos, siendo esta, clave para ensamblar todas las partes que dan forma y vida a *Tu dolor en mi memoria.* Posteriormente se narrará la experiencia que se tuvo al montar el

proyecto en una exposición museográfica. El título de esta exposición es: *Afectos y Afectaciones*, se hablará de cómo nace el nombre de la exposición y el trabajo de curaduría y montaje que hubo detrás de ella. Finalizando por las conclusiones, un pequeño apartado en el que se hablará sobre el resultado final del todo el proyecto.

Propuesta artística

Statement

Tu dolor en mi memoria, es una pieza artistica en formato de videojuego de rol (*RPG*) de mundo abierto, donde los jugadores se sumergirán en la historia de Eli, la protagonista, quien busca entender la razón detrás del trágico suicidio de su madre. A lo largo de esta experiencia interactiva, los jugadores asumirán el papel de Eli, explorando un vasto mundo donde tendrán la oportunidad de entablar conversaciones significativas y recolectar objetos reveladores.

La trama se centra en el viaje emocional de Eli, quien, a medida que descubre pistas, comprende las razones detrás de la decisión de su madre, embarcandose en un proceso de sanación interna. Este viaje no solo tiene un impacto en Eli, sino también en su padre, quien se encuentra al borde de la desesperación.

Con la capacidad de interactuar con diversos personajes y recopilar objetos clave, los jugadores desbloquearán fragmentos de la historia que arrojan luz sobre la complejidad de las emociones y desafíos que enfrenta Eli. Paralelamente, Eli documentará su viaje a través de un diario, proporcionando a los jugadores una visión íntima de su progreso y los eventos que dan forma a su historia.

Descripción detallada de la propuesta creativa

Tu dolor en mi memoria narra la historia de Eli. Una niña de doce años que pierde a su madre debido a que se suicidó; Eli embarca un viaje de sanación al enterarse de la noticia, pues su padre mintió sobre la muerte de su esposa, ya que Eli tenía tan solo cinco años cuando sucedió.

Tras la recolección de determinados objetos, Eli decide hablar con gente con la que frecuentaba su madre, intentando descubrir la razón de su decisión. Estas conversaciones la llevan a un claro en el bosque, donde encuentra enterrado el diario de su madre, dándole respuesta a su pregunta y dando inicio a la aceptación del suceso, acercándose más a su padre tras el descubrimiento.

La protagonista es Eli, quien pasará por todas las etapas del duelo presentadas en la escala Kübler-Ross (2006), llevando su proceso de sanación mediante la escritura expresiva, que describe James W. Pennebaker (2022); haciendo uso de un diario.

Como personajes secundarios tenemos a Tom, padre de Eli y Elena, la mejor amiga y confidente de Clarisa, madre de Eli.

En la sección de personajes terciarios tenemos a Leonor, una amiga de la madre de Eli, el padre Agustin y a La profesora de Eli. En conjunto, estos personajes ayudarán a que la trama progrese, algunos desvelarán datos de vital importancia para que Eli pueda seguir con su camino en las etapas del duelo.

Las mecánicas del juego son, en orden de importancia:

- Lectura del diario de Eli: Al iniciar la historia, Eli tendrá en su inventario un diario, el cual irá desbloqueando sus páginas conforme ella vaya desbloqueando aspectos de la historia. Es decir, El diario, funciona como herramienta narrativa que va reflejando el proceso emocional de la protagonista, a medida que interactúa con personajes importantes e *ítems* relevantes.

- Interacciones con *ítems* (objetos) y *NPC* (personajes no jugables): El juego progresa mediante interacciones secuenciales con *NPC* y objetos clave. Las interacciones inician con su profesora y continúan a medida en que Eli recoja ciertos objetos y hable con otros *NPC*.

- Sistema de inventario: En la pantalla principal, aparecerá un ícono con forma de una mochila, basta con hacer *click* en él para desplegar la mochila de Eli, un sistema de inventario con una interfaz amigable al publico, ahi es donde se almacenarán los objetos recolectados durante el jeugo.

- Movimiento del personaje: Como en todo videojuego *RPG*, la protagonista debe moverse, en este caso, se podrán usar las flechas del teclado para moverse en la respectiva dirección que se presione. También se puede hacer uso de las teclas: W, A, S, D. Para moverse hacia arriba, derecha, abajo e izquierda respectivamente.

- Botón de interacción: Para interactuar con los objetos bastará con acercarse a ellos, los *ítems* tienen un icono sobre ellos que aparece cuando el jugador está cerca con el fin de ser identificados fácilmente. Con los *NPC* aparece la tecla *E* encima, según a la distancia que se encuentre el jugador del personaje con el que se desee interactuar.

Tu dolor en mi memoria tiene un estilo visual que hace referencia a los juegos *retros* (antiguos), es decir, *pixel art*. No obstante, el diseño no se queda solo en un homenaje conceptual; el estilo *pixel art*, hace referencia a la sencillez e inocencia con la que Eli ve el mundo, pues es una niña de apenas 12 años. De la misma forma, la paleta de colores brilla por su ausencia, ya que el juego está en escala de grises, haciendo referencia a la melancolía y tristeza con la que Eli ve el mundo tras la muerte de su madre.

Descripción de la experiencia que la propuesta busca generar

La experiencia que propone mi obra, nace de los factores que abduce el jugador, estos son, principalmente, la narrativa, donde los jugadores se sumergen en la historia de Eli, y son testigos de sus acciones, decisiones y emociones a lo largo de su viaje de sanación. La agencia narrativa permite a los jugadores inferir las motivaciones detrás de los comportamientos de Eli y desarrollar una comprensión más profunda de su proceso de duelo.

Así mismo, la intencionalidad con la que está diseñado el juego, tiene un papel importante, pues ha sido creado cuidadosamente cada aspecto del juego con la intención de evocar una experiencia emocionalmente resonante en los jugadores. Desde la elección del pixelArt hasta la selección de la música, la tonalidad en grises y las mecánicas del juego. Cada elemento está destinado a guiar a los jugadores a través del viaje de Eli y fomentar la empatía y la reflexión.

De la mano, se encuentran las metaforas simbolicas, el juego representa temas sensibles como el duelo, la pérdida y el suicidio de una manera respetuosa. A través de la abducción, los jugadores pueden inferir el significado detrás de cada interacción, diálogo y objeto recogido, lo que les permite conectar emocionalmente con la historia y los personajes. **(Figura 1.1)**

Mirada desde el arte Digital

Los conocimientos que proporciona la carrera sobre la realidad social, política y cultural, así como sobre las metodologías, tecnologías y herramientas digitales necesarias para la creación artística y comunicativa en el ámbito de la cultura digital.

Mi obra contribuye significativamente a la consideración de la industria del videojuego como una forma de arte digital, pues un videojuego es mucho más que un simple medio de entretenimiento trivial; es una expresión creativa que combina elementos visuales, narrativos y técnicos para transmitir mensajes y emociones de manera interactiva.

Al utilizar las habilidades adquiridas en mi carrera estoy demostrando cómo el arte digital puede influir en la cultura contemporánea y a su vez, enriquecer nuestra comprensión de la misma. Como consecuencia, mi juego no solo es una manifestación de creatividad individual, sino también una contribución al reconocimiento y valoración del videojuego como una forma de expresión artística.

Estructura conceptual

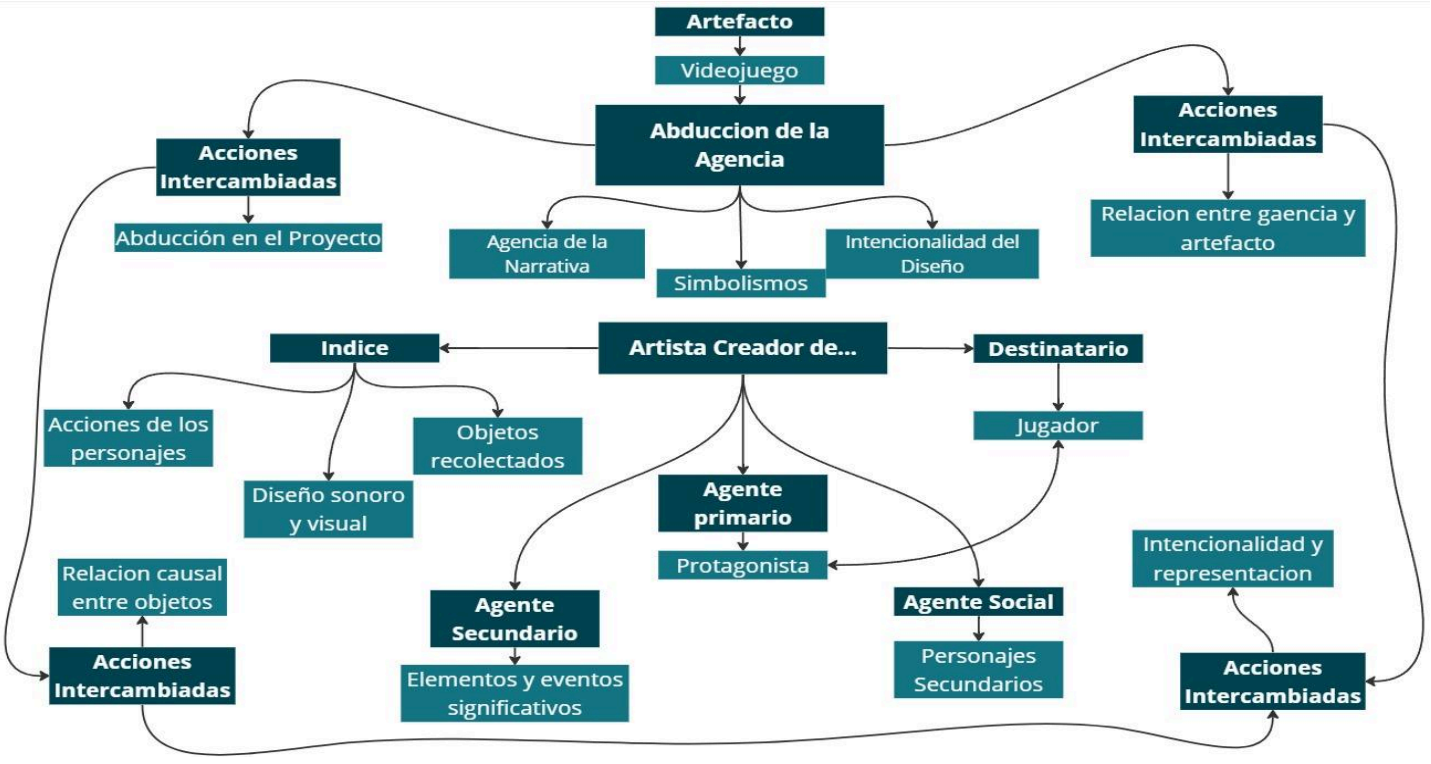
La estructura conceptual que sigue mi juego, se basa en la teoría del duelo de Elisabeth kübler-Ross. El modelo Kübler-Ross, ofrece un marco conceptual sólido para la comprensión del proceso de duelo que está experimentando la protagonista del videojuego. Las cinco etapas del duelo sirven como referencia para el desarrollo de Eli a lo largo de la historia.

Cada etapa se refleja en las interacciones de Eli con los personajes y los objetos presentados a lo largo de la pieza.

Por otro lado, la investigación sobre la escritura expresiva de James W. Pennebaker, es imprescindible para resaltar la sanación de Eli a lo largo de la historia, pues la escritura expresiva se utiliza como herramienta terapéutica que permite a los individuos explorar y procesar emociones difíciles a través de esta estrategia. Conforme Eli progresa en la historia, las páginas de su diario se irán desbloqueando en un acto representativo de la escritura expresiva que le permite expresar sus pensamientos y sentimientos de una manera segura y controlada, facilitando su proceso de duelo y crecimiento emocional.

Diagrama de flujo.

Figura 1.1 *Diagrama de flujo que describe la experiencia propuesta por mi pieza.*



.

El videojuego como herramienta catártica de sanación

Cuando se habla de llegar a una catarsis, una liberación donde expreses todos aquellos sentimientos que se encuentran en nuestro interior, se piensa en el arte. Esta disciplina que precisamente se encarga de liberar a su creador expresando cualquier inquietud, sentimiento, o postura, creando una comunidad con aquellos que reciban y compartan el mensaje. Las disciplinas artísticas más populares para esto son las siete bellas artes, sin embargo, en la actualidad, los nuevos medios digitales, han encontrado lugar en el mundo artístico, posicionándose también como una opción al momento de expresar, convirtiendo a su creador en un artista y a su proyecto, en una obra.

Particularmente me interesa hablar del videojuego y como este formato narrativo tiene la posibilidad de desprenderse de la intención de forjar un medio de exclusivo entretenimiento; y convertirse en un lienzo para el equipo de desarrollo, tornándose en una herramienta catártica de expresión en donde se plasman sus inquietudes, sentimientos, posturas y demás, creando, en consecuencia, las ya mencionadas comunidades que giran en torno a lo que se muestra, sirviendo como un medio que puede acercar a su audiencia y desarrollar vínculos empáticos entre sus vivencias.

Es por esto que en este capítulo estudiaremos de forma breve, pero minuciosamente la evolución del videojuego a lo largo de la historia, centrándonos en el momento en el qué los desarrolladores comenzaron a utilizar el código como lienzo, a sus escenarios como elementos simbólicos que contaban una historia más allá de lo habitual y a sus personajes como un medio para vincularse emocionalmente con su audiencia.

Sombras en el código

Es imposible hacer un viaje por la evolución del medio sin tocar el tema de los prejuicios que, hasta la fecha, se siguen tendiendo sobre el videojuego y los entornos virtuales que nos ofrecen.

Desde que el medio se popularizó, se generó una sombra que cubría el potencial del videojuego, no solo como medio de entretenimiento; sino también como deporte electrónico, herramienta educativa y por supuesto, como medio de expresión. Varios sectores de la población catalogaron al videojuego como un entretenimiento trivial y como el principal

causante de actitudes antisociales y violentas en los jugadores. Charles Everett Koop, cirujano general de los Estados Unidos, afirmó que "los videojuegos son una de las tres principales causas de violencia familiar, junto con la televisión y los problemas económicos" (Tejeiro Salguero et al., 2009). Por supuesto, este tipo de acusaciones y percepciones se han alimentado por noticias sensacionalistas que relacionan a videojuegos con determinadas temáticas con problemas sociales. El ejemplo más popular fue lo que pasó en el noticiero latinoamerciano *telenueve,* donde los periodistas pretendieron engañar a su audiencia fingiendo que jugaban el ya popular título *Fortnite.* Acusando de "poseer" a sus jugadores y volverlos violentos. El canal de YouTube Nintendopolis (2019) resubió el fragmento del noticiero.

