

CAPÍTULO SETE

Os benefícios das realidades alternativas

Sempre que passo pela porta da frente de meu apartamento, entro em uma realidade alternativa. Ela se parece e funciona exatamente como a realidade de sempre, mas com uma importante exceção: quando quero limpar o banheiro, tenho *realmente* que disfarçar isso.

Se meu marido, Kiyash, suspeitar de que irei limpar a banheira em uma manhã de sábado, ele vai acordar cedo, sair do quarto na ponta dos pés e, silenciosamente, irá limpá-la antes de mim. Contudo, já vivi o suficiente nessa realidade alternativa, a ponto de desenvolver uma contraestratégia altamente eficaz: limpo o banheiro no meio da semana e em horas inusitadas, quando ele menos espera. Quanto mais aleatório o horário, maior a probabilidade de eu concluir a tarefa antes dele. E se essa estratégia começar a falhar? Bem, nada me impede de esconder o escovão.

Por que, exatamente, estamos competindo um com o outro para fazer esse trabalho sujo? Nós participamos de um jogo gratuito on-line chamado *Chore Wars*. E eliminar as sujeiras do banheiro do nosso reino do mundo real vale mais pontos de experiência, ou XP, do que qualquer outra tarefa da Terra dos Ninjas do 41º Andar, apelido de nosso apartamento no jogo (vivemos no 41º andar, e meu marido tem uma queda por *ninjutsu*).

Chore Wars

Chore Wars é um jogo de realidade alternativa (ARG, na sigla em inglês) que deve ser jogado na vida real (e não em um ambiente virtual) para ser mais apreciado. Essencialmente, o jogo é uma versão simplificada do *World of Warcraft*,

com uma notável exceção: todas as quests on-line correspondem a tarefas de limpeza do mundo real, e, em vez de jogar em rede com estranhos ou amigos distantes, joga-se com companheiros de quarto, familiares ou colegas de escritório. O britânico Kevan Davis, desenvolvedor de jogos experimentais que idealizou o *Chore Wars* em 2007, o descreve como um “sistema de administração de tarefas”.¹ O jogo foi projetado para ajudar a compreender a quantidade de trabalho doméstico que as pessoas estão fazendo — e para estimular a realização de outros trabalhos domésticos, de uma forma mais agradável do que normalmente faríamos.

Para jogar o *Chore Wars*, é preciso recrutar, primeiro, “parceiros de aventuras” em seu grupo familiar ou escritório. Isso significa convocar seus companheiros de casa, membros da família ou colegas de trabalho a se inscrever no site, onde, juntos, vocês escolherão o nome para o reino e criarão avatares para representar todos os envolvidos.

Os jogadores que criam um avatar estão habilitados a se submeter a qualquer uma das “aventuras” personalizadas, que podem ser desenvolvidas a partir do banco de dados do jogo — na minha casa, isso inclui esvaziar o lava-louças e preparar o café. E, pelo fato de ser um jogo de RPG, você é estimulado a tomar nota das tarefas com um toque de narrativa fantástica. Na Terra dos Ninjas do 41º Andar, por exemplo, escovar o pelo de nossa sheepdog shetland é “salvar a donzela-cadela dos montes de pelos que estão caindo”, e lavar a roupa é “conjurar roupas limpas”.

Sempre que uma dessas tarefas é finalizada, é preciso fazer o *login* no jogo para registrar seu sucesso. Cada tarefa lhe dá uma quantidade personalizada de pontos de experiência, ouro virtual, tesouros, benefícios para seu avatar ou pontos que aprimoram suas habilidades virtuais: mais dez pontos de destreza por limpar tudo sem derrubar nada das prateleiras, por exemplo, ou mais cinco pontos de resistência por levar para fora todos os três tipos de lixo reciclável. E, já que é você mesmo quem cria as aventuras desde o início, é possível personalizar as recompensas implícitas do jogo, de modo que as tarefas menos populares se tornem mais atraentes — daí a batalha em meu apartamento para ver quem limpa o banheiro antes do outro. Isso vale colossais cem pontos de XPs.

