

# Enquadramento teórico

PEREIRA, A. (2023). やめろ - Desenvolvimento de um jogo digital com um protagonista empático que sofre de depressão. Dissertação de Mestrado em Jogos Digitais Desenvolvimento. Aveiro: Universidade de Aveiro.



Sob orientação de:

Professora Ana Veloso

Professora Tânia Ribeiro

Professora Rebeca Mendes

# Índice

<b>Jogo Digital</b> .....	3
• Jogo e brincadeira – semelhanças e diferenças.....	3
• Características de um jogo.....	4
• Jogo digital .....	8
• Taxonomia dos jogos digitais .....	9
<b>Personagens</b> .....	13
• Atratividade .....	13
• <i>Babyfaces</i> .....	13
• Estereótipos .....	13
• The big five.....	14
• Silhueta .....	15
• Arquétipos.....	15
<b>Empatia</b> .....	20
• Definição de empatia .....	20
• Neurobiologia da empatia .....	23
• Empatia nos jogos digitais.....	26
<b>Depressão</b> .....	28
• Epidemiologia.....	28
• Sintomatologia .....	28
<b>Referências bibliográficas</b> .....	30

# Jogo Digital

- Jogo e brincadeira – semelhanças e diferenças

Antes de aprofundar os conceitos singulares ligados a esta dissertação, é notável apresentar o tópico geral de jogo digital, tendo em conta que, na prática, este documento servirá para apresentar o design e desenvolvimento de um. No entanto, será primeiramente mostrado ao leitor o que é um jogo, e o que separa e interliga esta conceção para com a simples ideia de brincar.

Os termos jogo (*game*) e brincadeira (*play*) são frequentemente usados sem distinção – há inclusive quem não os distinga em outras línguas europeias, como é o caso do francês, em que a tradução corresponde a *jeux*, e ainda o alemão, em que *spiel* é utilizado. Contudo, Roger Caillois, no seu livro *Man, Play and Games* (1958), refuta a definição de *play* anteriormente proposta por Huizinga na sua obra *Homo Ludens*, argumentando que o segundo omitiu propositadamente a definição e classificação dos jogos, erradamente incluindo-os no conceito de brincadeira:

- Para Johan Huizinga, historiador e linguista holandês, *play* é uma atividade livre e sem qualquer tipo de proveito ou benefício que, apesar de ser não-séria, é imersiva de tal forma que absorve o jogador de forma intensa e total. Para além disso, encontra-se delimitada no tempo e espaço e regulada por regras fixas, facilitando e promovendo a formação de grupos sociais (Caillois, 1958a).
- Roger Caillois, sociólogo e ensaísta francês, defende que tanto o jogo como a brincadeira são atividades delimitadas no espaço e tempo, desempenhadas de forma voluntária com o intuito de atingir uma felicidade e bem-estar através de entretenimento que a vida real não pode oferecer, além de poderem ser abandonadas a qualquer momento. Apesar disso, desmembra a descrição elaborada no parágrafo anterior em dois tópicos diferentes, *play* e *game*, enunciando desta forma as suas dissimilaridades (Caillois, 1958a):
  - *Play* tem como origem etimológica grega *paidea*, palavra que significa “divertimento de crianças; entretenimento”; é uma ocupação livre, separada do mundo real, não-séria (que não é produtiva e que tem como finalidade unívoca o puro entretenimento) e definida por cenários de faz de conta;
  - *Game* vai mais além – sendo originária do latim *ludus*, originalmente definia uma instituição (escola) onde as crianças dos sete aos onze anos eram ensinadas a escrever, ler, contar, etc. Note, pela indicação anteriormente dada, que se pode deduzir que se está a insinuar tratar-se de algo deveras mais organizado e com maior propósito, delimitado e

regulamentado por um conjunto de regras (tal como as escolas nos tempos atuais). Mais tarde, o termo adquiriu o significado de “jogo”; é uma atividade mais calculista e estruturada, delimitada por regras;

- Uma analogia para uma maior compreensão por parte do leitor seria imaginar a brincadeira como o “o que ocorre fora de algo estruturado e regulamentado, como as brincadeiras que são desempenhadas nos intervalos recreativos” e o jogo como “o que ocorre dentro da sala de aula, que é legislada através de um conjunto de regras”. No entanto, a brincadeira e o jogo podem ocorrer em diversos contextos, por isso pede-se ao leitor que não se limite a esta alegoria, apenas com o intuito de uma melhor interpretação dos conceitos apresentados;
- Para enumerar exemplos de *play*, pode-se considerar brincadeiras com bonecas ou fazer troça de alguém, enquanto para *game* existe mais concretamente os jogos, analógicos ou digitais.

- Características de um jogo

Vários teóricos têm debatido e tentado elaborar com detalhe a definição (o que é) e a declaração (como é formado, quais os atributos) de um jogo. Nesta secção serão abordados alguns dos seus parâmetros presentes, de acordo com alguns autores de renome na área dos Jogos Digitais, tais como Roger Caillois, Chris Crawford e Salen e Zimmerman.

- Roger Caillois

Um autor já referido anteriormente neste documento, para além de ter definido um *jogo* como uma ocupação de livre vontade, i.e., espontânea, delimitada, imprevisível (dependente do(s) jogador(es)), regulamentada e ficcional, ou seja, que se encontra fora do mundo real, ele adicionou quatro novas categorias caracterizadoras de um jogo – *agôn*, *alea*, *mimicry* e *ilinx*, que correspondem, respetivamente, a competição, sorte, simulação e êxtase (Caillois, 1958b):

- *Agôn* (competição) – um jogo pode ser competitivo de tal forma que cada um dos jogadores que se confrontam entre si sejam dependentes de um conjunto fixo de regras que os coloquem em pé de igualdade, implicando disciplina e perseverança e desejo de vencer o jogo para que seja encontrado o vencedor, que é superior aos demais devido às suas habilidades;

- *Alea* (sorte) – um jogo pode envolver a sorte, sendo completamente dependente do destino e ao qual o jogador é apenas um “expectador”, alguém passivo. Nesta categoria estão incluídos, nomeadamente, os jogos de azar (como o jogo da roleta ou de “rodar os dados”, de onde vem a origem de *alea*), jogos esses que se baseiam numa decisão independente do jogador e num resultado sob o qual ele não tem qualquer tipo de controlo; contrariamente ao *âgon*, as habilidades nada importam;
- *Mimicry* (simulação) – o jogo ocorre num universo ou mundo distinto do mundo real, aceite e credível, no qual o jogador pode desempenhar dadas ações tendo em conta as suas *skills* (*âgon*) ou depender de fatores externos (*alea*). Não só o mundo pode ser ficcional como o próprio jogador – ao imitar uma personagem, tornando-se nela e comportando-se como ela;
- *Ilinx* (êxtase) – jogos podem envolver atividades que pretendem desestabilizar o indivíduo e a sua perceção momentaneamente, atingindo sensações de prazer através de pânico e adrenalina.