Si bien es cierto que hay estudios confiables que evidencian la relación de conductas, cogniciones y sentimientos agresivos con los videojuegos de temática similar. En el artículo "Los videojuegos: una afición con implicaciones neuropsiquiátricas" (Buiza-Aguado et al., 2017), se menciona que "En estudios transversales y prospectivos. El efecto parece ser mayor en niños de menor edad y en varones y correlacionarse con las horas de juego (Gentile, Li, Khoo, Prot y Anderson, 2014; Gentile, Reimer, Nathanson, Walsh y Eisenmann, 2014)". No hay que dejar de lado que estos son estudios transversales, lo que implica que la relación que hay entre el videojuego y la agresividad del jugador es más compleja de lo que se piensa. Esto quiere decir que está sujeta a cambios y que intervienen distintos factores externos y contextuales.

Además, el artículo "Jugar bien: vínculos entre los videojuegos y una salud mental floreciente", se menciona: "Sin embargo, la mayoría de los estudios son transversales y no permiten establecer relaciones de causalidad" (Jones et al., 2014), esto quiere decir que son pocos los que siguen a los mismos sujetos de prueba a lo largo del tiempo para ver la evolución que presentan. Esto es importante ya que, un estudio longitudinal permite ver el panorama completo sobre lo que ocurre primero, si es que ya había un problema social antes de que surgiera la adicción, o por el contrario, es el juego que genera la adicción.

En cuanto a la adicción a los videojuegos, esta tiene causas muy heterogéneas, esto se resalta en el artículo ya antes revisado: "Los videojuegos: una afición con implicaciones neuropsiquiátricas" (Buiza-Aguado et al., 2017). En este documento se destaca precisamente

que el mal funcionamiento psicosocial, más que el juego en sí, es un factor decisivo para desarrollar una adicción al juego. Por otro lado y volviendo al artículo “Jugar bien: vínculos entre los videojuegos y una salud mental floreciente" menciona:

> Un estudio examinó las causas y consecuencias psicosociales del juego patológico entre adolescentes y descubrió que un menor bienestar psicosocial era generalmente un antecedente del juego patológico (Lemmens et al., 2011). La disminución de la competencia social, el aumento de la soledad y la menor autoestima se relacionaron con un aumento del juego patológico seis meses después (Lemmens et al., 2011). (párr. 4)

Dichas constantes preexistentes parecen ser causas del uso problemático, más allá de ser una consecuencia.

Estas perspectivas, aunque válidas en determinadas circunstancias, dejan de lado el potencial del videojuego; ya no solo en el ámbito neurobiológico y psicosocial, como se puede ver en los beneficios terapéuticos en el contexto correcto. Como ejemplo de esto, retomando el artículo de: “Los videojuegos: una afición con implicaciones neuropsiquiátricas” (Buiza-Aguado et al., 2017), se ha determinado una mejora en las habilidades cognitivas como la atención y la memoria visual en jugadores sanos, e incluso se han utilizado en programas de rehabilitación para pacientes con discapacidades visuales o motoras. También en el área terapéutica. El videojuego ha demostrado tener un enorme potencial en esta área, cuando se utilizan en contextos adecuados y controlados, ya que han servido de ayuda para trabajar con pacientes con diversas condiciones de salud mental. En el artículo de: “La eficacia de SPARX, una intervención de autoayuda informatizada para adolescentes que buscan ayuda para la depresión: ensayo controlado aleatorizado de no inferioridad” (Merry et al., 2012) se nos narra como la depresión, ansiedad y estrés postraumático (PTSD). Títulos como *SPARX* (Pensamientos inteligentes, positivos, activos, realistas, factor X) fue diseñado específicamente para tratar la depresión. Desarrollado por la Universidad de Auckland en Nueva Zelanda, en el 2010, está basado en principios de la Terapia Cognitivo Conductual (TCC). Demostró ser efectivo reduciendo síntomas depresivos en sus jugadores y en la reestructuración cognitiva de un entorno interactivo.

No olvidemos tomar en cuenta lo que menciona el artículo: “La evolución de la terapia de realidad virtual para el TEPT” (Waldrop, 2010), en este artículo se describe el uso de

videojuegos en terapias de exposición mediante el uso de la realidad virtual ha mostrado ser de ayuda para los pacientes que necesitan enfrentarse a sus miedos de forma controlada y segura.

Esta nueva perspectiva, ayuda a complejizar al videojuego y lejos de ser simples y triviales medios de evasión, los videojuegos pueden funcionar como espacios seguros para la exploración emocional.

Por lo tanto, aunque es innegable que existan sombras en el código de los videojuegos. Críticas que no deben ser desestimadas, es cierto, de igual forma que un panorama más completo y equilibrado, revela el potencial y la posibilidad de que este medio se convierta en una herramienta muy útil para la gestión emocional. De la misma forma que con cualquier otra forma de expresión, su impacto radica tanto en la forma en que se utiliza como en el contexto en el que se crea o se presenta. Los videojuegos, lejos de ser meramente negativos y tribales, tienen el potencial para ser una herramienta de expresión para el desarrollador y de reflexión y catarsis, para el jugador.

Del entretenimiento a la catarsis

El videojuego nació en 1958 con *Tennis for Two*, desarrollado por el físico William Higinbotham. Nadie se imaginaba el impacto mediático y cultural que esta invención representaria, con el tiempo este formato fue evolucionando, aunque al principio los desarrolladores buscaban explotar el potencial del videojuego en la industria del entretenimiento y la competitividad, mejorando las mecánicas de juego para representar mayor desafío en el *gameplay* (jugabilidad) , fue en el año de 1976 cuando nació *Adventure* (también conocido como *Colossal Cave Adventure*), creado por Will Crowther y registrado como el primer videojuego con una historia de trasfondo o narrativa.

Desde entonces, los videojuegos empezaron a adquirir géneros y subgéneros, como en cualquier otra corriente mediática. Tuvimos entregas muy populares que explotaban el potencial del medio, como *Pacman* desarrollado por Toru Iwatani en el año de 1980. Pasando

la década de los noventas todo fue para arriba, el videojuego ya no solo era un medio de entretenimiento, más pronto que tarde, los jugadores empezaron a competir por ver quien era mejor en su título favorito, trayendo consigo la idea del juego como deporte.

Más interesante aún fueron los debates que buscaban catalogar al videojuego como arte. Pero, ¿Por qué arte? Si bien no hay fecha exacta de cuando el videojuego irrumpió en la disciplina artística, las discusiones acerca del tema han evolucionado, a medida que la industria ha crecido y los juegos se han vuelto más sofisticados en términos de narrativa, diseño visual y expresión creativa.

No obstante, el arte es algo más que una pintura bonita, una canción pegadiza, una imágen bien definida o una fotografía bien tomada. El arte tiene un trasfondo, un propósito y un significado. El videojuego no se quedó atrás.

1994 Shigesato Itoi, desarrolla el juego de *EarthBound*, también conocido como *Mother 2* en Japón. Este juego a diferencia de los ejemplos que veremos posteriormente, no presenta una historia tétrica, es decir su inspiración no viene de un trauma o algún sentimiento negativo. Pues cuenta la historia de un niño llamado Ness, que, tras la caída de un meteorito, se une a otros tres niños para enfrentar a un ente maligno llamado Giygas, que amenaza al universo.

En una entrevista Itoi comenta que la inspiración de este videojuego viene de una variedad de experiencias personales, incluyendo su infancia y sus percepciones del mundo. Itoi habló sobre cómo EarthBound se diferenciaba de otros juegos de rol de la época al enfocarse en un entorno moderno y en temas emocionales y filosóficos.

Itoi explicó que quería crear un juego que no solo fuera divertido, sino que también tuviera profundidad emocional y resonará con las experiencias de vida de los jugadores. Habló sobre cómo los temas del juego, como la amistad, el coraje y el enfrentamiento a lo desconocido, eran reflejos de sus propias experiencias y emociones.

Posteriormente en el año de 1999, se publicaría el Título de *Silent Hill*, un videojuego del género *survival horror* (terror de supervivencia), en esta asumimos el papel de un padre que perdió a su hija en un pueblo que explota los traumas psicológicos de quien se adentra en él, distorsionando completamente la forma en la que percibe la realidad, generando grotescas criaturas, cuyo diseño refleja de manera metafórica y simbólica lo que ya hace en la oscuridad de su mente.

Si bien este título no explora traumas o experiencias directas del equipo de desarrollo, ni es el primero en hacer uso de la psicología para sustentar su narrativa. *Silent Hill* marcó un punto de inflexión al momento de crear metáforas simbólicas en las narrativas de los videojuegos, logrando generar un vínculo empático con su audiencia, identificándose de una forma u otra con el protagonista y viviendo la experiencia más allá del entretenimiento. Tal vez no fue el primer videojuego en funcionar como una catarsis para su equipo de desarrollo, pero resultó ser uno de los títulos que incentivo a no solo hacer uso de la psique de su protagonista, si no, a plasmar las mismas inquietudes, miedos y experiencias de vida de los propios desarrolladores.

Es entonces que en el 2008 se crea un *mod* para el *Half Life 2*. Los *mod* son un contenido que modifica el juego base para cambiar la experiencia que ofrece el título original. Hay *mods* que modifican únicamente la estética del juego y otros que alteran la jugabilidad del mismo. Todo depende de la complejidad del *mod*. Generalmente no son desarrollados por la misma empresa que diseñó el juego original. Suelen ser creados por fans del título o empresas pequeñas. En este caso fue desarrollado por Dan Pinchbeck y Jessica Curry quienes tras el buen recibimiento por su *mod* decidieron fundar en el 2010 su propia empresa, a la que llamaron *The Chinese Room* el título del *mod* es *Dear Esther*, el cual se publicó como juego independiente en el 2012. La trama del juego sigue a un hombre que explora una isla desierta mientras reflexiona sobre su vida y su relación con una mujer llamada Esther. **(Figura 3.1)**



Figura 3.1 *Portada del, en ese entonces, mod Dear Esther (Pinchbeck & Curry, 2008)*

Dear Esther es importante porque es de los primeros juegos catárticos de expresión personal registrados que nacen de las inquietudes y sentimientos de su desarrollador. Es su enfoque en la narrativa atmosférica y la exploración emocional lo que hace el juego tenga una experiencia introspectiva. El juego presenta una narrativa no lineal y altamente subjetiva, donde la historia se revela a través de fragmentos de narración dispersos por el entorno y la voz en off del protagonista. Los jugadores tienen la libertad de recorrer una isla a su gusto, absorbiendo una atmósfera melancólica y reflexiva. Teniendo contacto con metáforas simbólicas que hacen referencia a la pérdida, la reflexión, culpa, redención y soledad.

Para Dan Pinchbeck y Jessica Curry *Dear Esther* les permitió explorar sus propias experiencias y emociones a través de un medio interactivo, permitiendo expresar sus sentimientos de una forma única. El código se volvió su lienzo para una narrativa personal. Entonces, sus vivencias eran de ellos para los jugadores, su público; la virtualidad se volvió su galería y el videojuego se convirtió en una pieza catártica de expresión.

El cineasta y crítico Roger Ebert argumentó que los videojuegos nunca podrán ser arte (Ebert, 2010) debido a su naturaleza interactiva. Sin embargo, títulos como *Journey* (*Thatgamecompany.* 2012) **(Figura 3.1)** y *The Last of Us* (*Naughty Dog. 2013)* **(Figura 3.2)** refutan esta afirmación, pues han logrado evocar una experiencia catártica en el jugador. *Journey* por un lado, es un juego de aventura desarrollado por la empresa independiente *Thatgamecompany* y fue estrenado en el 2012. La historia es, a primera vista, bastante simple. Se narra como un viajero busca llegar a la cima de una colina, mientras atraviesa las ruinas de una antigua civilización. El juego deja el viaje de nuestro protagonista a la interpretación, lo que da pie a una experiencia personal e introspectiva. Sus interpretaciones son variadas, pero principalmente destaca la de "el ciclo de la vida" en donde se explora el nacimiento, las dificultades y la cooperación, hasta llegar a la tan esperada trascendencia. *Journey* es un ejemplo claro de cómo un videojuego,que carece de diálogos complejos y un diseño tradicional, puede evocar en sus jugadores un sentimiento de soledad, esperanza y conexión humana. Por otro lado, *The last of us,* fue desarrollado por *Naughty Dog* y *Sony Interactive Entertainment* en el 2013. Nos cuenta la historia de un padre que pierde a su hija en una epidemia, el cual resignifica su vida encontrando un nuevo objetivo. Este título presenta una narrativa que explora sentimientos como el dolor, amor, la pérdida y por supuesto, el duelo. Provocando una experiencia emocional en la que el jugador no solo observa, sino que siente de manera activa.



Figura 3.2 *Portada del videojuego Journey (Thatgamecompany,* 2012)



Figura 3.3 *Portada del videojuego The last of us (Naughty Dog, 2013)*

Al igual que un buen libro o una película, el videojuego tiene la capacidad y el potencial de generar una experiencia catártica; la naturaleza del videojuego ofrece una inmersividad más profunda, somos nosotros quien llevamos de la mano al protagonista de la historia a su destino. Lo acompañamos en todos sus momentos difíciles y en sus logros. Así, sentimientos como el dolor, la tristeza o el amor; no solo se ven desde una pantalla, se viven. Así, los videojuegos han logrado posicionarse como una forma de arte catártico, donde los equipos de

desarrollo plasman en su lienzo digital aquellas emociones y sentimientos que ya hacen en su inquietud, como la de cualquier otro artista; presentando a sus jugadores en una narrativa llena de mecánicas que ayudan a que esta se desenvuelve, generando un vínculo, ofreciendo una experiencia emocional única que va más allá de la pasividad de otros medios

Rumbo a la sanación

El proceso de duelo es una experiencia íntima y personal, sin embargo, es un proceso universal. En este capítulo hablaremos más a detalle de las etapas del duelo: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Presentadas por la Dra Elisabeth Kübler Ross (2006); dicho marco de investigación resulta bastante útil al querer identificar los aspectos emocionales que las personas atraviesan al buscar la sanación ante una pérdida. De igual forma, se explora el concepto de escritura expresiva propuesta por el psicólogo James W. Pennebaker (2022). Que se entiende como una herramienta o alternativa que puede ser útil en momentos de dificultad. Al poder canalizar y expresar en una libreta aquellos sentimientos y aspectos que quizá al principio puede que sean difíciles de entender, terminan por ser más claros, ofreciendo un panorama más amplio para quien cruce por ese proceso emocional. Esta estructura no solo nos permite entender más sobre la complejidad del duelo, si no que también nos ayuda a reflexionar sobre la naturaleza de la sanación emocional.