Quanto mais tarefas você concluir, mais pontos de experiência e ouro virtual ganhará, e mais rápido aumentarão os poderes do avatar. Entretanto, o *Chore Wars* não se trata apenas de aperfeiçoar seu avatar; trata-se também de conquistar recompensas reais. As instruções do jogo encorajam os grupos familiares a

inventar maneiras criativas de transformar o ouro virtual em dinheiro na vida real. Você pode trocar seu ouro por mesada, se estiver jogando com seus filhos, ou por rodadas de bebidas para seus companheiros de quarto, ou por xícaras de café para seus colegas de trabalho, por exemplo. Meu marido e eu compartilhamos um único carro, e, portanto, usamos nossas barras de ouro para pleitear qual música tocar quando estamos dirigindo juntos.

Porém, muito além de todos os poderes de meu avatar, do ouro acumulado e dos privilégios musicais, o que me deixa mais satisfeita é que, após nove meses jogando *Chore Wars*, o avatar do meu marido acumulou mais pontos de experiência do que eu. E estatísticas de jogo não mentem: há quase um ano, Kiyash tem se esforçado muito mais do que eu para limpar o apartamento.

Claramente, esse é um jogo em que você sempre sai ganhando — até mesmo quando perde. Kiyash fica satisfeito em ser o melhor ninja do 41º andar, e eu tenho o prazer de cumprir menos tarefas do que meu marido — pelo menos, até meu espírito competitivo voltar à tona. Sem mencionar que é muito mais gratificante ter alguém para realizar o trabalho doméstico com você do que ficar perturbando um ao outro em relação a tais tarefas. E, evidentemente, como bônus adicional, nosso apartamento está mais limpo do que nunca. O *Chore Wars* transformou algo que detestamos fazer em uma coisa que parece criativa e divertida. O jogo mudou — para melhor — a realidade da obrigação do trabalho doméstico.

Não estamos sozinhos nessa. O *Chore Wars*, apesar de pouco conhecido, é um dos segredos mais comentados e admirados da internet.

Uma mãe texana descreve uma experiência típica com o *Chore Wars*: “Tenho três filhos, com 9, 8 e 7 anos. Sentei com as crianças, mostrei-lhes suas personagens e aventuras, e elas, literalmente, pularam da cadeira e saíram correndo para cumprir as tarefas que escolheram. Nunca vi meu filho de 8 anos fazer a cama! E quase desmaiei quando meu marido limpou a torradeira.”

Aparentemente, a experiência funciona tão bem para crianças quanto para os que estão na casa dos 20 anos de idade. Outra jogadora relata: “Vivo em uma casa em Londres com outra moça e mais seis rapazes. Na maior parte do tempo, sou a única a arrumar as coisas, o que estava me levando à loucura. Criei uma conta para nós na noite passada, estabeleci algumas ‘aventuras’ e, quando eu acordei, todos na casa estavam limpando alguma coisa. Honestamente, não consegui acreditar nos meus olhos. Tudo o que tínhamos de fazer era transformar aquilo em uma competição! Agora, os rapazes estão obcecados em vencer um ao outro!”

Como, exatamente, o *Chore Wars* faz isso?

Normalmente, encaramos as tarefas como coisas que *temos* de fazer. Ou alguém está nos perturbando para fazê-las ou as fazemos por absoluta necessidade. É por isso que são chamadas de tarefas: por definição, serviços desagradáveis. O golpe de mestre do *Chore Wars* é que o jogo nos convence de que *queremos* realizar essas coisas.

Mais importante do que isso, porém, é a inclusão da *escolha significativa* na equação do trabalho doméstico. Quando você estabelece um grupo, a primeira tarefa é criar uma série de aventuras dentre as quais é possível escolher algumas. Nenhum jogador recebe uma aventura em particular. Ao contrário, todos são convidados a escolher sua própria aventura. E não há tarefas *obrigatórias*, pois você está se voluntariando para cada aventura. E esse senso de participação voluntária é fortalecido pelo fato de você ser encorajado a aplicar estratégias à medida que escolhe suas próprias aventuras de trabalho doméstico. Você deve escolher uma série de tarefas rápidas e fáceis de concluir, e, desse modo, tentar acumular o maior número possível de XP? Ou deve escolher as tarefas mais difíceis e maiores, impedindo que outros jogadores consigam todo aquele ouro?