○ Chris Crawford

De acordo com o *vídeo game designer* americano Chris Crawford, autor da obra *The Art of Computer Game Design* (1982), um jogo digital deve conter as seguintes quatro características - representação, interação, conflito e segurança (Crawford, 1982):

- Representação – um jogo é formal e fechado que, de forma subjetiva, representa parte da realidade; é formal porque contém um conjunto de regras explícitas; é fechado porque é completo tal que, através das suas regras bem delimitadas, dão resposta a todo e qualquer desempenho e interação do jogador no jogo – tudo o que pode ser encontrado no jogo é coberto pelas regras; a subjetividade está relacionada com a perceção individual de cada jogador que cria, através da fantasia humana, algo subjetivamente real, uma representação simplificada da realidade conotada de emoções subjetivas;
- Interação – um jogo permite demonstrar “como” a (sua) realidade vai mudando – está intrinsecamente ligado à ideia de que um jogo tem várias ramificações e que o jogador vai explorando cada uma delas à medida que repete o jogo várias vezes, realizando escolhas em cada *play* diferentes e sendo-lhe apresentado desafios distintos; é diferente de uma narrativa,

que a priori não tem qualquer tipo de interação – é imutável, pelo que terá sempre a mesma sequência de causa-efeito sempre que é relida;

- Conflito – outro elemento que aparece em todos os jogos, o conflito é resultado da interação com um jogo, dada a existência de um ou mais objetivos que pretendem ser alcançados pelo jogador e obstáculos que o impedem de atingir tal feito;
- Segurança – apesar da existência de conflitos e o risco de dano, um jogo é uma forma segura de experienciar a realidade; ou seja, permite as experiências psicológicas de conflito por parte do jogador, excluindo desta forma as experiências físicas; as situações no jogo, que modelam o que aconteceria na realidade, não são tão graves e não oferecem qualquer tipo de prejuízo ao jogador – este pode morrer, por exemplo, infinitas vezes num dado jogo, ou gastar todo o seu dinheiro noutro, que a sua vida e o seu património monetário estarão preservados na vida real.

- Katie Salen e Eric Zimmerman

Autores da obra *Rules of Play: Game Design Fundamentals* (2003), Katie Salen e Eric Zimmerman, ambos *game designers* americanos, eles percorreram a definição de jogo de vários autores, fazendo uma comparação entre as mesmas através da seguinte tabela representada na Figura 1.

Elements of a game definition	Parlett	Abt	Huizinga	Caillouis	Suits	Crawford	Costikyan	Avedon   Sutton-Smith
Proceeds according to rules that limit players	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓
Conflict or contest	✓					✓		✓
Goal-oriented/outcome-oriented	✓	✓			✓		✓	✓
Activity, process, or event		✓			✓			✓
Involves decision-making		✓				✓	✓	
Not serious and absorbing			✓					
Never associated with material gain			✓	✓				
Artificial/Safe/Outside ordinary life			✓	✓		✓		
Creates special social groups			✓					
Voluntary				✓	✓			✓
Uncertain				✓				
Make-believe/Representational				✓		✓		
Inefficient					✓			
System of parts/Resources and tokens						✓	✓	
A form of art							✓	

Fig.1 – Sumário das características de um jogo de acordo com vários autores (Salen & Zimmerman, 2003a)

Como se pode observar pela figura acima, a maioria dos autores determina que um jogo é, sobretudo, uma atividade, processo ou evento voluntário que é delimitado por regras que o limitam a si e aos próprios jogadores, que se encontra orientado a um objetivo (a vitória) fora do mundo real e que, para isso, é guiado por tomadas de decisão.

Os próprios, após esta recolha de dados, análise e comparação, também elaboraram a sua definição de um jogo - que este é um sistema no qual os jogadores se envolvem num conflito artificial, definido por regras, que resulta num resultado quantificável (Salen & Zimmerman, 2003b):

- Sistema – é um conjunto de componentes que interagem e se dependem entre si, de forma a criar um mundo complexo (Salen & Zimmerman, 2003c);
- Jogador – aquele ou aqueles que interagem com o jogo;
- Conflito artificial – todos os jogos envolvem uma “luta de poderes”, como é o caso da cooperação e competição, pelo que a existência de conflito é algo universal; o mesmo ocorre num espaço separado do mundo real, pelo que são artificiais;
- Regras – fornecem a estrutura da qual o jogo surge, delimitando o que o jogador pode ou não fazer;
- Resultado quantificável – no fim do jogo, o jogador ganha ou perde, ou recebe uma pontuação numérica, o que o distingue de atividades lúdicas menos formais.

- Jogo digital

Salen e Zimmerman, autores previamente apresentados, e após terem analisado diferentes interpretações do que é um jogo, estenderam essa definição para o que é um jogo digital, tendo em conta que a maioria dos autores escreveram sobre o assunto antes da existência de jogos de computador (Salen & Zimmerman, 2003d):

- Não deixam de ser jogos – pelo que as características enunciadas anteriormente não deixam de estar presentes nos jogos digitais;
- Interatividade imediata, mas limitada – os jogos digitais permitem a recolha de feedback interativo imediato, oferecendo jogabilidade em tempo real que muda e reage dinamicamente à tomada de decisões do jogador; no entanto, é de se notar que esta interatividade digital não é ilimitada, pois está dependente dos dispositivos de entrada utilizados que têm de “imitar” dadas ações no jogo digital, como o rato, o teclado ou um comando;
- Manipulação de informação – os jogos digitais estão repletos de dados armazenados que são manipulados constantemente, como texto, imagens, vídeos,



áudio, conteúdo 3D e animações; estes são revelados ou escondidos em diferentes momentos oportunos ao longo do jogo, permitindo uma interação inovadora comparativamente a um jogo não-digital; por exemplo, num jogo não-digital, como um jogo de tabuleiro, o jogador necessita de saber todas as regras em antemão, o que não necessita de ser o caso num jogo digital, uma vez que, quando necessárias, as mecânicas podem ser apresentadas à medida que o jogador joga sob forma de pequenos tutoriais;

- Sistemas complexos automatizados – os jogos digitais, ao contrário dos que não o são, podem automatizar procedimentos, facilitando a execução de jogos que seriam mais complicados de controlar num contexto não computarizado, contribuindo para uma menor teor de entretenimento e atingindo mais rapidamente o tédio; pense, caro leitor, num jogo não-digital de estratégia por turnos em contexto de guerra, no qual controla diversos tipos de tropas e que, em *timings* distintos, podem ser manuseadas para conquistar o espaço térreo do jogador inimigo – todas estas regras têm de ser feitas analogicamente, decorando todos os passos e regras complexas, o que pode levar a uma difícil compreensão do jogo, para além de contribuir ao aborrecimento por ter imensas componentes minuciosas que são necessárias de decorar para proceder corretamente; ora, esta situação transportada para um contexto de um jogo digital seria rentável no sentido que grande parte destas tarefas seriam executadas não por um jogador, mas automatizado pelo sistema, que controlaria todas estas variáveis dinâmicas e complexas;
- Comunicação em rede - uma particularidade que pode existir em alguns jogos digitais, nomeadamente nos jogos *multiplayer*, nos quais há a preocupação com a facilidade de comunicação entre jogadores, quer seja através de um chat de texto ou áudio e/ou vídeo em tempo real; desta forma, o jogo digital pode juntar jogadores que se encontram distantes uns dos outros no mesmo mundo virtual.

- Taxonomia dos jogos digitais

Embora não haja consenso na classificação dos jogos digitais, a identificação de alguns padrões nas decisões de *game design* levou a que Ernest Adams, designer de jogos, professor e autor de cinco livros, entre os quais *Fundamentals of Game Design* (2010), tenha dividido os jogos digitais em nove géneros principais – jogos de ação, jogos de estratégia, *role-playing games*, jogos de desporto, simulações de veículos, simulações de construção e gestão, jogos de aventura, *puzzle games* e *shooters*.