Los videojuego, como medio interactivo, tienen el potencial para desarrollar estos procesos mediante una narrativa compleja y mecánicas de juego, los desarrolladores tienen la oportunidad de plasmar en su lienzo digital una experiencia que represente las etapas del duelo, utilizando como principal referencia su experiencia, logrando así, conectar con los jugadores. En títulos como *That Dragon, Cancer* (Green et al., 2016), los jugadores experimentan este proceso a través de la narrativa tan personal que plasman sus desarrolladores, lo que les invita y permite a confrontar sus propios sentimientos de pérdida.

Es importante tomar en cuenta el impacto que están teniendo los videojuegos cuando hablamos de resiliencia y superación personal. Un estudio de la universidad de Oxford, llamado: “El tiempo que se le dedica a jugar videojuegos es asociado positivamente con el

bienestar"(Przybylski, 2020), sugiere que las experiencias vividas en los entornos virtuales pueden contribuir al desarrollo emocional .

La característica intrínseca del videojuego como medio interactivo fomenta, además de una exploración emocional en los jugadores; el desarrollo de habilidades de afrontamiento. Los juegos que presentan desafíos requieren que los jugadores refuercen su perseverancia ante la resolución de problemas. Juegos como *Celeste* **(Figura 4.1)** desarrollado por Maddy Makes Games, un estudio independiente, lanzado en el 2018, nos cuenta la historia de una joven que toma la decisión de escalar la montaña celeste. A medida en la que progresa su viaje los desafíos de escalada van en aumento, además de los conflictos internos de la protagonista, como la ansiedad y la autocrítica. El jugador experimenta una dificultad mecánica,tanto en el ascenso, como en el crecimiento personal, convirtiendo la experiencia en un acto de descubrimiento.



Figura 4.1 *Imagen extraída del juego celeste (* Maddy Makes Games, 2018)

Retomando el estudio de Oxford, destaca que los videojuegos funcionan como herramientas para fortalecer la resiliencia emocional, ya que permiten a los jugadores reforzar estas habilidades en un entorno seguro. Las desafiantes tareas presentadas en *Celeste,* cuya jugabilidad está basada en un sistema de prueba y error, se entiende como un fortalecimiento de la autoeficacia. Esta capacidad no solo se mantiene en el entorno virtual sino que se llega a

extrapolar a la vida real, donde enfrentar y superar adversidades es una parte fundamental del crecimiento personal.

En resumen, el duelo y la sanación son procesos universales pero totalmente personales, que pueden verse beneficiados por distintas perspectivas a la hora de abordarlos. Los videojuegos, por otro lado, no solo emulan el sentimiento de que conlleva una pérdida, si no que pueden ser herramientas poderosas para facilitar la sanación y el crecimiento personal, proporcionando un espacio seguro para la introspección y la catarsis.

El duelo y la pérdida

Uno de los puntos a resaltar es que la mayoría de las experiencias que se suelen compartir con el videojuego como medio catártico de expresión, son “negativas” y utilizo esta palabra para referirme a experiencias o sentimientos que en algún momento o en el presente de la vida del desarrollador tuvieron un impacto doloroso o representaron una etapa oscura en el creador de la pieza. Sentimientos y emociones que suelen oscilar entre el dolor. angustia, miedo y tristeza. Consecuencia de algún suceso que definió su línea de trabajo, como una pérdida o un trauma previo. Las pérdidas son universales, es decir, todos hemos perdido algo o alguien y lo interesante es el proceso que se vive después de perder eso que tanta ilusión o felicidad nos causaba; este proceso es actualmente conocido como el duelo.

El duelo ha sido definido por varios psicólogos antes. El Dr. Sabel Gabaldón, Jefe de la sección de psiquiatría en el hospital Sant Joan de Déu (Hospital Sant Joan de Déu Barcelona, 2014), en una entrevista, lo define como la suma de procesos emocionales y psicosociales ante una pérdida o fallecimiento de un ser querido. Proceso, por el que incluso los niños son capaces de cruzar. Tomando en cuenta, claro, que el duelo funciona como una herida, según el Dr Gabaldón. Pues dependiendo de la evolución del mismo, pudiendo reaccionar con una curación total, una restitución con pequeños defectos o en el peor de los casos, con una curación completamente inadecuada.

Por otro lado, la psiquiatra y escritora Elisabeth Kubler-Ross define al duelo como un proceso emocional que las personas atraviesan cuando enfrentan una pérdida significativa,

especialmente la muerte de un ser querido. En su libro “Sobre la muerte y los moribundos", publicado por primera vez en 1969 estableció lo que hoy conocemos como el modelo “Kübler-Ross” donde introduce las 5 etapas del duelo. No obstante, es importante que no se malinterprete el modelo, pues, en un libro publicado posteriormente “Sobre el duelo y el dolor” según sus palabras estas cinco etapas “Nunca se concibieron para ayudar a introducir las emociones turbias en pulcros paquetes” (Kubler-Ross & Kessler, 2006). Las etapas denominadas en dicho modelo, son reacciones que se suelen compartir, que mucha gente llega a tener, pero no hay un proceso de duelo común, ni una pérdida típica. “Nuestro duelo es tan propio como nuestra vida.”(Pág.23).

Una vez aclarado esto, como se mencionó con anterioridad, las etapas del duelo se dividen en cinco; Negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Estas cinco reacciones son parte del proceso que una persona vive al momento de enfrentar la pérdida de un ser querido y nos sirven para identificar lo que se puede estar sintiendo y prepararnos para lo que viene o lo que se está presentando, tomando en cuenta que este proceso no es lineal; es decir, hay personas que quizá no vivan alguna etapa, o que las vivan en un orden completamente diferente. “Esperamos que con estas etapas puedas conocer el terreno del duelo, lo cual te preparará mejor para vivir y afrontar las pérdidas.” (Pág.23).

Es en este contexto el artículo llamado “¿Qué es la escritura expresiva?” (Etxebarría, 2022) donde se describe como la escritura expresiva, es una técnica desarrollada por el psicólogo James W. Pennebaker, mismo que la presenta como una estrategia viable para afrontar la carga emocional de cada etapa. Pennebaker descubrió que escribir sobre experiencias traumáticas puede ayudar a las personas a procesar sus emociones y mejorar su salud mental. A lo largo de las distintas etapas del duelo, la escritura expresiva permite a los individuos explorar y confrontar sus sentimientos, proporcionando un medio para entender y, eventualmente, aceptar la pérdida.

Negación

La negación se entiende como la reacción que tiene la persona al momento de recibir la noticia del suceso. Se puede llegar a percibir como un mecanismo de defensa. Es importante aclarar que la negación no es sinónimo de “ignorancia”. Es decir, es algo más simbólico. No quiere decir que no lo sepa, si no que “no lo puede creer”.

La negación es, que el esposo llegue a casa y se quede mirando a su puerta durante horas esperando el regreso de su amada. Es esperar que su teléfono suene de nuevo anhelando oír su voz, diciendo que todo está bien. En el libro "Sobre el duelo y el dolor" (Kübler-Ross & Kessler, 2006) la autora describe el proceso de negación de la siguiente forma: "la negación no es aún la negación de la muerte propiamente dicha, aunque alguien pueda decir: «No puedo creer que esté muerto». La persona lo está diciendo, de hecho, porque, al principio, la realidad es excesiva para su psique." .

Como mencioné antes, la primera etapa es un mecanismo de supervivencia, es común que quien la atraviesa se vuelva insensible, el mundo pierde sentido. La negación ayuda a graduar el dolor, hay cierto alivio en ella. Se dice que es la forma en la que dejamos pasar únicamente lo que podemos soportar. Pues no podemos creer lo que ha sucedido, porque sencillamente somos incapaces de hacerlo.

En esta etapa es normal que dentro de nosotros nazca un constante cuestionamiento de la realidad. "¿Es verdad?" "¿Realmente acaba de suceder?" y es que, esta etapa no se caracteriza por olvidar, si no, por empezar a aprender a vivir con la pérdida del ser querido.

Durante esta etapa es normal que el sujeto hable constantemente con sus amistades o familiares cercanos de la pérdida. Sin embargo, cuando la negación disminuye la persona ya no puede evitar enfrentarse a la verdad, entonces esas platicas que se suelen tener con los terceros, se dejan de lado y se empieza a hablar con uno mismo, miramos hacia adentro y otro tipo de preguntas se exploran "¿Tenía que pasar?" "¿Se pudo evitar?".

Entonces, él irremediablemente suceso queda encarnado en quien vive el proceso, ya no hay marcha atrás "Ella ya no volverá". Sin saberlo, el hacer ese tipo de preguntas y de exploraciones inician el proceso de sanación.

Durante esta etapa, la escritura expresiva puede manifestarse como una herramienta muy útil para lidiar contra esta sensación de incredulidad. Escribir en un diario puede permitirle al doliente externar esos sentimientos. Al expresar sus pensamientos con palabras, las personas pueden comenzar, gradualmente, a procesar lo sucedido en un nivel más consciente. La escritura expresiva ayuda a aliviar el dolor emocional de manera significativa, enseñando a vivir con la pérdida de un ser querido.

Ira

La ira es de esos sentimientos que florece una vez encaras la realidad, hay muchos otros sentimientos que se esconden bajo esa superficie, pero usualmente es el que está en la puerta esperando su entrada. ¿Ira? ¿hacia quién? todo aquel que parezca merecerla, es decir. Puede ser hacia uno mismo, generalmente inducida por culpa o arrepentimiento. ¡Debí hacer más!

La Dra. Ross utiliza una frase que personalmente me gusta mucho y ejemplifica bastante bien el sentimiento de ira hacia uno mismo. “No tenía el poder para salvar su vida, pero si la voluntad” (Pág, 27) El sentimiento de impotencia y frustración son de los detonantes perfectos para la ira hacia uno mismo.

También suele presentarse hacia terceros, como los doctores, que no pudieron salvar a tu padre de aquella cirugía, hacia tus amigos, que no entienden por lo que estas pasando, porque ellos aún tienen a su pareja durmiendo a su lado. Incluso hacia el ser querido, que se fue dejándote solo, que se atrevió a partir sin previo aviso. La ira se puede dirigir a Dios, incluso, todo según la religión que se profese y el acercamiento o devoción que tengas hacia la misma. La ira no tiene que tener lógica.

Esta solo surge cuando estamos cien por ciento seguros de que sobrevivimos a la pérdida. Al principio sorprende haber sobrevivido a la tragedia, es decir, cuando se está experimentando alguna otra etapa del duelo, como lo es la negación, lo normal es sentir que la vida a perdido el sentido, sentirse desubicado, deprimido, cuando se sale de ese estado, lo normal es buscar reinsertarse en la sociedad. El sobrevivir, sorprende, pues lo normal es creer que jamás se saldrá de ese agujero. Y es cuando los sentimientos afloran, sentimientos como el dolor, el miedo, la soledad, el pánico. Por lo general esto desconcierta a todos los que nos rodean, porque justo salen a la luz cuando empezábamos a funcionar a un nivel básico.

No obstante, la ira es necesaria para el proceso de sanación, cuanto más auténtica sea, antes se empezará a dispersar. Es una emoción útil y esencial para vivir el proceso de duelo, la Dra Ross la describe como energía, es una fuerza que te ancla de alguna forma a la realidad, confiriendo una estructura sólida a la cual aferrarse. (Pág.31).

La ira es un pilar al cual sostenerse mientras la tempestad azota tu psique, se vuelve un puente en mar abierto. Es importante entender que la ira es un indicativo de la intensidad del

amor que sentías hacia la otra persona y la mayoría de los sentimientos que emerjan de ti, serán proporcionales a ese cariño.

Hay que entender que la ira, es útil en las primeras etapas del duelo, suele ser beneficiosa al momento de enfrentarse a la pérdida en los primeros instantes, sin embargo, no es sano aferrarse a este sentimiento durante mucho tiempo, pues puede obstruir el proceso de sanación. Es importante respetar tu ira, permitiéndote estar enfadado, mientras ese sentimiento no te lastime o lastime a los demás.

En esta etapa, la escritura puede llegar a ser tu mejor aliada para canalizar la intensidad con la que se vive el sentimiento de ira. Escribir sobre la frustración provocada por esta etapa, ayuda a clarificar el origen de cada sentimiento. Si es ira que se dirige a uno mismo, como se mencionó antes, o si es hacia otros. Retomando la frase de "No tenía el poder para salvar su vida, pero si la voluntad"(Pág. 27), puede resonar profundamente durante las sesiones de escritura, permitiendo que el doliente explore y eventualmente diluya esa furia. Al escribir, la persona puede descubrir patrones en su ira y empezar a manejarla de una manera que promueva la sanación.

Negociación

La negociación, personalmente, creo que es de las etapas más nobles de todas. Pues antes de una pérdida, se intentará de todo por no sufrirla. “Si la curas, iré a la iglesia todos los días.” “Si lo salvas, no lo obligaré a salir si no se siente con ganas”. Después de sufrir una pérdida, la negación se puede entender como una tregua temporal, ese momento en el que uno busca convertirse una mejor persona para intentar estar en paz consigo mismo, con Dios, incluso con el ser a quien perdiste. La negociación busca restaurar el orden que se ha esfumado de la vida de quien atraviesa el duelo, es una manera simbólica de tener el control de vuelta.

La negación suele hacer que quien la atraviesa oscila entre el pasado y el futuro. Repasando infinidad de veces lo que pudo haber o no hecho, o como a mi me gusta decirlo. Uno se hunde en el eterno mar que representa el “ojalá”. “Ojalá hubiera corrido más rápido” “Ojalá no me hubiera enojado con ella” para posteriormente comenzar a pensar en “si ella siguiera

viva yo…" Elisabeth Kübler-Ross dice "Nos quedamos anclados en el pasado, intentando pactar la forma de liberarnos del dolor" (Pág. 32)

Es interesante, porque la gente suele creer que las etapas del duelo llegan a durar semanas, meses o años. Claro que todo depende del individuo, sin embargo, se pierde de vista que las etapas son reacciones a sentimientos que pueden durar minutos u horas.