É claro, não existem bons obstáculos desnecessários sem restrições arbitrárias. E para os jogadores dos níveis mais avançados do *Chore Wars*, é aí que a diversão de verdade aparece. Você pode tornar a obtenção de XP e ouro mais difícil ao acrescentar novas regras a qualquer aventura. Por exemplo, é possível estabelecer limites de tempo para cumprir as metas: duplique seu XP se conseguir pendurar, em menos de cinco minutos, todas as roupas que saíram da máquina de lavar. Ou acrescentar uma exigência furtiva: esvazie o lixo sem ninguém perceber. Ou, simplesmente, adicionar restrições absurdas: essa tarefa deve ser executada enquanto o jogador canta em voz alta, por exemplo, ou anda de costas.

Soa ridículo — por que dificultar uma tarefa a deixa mais divertida? No entanto, como em qualquer outro bom jogo, quanto mais interessantes as restrições, mais gostamos de jogar. O sistema de gerenciamento do *Chore Wars* ajuda os jogadores a imaginar coisas novas e a experimentar novas formas de fazer as tarefas mais comuns. Novamente, por definição, os trabalhos são rotineiros — mas não precisam ser. Realizá-los em um formato de jogo torna possível experimentar o *fiero* ao fazer algo tão mundano quanto limpar um quarto bagunçado, simplesmente por tornar a tarefa mais desafiadora ou por exigir que sejamos mais criativos na maneira como a realizamos.

Na vida real, se você cumprir suas tarefas, os resultados serão visíveis — uma cozinha brilhando ou uma garagem organizada. Esse é um tipo de *feedback*, que, certamente, pode ser gratificante. Porém, o *Chore Wars*, de maneira muito inteligente, potencializa essa pequena satisfação cotidiana através de um tipo de *feedback* ainda mais intenso: aprimoramentos em seu avatar. Como bem sabem os jogadores de RPGs on-line em qualquer lugar, upar é um dos mais gratificantes tipos de *feedback* jamais criados. Observar seu avatar ficar mais poderoso e com mais habilidades a cada tarefa cumprida faz com que o trabalho pareça pessoalmente gratificante. Um quarto mais limpo simplesmente não consegue propiciar a mesma sensação. Você não está apenas fazendo todo esse trabalho para outra pessoa. Está desenvolvendo suas próprias forças à medida que joga.

E o melhor de tudo: você está ficando cada vez melhor ao passar do tempo. Até mesmo quando a roupa fica novamente suja ou quando a poeira começa a voltar, seu avatar continua se tornando mais forte, inteligente e rápido. Dessa forma, o *Chore Wars* reverte brilhantemente os aspectos mais desmoralizadores do trabalho doméstico regular. Os resultados de uma tarefa bem executada podem começar a desaparecer quase que imediatamente, mas ninguém pode roubar o XP que você acumulou.

O sucesso individual é sempre mais recompensador quando acontece em um contexto para múltiplos jogadores, e esse é um dos motivos para o design do *Chore Wars* ser tão bem-sucedido. O jogo conecta todas as atividades individuais a uma experiência social maior: nunca estou fazendo apenas as “minhas” tarefas, estou jogando e competindo com outros. Posso observar se estou no mesmo nível dos outros e comparar as forças de nossos avatares para aprender um pouco mais sobre o que me torna uma pessoa única. Ao mesmo tempo, enquanto estou trabalhando, penso sobre o *feedback* social positivo que ganharei com os comentários sobre minhas aventuras, sejam zombarias amistosas de um rival ou interjeições de espanto por ter realizado uma tarefa hercúlea.