## 9 Game Genres (Adams, 2014)



Fig.2 – os nove gêneros de jogos identificados por Adams (Costa, L., 2018)

- Jogos de ação – é um gênero de jogo no qual a maioria dos desafios patenteados são testes de habilidades físicas e coordenação do jogador; normalmente são focados em reações rápidas e boa coordenação entre os olhos e as mãos; alguns são designados por *twitch games*, nos quais a ação ocorre baseada nos reflexos quase instantâneos do jogador; requerem um objetivo específico, ritmo, bom *timing* (“tempo adequado/certo para a ação”) e podem envolver múltiplas sequências de comandos, os chamados *combos*; são subgêneros desta categoria os jogos de plataforma, os jogos de luta, os *fast puzzle games*, os *action-adventure games* e os jogos de música, dança e ritmo (Adams & Rollings, 2010a);
- Jogos de estratégia - jogos nos quais o planeamento prévio das jogadas dos jogadores é um ponto central para atingir a vitória do conflito entre dois ou mais oponentes; distinguem-se dos *puzzle games* porque no caso dos segundos, existe planeamento mas não um conflito direto; distinguem-se das simulações de construção e gestão porque estes, apesar de igualmente necessitarem de um planeamento, não exigem um conflito ou ação direta a um adversário; a maioria dos jogos de estratégia são jogos de guerra com um maior ou menor grau de abstração; contrariamente aos jogos de ação, a rapidez e a coordenação física não são relevantes nos jogos de estratégia; podem ser subdivididos em *turn-based games* (jogo efetuado por turnos) ou *real-time games* (quando os jogadores jogam em simultâneo) (Adams & Rollings, 2010b);
- *Role-playing games* (RPG) – um estilo de jogo digital no qual o jogador controla ou ou mais personagens, tipicamente customizados pelo próprio, e os guia num mundo geralmente aberto de fantasia por uma série de missões, designadas por

*quests*, a partir das quais as personagens vão crescendo e melhorando as suas habilidades; o crescimento do personagem em poder e habilidades é uma característica fundamental do género; normalmente garantem uma elevada importância à narrativa, desenvolvendo-a maioritariamente através do contacto e interação com diversos *non-playable characters* (NPC); alguns subgéneros são os jogos RPG de batalha em equipa, RPG de ação (no qual as habilidades físicas prevalecem, mas a ação em si não é o foco do jogo – inclui diálogo com personagens) e RPG de aventura (mais focado em enriquecer a história e em quebra-cabeças e desafios de destreza cognitiva e não tanto física) (Adams & Rollings, 2010c);

- Jogos de desporto – simulam eventos de desporto tal como ocorrem na vida real, tal como uma partida de um desporto, ou gestão de uma equipa ou da carreira de um jogador; é focado em desafios físicos e estratégicos, sendo estes últimos, nomeadamente, baseados em gestão económica (Adams & Rollings, 2010d);
- Simulações de veículos – criam a sensação de dirigir ou pilotar um veículo, real ou imaginário (Adams & Rollings, 2010e);
- Simulações de construção e gestão – género de jogos focado na construção e/ou gestão de algo, como uma cidade, segundo restrições económicas; o intuito não é derrotar um inimigo, mas sim a criação de um processo contínuo e rentável que permita o crescimento daquilo que foi construído e se encontra no momento a ser monitorizado; evitam a coordenação física, uma vez que se baseiam mais em estratégia (Adams & Rollings, 2010f);
- Jogos de aventura – são jogos baseados essencialmente na construção de uma narrativa; são histórias interativas sobre um ou mais personagens controlados pelo jogador; distinguem-se dos RPGs por não existir um sistema económico; não estão focados no combate e ação; a resolução de quebra-cabeças e desafios conceptuais integram grande parte do *gameplay* (Adams & Rollings, 2010g);
- *Puzzle games* (jogos de quebra-cabeças) – jogos nos quais a resolução de quebra-cabeças é a atividade principal; jogos casuais muito populares em plataformas móveis, como os telemóveis; possuem poucas barreiras à entrada, visto serem fáceis de aprender, apesar de serem difíceis de masterizar; são projetados para sessões curtas de jogo; oferecem desafios relacionados, que seguem um determinado temas, e podem envolver o reconhecimento de padrões, dedução lógica ou compreensão de processos (Adams & Rollings, 2010h);

- *Shooters* – sistemas em que o jogador age à distância, recorrendo a uma arma de longo alcance; é um género de jogo que necessita de elevada destreza, visto a mira, a atenção ao espaço em redor e aos alvos serem habilidades fundamentais; existem duas classes de jogos de tiro: os que acontecem num espaço bidimensional – os designados por *2D shooters* – e os que decorrem num espaço tridimensional, chamados de *3D shooters* (Adams & Rollings, 2010i).

# Personagens

- **Atratividade**

No passado, estudos comprovaram que a existência de características físicas atraentes num dado indivíduo leva a crer que essas mesmas pessoas têm diversas qualidades associadas – algo ao qual se dá o nome de *halo effect*. Assim, personagens saudáveis com rosto e corpo simétricos e uma postura corporal correta, para além de um queixo mais forte e másculo são consideradas mais atraentes: e, por isso, são vistas como mais inteligentes, dominantes, fortes e socialmente superiores que as demais outras personagens (mesmo que não seja o caso) (Isbister, 2006a).

Pensa-se que a ocorrência deste fenómeno tenha surgido através de um processo evolutivo – no passado, o ser humano primitivo, ultrassocial por natureza, procurava viver com indivíduos com particulares mais atrativas, indicador de uma boa saúde, garantindo assim uma melhor segurança e maior probabilidade de sobrevivência (Isbister, 2006a).

- **Babyfaces**

O recurso a uma “carinha de bebé” – isto é, atribuir qualidades físicas de um bebé num rosto adulto, como olhos, sobrancelha e testa maiores e um queixo e nariz mais pequenos – leva a imaginar que o mesmo seja mais simpático, amável e “fofo” em geral. No entanto, uma personagem com características de bebé tende a ser interpretada como mais dependente e submissa e menos responsável (Isbister, 2006a).

Note-se, caro leitor, dos dois tópicos apresentados anteriormente. É possível deduzir que a atratividade e a “carinha de bebé” são atributos aproximadamente antónimos – o primeiro responsável por criar, *a priori*, personagens mais dominantes, enquanto o segundo visa as mais dependentes (de alguém que seja dominante) (Isbister, 2006a).

- **Estereótipos**

Um estereótipo é um conceito que designa um esquema ou protótipo na memória de um sujeito de tal forma que associa um padrão de pistas com um conjunto de particularidades e qualidades típicas. Estas pistas podem incluir o vestuário, musculatura, postura, higiene, idade, género, raça, entre muitas outras (Isbister, 2006a).

Os estereótipos permitem a um jogador analisar e tirar conclusões rapidamente, evitando ter de avaliar a personagem na sua totalidade, ou seja, desde raiz, o que é deveras um processo mais demoroso e que implica mais do que um encontro entre

jogador e a dada personagem, pelo que este processo poupa tempo e esforço por parte do primeiro (Isbister, 2006a).