La Dra Ross narra la historia para ejemplificar el proceso de la negación. Cuenta que un anciano pierde a su esposa en un accidente por insistir en salir a dar una caminata diaria para mantenerse en forma. El anciano, mientras está acostado en una camilla con un par de moretones y huesos rotos, escucha como los doctores intentan hacer lo posible por mantener con vida a su mujer, quien recibió la peor parte del accidente. Él, entre llanto y arrepentimiento, le ruega a dios en su mente que la mantenga con vida. -Prometo ya no obligarla a salir a caminar- se repetía con frustración. navegando constantemente entre la ira y la negociación. Una vez de regreso en su casa, voltea a ver a todos lados, buscando con la mirada a su esposa, esperando que cuando despierte, su esposa esté a su lado, para contarle la pesadilla tan horrible que tuvo. Al darse cuenta que eso jamás pasará, se repite constantemente -Ojalá no hubiera visto ese artículo que decía que caminar era bueno para mantenerse en forma- (Pág. 34)

En esta etapa, la escritura ayuda a darle sentido a las preguntas que bombardean la mente de quien está cruzando por la negociación. Al escribir, esta persona tiene la oportunidad de poner en texto, aquellos deseos y promesas que nacen de su interior para intentar aliviar el dolor o revertir el suceso. El acto de escribir ayuda a que se explore cualquier tipo de sentimiento sin juicio, en un espacio seguro. La persona puede reflejar en su diario los momentos en que se balancea entre el pasado y el futuro, buscando restaurar algún sentido de control. Este proceso puede llevar a una comprensión más profunda de los propios deseos y miedos, facilitando el camino hacia la aceptación.

Depresión

Entramos a la etapa más controversial de todas, si bien la ira puede causar cierta incomodidad de quienes rodean a quien la está viviendo, tachandolo de impertinente, insensible, etc. La

depresión llega a otro extremo, pues suele ser confundida con una depresión clínica, lo que trae como consecuencia que los terceros busquen activamente que quien atraviesa esta etapa se deshaga de ella, incluso, quien vive la depresión, la mira con recelo, con algo de odio y miedo. Es normal, ignorando el hecho de que la depresión no deja de ser un tabú en la sociedad. Si no porque, la depresión representa un tornado de emociones y procesos agobiantes, al que todos podemos entrar, pero aterra la idea de quedarse ahí y jamás salir.

La depresion te remite al presente y es entonces cuando cae ese vacio, ese agujero negro que succiona todo a su paso, la vida pierde todo el sentido que alguna vez pudo llegar a tener. "¿Para que como?" "¿para qué voy?". El levantarte de la cama se vuelve una odisea, es equiparable e incluso más difícil que escalar una montaña. Como mencione antes, este estado es a menudo descrito como algo "antinatural" y que debe ser desechado pero, si me lo preguntas, yo creo que lo antinatural sería no sentirte devastado tras perder a un ser al que amabas con tanta fuerza.

Recordemos que las reacciones y sentimientos suelen ser proporcionales al apego y cariño que se le tiene a ese ser amado que acaba de partir. Es verdad que una depresión clínica que no se trate adecuadamente puede conducir a un empeoramiento de la salud mental. Sin embargo, la Dra Ross menciona que la depresión que se vive en el duelo es algo natural, un mecanismo de defensa, un recurso de la naturaleza para protegernos. Pues ayuda a bloquear el sistema nervioso para que podamos adaptarnos a algo que sentimos que no podremos superar. (Pág. 36). La depresión, así como todos las etapas previamente vistas, tienen un propósito. Esta etapa obliga a que veas las cosas con más detenimiento, que no seas tan impulsivo, hay que verla como un especie de freno, que te obliga a ir más despacio. Es en este momento en el que empezamos a reconstruirnos.

La Dra Ross recomienda tratar a la depresión como a un invitado no deseado, es un alguien o un algo del que no debes correr, a quien debes aceptar. "Permite que la tristeza y el vacío te purifiquen y te ayuden a explorar por completo la pérdida. Cuando te permitas a ti mismo experimentar la depresión, desaparecerá en cuanto haya cumplido su propósito". (Pág. 37)

Con esto debemos entender que la depresión a causa del duelo, es un proceso normal, es algo que debemos permitirnos vivir, es aquella tristeza que sentimos en repetidos momentos de la vida y el mejor tratamiento es saber equilibrar la presencia del invitado. Tomando en cuenta que la depresión clínica es un grupo de enfermedades mentales, cuya principal característica,

según la Dra Ross, es la de provocar estados depresivos a largo plazo. Identificando eso, lo mejor es consultar a un profesional para que atienda el caso. Pero, cuando la depresión sigue a una pérdida, es normal que las personas pueden pasar por un tipo de depresión que está directamente relacionado con esa pérdida; el sufrimiento que se puede identificar y reconocer, así cómo los recuerdos de momentos compartidos, la añoranza de la presencia del ser querido, y los cambios en la rutina diaria y la vida personal que resultan de esa pérdida.

Hay que recordar que cuando uno toca fondo, lo único que queda es volver a subir…

En esta etapa, no hay mejor aliado que un diario. Escribir sobre el torbellino de emociones que conlleva estar en un estado de depresión post pérdida, puede ayudar infinitamente a cruzar de manera ilesa esta tormenta. La tristeza, el eterno sentimiento de vacío y la falta de sentido puede proporcionar una salida para estos sentimientos intensos. La Dra. Ross menciona que la depresión en el duelo es un mecanismo de defensa, un recurso natural. Al escribir, la persona puede empezar a comprender y experimentar cada uno de estos sentimientos y encontrar patrones en su dolor que son esenciales para el proceso de curación. La escritura ayuda a dar voz a la tristeza y permite que el doliente se sumerja en sus emociones, facilitando la purificación y eventual disolución de la tristeza.

Aceptación

La aceptación ha sido objeto de muchas malinterpretaciones, la suelen confundir con el sentirse bien, o por lo menos de acuerdo con lo que pasó, y no se ha estado más lejos de la realidad.

La aceptación, como su nombre lo indica, es aceptar la realidad de que esa persona que tanto queremos, se ha ido físicamente, es decir, de una forma objetiva, su presencia, su cuerpo, ya no están ni estarán. Es la realidad permanente. Es cuando aprendemos a vivir con esa pérdida.

Es importante identificar esto, pues la curación o la sanción ya hace en las acciones de recordar con cariño y respeto al ser perdido, de recomponerse y empezar a reorganizar roles. Pues aquel papel que desempeña esa persona que partió, debe ser cubierto por alguien más, y

no lo digo en un sentido de reemplazo, eso es imposible, pues cuanto mayor era la conexión, más trabajo va a costar hacer ese cambio. No obstante, habrá cosas que quizá deba hacer alguien más o incluso uno mismo. Puede ser desde la acción más sencilla, como empezar a ser tu quien lave los trastes, porque eso lo hacía tu pareja que acabas de perder. O empezar a buscar consuelo en los abrazos de tu padre, porque tu madre ahora es incapaz de hacerlo.

Aquellos que como antes mencionamos, sobreviven a la pérdida, empiezan a aceptar que la muerte llegó a reclamar a su ser amado. "Descanso…" Se entiende que el viaje continúa, el se fue, pero tú te quedaste aquí y es la hora de sanar, de avanzar.

> Ahora, debemos intentar vivir en un mundo en el que falta nuestro ser querido. [...] al principio nos resistamos a esta nueva situación y queramos mantener la vida tal como era antes de la desaparición [...] Sin embargo, con el tiempo, a través de pequeños pasos de aceptación, vemos que no podemos mantener intacto el pasado. (Pág. 40).

Lo lindo e interesante de la sanación, es que aprendemos vivir con nosotros mismos, empezamos ese momento de redescubrimiento y haciendo honor a la frase de "no se sabe lo que se tiene hasta que se pierde" también empezamos a darnos cuenta de quién era esa persona para nosotros, de una forma poética, aprendemos a vivir nuevamente con ese ser que ha partido y entre más nos acerquemos, más avanzamos a la reintegración.

No quiere decir que esta situación nos encante, o siquiera parezca justa, la vida y la muerte son injustas, todo esto consiste en ser consciente de lo que se ha perdido. La aceptación, como todas las etapas, en palabras de la Dra Ross, no representa una etapa final con un punto final (Pág 41). Puede tardar mucho, pero siempre existirá la fuerza para llegar a nuestra aceptación.

En lugar de negar todo eso que tenemos dentro, hay que aprender a escuchar nuestras necesidades. Entonces, nos habremos movido del ojo de la tormenta, cambiaremos, creceremos y evolucionaremos."Empezamos a vivir de nuevo, pero no podremos hacerlo hasta que no le hayamos dedicado el tiempo correspondiente al duelo." (Pág, 42)

La última etapa, aquí, un diario puede ayudar a reconstruir la vida y redefinir la identidad después de la pérdida. Escribir sobre los recuerdos del ser querido, las nuevas rutinas y los pequeños pasos hacia la normalidad puede ayudar a integrar la pérdida en la vida diaria. La escritura en esta etapa no se trata sólo de lamentar la ausencia, sino de reconocer el impacto

del ser querido en la vida del doliente y cómo ese legado puede continuar de nuevas maneras. A través de la escritura, la persona puede encontrar paz y un sentido renovado de propósito, permitiendo que las heridas sanen y que se continúe el proceso de vivir plenamente, honrando la memoria del ser amado.

Sentimientos en el código

Los tiempos cambian. El videojuego como medio expresivo, ha evolucionado. Su objetivo ya no es solo el de entretener a su audiencia. O hacer que los niños se gasten el cambio de sus madres en las maquinitas, como en los tiempos de antaño. Actualmente el videojuego es una herramienta con un alcance masivo, que además maneja temas profundos con narrativas significativas para explorar y expresar emociones humanas complejas. Invitando activamente a que los jugadores mantengan una estabilidad mental al momento de jugarlos.

En la literatura se suele recriminar mucho al videojuego sobre la influencia negativa que suele tener en sus jugadores. No obstante, también han surgido artículos que equilibran la perspectiva, estudiando los efectos positivos que tienen sobre sus jugadores. Ejemplo de ello es el artículo "Jugar bien: vínculos entre los videojuegos y una salud mental floreciente" (Jones et al.,2014) que relaciona al videojuego con el florecimiento, y explora el papel del videojuego y la tecnología para mejorar la salud mental y el bienestar.

En este artículo también se habla de cómo los niños que juegan videojuegos mencionan que se desahogan disipando los sentimientos de ira, culpa o frustración. Además, se señala que los videojuegos ofrecen una plataforma para explorar y manejar emociones intensas, lo que puede contribuir a un aumento en el bienestar emocional de los jugadores.

Así como los jugadores encuentran un lugar seguro en sus títulos preferidos, como ya se había comentado antes, el desarrollador también hace uso del código como lienzo, donde plasma sus sentimientos, se puede sentir el dolor en cada una de sus historias. El desarrollador se refleja en su personaje, creando un espejo que va en ambas direcciones, pues el jugador también puede verse reflejado y conectar, así, las experiencias de su héroe.

Pues cuando el jugador sabe que está cruzando por una pérdida, es muy fácil que se sienta identificado con el protagonista de su título favorito, pues ve humanidad en él y entonces, sabe, que no está solo.

El articulo de "*Making Games with Heart: Embracing Empathy in Video Game Development*" (Singman, 2023) dice:

> La empatía en el diseño de juegos trasciende la mera comprensión de la mecánica del jugador; Implica profundizar en las profundidades emocionales y psicológicas de la experiencia del jugador. Este enfoque exige pasar de ver a los jugadores como usuarios a verlos como seres humanos con paisajes emocionales ricos y complejos.

Quizá en un pasado ver al jugador como un ser humano sintiente era sobrepasado por la novedad del medio, los desarrolladores se enfocan más en explotar el potencial del producto, pero actualmente, las narrativas complejas que ofrecen los videojuegos, invitan a que el desarrollador use su medio para tejer hilos empáticos con sus jugadores.

Es interesante, los elementos narrativos modernos hacen que los jugadores puedan involucrarse con sus personajes de una manera más significativa, ver a nuestro héroe favorito emocionalmente vulnerable tiene un impacto significativo en cómo absorbemos la narrativa. Que sean capaces de vivir un proceso emocional similar al que nosotros como jugadores pasamos. Les da humanidad y que más humano que ver a un protagonista vivir las etapas del duelo que ya exploramos con anterioridad.

En el artículo "*Making Games with Heart: Embracing Empathy in Video Game Development*" (Singman 2023), también se habla de cómo los juegos basados en la narrativa, donde la historia y el desarrollo de los personajes ocupan un lugar central, son los que destacan en este campo, no obstante, los juegos de acción que incorporar elementos empáticos también pueden ofrecer experiencias significativas a los jugadores, pues utilizan mecánicas donde hacen uso de opciones morales y consecuencias que resuenan con los valores y experiencias del jugador.

Sigman concluye con lo siguiente: "La empatía es el ingrediente secreto que puede hacer que los juegos dejen de ser un mero entretenimiento y se conviertan en experiencias poderosas y con resonancia emocional.".

Retomando las etapas del duelo, uno de los videojuegos que explota con mayor eficacia este recurso, tejiendo con el jugador, como ya se había mencionado antes, ese hilo de empatía; es *The last of Us* (*Naughty Dog*, 2013) pues nos metemos en la piel de *Joel* que al inicio del juego, sufre una devastadora pérdida. vivimos a su lado la muerte de su hija, *Sarah*. Para el desarrollo de *Joel*, el duelo es fundamental. La ira forma un papel fundamental desde ahora, pues es la etapa que moldea el carácter de Joel durante gran parte del título. Conforme se progresa, nos encontramos con *Ellie*, quien será fundamental para la reasignación de roles, y el proceso de sanación y redención de Joel. *Ellie* le da un nuevo motivo y propósito a nuestro protagonista, y así como nos derrumbamos a su lado por la pérdida del inicio, nos levantamos junto a él, acompañados por Ellie. **(Figura 4.1)**



Figura 4.1. *Joe cargando a Sarha, minutos antes de su muerte. The last of Us (2013)*

Otro título que utiliza el duelo como recurso emotivo de desarrollo de personajes es, el *Gears of Wars* desarrollado por *Epic Games* en el 2006. Personalmente, uno de mis títulos preferidos. En este particular caso me centraré en el duelo de uno de los coprotagonistas. *Dominic Santiago*, que tras empezar las guerra, pierde a su esposa y a sus hijos a manos de los *Locust*, nombre de la especie antagonista del juego. **(Figura 4.2)**



Figura 4.2. *Foto de Dom con Maria, el primer vistazo al duelo. Gears of war 1 (2006)*

Es importante porque el duelo de *Dom* nos acompaña durante los 3 primeros videojuegos de la saga, trayendo consigo, uno de los momentos más emotivos de la historia de los videojuegos. En el primer título, lanzado en el 2006, *Dom* busca incansablemente a su esposa, pues fue secuestrada. En el protagonista, podemos ver reflejada la negación y la ira.