O *Chore Wars* não é o tipo de jogo que você gostaria de jogar para sempre; como todos os bons jogos, seu destino é se tornar eventualmente cansativo, à medida que os jogadores se aprimoram nele. Todavia, mesmo que o interesse do grupo doméstico pelo jogo diminua depois de algumas semanas ou meses, uma lição principal já terá sido alcançada: os jogadores tiveram uma experiência bastante memorável e positiva em realizar tarefas em conjunto. E, por algum tempo, isso deverá mudar a maneira pela qual pensam e abordam as tarefas.

É assim, portanto, que o *Chore Wars* atinge o que parece impossível. Ele transforma o trabalho doméstico de rotina em uma aventura coletiva ao acrescentar obstáculos desnecessários e implementar mais sistemas de *feedback* motivadores. É o exemplo perfeito para nossa próxima correção da realidade:

CORREÇÃO #7: PARTICIPAÇÃO INTEGRAL

Em comparação aos jogos, as tarefas do mundo real não nos envolvem tanto. Eles nos motivam a participar mais integralmente daquilo que estamos fazendo.

Participar integralmente em algo significa estar *automotivado* e *autodirecionado*, *intensamente interessado* e *genuinamente entusiasmado*.

Se somos forçados a fazer algo ou se o fazemos com pouca convicção, não estamos de fato participando.

Se não nos preocupamos com o resultado final, não estamos de fato participando.

Se ficamos esperando passivamente, não estamos de fato participando.

Quanto menos participarmos integralmente das tarefas de nossas vidas cotidianas, menos oportunidades teremos de ser felizes. É simples assim. As recompensas emocionais e sociais que realmente buscamos exigem participação ativa, entusiasmada e automotivada. E ajudar os jogadores a participar mais integralmente dos momentos, em vez de tentar fugir ou simplesmente passar por eles, é a assinatura dos projetos de realidade alternativa — o foco deste e dos próximos três capítulos do livro.

Se “realidade alternativa” lhe parecer um termo pouco familiar, então você não está sozinho. O desenvolvimento de realidades alternativas ainda é um campo altamente experimental. As palavras “jogo de realidade alternativa” estão sendo usadas como um termo técnico da indústria desde 2002, mas ainda há inúmeros jogadores e desenvolvedores de jogos que pouco sabem sobre o assunto, sem mencionar as pessoas que estão fora do mundo dos jogos.

À medida que os criadores de jogos vêm expandindo progressivamente os limites de como um jogo pode afetar nossas vidas reais, o conceito de realidade alternativa tem se tornado cada vez mais central para os debates sobre o futuro dos videogames. Ele está ajudando a promover a ideia de que as tecnologias podem ser usadas para organizar as atividades do mundo real. Mais importante do que isso, ele está provocando ideias inovadoras sobre como combinar o que mais gostamos a respeito dos jogos e o que mais queremos de nossas vidas reais.

Recentemente, em uma manhã de sábado, me vi trocando possíveis definições para “jogo de realidade alternativa” no Twitter, com aproximadamente outros cinquenta jogadores ou criadores de realidades alternativas. Estávamos tentando elaborar uma definição pequena, que realmente captasse o espírito dos ARG, mesmo que não descrevesse necessariamente todos os possíveis componentes tecnológicos e formais.

Coletivamente, elaboramos uma descrição dos ARGs que parece captar seu espírito mais eficazmente do que qualquer outra definição que já vi: as realidades alternativas são o jogo *antiescapista*.

Os ARGs são projetados para facilitar a geração das quatro recompensas intrínsecas que buscamos — trabalho gratificante, maior esperança de sucesso, conectividade social mais forte e maior significado —, mesmo que não possamos ou não queiramos estar em um ambiente virtual. Eles não foram criados para diminuir as recompensas reais que obtemos em jogos de computador e videogames tradicionais. No entanto, sustentam firmemente a tese de que tais recompensas deveriam ser mais facilmente obtidas na vida real.