Uma das estratégias mais adotadas pelos *game designers* é a de recorrer a estereótipos para caracterizar os traços mais importantes das personagens, de forma a serem reconhecíveis mais facilmente e, desta forma, permitir ao jogador mais rapidamente avaliar as intenções de um personagem e as ações prováveis que poderá vir a desempenhar no jogo. Contudo, para personagens com maior *screen time*, é relevante atentar ao uso de particularidades que possam quebrar o estereótipo presente na dada personagem – obtendo assim uma maior rapidez de ligação entre jogador e personagem através do recurso do estereótipo e uma maior profundidade e originalidade do personagem ao quebrar esse mesmo estereótipo com uma particularidade que é incomum ou inexistente quando esse padrão é aplicado (Isbister, 2006a).

- The big five

A personalidade é um dos fatores mais importantes na caracterização de uma personagem, uma vez que revela de que forma é que, normalmente, a mesma irá reagir no seu quotidiano e diante de outras personagens, garantindo-lhe uma maior profundidade (Isbister, 2006b).

Para ajudar na definição de uma personalidade, foram comparados padrões de comportamento até chegar-se à lista de fatores designada por *the big five* (“os 5 grandes”, em português) - abertura, consciência, extroversão, amabilidade e neuroticismo (Isbister, 2006b):

- Abertura – característica ligada à recetividade do personagem a novas experiências e este ter uma “mente aberta”;
- Consciência – como o próprio conceito faz transparecer, indica se a personagem é mais minuciosa e consciente das suas ações, planeamento e seguindo os seus planos elaborados previamente, ou se é mais direta e impulsiva;
- Extroversão – combinação de dominância e amabilidade; Dominância é um domínio associado a personagens que creem ser superiores, ou que deveriam de ser superiores, aos restantes demais; está associada a uma postura corporal mais altiva e rígida; para perceber o significado de amabilidade, solicita-se ao leitor que verifique o ponto imediatamente a seguir;
- Amabilidade – quando uma personagem é amigável e mais recetiva a nível social; está associada a uma postura corporal mais descontraída;

- Neuroticismo – particularidade relacionada com personagens mais instáveis a nível emocional, que se sentem assoberbados e preocupados mais precipitadamente.

O recurso de diferentes graus de cada um destes fatores em cima descritos, exagerando alguns traços e deixando outros de lado, pode ajudar a tornar os personagens mais envolventes e amplamente atraentes, tendo em conta que estes fatores demonstraram ser amplamente legíveis e relevantes no passado aquando da caracterização da personalidade de personagens (e do ser humano) (Isbister, 2006b).

- Silhueta

As formas usadas para projetar e desenhar personagens devem ser tidas em conta, uma vez que permitem criar uma silhueta mais clara e forte, promovendo a sua unicidade diante de outras personagens e transparecendo desta forma a personalidade da personagem, permitindo assim a rápida identificação de personagens do Bem e do Mal (Rogers, 2014a):

- Círculos – normalmente são usados pelos *designers* e animadores para tornar a personagem mais amigável;
- Quadrados – quando de tamanho considerado, são utilizados para dar uma nuance mais forte e gigantesca à personagem; todavia, se as formas forem pequenas, podem conduzir à interpretação de que a dada personagem tenha um perfil mais estúpido e burro;
- Triângulos – geralmente, são usados com um vértice a apontar para baixo, dando ao corpo da personagem uma perspetiva heroica e poderosa; no entanto, se essa forma for utilizada apenas para a cabeça da personagem, esta adquire um tom maquiavélico.

- Arquétipos

Arquétipos são, resumidamente, um meio de categorizar personagens, isto é, categorias universais de personagens que aparecem repetidamente em histórias. Há quem considere os conceitos de arquétipo e estereótipo como sinónimos, enquanto outros os distinguem como o primeiro sendo o padrão mais geral e universal, que promove uma maior familiaridade para com o jogador, enquanto o outro é considerado uma “versão concreta e simplificada” do arquétipo, notoriamente com uma conotação mais negativa.

É imprescindível notar ao leitor deste documento de que não existe nenhuma lista definitiva de arquétipos aos quais se pode recorrer. Contudo, pode-se identificar os mais comuns com grande facilidade, sendo os seguintes sugeridos por Jung, Campbell e Scott Rogers:

- O herói – é o personagem que parte numa missão ou aventura, que faz “coisas típicas de um herói”, como salvar uma princesa ou o mundo; é aquele que é extremamente bom ou especial em alguma coisa, quer seja, por exemplo, no manuseamento de armas (como é o caso da Lara Croft), como ser dos melhores a montar num *Loftwing* (pássaro de grandes dimensões) raro, como a situação do Link; pode haver variações do herói, sendo as mais conhecidas o herói ideal (típico da literatura e aquele anteriormente descrito neste parágrafo) e o anti-herói, que consiste num herói com falhas, mais recorrente na ficção realista; é o arquétipo tipicamente utilizado para os *player characters* (Sloan, 2015; Rogers, 2014b);
- O velho sábio – é a personagem que treina ou guia o herói, permitindo o aprofundamento da narrativa em fases iniciais do jogo e recorrentemente aparecendo em tutoriais de *gameplay* (Sloan, 2015); um exemplo deste arquétipo é o Gaepora em *The Legend of Zelda: Skyward Sword*; também pode ser chamada de mentor;



Fig. 1 – Link, protagonista e herói do video game *The Legend Of Zelda: Skyward Sword* (2011) (<i>Página Inicial -- The Legend of ZeldaTM: Skyward Sword HD -- Nintendo SwitchTM – Página Oficial</i>, n.d.)



Fig. 2 – Gaepora do video game *The Legend Of Zelda: Skyward Sword* (2011) (Gaepora - *The Legend of Zelda: Skyward Sword Wiki Guide* - IGN, n.d.)



- O arauto – como que um porta-voz, é o personagem que se encarrega de informar o herói do que se passa, obrigando sua à tomada de decisão e proporcionando ao início da aventura (Sloan, 2015); pode ser retratado pela personagem *Fi* do jogo já referido anteriormente;
- A donzela – a personagem que ordinariamente está em perigo e espera que o herói a venha salvar; características que lhe são prevalentes cingem-se à sua inocência e submissão (Sloan, 2015); é, resumidamente, a *Zelda* em *The Legend of Zelda: Skyward Sword*;



Fig. 3 – *Fi* do video game *The Legend Of Zelda: Skyward Sword* (2011) (*Fi* | *Zeldapedia* | *Fandom*, n.d.)



Fig. 4 – *Zelda* do video game *The Legend Of Zelda: Skyward Sword* (2011); (*Princess Zelda* | *Zeldapedia* | *Fandom*, n.d.)

- O vigarista – personagem enganador que frequentemente quebra as regras e pretende causar o caos para os outros personagens, podendo ou não dificultar em alguma parte a jornada do herói; note-se, no entanto, que o vigarista não é necessariamente o antagonista da história – este pode, inclusive, ser aliado do herói (Sloan, 2015);
- O tolo – conhecido por ser uma personagem otimista, sortuda e inocente, parecendo muitas vezes confuso com o que se está a passar no momento; geralmente não toma precauções como o herói, acabando por causar o

caus de forma involuntária; é aquele tipo de personagem que se baseia muito num diálogo humorístico e tem um comportamento engraçado recorrentemente (Sloan, 2015; Rogers, 2014b) ;

- A mãe – figura feminina carinhosa, protetora e acolhedora (Sloan, 2015);
- O pai – figura masculina autoritária, poderosa e severa (Sloan, 2015);
- O diabo – tipo de vilão que seduz o herói com poder, conhecimento ou riqueza, ao qual o herói deverá não cair na tentação para ter sucesso; se esta personagem é salva em algum momento da narrativa, esta obtém o nome de “diabo redimido” (Sloan, 2015);
- O “durão” – tipo de personagem que, fisicamente, costuma ter proporções gigantescas de musculatura e uma postura corporal dominante; gosta de fazer coisas perigosas com estilo; é um pouco narcisista e egocêntrico, gostando de falar muito sobre si; normalmente, não é uma pessoa muito calorosa e simpática; tem por vezes aparência de vilão – ele parece-se com o vilão mas age como um herói (Rogers, 2014b).