En la segunda entrega de la saga, lanzada en el 2008, *Dom* se reencuentra con su esposa, solo para darse un golpe contra la pared, pues su amada fue torturada hasta tal punto, que perdió completamente su fuerza vital y cualquier rastro de humanidad; está muerta en vida. *Dom* toma la cruda decisión de acabar con el sufrimiento de su esposa. Resaltando las etapas de la aceptación, pues sabe que su esposa se ha ido y la irá y negociación, ya que mediante unos diálogos muy desgarradores, desea haberla encontrado antes; tornándose por completo a un estado de depresión y resentimiento, siendo frío incluso con el resto de personajes, que solo buscan apoyar a su amigo. **(Figura 4.3)**



Figura 4.3. *Reencuentro de Dom con Maria. Gears of wars 2 (2008)*

En la tercera entrega, lanzada en el 2011, Se nos presenta un *Dom* que acepta la muerte de su esposa, pero que sigue sin alcanzar la sanación y pues la depresión invade todo su ser,Dom está anclado al pasado, sin embargo, conforme avanza la trama busca pactar la forma de liberarse de su dolor, mostrando rastros de negociación. Es entonces, cuando en un acto de valentía, decide sacrificar su vida para salvar a su mejor amigo. Dándole un cierre a su proceso y culminando su historia, dejando en el corazón de los jugadores, un enorme hueco, pues acompañamos al personaje en todas sus etapas y vimos como este encontraba la paz, encontrándose de nuevo con su esposa y sus hijos, en un lugar mejor. **(Figura 2.4)**

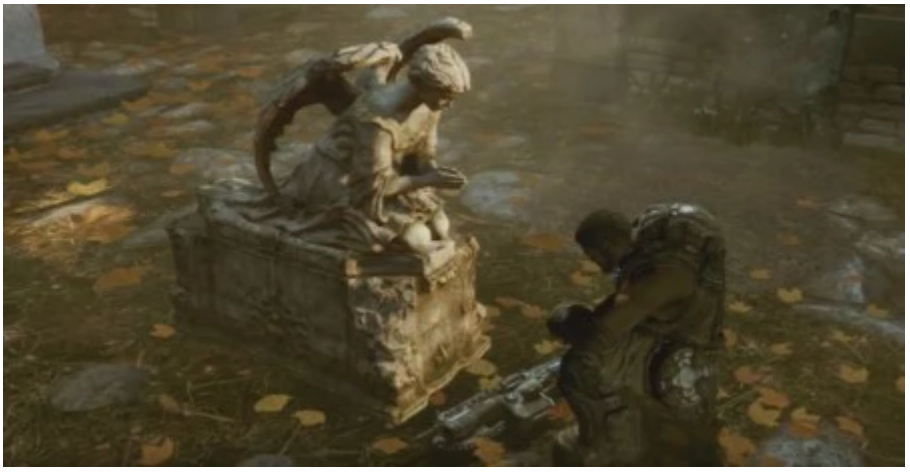


Figura 4.4. *Dom mostrando sus condolencias en la tumba de su esposa. Vemos al protagonista en la etapa de depresión. Gears of War 3 (2011)*

Como pudimos ver en el viaje de *Dom* las etapas del duelo no son lineales, este personaje saltó de una a otra alrededor de toda la saga, experimentando algunas al mismo tiempo y reflejando distintas emociones o sentimientos. Reflejando lo personal e íntimo que es el proceso.

De todas las referencias, la más importante para este proyecto es la de *That Dragon*, *Cancer* un videojuego artístico creado por Ryan y Amy Green, Josh Larson en el año 2016 junto a un pequeño equipo bajo el nombre de *Numinous Games*. La pieza es autobiográfica, narra la historia de los Green, un matrimonio que vivió la pérdida de su hija a los cinco años, a causa del cáncer terminal que le detectaron a sus dos meses de vida.

El videojuego es una obra personal, que utiliza el videojuego como medio expresión, para contar una historia de lucha, amor y pérdida. La narrativa se centra principalmente en todos aquellos momentos íntimos que tuvo la familia con su hijo, con el objetivo de hacer que sus 5 años de vida, fueran enteramente llenos de felicidad. También representa de manera impecable los sentimientos que surgieron durante la batalla contra el cáncer. Haciendo uso de escenarios interactivos y monólogos internos.

Este enfoque ofrece una ventana a los jugadores al proceso del duelo, pues cada una de las etapas está presente en toda la pieza. Destacando de esta forma, la capacidad que tiene el título para generar lazos empáticos, pues permite que el jugador se ponga en los zapatos de los padres de *Joel*, viviendo con ellos todo el proceso de una pérdida anunciada. **(Figura 4.5)**



Figura 4.5. *La portada del videojuego, expresa perfectamente la temática del título. That Dragon, Cancer (2016)*

Sin duda, los videojuegos han sabido colocarse en la industria del arte como herramienta expresiva, no sólo por su narrativas narrativas profundas y metáforas simbólicas que invitan a generar ese hilo de empatía que antes se mencionaba. Como bien hemos visto, los videojuegos ofrecen un espacio para explorar y manejar emociones intensas. El duelo implica un viaje emocional a través del cual las personas enfrentan la pérdida, se experimentan una serie de sentimientos, abrumadores y emotivos, para que al final emerjan de ese torbellino y resurjan del dolor para continuar con sus vidas.

De manera similar, los videojuegos pueden ser una herramienta poderosa para la gestión emocional. Los juegos inmersivos permiten que los jugadores experimenten emociones intensas y variadas dentro de un entorno controlado y seguro.

El código como reflejo del duelo

En un mundo abastecido de videojuegos que logran ser una herramienta catártica para el desarrollador y el jugador. *Tu dolor en mi memoria* busca encontrar su lugar en tan vasto paisaje. Nace como una propuesta que busca explorar el duelo mediante la interactividad y una narrativa compleja. Este capítulo explora el proceso creativo que hay detrás de esta pieza artística en formato de videojuego, analizando cómo el concepto nace de una experiencia humana y cercana con el duelo, entendiéndolo como un proceso íntimo, pero universal.

Tu dolor en mi memoria se crea a partir de mis experiencias previas ante dicho proceso y del miedo latente ante la pérdida prematura de un ser querido. Mi pieza abordará el duelo mediante la historia de Eli, la protagonista del juego, quien funcionará como un eje y el

medio para representar las etapas del duelo y los sentimientos que se suelen hacer presente en el proceso.

Este juego nace con el objetivo de generar un vínculo empático entre Eli y los jugadores, ofreciendo un lugar seguro donde se pueda reflexionar sobre sus propias experiencias con el duelo, la sanación y la pérdida. Haciendo uso de la característica principal del medio, la interactividad, para facilitar la exploración de emociones complejas y profundas. A medida que avanza el jugador por entorno virtual que he creado y el lector por el resto del capítulo, se percatarán de que las mecánicas están diseñadas para reflejar las etapas del duelo, vistas previamente en la escala Kübler-Ross, creando un paralelo en la jugabilidad y en el proceso emocional.

En este capítulo también se explorará el arduo proceso de trabajo que se vivió para lograr establecer una narrativa profunda que hace uso de metáforas simbólicas que resuenan con la experiencia del duelo. Los jugadores no solo experimentan el viaje de Eli, si no que pueden encontrar una similitud con las emociones de la protagonista, permitiendo una catarsis emocional que trasciende el entretenimiento.

Al viajar por el mundo que ofrece el título de *Tu dolor en mi memoria,* se busca, no solo presentar un videojuego, si no mostrar una herramienta que funcionó como el lienzo de su desarrollador para plasmar y expresar sus inquietudes, además de un medio de reflexión y autoconocimiento. En los siguientes subtítulos, profundizaremos en el desarrollo del concepto, el diseño de las mecánicas y la narrativa que da vida a esta experiencia transformadora.

El corazón del juego

En este subcapítulo, citaré un texto escrito por mi, hace unos meses, que describe cómo nace el concepto de *Tu dolor en mi memoria.*

> ¿Alguna vez has imaginado tu vida sin tu madre? No, yo creo que no y si me lo preguntas, todos la damos por sentado, y no hablo de darle un abrazo por el evidente y para nada debatible esfuerzo que una madre hace porque tú, pequeño individuo, estes

> bien. Hablo de dar por sentado la existencia de la persona que ha velado por nuestra seguridad desde el inicio de nuestros días. Si un día esa persona desapareciera, puedo apostar a que tu mundo se vendría abajo, sería como destruir o dañar los cimientos de una edificación. Ella es el pilar de muchos de nosotros y aunque algún día la perderemos, puesto que la muerte es lo único que todos tenemos garantizado en esta vida, pienso que la mayoría de nosotros, al visualizar ese momento, volvemos a ser estos seres pequeños e indefensos, cubrimos nuestro rostro, esperando que el consuelo de nuestra madre jamás nos falte. Si es que se tiene el suficiente coraje para pensar en ese trágico instante, se espera que ocurra cuando el edificio esté "terminado", dicho de otra forma, todos esperamos ya haber recorrido el camino que escogimos, de la mejor forma, para que cuando se mire atrás sea únicamente para despedirnos con una sonrisa de quienes estuvieron ahí como el faro que alumbraba el recorrido. Pero jamás antes. (Montiel 2024)

El concepto de *Tu dolor en mi memoria* nace precisamente de nuestro vínculo materno y el miedo que sentimos al pensar siquiera en experimentar la pérdida de aquella persona que fue un pilar importante en nuestras vidas. Esta experiencia nos invita a experimentar no solo el duelo, si no emociones como la tristeza, el amor y el valor; que acompañan a que el proceso de duelo se desarrolle, hasta llegar a la paz mental.

La historia comienza con la premisa ¿Qué harías, si esa persona que ha estado ahí, incuestionablemente, desapareciera de tu vida? Esta interrogante se vuelve catalizador del viaje de Eli y por consiguiente, del jugador. Llevándolos a experimentar un estado de fragilidad y vulnerabilidad a la hora de ponerse en los zapatos de Eli. Los pensamientos y emociones de Eli se ven reflejadas en su diario. Mismo que va escribiendo conforme la historia avanza. Este punto es clave para que el jugador entienda lo que pasa por la mente de la protagonista, invitando a empatizar con ella; generando un vínculo.

Las mecánicas están diseñadas para explotar esta idea, el juego se desenvuelve de manera muy íntima, haciendo uso de recursos y procesos cotidianos. Los jugadores interactúan con objetos y personajes que desatan recuerdos que representan momentos clave de la relación con su figura materna. Permitiendo de esta forma que cada interacción sea una forma de procesar el duelo. Mediante estas interacciones, el jugador no solo avanza en la narrativa, sino que también se adentra en un proceso de autoexploración y sanación.

El corazón del juego no es solo una historia sobre la pérdida, sino un espacio seguro donde los jugadores pueden reflexionar sobre su propia relación con el amor, la pérdida y la resiliencia. Así, *Tu dolor en mi memoria* se convierte en propuesta de varias alternativas, para

enfrentar un proceso personal, ofreciendo también una perspectiva distinta al momento de abordar un proceso tan difícil como lo es el duelo, invitando a que puedan recorrer el camino más oscuro y turbulento, siempre con la esperanza de llegar al final de el.

El proceso en la jugabilidad

Como se mencionó previamente, la jugabilidad está pensada para que el jugador atraviese de manera simbólica y metafórica las etapas del duelo. Negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Haciendo uso principalmente de la escritura como terapia. Pues Eli, llevará consigo un diario en el que veremos el desarrollo del duelo, con altas y bajas, viajando entre las etapas; hasta llegar a una sana aceptación. **(Figura 5.1)**

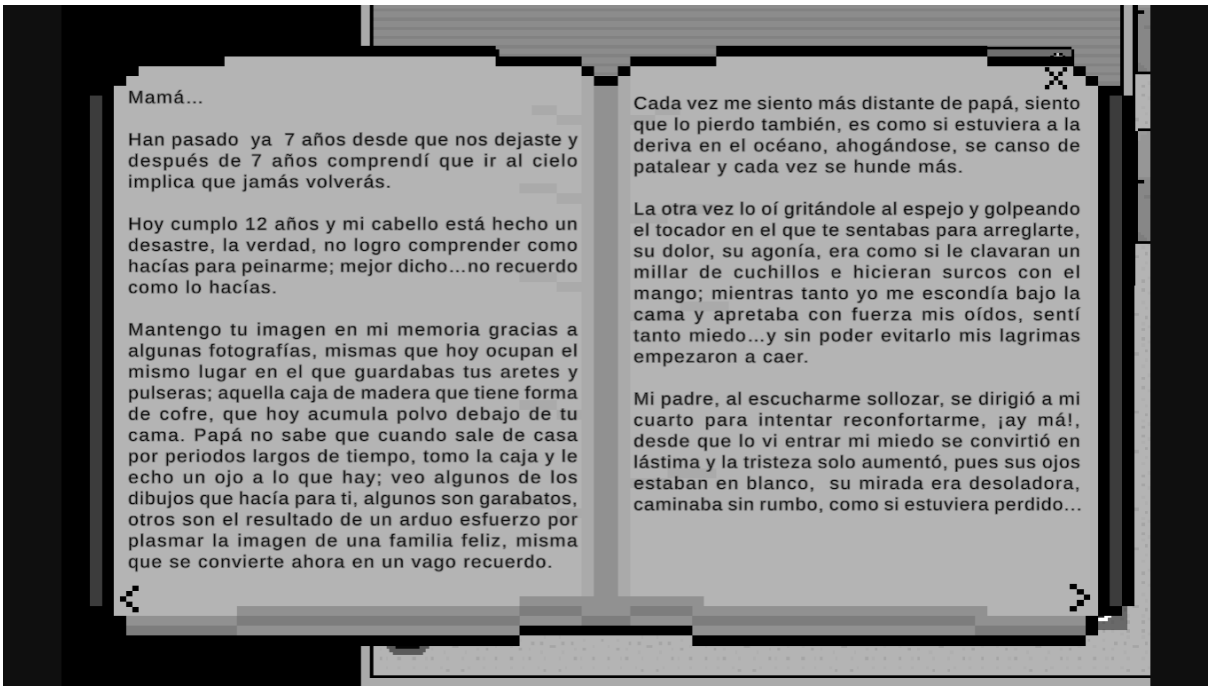


Figura 5.1. *Primeras páginas del Diario de Eli.*

Como jugador, tienes la posibilidad de abrir este diario en el momento que gustes y empezar a leer el inicio del proceso que navegará Eli. El resto de páginas se desbloquearán conforme avances en la historia del juego. **(Figura 5.2)**