Em outras palavras, os ARGs são jogos aos quais nos dedicamos para obter mais da vida real, em oposição a jogos com os quais pretendemos escapar da realidade. Os criadores de ARGs querem que participemos ao máximo em nossas vidas cotidianas, da mesma forma que fazemos em nossas vidas nos jogos.

Com exceção dessa missão comum, grandes jogos de realidade alternativa podem diferir enormemente um do outro, em termos de estilo, escala, propósito e orçamento. Alguns ARGs, como o *Chore Wars*, têm, relativamente, ambições modestas. Eles escolhem uma área específica de nossas vidas pessoais e tentam melhorá-la. Outros têm metas bastante audaciosas, envolvendo comunidades inteiras ou a sociedade como um todo: por exemplo, reinventar a educação pública como a conhecemos, ajudar os jogadores a descobrir seu verdadeiro objetivo na vida ou, até mesmo, melhorar nossa experiência em relação à morte (seja a de conhecidos ou a própria).

É claro que nem todos os ARGs foram projetados explicitamente para melhorar nossas vidas. Na verdade, através da história podemos ver que a maioria dos ARGs, assim como grande parte dos jogos de computador e videogames, foi projetada simplesmente para ser divertida e emocionalmente gratificante. Porém, minha pesquisa comprova que, pelo fato dos ARGs serem jogados em contextos do mundo real, e não em espaços virtuais, eles quase sempre provocam, pelo menos, o *efeito colateral* de melhorar nossas vidas reais.³ E, portanto, onde outros podem fazer uma distinção entre ARGs “sérios” e ARGs “de entretenimento”, prefiro encarar *todos* eles como maneiras potenciais de aprimorar nossa qualidade de vida. De fato, um percentual significativamente maior de novos ARGs (criados desde 2007, em comparação com os primeiros ARGs, criados entre 2001 e 2006) está sendo projetado com metas explícitas de mudança mundiais e de qualidade de vida. Você lerá sobre esses ARGs de “impacto positivo” nos capítulos à frente.

Alguns ARGs são inventados e testados com orçamentos reduzidos, seja por artistas, pesquisadores, criadores independentes ou organizações sem fins lucrativos. De modo geral, são desenvolvidos para grupos relativamente pequenos: algumas centenas ou poucos milhares de jogadores. Outros são apoiados por investimentos multimilionários, recebem financiamento de grandes fundações ou são patrocinados pelas empresas presentes na Fortune 500. Esses grandes jogos podem atrair dezenas de milhares, centenas de milhares, ou até, em alguns poucos casos extremamente bem-sucedidos, milhões de jogadores.⁴

Até agora, para a maioria, os atuais jogos de realidade alternativa têm sido investigações sobre o futuro em escala reduzida. Eles são um mostruário de novas possibilidades. Ainda não houve sequer um único ARG que tenha conseguido mudar o mundo. Todavia, em conjunto, os ARGs estão provando, cada um a seu modo, as muitas e importantes formas pelas quais poderíamos tornar nossas vidas reais melhores, ao nos dedicarmos a mais jogos.

Portanto, vamos analisar alguns projetos revolucionários de realidade alternativa. Conforme avançarmos, você perceberá que há duas qualidades decisivas que todo bom ARG deve compartilhar.

Primeiro e mais importante do que tudo: como qualquer outro jogo agradável, um ARG deve sempre ser *opcional*. Você pode apostar que, caso fosse exigido de alguém que jogasse o *Chore Wars*, ele perderia grande parte de seu apelo e eficácia. Um jogo de realidade alternativa tem de continuar sendo uma verdadeira “alternativa” para que funcione.