Note-se, caro leitor, que os arquétipos demonstrados acima podem ser misturados ou sobrepostos entre si, tornando a personagem mais rica.

Phillips e Huntley, em 2004, sugeriram outra tipologia para a definição de arquétipos de personagens narrativos, sendo estes divididos em duas grandes categorias – *driver characters* (personagens com o papel de guiar a trama) e *passenger characters* (os que acompanham os personagens anteriores, não sendo responsáveis por conduzir a história mas sim de adicionar um maior contexto e profundidade à mesma). Tanto os *driver characters* como os *passenger characters* ocorrem fragmentados em quatro subcategorias cada um, descritas a seguir (Sloan, 2015):

#### **DRIVER CHARACTERS**

- Protagonista – é o personagem principal responsável por dirigir a história; os protagonistas costumam basear-se no arquétipo de herói, mas isso não impede que não seja o caso ou que haja sobreposição de vários arquétipos no protagonista;

- Antagonista – o principal rival do protagonista, fornecendo-lhe os seus principais obstáculos na trama; um dos arquétipos mais comuns utilizados para expressar esta força opositória é a figura diabólica;
- Guardiã – é a personagem que orienta e protege o protagonista, que resulta num cruzamento entre o velho sábio e o arauto;
- Contagonista – é aquele que engana o protagonista e lhe coloca obstáculos e desafios pelo caminho, não estando necessariamente contra o mesmo; acaba por representar a figura oposta ao guardião apresentado no ponto anterior; pode ser representado recorrendo ao arquétipo de vigarista.

## PASSENGER CHARACTERS

- *Sidekick* – o personagem que está sempre “ao lado” do protagonista, sendo-lhe um grande apoio e aliado leal na sua aventura, sendo usado recorrentemente como apoio ao jogador durante o *gameplay*; normalmente são evidenciadas as suas fraquezas e diferenças perante o protagonista, para engrandecer e este ganhar um maior destaque; pode basear-se, nomeadamente, no arquétipo do tolo;
- Cético – também é um acompanhante do protagonista, junto com o *sidekick*, mas contrariamente ao referido no ponto anterior, que é mais otimista e esperançoso quanto ao futuro do protagonista, o cético acaba por mostrar-se o oposto, sendo sobretudo pessimista e destacando sempre o lado negativo das coisas, pensando sempre no fracasso; por vezes, é comum aparecer em dupla com o *sidekick*;
- Razão – este arquétipo define personagens que são equilibradas e racionais – como o próprio conceito indica, “movidas pela razão”; costumam ser organizadas e baseiam-se muito no pensamento lógico, em contrapartida ao arquétipo da emoção;
- Emoção – arquétipo contrário ao da razão, designa personagens “movidas pelo coração”, mais instáveis a nível emocional, podendo escalar do amável para o raivosos; apesar disso, são mais propensas a sentir empatia pelos outros.

# Empatia

As pessoas diferem na sua aptidão em serem empáticas. A empatia, ou seja, a capacidade de entender os pensamentos e sentimentos de outras pessoas, está intimamente relacionada ao desengajamento moral e à culpa. Por exemplo, dados de pesquisa sobre tomada de decisão ética geral sugerem que a empatia está negativamente relacionada ao desengajamento moral, enquanto o último está positivamente relacionado à tomada de decisão imoral (Holl et al., 2022).

- Definição de empatia

- Origem

O conceito de empatia não existia até o início do século XX. Derivado do termo alemão *Einfühlung*, que significa “sentir”, foi introduzido por estéticos alemães em meados do século XIX, que usaram a palavra para descrever a experiência emocional que era evocada ao ver uma obra de arte e sentir o caminho para uma experiência emocional. Também incluía uma sensação de ser movido pela arte e uma profunda ressonância emocional para com esta (Riess, 2018a).

Assim, o fenómeno de que um artista que o espectador pode nunca conhecer poder projetar emoções que inspiraram a pintura (ou música ou peça) foi a primeira tentativa de descrever o significado de empatia (Riess, 2018a).

- Empatia segundo Davis

De acordo com Davis (1980), a empatia tem quatro componentes – *Empathic Concern*, *Fantasy*, *Personal Distress* e *Perspective Taking* (Wulansari et al., 2020):

- *Empathic Concern* - é um sentimento voltado para o outro de preocupação com os infortúnios de outras pessoas e um sentimento de simpatia por eles;
- *Fantasy* - é a tendência do sujeito de se transpor imaginativamente para as emoções e ações de personagens fictícios em livros, filmes ou peças de teatro;
- *Personal Distress* - é um sentimento auto-orientado de ansiedade pessoal e desconforto intenso em contextos interpessoais;
- *Perspective Taking* - é a tendência de adotar o ponto de vista psicológico dos outros, de forma espontânea.

- Empatia segundo Helen Riess

Apoiando-se em estudos, Helen Riess, professora associada de Psiquiatria na *Harvard Medical School* e diretora do Grupo de Pesquisa em Empatia e Treinamento em Psicoterapia no

Departamento de Psiquiatria do *Massachusetts General Hospital*, defende a subdivisão do conceito de empatia em três vertentes principais – *Affective Empathy*, *Cognitive Empathy* e *Compassion* (Riess, 2018b):

- *Affective Empathy* – considera-se como a sensação de que se pode sentir o que as outras pessoas sentem, isto é, quando se vê outras pessoas passando por momentos difíceis ou com dor, poder-se imaginar instantaneamente a experiência interior das mesmas com base na familiaridade pessoal do sujeito com a dor ou baseando-se nas suas experiências passadas; a maioria das pessoas tem capacidade de sentir este tipo de empatia, denominada de “empatia emocional”; floresce mais rapidamente quando o que sofre é mais parecido connosco;
- *Cognitive Empathy* – consiste numa forma de gerenciar todas as informações percetivas que chegam aos próprios sentimentos conscientes do indivíduo; é necessário estar presente a capacidade de saber que outra pessoa tem pensamentos e sentimentos separados dos seus – designado por *theory of mind*; é a capacidade de entender o que está a acontecer no cérebro de outra pessoa num dado momento, ao mesmo tempo em que se entende que as suas decisões, intenções e crenças podem ser diferentes das nossas;
- *Compassion* - é a motivação interna que leva as pessoas a responder e expressar o desejo de se preocupar com o bem-estar de outra pessoa.