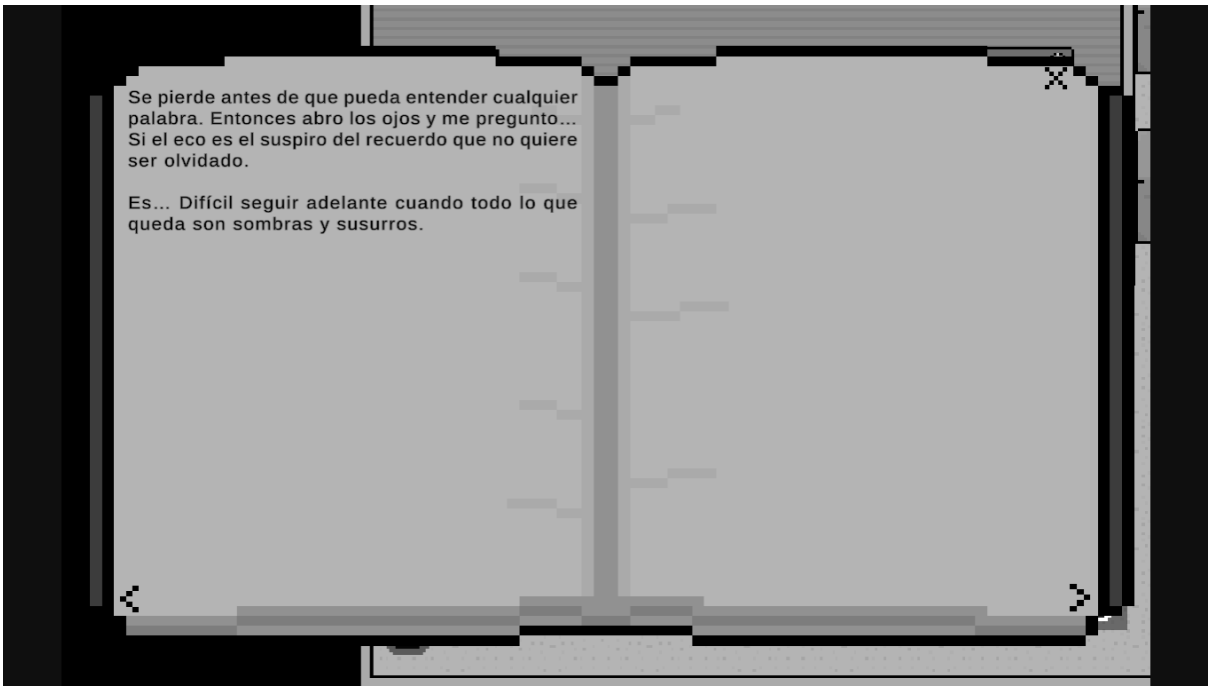


Figura 5.2. *Representación de la última página que aparece por default. Dando inicio al proceso de desbloquear páginas para desentrañar la historia.*

Lo que me lleva a la siguiente mecánica: las conversaciones. *Tu dolor en mi memoria* es un juego cuya narrativa es la que le da fuerza; por lo tanto, es un juego en el que la lectura juega un papel fundamental al momento de adentrarte en este mundo virtual que presento. Las conversaciones aparecen desde el primer momento en que abres el juego, Eli tendrá la posibilidad de interactuar con un gran número de *NPCs* (personajes no jugables) a lo largo de la historia, mismos que revelarán fragmentos importantes de la misma, ayudando con sus revelaciones a encontrar la paz que tanto anhela esta Eli. **(Figura 5.3)**



Figura 5.3. *Visualización de las conversaciones con NPCs.*

Los objetos o *ítems* que se pueden recolectar, cumplen una función similar, pues cada uno revela algún acontecimiento importante o en su defecto, el estado emocional de Eli o de algún otro personaje relevante para la trama. Estos se pueden visualizar antes de agarrarlos con una notificación encima, y al acercarte se guardarán automáticamente en la mochila de Eli. Como jugador, podrás ver la descripción del objeto e inspeccionar, para ver qué es lo que guarda. Los objetos a recolectar tienen varios tipos, puedes encontrar varios tipos de cartas, fotografías y demás. (**Figura 5.4, 5.5 y 5.6)**



Figura 5.4. *Visualización de las notificaciones antes de recolectar un ítem.*



Figura 5.5. *Esta imagen muestra cómo se ve la interfaz del inventario cuando se ha recogido un ítem.*



Figura 5.6. *En esta imagen se puede apreciar el sistema de inspección de ítems, evento que ocurre cuando se selecciona uno y se presiona el botón "inspeccionar" posicionado en la parte inferior del centro.*

Retomando de nuevo el diario; cuando el jugador de inicio al proceso de emocional de Eli, cada conversación con un *NPC* desbloqueará paginas del diario, cuyo contenido representara alguna o varias etapas del duelo.

Para poder abrir, tanto la mochila de eli como el diario, basta con clickear sobre los iconos que se encuentran en la esquina inferior izquierda de la pantalla. Una vez desbloquees páginas del diario de Eli, aparecerá una notificación arriba del icono del diario, indicando que puedes leer aquello que desbloqueaste, haciendo referencia a que avanzas en la historia, ayudando a Eli a atravesar su proceso emocional. **(Figura 5.7. y 5.8.).** La exploración es un aspecto importante de mi pieza, ya que para encontrar a los *NPC* o los *ítems;* es necesario caminar por el mapa y explorar cada rincón, los jugadores son compensados por tomarse el tiempo de recorrer el mapa con detenimiento, pues hay escondidos un gran número de detalles e interacciones con objetos que dan contexto a la situación emocional de Eli, reforzando el vínculo empático entre Eli y el jugador.

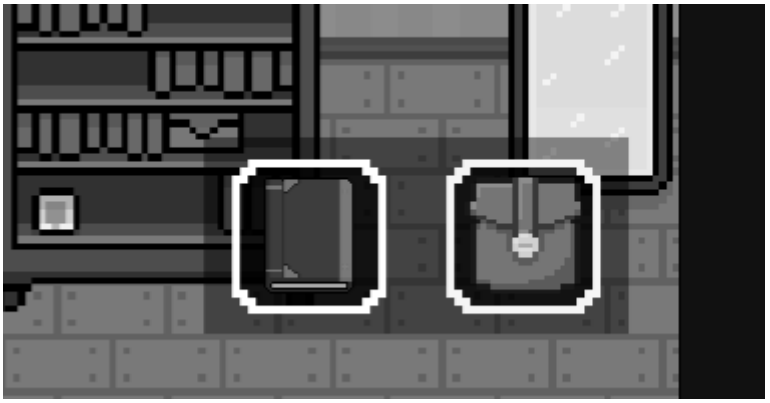


Figura 5.7. *Visualización de los iconos del diario y mochila de Eli. Forman parte de la interfaz.*

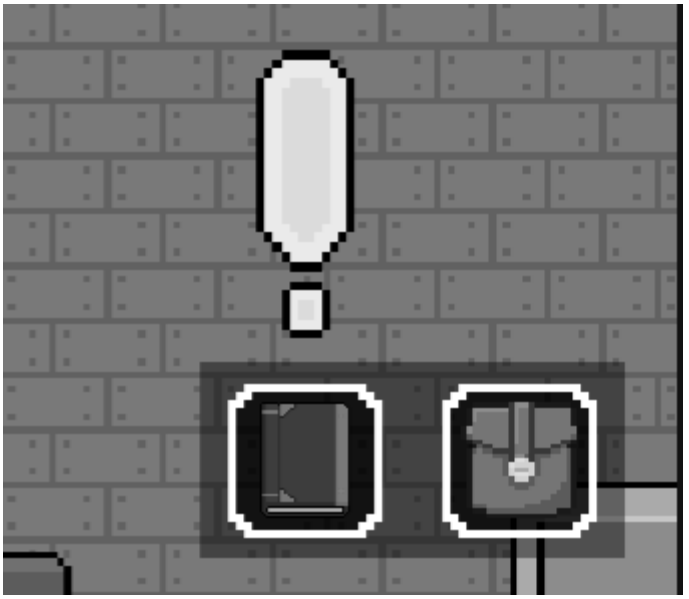


Figura 3.8. *Esta imagen muestra la notificación que se despliega cuando se interactúa con un NPC que ayuda a progresar en la trama, pues páginas del diario de Eli se han desbloqueado.*

La jugabilidad de *Tu dolor en mi memoria* está diseñada para brindar al jugador una representación simbólica de las etapas del duelo, utilizando el diario de Eli como un vehículo fundamental para la autoexpresión y la reflexión emocional. Cada página desbloqueada del diario representa un acercamiento a la aceptación, generando no sólo un progreso a nivel narrativo, sino también el proceso de sanación que cada jugador puede reconocer en su vida. A través de estas mecánicas, el juego fomenta un vínculo empático entre el jugador y Eli, invitando a una reflexión más profunda sobre sus propias experiencias emocionales.

El duelo y la sanación en grises

El diseño de *Tu dolor en mi memoria* nace a partir de una metáfora simbólica que en principio parece muy simple, pero el protagonismo que tiene hace que sea bastante contundente. Como se podrá notar, la paleta de colores brilla por su ausencia, todo está a escala de grises, haciendo referencia al vacío emocional en el que se encuentra Eli; el vacío que dejó su madre en su vida la consume y nosotros como jugadores llegamos a ayudarla a avanzar.

Por otro lado, el estilo visual que se eligió al momento de darle vida al entorno virtual, es el del pixel art. Este estilo, tiene por naturaleza un vínculo especial con el género de videojuegos RPG y al diseño de un mundo semi abierto, sino que también hace referencia a la inocencia con la que Eli percibe su entorno. Quizá esta metáfora no sea tan visible como la de la escala de grises. No obstante, nace un diálogo entre los píxeles y la aparente simplicidad de los diseños; haciendo referencia a la visión con la que Eli ve el mundo. A simple vista, el entorno de Eli puede parecer sencillo y tierno, pero cuando se observa con atención, hace acto de presencia una complejidad inimaginada. Los pixeles se unen para dar origen a formas complejas; en principio, lo que parecen ser solo cubos, revelan un nivel de detalle mayor del que podría esperarse en un mundo pixelado, un mundo que sólo deja ver sus tonos grises, pues la vida le robó el color.

La musicalización de este proyecto juega un papel fundamental al momento de sonorizar una experiencia de este estilo. La música juega con la sensibilidad y la intimidad del proceso emocional de Eli, se hace uso de un teclado para conseguir una melodía suave y melancólica que acompañan al jugador a lo largo de su travesía.

El uso del piano complementa el estilo visual en pixel art y además establece un contraste significativo con la complejidad emocional presentada en el juego. A través de acordes simples y una melodía corta pero contundente, la música se convierte en el acompañante del proceso de introspección del jugador, permitiendo conectar con Eli. Cada nota pretende tocar una fibra sensible de quien acompañe a Eli en su proceso de sanación, invitándolo a hacer una visita a sus experiencias previas con el duelo y la pérdida.

La vida de Eli y el lenguaje del duelo

La narrativa de mi videojuego nace en forma de cuento, una historia de no más de 40 páginas en la que se sientan las bases de cómo va a desarrollarse el proceso de Eli. Este cuento se entiende también como un guión que ayuda a determinar las mecánicas que posteriormente tendrán vida gracias a el código. En él se forjan las personalidades, no solo de Eli, si no también de los personajes que acompañarán y ayudarán a Eli en su proceso de sanación. A lo largo de esta sección presentaré algunos de los fragmentos que considero más relevantes o que mejor ilustran el proceso de Eli (sin exponer de más la trama para todos aquellos que quieran experimentar el juego.). Que funcionan, además, como una primera aproximación al vínculo que se desarrollará entre jugador y protagonista.

Uno de los fragmentos más importantes de la historia, son las primeras páginas del diario de Eli, con estas páginas inicia el juego, sirven para dar contexto del estado emocional actual del protagonista y una aproximación a la temática y atmósfera del juego.

> ¿No eras feliz a nuestro lado…a mi lado? ¿Odiabas a papá? Creo que él ahora se odia así mismo, siento que lo pierdo también, es como si estuviera a la deriva en el océano, ahogándose, se canso de patalear y cada vez se hunde más. La otra vez lo oí gritandole al espejo y golpeando el tocador en el que te sentabas para arreglarte, su dolor, su agonía, era como si le clavaran un millar de cuchillos e hicieran surcos con el mango [...] desde que lo vi entrar mi miedo se convirtió en lástima y la tristeza solo aumentó, pues sus ojos estaban en blanco, su mirada era desoladora, caminaba sin rumbo, como si estuviera perdido, lo peor fue cuando me sostuvo en sus brazos, estaba helado, era como abrazar a un muerto, entonces entendí, que no era yo quien necesitaba aquel abrazo. (Montiel, 2014)

Este párrafo ofrece un pequeño acercamiento al contexto familiar de Eli, no solo nos muestra una pequeña parte de las preguntas que bombardean constantemente la cabeza de Eli , si no

también apreciamos la situación emocional de su padre, anticipando el distanciamiento que hay entre ambos, reforzando el sentimiento de soledad en la protagonista.

> Ese día, como muchos otros, la profesora les dejó una actividad. Esta actividad en particular le llamó la atención a Eli, pues era un proyecto creativo. En este proyecto cada estudiante debía crear una obra de arte que representara sus emociones más profundas y sus experiencias personales. La pequeña Eli sintió un cosquilleo en su pecho, pues sabía dentro de ella que era la oportunidad de poder sacar todo aquello que la afligía, y al mismo tiempo contar la historia de su madre. (Montiel, 2024)

Este fragmento es fundamental, pues es lo que da inicio a este proceso de investigación. ¿Quién es la madre de Eli? es una pregunta que atormentará a la pequeña durante todo el viaje. Ella inicia este proceso sabiendo que su mamá no está con ella, pero no sabe cual es el verdadero motivo.