Não basta, entretanto, transformá-lo em algo opcional. Uma vez iniciada a atividade, um bom ARG, como qualquer outro bom jogo, também precisa de metas atraentes, obstáculos interessantes e sistemas de *feedback* bem concebidos. Esses três elementos estimulam a participação integral, porque despertam nossos desejos naturais de dominar os desafios, de sermos criativos e de expandir os limites de nossas próprias habilidades. E é aí que surge o **design para uma experiência melhor**. Sem dúvida, algumas realidades alternativas são mais divertidas e envolventes do que outras, assim como alguns jogos tradicionais são melhores do que outros. Os melhores ARGs são aqueles que, como os mais bem-sucedidos jogos de computador e videogames tradicionais, nos ajudam a desenvolver trabalhos mais gratificantes, aumentam nossas chances de sucesso, fortalecem nossos vínculos sociais e ativam nossas redes sociais, além de nos dar a chance de contribuir para criar algo maior do que nós mesmos.

Um ARG que atinge todas essas metas é o Quest to Learn — um ousado projeto para escolas públicas que nos mostra como a educação pode ser transformada para envolver os estudantes tão integralmente quanto eles se envolvem com seus videogames prediletos.

Quest to Learn — E por que nossas escolas deveriam trabalhar da mesma forma que um jogo

As crianças de hoje, “nascidas no mundo digital” — a primeira geração a crescer com a internet, nascida de 1990 para cá —, buscam os jogos de uma forma que as gerações mais antigas simplesmente não fazem.

A maioria delas teve acesso fácil a jogos sofisticados e mundos virtuais durante toda a vida, e portanto, consideram que seja natural o envolvimento de alta intensidade e a participação ativa. Elas sabem como é sentir uma ativação extrema e positiva, e quando não estão sentindo isso, ficam entediadas e frustradas.⁵ Essas crianças têm boas razões para se sentir assim: é muito mais difícil funcionar com baixa motivação, baixo *feedback* e ambientes com poucos desafios quando se cresceu participando de jogos sofisticados. E é por isso que as crianças de hoje, nascidas no mundo digital, estão sofrendo mais nas salas de aula tradicionais do que qualquer outra geração anterior. Para a maioria delas, a escola dos dias de hoje é apenas uma longa série de obstáculos *necessários* que produzem estresse negativo. O trabalho é obrigatório e padronizado, e o

fracasso fica registrado permanentemente no boletim escolar. Como resultado, há uma conexão cada vez menor entre os ambientes virtuais e a sala de aula.

Marc Prensky, autor de *Teaching Digital Natives*, descreve a atual crise educacional:

“Envolva-me ou me enfureça”, é o pedido que os atuais estudantes fazem. E, acreditem, eles estão enfurecidos. Todos os alunos que educamos têm algo em suas vidas que é realmente envolvente — algo que eles fazem e no qual são bons, algo que possui um componente cativante e criativo. (...) Os videogames representam esse tipo de envolvimento criativo total. Por comparação, a escola é tão entediante que as crianças, acostumadas com essa outra vida, não conseguem suportá-la. E, ao contrário de gerações anteriores de estudantes, que cresceram sem os jogos, elas sabem o que é o envolvimento real. Elas sabem exatamente do que estão sentindo falta.⁶

Para tentar superar essa lacuna, os educadores passaram a última década introduzindo mais e mais jogos em nossas escolas. Os jogos educativos são uma indústria enorme e cada vez maior, e estão sendo desenvolvidos para ajudar a ensinar quase todos os assuntos ou habilidades que se possa imaginar, desde história até matemática, de ciências a línguas estrangeiras. Quando esses jogos funcionam — quando são bem-sucedidos em combinar um bom design com um conteúdo educativo sólido —, eles proporcionam um bem-vindo auxílio aos alunos que, do contrário, se sentiriam pouco envolvidos com suas vidas escolares cotidianas. Entretanto, mesmo assim, tais jogos educativos são, quando muito, uma solução temporária. A falta de envolvimento está assumindo tamanhas proporções que alguns jogos educativos não conseguem fazer uma diferença significativa e duradoura ao longo dos 13 anos de formação de um estudante.