- Espetro da empatia segundo Daniel Batson

Embora normalmente concordem que a empatia é importante, muitas vezes os indivíduos discordam sobre por que ela é importante, sobre os seus efeitos, a sua origem e até mesmo sobre o que ela é exatamente. Assim, Daniel Batson identificou oito fenómenos diferentes, aos quais são comumente chamados de empatia, e tentou relacioná-los entre si, através das duas questões que se seguem (Decety & Ickes, 2011):

1. Como alguém pode saber o que outra pessoa está a pensar e a sentir?
  2. O que leva uma pessoa a responder com sensibilidade e cuidado ao sofrimento de outra?
- *Cognitive Empathy* – corresponde a conhecer o estado interno de outra pessoa, isto é, aquilo na qual está a pensar e o que está a sentir;

- *Imitation* – definição de empatia que se cinge a adotar a postura ou expressão de uma pessoa que está a ser observada; baseia-se na teoria da empatia que se foca na representação de redes neuronais “imitadas” – baseando-se num modelo de percepção-ação, admite que, para alguém se aproximar e persentir o estado de outra pessoa, ambos devem igualar o estado neuronal; como resultado da representação neural correspondente, a pessoa passa a sentir algo do que a outra sente e, assim, a compreender o estado interno da outra, criando empatia;
- *Affective Empathy/Sympathy* – definição de empatia que destaca a capacidade de um de sentir a mesma emoção de outro; o que determina que uma emoção é suficientemente similar à sentida pelo outro nunca foi clarificada ao longo da investigação desta área; baseia-se na teoria de que, para saber que uma pessoa passou a sentir o que outra sente, é necessário saber mais do que apenas que a primeira tem uma resposta fisiológica de aproximadamente a mesma magnitude e aproximadamente ao mesmo tempo que a segunda, isto é, não basta que ambos os sujeitos se encontrem, de acordo com Levenson e Ruef (1992), em modo de “fisiologia compartilhada”;
- *Aesthetic Empathy* – definição original de empatia, que consiste em, intuitivamente e imaginativamente, projetar-se na situação do outro; é o estado psicológico referido por Lipps (1903) como *Einfühlung* e para o qual Titchener (1909) cunhou pela primeira vez a palavra empatia – ambos ampararam-se no processo pelo qual um escritor ou pintor imagina como seria ser uma pessoa específica ou algum objeto inanimado; esta definição é considerada atualmente antiquada e raramente é usada para declarar o significado de empatia na psicologia contemporânea;
- *Psychological Empathy* – diferente de uma projeção da situação de outrém, que não é baseada em pensamentos e emoções, este conceito relaciona-se com o imaginar-se em que é que o a outra pessoa está a pensar ou sentir, baseando-se no conhecimento prévio da situação em que essa se encontra, para além da sua personalidade, valores e desejos; também chamada de “tomada de perspetiva” ou “perspetiva de imaginar o outro”;
- *Projective Empathy* – define o ato de imaginar como alguém pensaria e se sentiria na situação de outra pessoa; trata-se, aproximadamente, de uma “inversão de papéis”; por vezes designada de “perspetiva de imaginar o eu” e semelhante à *Aesthetic Empathy* – ambas abordam o tema da projeção, do tentar colocar-se no lugar do outro, mas a primeira está mais focada

numa abordagem interpessoal, enquanto que a segunda contempla uma abordagem mais estética;

- *Empathic Distress* – é um estado de angústia evocado ao testemunhar-se a angústia de outra pessoa; corresponde a sentir-se angustiado pelo estado do outro, ao contrário do que acontece com *Affective Empathy*, que envolve sentir-se angustiado como o outro, nem *Pity* (que será explicado no tópico a seguir), que envolve sentir-se angustiado pelo outro, sentir pena dele;
- *Pity/Compassion* – refere-se a uma resposta emocional orientada para o outro, provocada e congruente com o bem-estar percebido de outra pessoa; não implica que a pessoa que percebe a outra atinja a mesma emoção ou uma emoção semelhante.

Expondo cada uma das definições de empatia declaradas até hoje, Daniel Batson conclui que, para se saber o que outra pessoa está a pensar ou a sentir, é necessário conhecer o seu estado interno e, por isso, o conceito de *Cognitive Empathy* responde à primeira pergunta (Decety & Ickes, 2011).

Relativamente à segunda, que procura desvendar como é que um sujeito responde a outro que esteja a sofrer, o mesmo autor evidencia que a existência de *Empathic Distress*, ou seja, sentir angústia ao testemunhar o sofrimento do outro, pode contribuir para o aumento da motivação em ajudar o outro; contudo, essa motivação pode ter um fundamento puramente egoísta, no qual o indivíduo procura unicamente aliviar o seu próprio sofrimento, pelo que o aparecimento de *Empathic Distress* pode não promover a empatia para com o outro necessariamente, se for possível, nomeadamente, em acalmar a própria angústia sem ter de aliviar a do outro (Decety & Ickes, 2011).

Assim, este chegou à conclusão de que, para responder à segunda questão proposta, que *pity* é a forma de empatia mais recorrida para explicar o que leva a alguém a responder com sensibilidade e cuidado a alguém que esteja em sofrimento. As restantes definições/ramificações de empatia, enunciadas anteriormente, servem para apoiar, sobretudo, estas duas posturas (Decety & Ickes, 2011).

- Neurobiologia da empatia
  - Evolução

O neurocientista Jaak Panksepp (1998) argumentou que os humanos possuem sete subsistemas afetivos principais para, respetivamente – a agressão, medo, luxúria, busca,

cuidado, pânico/tristeza e brincadeira. Os primeiros quatro sistemas emocionais têm raízes provenientes dos répteis, enquanto os três últimos são de natureza mamífera. As adições de mamíferos são centralmente focadas em vínculo e cuidado, visto serem primordiais para o instinto da reprodução - enquanto a reprodução entre os répteis é baseada nas capacidades inatas do ovo individual para se desenvolver independentemente dos cuidados maternos ou paternos, os mamíferos dependem principalmente dos cuidados maternos (Grodal & Kramer, 2014).

Os neuropeptídeos (substâncias químicas produzidas e liberadas pelas células cerebrais) oxitocina e vasopressina têm uma história evolutiva comum - enquanto a oxitocina é popularmente conhecida por promover cuidados maternos, nutrição e motivações de vínculo afiliativo, a vasopressina, mais proeminente em homens devido à sua relação com a testosterona, não apenas reafirma o vínculo, mas também a territorialidade e a agressão, ou seja, desempenha um papel num esforço do mamífero para defender um território que compartilha com aqueles com quem se relaciona. As motivações para raiva e medo geralmente são baseadas na tentativa de cuidar aqueles que são próximos do indivíduo (Grodal & Kramer, 2014).

Filmes de muito sucesso, como *Titanic* ou *Pretty Woman*, têm *bonding* (união) e angústia como o motivo emocional superior, ilustrando como o poder motivacional da ligação baseada em oxitocina-vasopressina é uma patente motivação para a nossa espécie, muitas vezes muito mais forte do que impulsos sexuais e agressão (Grodal & Kramer, 2014).

Os mecanismos de ligação encontrados nos humanos foram ampliados durante o tempo evolutivo de modo a suportar não apenas o vínculo mãe-filho, mas também o vínculo pai-filho, bem como laços de pares e laços sociais mais amplos entre parentes e dentro de tribos (grupos).

Os antropólogos Boyd e Richerson (1998) argumentam que os humanos são “ultra-sociais” – o sucesso dos humanos não se baseia apenas na sobrevivência do mais apto de uma forma “reptiliana” pura, mas também na sua aptidão para a cooperação, empatia e altruísmo. Uma tentativa para provar que a natureza humana é “ultra-social” desde a sua nascença foi desempenhada por Meltzoff e Moore, que observaram que um grupo de recém-nascidos de 42 minutos a 72 horas de idade executa com sucesso imitações faciais do comportamento adulto, um valor mínimo nunca atingido (Grodal & Kramer, 2014).