> ¿Qué ocultabas mamá? solo…quiero entender, quizá entendiendo todos podamos estar en la misma sintonía, quizá podamos…empatizar con tu decisión. Quizá pueda tener algo de paz.
>
> Me siento como una extraña en mi propia vida, buscando fragmentos de ti en recuerdos borrosos y en los susurros de aquellos que aún te recuerdan. Me he aferrado a esos fragmentos, tratando de armar un rompecabezas incompleto. Solo tal vez, entender lo que pasó podría darme un poco de claridad. (Montiel, 2024)

En este fragmento de las páginas del diario se aprecian toques de aceptación, es importante recordar que la aceptación no es sinónimo de sanación. Es una etapa en la que, como su nombre lo dice, se acepta que ese ser querido ya no está contigo, se busca un nuevo objetivo que dirija tu vida. Eli fija esa meta, entender para sanar, aunque más adelante tenga saltos entre distintas etapas, es la primera vez en la que la escuchamos decir aceptar que su vida estaba incompleta y que necesita hacer algo al respecto.

> [...] No tardó mucho en encontrar una pequeña caja. Eli la miró con asombro y miedo por lo que pudiera haber en su interior, sin embargo no dudó ni un segundo en abrirla. [...] y hasta abajo del todo había un cuaderno cuya factura ya había sido cobrada por el paso del tiempo. Eli lo tomó entre sus manos y lo primero que vio fue que en la

> portada había inscritas dos letras C.L. -*Las iniciales de mi madre.*- La pequeña Eli estaba atónita, pues en sus manos se encontraba el diario de su madre. (Montiel, 2024)

Por último, expongo el párrafo que inicia el cierre de esta historia. En este momento se busca resolver aquellos conflictos con los que inició esta historia. El cierre de esta historia representa una culminación emocional, donde las emociones que en un principio daban la sensación de una telaraña repleta de nudos y embrollos, convergen en una sola línea, que ofrece una comprensión más compleja de la pérdida de Eli. Tanto para Eli como para el jugador, llegar al final representa un nuevo comienzo.

La narrativa para un videojuego es un elemento central que guía no solo al jugador, sino al desarrollador. Si bien el concepto es el corazón del proyecto, la narrativa se vuelve el esqueleto, quien da orden a las funciones del organismo que se está creando. El diseño quizá funja el papel del alma, la esencia, una identidad que busca gravarse en el imaginario de quien lo juego, de significar algo para quien comparta un fragmento de su vida con Eli y que ella tenga un impacto en la vida del jugador.

Tu dolor en mi memoria

Continuando con la metáfora del organismo, una vez que se unen sus piezas y le logra darle forma a la idea, viene la materialización. El proceso de darle vida al proyecto es la parte que suele emocionar más a su creador.

En este caso en particular se hizo uso de herramientas variadas, *LibreSprite* y *piskel* fueron los programas que vieron nacer la identidad de *Tu dolor en mi memoria*, ahí es donde se diseñaron los personajes, escenarios, *Items* y demás. Se realizaron las animaciones en este programa **(Figura 6.1 y 6.2)** particularmente, las que involucran el movimiento de un personaje se resolvieron con 4 frames por segundo. A estos frames se les extendía la duración en la *timeline* de Unity (software del que hablaremos más adelante) Esto con el fin de darle más naturalidad y fluidez al movimiento tanto de Eli como el del resto de personajes.

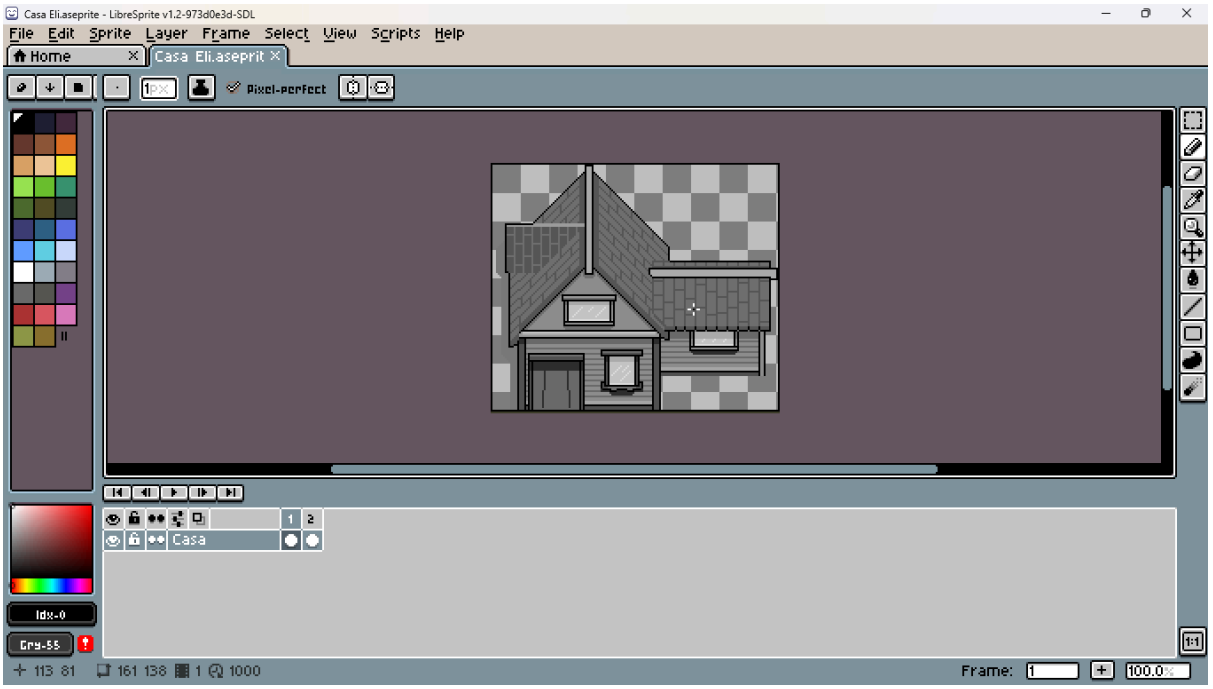


Figura 6.1. *Ilustra la interfaz de LibreSprite, en la parte inferior podemos ver la cantidad de frames que tiene la animación.*

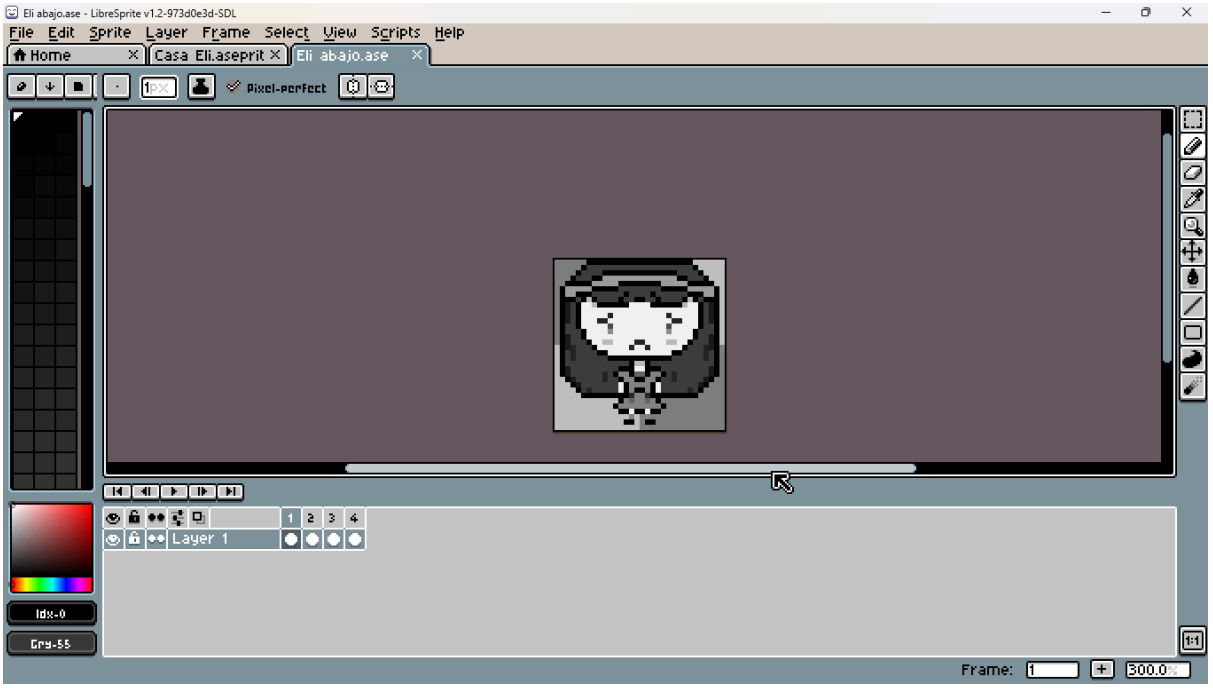


Figura 6.2. *Este es el diseño de Eli, debajo se puede apreciar en la timeline del software la cantidad de frames ocupados para su animación de parpadeo.*

Como se mencionó anteriormente, el uso del motor para desarrollo de videojuegos *Unity* fue un factor determinante para la realización de *Tu dolor en mi memoria.* Este motor ofrece una variada gama de herramientas y funcionalidades que aportaron su granito de arena para que se llegara al objetivo deseado. (**Figura 6.3)** La elección de usar *Unity* no fue tomada al azar; mi experiencia previa con el motor fue determinante para elegirlo como herramienta principal, de este modo la curva de aprendizaje se redujo considerablemente. Aun conociendo la interfaz de *Unity* tuve la necesidad de adquirir un curso especial para el desarrollo de videojuegos RPG (género al que pertenece *Tu dolor en mi memoria).*

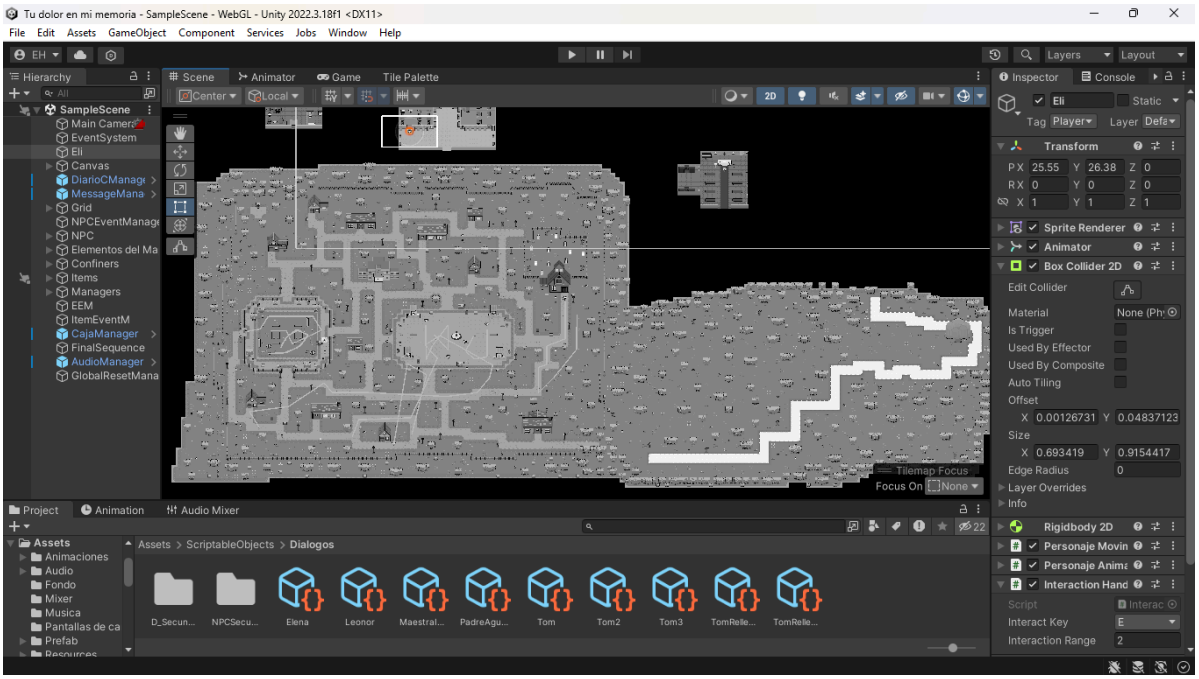


Figura 6.3. *En esta imagen se puede apreciar la interfaz de Unity con una parte del mapa de mi videojuego.*

En paralelo a *Unity,* se hace uso de *Visual Studio Code,* un editor de código que trabaja en conjunto con *Unity* para crear los *scripts* o códigos que le dan funcionamiento a cada aspecto del juego. (**Figura 6.4)**

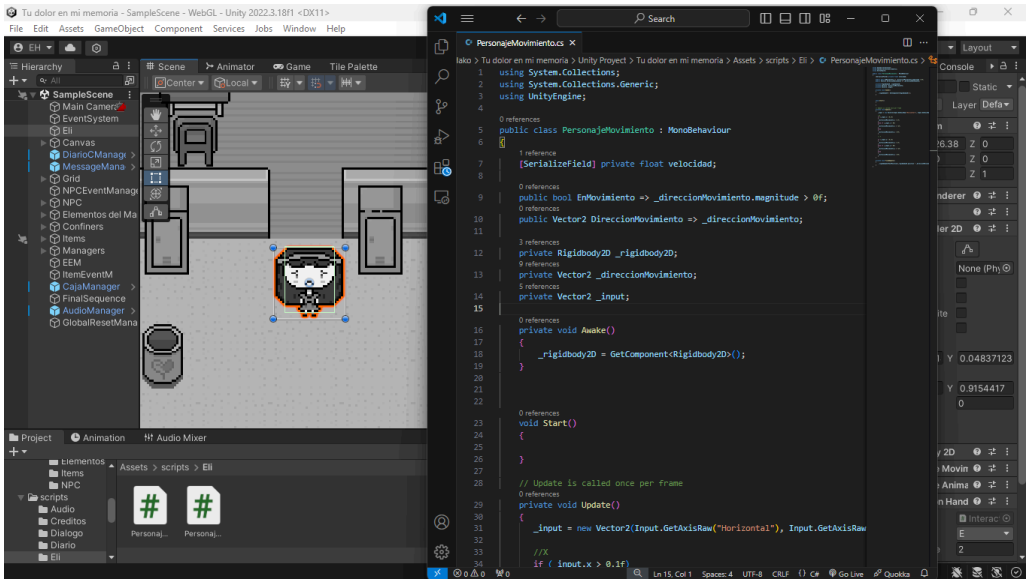


Figura 6.4. *En la imagen podemos observar parte del código que le da movimiento al objeto que representa al personaje de Eli, mismo que se encuentra a la izquierda.*

En resumen, en *U*nity se trabajó el 90% del proyecto; mientras los diseños, las animaciones y la música son trabajados en softwares o programas externos, es unity quien une y le da vida a todas estas partes, haciendo uso de códigos en lenguaje *C# (C sharp)* construyendo un entorno interactivo que ya hace en el mundo de la virtualidad.