E o que *faria* a diferença, então? Cada vez mais, alguns inovadores no ramo da educação, incluindo Prensky, estão reivindicando uma espécie mais dramática de reforma, que tenha os jogos como base. Para eles, a escola ideal não *usa* jogos para ensinar os estudantes. A escola ideal *é* um jogo, do começo ao fim: cada curso, cada atividade, cada lição de casa, cada momento de instrução e avaliação seriam projetados tomando emprestadas as principais estratégias mecânicas e participativas dos mais envolventes jogos para multidões. E não se trata apenas

de uma ideia — o movimento da reforma através dos jogos já está bastante avançado. Existe, inclusive, uma nova escola pública inteiramente dedicada a oferecer uma realidade alternativa para estudantes que desejam cumprir seu percurso até a formatura imersos em jogos.

A Quest to Learn é uma escola pública experimental na cidade de Nova York para estudantes entre o sexto ano do ensino fundamental e a terceira série do ensino médio. É a primeira escola do mundo que se baseia em jogos — e seus fundadores esperam que ela sirva de modelo para escolas do mundo todo.

A Quest abriu suas portas no outono de 2009, depois de dois anos de elaboração de currículo e planejamento estratégico, comandados por uma comissão de educadores e criadores profissionais de jogos, e se tornou possível com o financiamento da MacArthur Foundation e da Bill and Melinda Gates Foundation. É administrada pelo diretor Aaron B. Schwartz, formado pela Universidade de Yale e veterano professor e administrador, com dez anos de experiência no Departamento de Educação de Nova York. Paralelamente, o desenvolvimento do currículo e da grade escolar foi conduzido por Katie Salen, com experiência acumulada de dez anos na indústria de jogos e pesquisadora líder na aprendizagem infantil por meio de jogos.

Em muitos aspectos, o currículo é como o de qualquer outra escola — os alunos aprendem matemática, ciências, geografia, inglês, história, línguas estrangeiras, computação e artes em horários diferentes ao longo do dia. Contudo, é o modo como aprendem que difere: os estudantes estão envolvidos em atividades de jogos desde o instante em que acordam até a noite, quando terminam sua última lição de casa. O cronograma de uma aluna da sexta série, chamada Rai, pode nos ajudar a compreender melhor um dia na vida de um aluno da Quest.

7b15. Rai está “cumprindo uma quest” antes mesmo de chegar à escola. Ela está trabalhando em uma missão secreta, uma lição de matemática que descobriu escondida em um livro da biblioteca da escola. Assim que acorda, ela troca mensagens de texto com seus amigos, Joe e Celia, para planejar um encontro na escola antes do horário da aula. Sua meta: quebrar o código matemático antes que outros estudantes o descubram.

Não se trata de uma lição de casa obrigatória — é uma lição secreta, uma missão de aprendizagem opcional. Eles nem sequer precisam terminá-la; na verdade, eles têm de *conquistar o direito* de terminá-la, descobrindo sua localização secreta.

Ter uma missão secreta significa que você não está aprendendo e praticando exercícios com frações porque é obrigado a fazê-lo. Você está trabalhando em prol de uma meta autoimposta e, ao mesmo tempo, empolgante: decodificar uma mensagem secreta antes de todo mundo. Obviamente, nem todo trabalho escolar pode ser constituído de missões especiais e secretas. Porém, quando cada livro pode conter um código secreto, cada sala uma pista, cada apostila um quebra-cabeças, quem não iria para a escola com mais vontade de participar integralmente, com a esperança de ser o primeiro a encontrar os desafios secretos?

9b. Na aula de inglês, Rai não está interessada em obter uma boa nota. Ao contrário, está tentando upar. Ela está analisando um texto, e já tem cinco pontos ganhos. Isso a deixa a apenas sete pontos do *status* de “mestre” em redação. Hoje, ela espera acrescentar outro ponto ao seu total ao completar uma missão de redação criativa. Ela pode não ser a primeira aluna de sua classe a se tornar mestre no assunto, mas não precisará se preocupar caso perca essa oportunidade. Se estiver disposta a enfrentar mais quests, ela poderá se esforçar e subir até o nível máximo, conquistando, assim, o equivalente a um “A”.