#### ○ *Mirror Neurons*

Devido aos avanços da neurociência nos últimos vinte anos, foi possível descobrir um dos avanços cruciais na pesquisa sobre empatia; a descoberta de um aglomerado de células cerebrais no córtex pré-motor – os chamados “neurónios-espelho”. Os neurónios-espelho são especiais, porque não apenas descarregam quando uma pessoa pretende ou executa uma ação direcionada



a um objetivo, mas também quando veem outra pessoa ou qualquer outro agente realizando uma ação semelhante – usando mecanismos de ressonância (Grodal & Kramer, 2014).

A descoberta da existência deste tipo de neurónios deve-se a um grupo de neurofisiologistas da Universidade de Parma, em Itália, liderada por Giacomo Rizzolatti. A equipa encontrava-se a estudar uma área do cérebro localizada no córtex pré-motor, responsável pelo planeamento, seleção e execução de tarefas, denominada por F5 – que contém milhões de neurónios especializados em "codificar" um comportamento motor específico, como ações da mão, incluindo agarrar, segurar, rasgar e, o mais fundamental de tudo, levar objetos - comida - à boca. Para isso, recorreram a macacos (Iacoboni, 2008).

Por meio de investigação empírica, a equipa de Rizzolatti adquiriu uma compreensão impressionante das ações dessas células motoras durante vários exercícios de "agarrar" com os macacos. No entanto, um dia, um dos seus colegas, ao pegar em comida durante uma pausa, ouviu uma explosão de atividade no computador conectado aos elétrodos implantados cirurgicamente no cérebro de um dos macacos – uma descarga elétrica associada à área motora F5, responsável por movimentos motores. O indivíduo imediatamente achou estranha a reação, uma vez que o macaco estava apenas sentado em silêncio, sem a intenção de agarrar nada, mas este neurónio associado à ação de agarrar havia disparado na mesma. Assim foi registada a primeira observação de um *mirror neuron* que, pouco tempo depois, voltou a ser sinalizado através de um outro colega de equipa que tinha pegado num amendoim. Pode-se dizer que, ao verem os sujeitos alimentarem-se, os neurónios-espelho responsáveis por imitar esse procedimento e sensação foram excitados nos macacos, fazendo com que experienciassem eles mesmos essa mesma atividade (Iacoboni, 2008).

Os mecanismos de ressonância consistem em vincular experiências visuais das próprias mãos ou das mãos de outra pessoa, com o padrão cerebral no cérebro pré-motor ativado quando alguém planeia a execução de uma dada ação. Como o sistema de ação motora está ligado aos objetivos das ações, segundo essa visão, ressoa-se ou simula-se a ação da outra pessoa, ativando os neurónios motores do próprio.

A ínsula, que é vital para as experiências emocionais de prazer, dor e repulsa, também possui neurónios-espelho.

Quando um indivíduo testemunha a dor ou o prazer, manifestando-se no comportamento de uma personagem, este tende a imitar essas características, imitando a expressão facial da personagem (uma atividade realizada principalmente no córtex frontal). Para além disso, essa imitação ativa as mesmas áreas do cérebro que seriam ativadas se o próprio sujeito sentiria realmente em si próprio a mesma dor ou prazer – pelo que o cérebro humano é capaz de compartilhar o prazer e a dor dos outros, dando-se o nome de *mimicking* ou *empathic resonance* a este processo (Grodal & Kramer, 2014).

Além do córtex pré-motor e da ínsula, uma terceira área do cérebro possui capacidades de espelho. Este é o córtex somatossensorial, localizado na parte superior do cérebro, que

fornece um mapeamento relacionado à interação das superfícies corporais – por exemplo, se um sujeito cortar o dedo ou vir alguém cortar o dedo ou acariciá-lo, a área do dedo correspondente localizada no córtex fornece a sensação equivalente para a experiência de dor ou prazer do outro indivíduo, ativando-se um sentimento vicário físico como se o primeiro é que estivesse realmente a sentir essa dor ou prazer, quando não é o caso. Este fenômeno é muito comum em filmes que proporcionam interação com a superfície do corpo, como *Titanic*, em que o jovem casal protagonista, Jack e Rose, fica na proa do navio dando um forte abraço, selando o seu vínculo emocional. Um acesso privilegiado à experiência corporificada dos personagens permite que os espectadores sintam um pertencimento fisiológico como se estivessem presentes na cena (Grodal & Kramer, 2014).

Note-se, caro leitor, que a ressonância empática nem sempre ocorre de forma automática.

- Empatia nos jogos digitais

Títulos de videogames comerciais com histórias significativas e moralmente relevantes estão a tornar-se cada vez mais populares e um tópico imensamente pesquisado por estudiosos do entretenimento (Holl et al., 2022), uma vez que esta nova geração de jogos digitais está a confrontar os jogadores com questões humanas significativas por meio de narrativas interativas para promover a empatia, com foco, por exemplo, em transtornos mentais. O sucesso desses jogos reside na interseção de histórias significativas com o design do jogo e como o equilíbrio entre ambos é ponderado (de Araujo Luz Junior et al., 2021).

Assim, os jogos empáticos visam imergir o jogador numa experiência particular e criar empatia com o assunto ou protagonista do jogo por meio da experiência de entender a condição de outra pessoa a partir de sua perspectiva. Estes também podem ajudar o jogador a colocar-se nessas situações e a entender como as outras pessoas veem o mundo, tomam decisões e reagem aos problemas, bem como as motivações e razões pelas quais elas se comportam, sentem e pensam, nomeadamente através da interação e da criação de uma narrativa com várias *branchings*, o pode ser extremamente útil para melhorar o engajamento e as conexões emocionais dos jogadores com os personagens virtuais (de Araujo Luz Junior et al., 2021). Os *videogames* podem igualmente, através da oportunidade de se identificar com os personagens do jogo ou do seu envolvimento emocional, o treinamento de pensamento moral (Holl et al., 2022).

Note-se, no entanto, que a experiência do jogador e o seu *feedback* são difíceis de medir, principalmente porque a empatia é subjetiva e difícil de avaliar dentro dos limites de um jogo (de Araujo Luz Junior et al., 2021). Mas estudos indicam que, por exemplo, jogar sob pressão temporal aumenta a probabilidade de comportamento moral (Holl et al., 2022).

Muitos estudiosos do cinema argumentaram que o processo de empatia entre espectador e personagem depende principalmente de um modelo de perspectiva de terceira pessoa, onde o espectador assimila a situação ou posição do personagem imediatamente durante a exibição ou em reflexão posterior (Grodal & Kramer, 2014). Desta forma, é provável que o mesmo se verifique ao recorrer a um *media* digital como um jogo digital – de facto, já foi comprovado através de investigações que, também adotando uma perspectiva de terceira pessoa em *videogames* promove a criação de empatia (Morrison & Ziemke, 2005).

# Depressão

- Epidemiologia

A perturbação depressiva é uma doença mental muito frequente, pertencente ao grupo das perturbações do humor. O humor é um sentimento generalizado e sustentado, que é vivenciado internamente e que influencia o comportamento e percepção do mundo de um sujeito. O humor pode ser eutímico, ou seja, normal, elevado ou deprimido. Doentes portadores de uma perturbação do humor experienciam um estado de humor elevado, o que é designado por mania, ou deprimido, o que ocorre de forma persistente, com sofrimento acentuado do doente e prejuízo no seu funcionamento interpessoal, social ou ocupacional (Saraiva & Cerejeira, 2014).