Hace unos momentos mencioné la música que le da voz a la historia de *Tu dolor en mi memoria.* Esta se hizo con *Ableton,* un software musical, que contiene una variedad de instrumentos digitales, haciendo uso de este software y de un controlador *MIDI Arturia Mk2* **(Figura 6.5.)** es que logré darle vida a una breve musicalización que acompaña de forma estratégica la historia.

Para la música hubo más complicaciones de lo habitual, en ningún momento había trabajado con una historia tan extensa, por lo tanto, el hacer que la música no fuera repetitiva fue toda una odisea, sin mencionar que la experiencia que tengo el software de *Ableton* era casi inexistente, la curva de aprendizaje fue una de las principales dificultades con las que me tope, pues plasmar mis ideas no fueron en un principio.

No obstante, gracias a diversas inspiraciones como la banda sonora de la película *El extraño mundo de Jack* de Henry Selick del año 1993, la banda sonora de la película *Piratas del*

caribe: En el fin del mundo, del año 2007 compuesta por Hanz Simmer, entre otras. Nace la idea de hacer una canción simple que dure alrededor de uno a dos min, esta canción se vería fragmentada de tal modo en que cada fragmento se escuchara bien de forma individual, para posteriormente escalar las notas, obteniendo así, catorce melodías que en principio parecían ser las mismas en cuanto a ritmo se refiere, pero tenían notas distintas, lo que haría que la música no resultara repetitiva para el jugador. (**Figura 6.6)**



Figura 6.5. *Controlador Arturia Minilab Mk2*

Finalmente, en *Unity*, se crearía un *script* para que estas canciones se extrajeran de un banco de sonidos y se reprodujeran aleatoriamente mientras el jugador exploraba el mundo. Entre cada melodía hay un *delay* o tiempo de espera aleatorio de 5 a 12 segundos, dando momentos de silencio al jugador.



Figura 6.6. *Interfaz de Ableton con un fragmento de la melodía final.*

Al final de todo este proceso de conceptualización, diseño, guionización. Nació una pieza de arte digital; un videojuego *RPG* en vista isométrica, *Tu dolor en mi memoria.* Esto no solo representa un logro técnico, sino también, un logro personal y artístico, la concepción de una expresión artística que busca conectar con el público a nivel emocional a través de una narrativa y estética visual.

Percibo a *Tu dolor en mi memoria,* no sólo como un videojuego, si no como un espacio en donde distintas emociones pueden ser expresadas y afrontadas. Para mi pieza, todos los elementos, desde un pixel, un tono de gris, y una nota, se mezclan para crear una experiencia que va más allá del entretenimiento. Es una pieza que invita a la reflexión y se erige como prueba de que el videojuego como arte digital tiene la capacidad de abordar temas complejos, ofreciendo no solo un medio de evasión, si no también de catarsis y conexión humana.

Montaje: Afectos y Afectaciones

Finalmente, mi obra formó parte de la exposición *Afectos y Afectaciones*. Expuesta en el museo Zambatha, ubicado en el centro de Lerma de Villada, Ciudad de México. El montaje resultó ser toda una experiencia, pues había que acondicionar el museo para que las doce piezas que se expusieron, no sólo se acomodaran de forma ergonómica a nivel arquitectónico, sino que también tuvieran una correlación con el trabajo de curaduría realizada por la profesora Sofía Sienra. **(Figura 6.7)**



Figura 6.7 *Momentos del montaje de la exposición Afectos y afectaciones.*

En términos técnicos, mi pieza no resultó ser un problema de montar por el formato de la misma; *Tu dolor en mi memoria* habita el espacio virtual, por lo que una computadora de escritorio con los componentes necesarios (teclado, *mouse* y audifonos) fue suficiente para exponerla. La computadora se colocó sobre una tarima blanca, similar a las que se pueden apreciar en la **Figura 6.8**

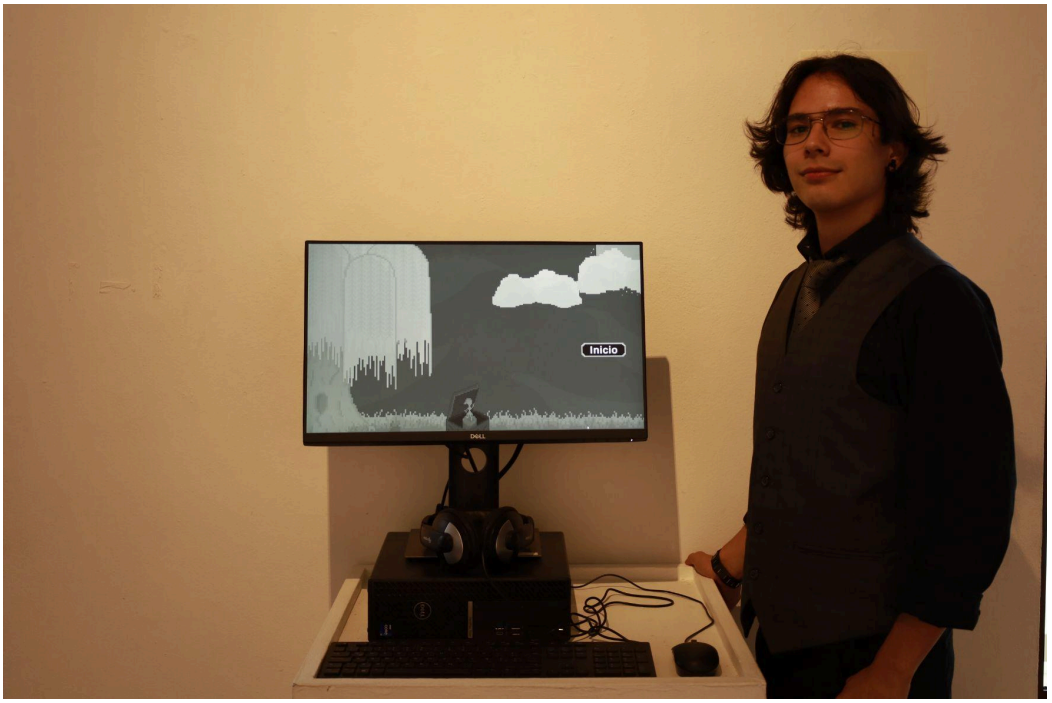


Figura 6.8 *Edgar Hakim Montiel Sánchez, autor junto a su pieza.*

En cuanto a la curaduría, se escogió el título *Afectos y Afectaciones* por la relación de las temáticas de las piezas. Todas las piezas abordan una problemática o inquietud personal que a su vez se relaciona con lo público. Temas como la depresión, el duelo y los sentimientos entraban en la parte de lo personal y temas como el fast fashion y la menstruación emergen de una perspectiva privada hacia el ámbito colectivo. De esta forma, se pensó hacer una gradiente al momento de exponer las piezas. No obstante, el espacio del lugar nos limitó bastante en este aspecto, llevándonos a reorganizar el acomodo de las piezas, sin perder el concepto que habíamos armado, intercalando cada obra según la relación que tuviera con las piezas vecinas, haciendo un juego en zig zag, al momento de recorrerlas. "Afectos y afectaciones reúne propuestas artísticas que recorren este ámbito liminal e indecidible, entre lo personal y lo colectivo, entre lo íntimo y lo cultural" (Sienra, [2024]).

Como conclusión, formar parte de la exposición *Afectos y Afectaciones* en el museo Zambatha fue una experiencia bastante enriquecedora. Se nos permitió a todos los artistas explorar la intersección de lo personal y lo colectivo a través de nuestras piezas. El trabajo de curaduría de la profesora Sofía Sienra nos brindó un marco que permitió que cada pieza

tuviera un juego especial con la de los demás, creando un diálogo significativo en la exposición.

A pesar de los contratiempos que nos pudimos encontrar, como la logística y el montaje como tal, se logró dar solución de forma creativa a todos los inconvenientes, manteniendo una sólida relación con el concepto original. El acomodar las piezas en zig zag, permitió que la audiencia recorriera la sala de forma más dinámica, reforzando la conexión entre las diversas problemáticas que se abordaron.

Así, *Afectos y Afectaciones* se consolidó como un espacio en el que las emociones, inquietudes y vivencias individuales conviven unas con las otras y se relacionan con la realidad social, invitando a quienes recorren el pasillo de la sala del museo Zambatha a reflexionar sobre sus propias experiencias y emociones en un contexto compartido.

Conclusiones

Tu dolor en mi memoria fue el proyecto más emocionante y con el que he estado más comprometido de mi corta trayectoria. Gracias a este proyecto reafirmé y defendí con éxito la idea de que los videojuegos funcionan como una herramienta de expresión catártica, la investigación que se realizó para dar forma a este trabajo escrito, confirma que el videojuego es un medio con potencial para brindar apoyo a quienes lo necesitan, siempre y cuando se viva la experiencia de forma controlada y moderada.

Si bien es cierto que hubo ciertos aspectos que pudieron mejorar de mi proyecto, como una interfaz más amigable con el jugador no experimentado y una serie de señalamientos para que el jugador no se pierda al momento de recorrer el mapa, considero que el resultado obtendio cumplio con su objetivo, pues los gestos de melancolía y tristeza al momento de probar mi juego en el rostro de los jugadores no tardaron en reflejarse al leer las primeras líneas del diario de Eli, cumpliendo así mi objetivo de generar un vínculo empático entre jugador y protagonista. **(Figura 6.9)**



Figura 6.9 *Fotografía de la primera persona en probar mi juego el día de la inauguración.*

Disfruté demasiado realizar este proyecto y espero que tu, lector, si es que tienes ganas de vivir la experiencia que ofrece el mundo que he creado, también lo disfrutes.

Referencias

Textos

Buiza-Aguado, C., García-Calero, A., Alonso-Cánovas, A., Ortiz-Soto, P., Guerrero-Díaz, M., González-Moliniere, M., & Hernández-Medrano, I (2017). Los videojuegos: una afición con implicaciones neuropsiquiátricas. *Psicología Educativa, 23* (2), 129–136. https://doi.org/10.1016/j.pse.2017.05.001

Ebert , R. (16 de abril de 2010) . Los videojuegos nunca podrán ser arte . Chicago *Sun* - Times . https://www.rogerebert.com/rogers-journal/video-games-can-never-be-art

Etxebarría, L. (2022, 16 de noviembre). *¿Qué es la escritura expresiva?* Recuperado de https://luciaetxebarria.net/que-es-la-escritura-expresiva/

Jones, CM, Scholes, L., Johnson, D., Katsikitis, M. y Carras, MC (2014). Jugar bien: vínculos entre los videojuegos y una salud mental floreciente. Frontiers in Psychology , 5 , 260. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00260

Merry, SN, Stasiak, K., Shepherd, M., Frampton, C., Fleming, T. y Lucassen, M. (2012). La eficacia de SPARX, una intervención de autoayuda informatizada para adolescentes que buscan ayuda para la depresión: ensayo controlado aleatorizado de no inferioridad . BMJ , 344 , e2598 . https://doi.org/10.1136/bmj.e2598

Montiel, H.(2024). *Tu dolor en mi memoria.* Manuscrito no publicado

Przybylski, A. (2020). *Time spent playing video games is positively associated with well-being*. University of Oxford. Retrieved from https://www.ox.ac.uk/news/2020-11-16-groundbreaking-study-says-time-spent-playing-video-games-can-be-good-your-well-being

Sienra, S. (2024). *Afectos y afectaciones*. Exposición en el museo Zambatha, Lerma de Villada.

Singman, M. (2023). Making games with heart: Embracing empathy in video game development. *LinkedIn*. Retrieved from https://www.linkedin.com/pulse/making-games-heart-embracing-empathy-video-game-montgomery-singman-yv5ic/

Tejeiro Salguero, R., Pelegrina del Río, M., & Gómez Vallecillo, J. L. (2009). Efectos psicosociales de los videojuegos. *Comunicación: revista Internacional de Comunicación Audiovisual, Publicidad y Estudios Culturales*, 1(7), 235-250. https://idus.us.es/handle/11441/58204

Waldrop, M. (2010). BraveMind: La evolución de la terapia de realidad virtual para el TEPT. Journal of *Traumatic Stress* , 23(6), 677-685 . https://doi.org/10.1002/jts.20581

Videos y películas

Nintendopolis. (2019). *Juegan Fortnite Periodistas de Telenueve y Aseguran que son Poseídos por el Juego* [Video]. YouTube. https ://www .youtube .com /watch ?v =hqZaFJzfIuc &t =1s

Hospital Sant Joan de Déu Barcelona. (2014, 28 de octubre). *Entrevista al Dr. Sabel Gabaldón sobre el duelo* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=DjLkvXRW2zA

Videojuegos

Crowther, W. (1976). *Adventure* [Videojuego]. MIT.

Epic Games. (2006). *Gears of War* [Videojuego]. Microsoft Game Studios.

Epic Games. (2008). *Gears of War 2* [Videojuego]. Microsoft Game Studios.

Epic Games. (2011). *Gears of War 3* [Videojuego]. Microsoft Game Studios.

Higinbotham, W. (1958). *Tennis for Two* [Videojuego]. Brookhaven National Laboratory.

Iwatani, T. (1980). *Pac-Man* [Videojuego]. Namco.

Itoi, S. (1994). *EarthBound* [Videojuego]. Nintendo.

Konami. (1999). *Silent Hill* [Videojuego]. Konami.

Maddy Makes Games. (2018). *Celeste* [Videojuego]. Maddy Makes Games.

Pinchbeck, D., & Curry, J. (2012). *Dear Esther* [Videojuego]. The Chinese Room.

Naughty Dog. (2013). *The Last of Us* [Videojuego]. Sony Computer Entertainment.

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

Thatgamecompany. (2012). *Journey* [Videojuego]. Sony Computer Entertainment.