Existem vários tipos de perturbações do humor – neste caso, será dado destaque à depressão *major*, na qual advêm apenas episódios depressivos. Esta perturbação psiquiátrica é muito frequente, afetando anualmente cerca de 10% da população. Dados da Organização Mundial da Saúde sugerem que cerca de 120 milhões de pessoas no mundo inteiro sofrem de depressão, sendo que a doença é a principal causa de invalidez e uma das razões mais frequentes de baixa laboral (Saraiva & Cerejeira, 2014). Esta prevê que, até ao ano de 2030, a depressão será a principal causa de incapacidade em todo o mundo (Centre for Suicide Prevention, 2015).

Dependendo do país, as prevalências de depressão *major* durante a vida na população rondam entre os 4,9% e os 17,1%; no caso de Portugal, cerca de 8% dos indivíduos sofrem desta patologia. Relativamente ao género, a prevalência é superior nas mulheres do que nos homens, sendo a proporção correspondente a 2:1. Relativamente ao estado civil, a depressão é mais comum em pessoas sem relacionamentos interpessoais íntimos, nomeadamente em pessoas divorciadas ou superadas e solteiras (Saraiva & Cerejeira, 2014).

A mais grave consequência do não tratamento da depressão é o suicídio, uma vez que a maioria dos suicídios ocorre em contexto de depressão, sendo este responsável pela morte de mais de mil mortes anualmente em Portugal (Saraiva & Cerejeira, 2014).

- Sintomatologia

Para uma entidade ser diagnosticada com depressão *major* têm de ser verificados por um especialista 5 dos 9 sintomas seguintes, sendo obrigatória a inclusão de pelo menos um destes – “humor deprimido” ou “anedonia” (Abreu, 2006, Saraiva & Cerejeira, 2014):

- Humor deprimido;
- Anedonia, isto é, perda de interesse e de prazer nas atividades do dia a dia;
- Alterações na atividade motora, como a lentificação no pensamento e discurso e nos movimentos corporais;

- Falta de energia;
- Alterações no sono, havendo insónia ou hipersónia quase todos os dias;
- Distorções cognitivas, como o vivenciamento de sentimentos de inutilidade ou culpa;
- Alterações cognitivas, tais como dificuldades de concentração e tomada de decisão;
- Ideação suicida.

Estes sintomas deverão manter-se, no mínimo, durante duas semanas para ser considerado o diagnóstico.

# Referências bibliográficas

- Abreu, J. (2006). *Como Tornar-se Doente Mental*.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010a). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010b). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010c). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010d). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010e). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010f). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010g). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010h). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Adams, E. (Ernest W. ), & Rollings, A. (2010i). *Fundamentals of Game Design*. New Riders.
- Caillois, R. (1958a). *Man, Play and Games*.
- Caillois, R. (1958b). *Man, Play and Games*.
- Centre for Suicide Prevention. (2015). *Depression and Suicide Prevention - Centre for Suicide Prevention*.  
[https://www.suicideinfo.ca/local\\_resource/depression-suicide-prevention/](https://www.suicideinfo.ca/local_resource/depression-suicide-prevention/)
- Crawford, C. (1982). *The Art of Computer Game Design*.
- de Araujo Luz Junior, J., Rodrigues, M. A. F., & Hammer, J. (2021, August 4). A Storytelling Game to Foster Empathy and Connect Emotionally with Breast Cancer Journeys. *SeGAH 2021 - 2021 IEEE 9th International Conference on Serious Games and Applications for Health*.  
<https://doi.org/10.1109/SEGAH52098.2021.9551860>
- Decety, J., & Ickes, W. (2011). *The Social Neuroscience of Empathy*.
- Fi | *Zeldapedia | Fandom*. (n.d.). Retrieved January 16, 2023, from <https://zelda-archive.fandom.com/wiki/Fi>
- Gaepora - *The Legend of Zelda: Skyward Sword Wiki Guide - IGN*. (n.d.). Retrieved January 16, 2023, from <https://www.ign.com/wikis/the-legend-of-zelda-skyward-sword/Gaepora>
- Grodal, T., & Kramer, M. (2014). Empathy, Film, and the Brain. *Recherches Sémiotiques*, 30(1-2-3), 19–35. <https://doi.org/10.7202/1025921ar>
- Holl, E., Steffgen, G., & Melzer, A. (2022). To Kill or Not to Kill – An experimental test of moral Decision-Making in gaming. *Entertainment Computing*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.entcom.2022.100485>
- Iacoboni, M. (2008). *Mirroring People - The Science of Empathy and How We Connect with Others*.
- Isbister, K. (2006a). *Better Game Characters by Design - A Psychological Approach*.

- Isbister, K. (2006b). *Better Game Characters by Design - A Psychological Approach*.
- Morrison, I., & Ziemke, T. (2005). *Empathy with Computer Game Characters: A Cognitive Neuroscience Perspective SmartWork: Smart Age-Friendly Living and Working Environment View project Situation Awareness-Information Fusion View project Empathy with Computer Game Characters: A Cognitive Neuroscience Perspective*. <https://www.researchgate.net/publication/255577785>
- Página inicial -- The Legend of Zelda™: Skyward Sword HD -- Nintendo Switch™ – Página oficial*. (n.d.). Retrieved January 16, 2023, from <https://www.zelda.com/skyward-sword-hd/pt/>
- Princess Zelda | Zeldapedia | Fandom*. (n.d.). Retrieved January 16, 2023, from [https://zelda-archive.fandom.com/wiki/Princess\\_Zelda#The\\_Legend\\_of\\_Zelda:\\_Skyward\\_Sword](https://zelda-archive.fandom.com/wiki/Princess_Zelda#The_Legend_of_Zelda:_Skyward_Sword)
- Riess, H. (2018a). *The Empathy Effect: Seven Neuroscience-Based Keys for Transforming the Way We Live, Love, Work, and Connect Across Differences*.
- Riess, H. (2018b). *The Empathy Effect: Seven Neuroscience-Based Keys for Transforming the Way We Live, Love, Work, and Connect Across Differences*.
- Rogers, S. (2014a). *Level Up! The Guide to Great Video Game Design 2nd Edition*.
- Rogers, S. (2014b). *Level Up! The Guide to Great Video Game Design 2nd Edition*.
- Salen, K., & Zimmerman, E. (2003a). *Rules of play : game design fundamentals*. MIT Press.
- Salen, K., & Zimmerman, E. (2003b). *Rules of play : game design fundamentals*. MIT Press.
- Salen, K., & Zimmerman, E. (2003c). *Rules of play : game design fundamentals*. MIT Press.
- Salen, K., & Zimmerman, E. (2003d). *Rules of play : game design fundamentals*. MIT Press.
- Saraiva, C., & Cerejeira, J. (2014). *Psiquiatria Fundamental*.
- Sloan, R. J. S. (2015). *Virtual Character Design for Games and Interactive Media*.
- Wulansari, O. D. E., Pirker, J., Kopf, J., & Guetl, C. (2020). Video games and their correlation to empathy: How to teach and experience empathic emotion. *Advances in Intelligent Systems and Computing, 1134 AISC*, 151–163. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-40274-7\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-030-40274-7_16)