Upar é um modelo muito mais igualitário de sucesso do que o tradicional sistema de atribuição de graus com letras, baseado na curva de sino. Todos podem subir de nível, desde que continuem trabalhando arduamente. Upar pode substituir ou complementar os tradicionais graus por letras, em que os estudantes têm apenas uma chance de obter sucesso. E se você fracassar em uma quest, não haverá nenhum prejuízo permanente registrado em seu boletim. Você apenas terá de cumprir mais missões para conquistar pontos suficientes e chegar ao placar que deseja. Esse sistema de “atribuição de notas” substitui o estresse negativo pelo estresse positivo, ajudando os estudantes a focar mais na aprendizagem e menos no desempenho.

11b45. Rai faz o *login* em um computador da escola para atualizar o seu perfil no “intercâmbio de especialidades”, onde todos os estudantes anunciam seus superpoderes de aprendizagem. Ela vai se autodeclarar mestre em cartografia. Ela nem sequer sabia que desenhar mapas poderia ser considerado como uma área de especialização. Ela costuma fazer isso por diversão, em casa, desenhando mapas em 3D de seus mundos favoritos, para ajudar outros jogadores a navegá-los. Seu professor de geografia, Mr. Smiley, viu um de seus mapas e lhe avisou que os alunos da oitava série estavam prestes a iniciar uma quest em grupo para localizar “histórias escondidas” da África: eles iriam buscar pistas sobre o passado em objetos cotidianos, como miçangas, tapeçarias e vasos. E não

precisar de um bom cartógrafo digital para ajudá-los a conceber as histórias dos objetos, de acordo com a localização de cada um deles, e para desenhar um mapa que fosse divertido de ser explorado por outros estudantes.

O intercâmbio de especialidades funciona da mesma maneira que os perfis de rede social dos videogames, que anunciam em quais jogos você é bom e quais gosta de jogar, assim como os sistemas de parcerias on-line, que auxiliam os jogadores a encontrar novos membros para suas equipes. Esses sistemas são projetados para encorajar e facilitar a colaboração. Ao identificar publicamente suas forças e interesses, você aumenta as chances de ser convocado a trabalhar naquilo em que é bom. Na sala de aula, isso significa que os alunos terão mais probabilidade de encontrar meios de contribuir com sucesso para projetos de equipe. E a chance de fazer algo em que você é bom, como parte integrante de um projeto mais amplo, ajuda a provocar uma admiração real entre seus companheiros — não se trata da autoestima vazia, baseada somente em querer se sentir bem consigo mesmo, mas de um respeito real e uma alta consideração, com base nas contribuições que você foi capaz de fazer.

14b15. Nas sextas-feiras, a escola sempre traz um palestrante convidado, ou um “aliado secreto”. Hoje, o aliado secreto é um músico chamado Jason, que usa programas de computador para criar música. Depois de fazer uma demonstração ao vivo em seu laptop, ele anuncia que, em algumas semanas, voltará para ajudar os alunos como treinador do nível seguinte, a “última fase”. Nesse nível, os estudantes formarão equipes e irão compor as próprias músicas. Cada equipe terá um papel diferente a desempenhar — e os boatos dizem que serão necessários inúmeros especialistas em matemática para trabalhar no código do computador. Rai realmente quer se qualificar para um desses postos, e, então, planeja passar horas extras nas próximas duas semanas trabalhando com mais afinco em suas lições de casa de matemática.

Como explica o website da Quest, as últimas fases são “[unidades] ‘intensivas’ de duas semanas, nas quais os estudantes aplicam o conhecimento e habilidades adquiridas até o momento para propor soluções a problemas complexos”. “Última fase” é um termo retirado diretamente dos videogames. Na última fase de um jogo, você se depara com o “chefão”, um personagem em forma de monstro (ou algo equivalente a isso) — um monstro tão intimidador que é preciso lançar mão de tudo que você aprendeu e dominou no jogo até então. É o equivalente ao exame intermediário ou ao exame final. Os chefões são notoriamente difíceis, mas imensamente gratificantes quando conseguimos vencê-los. A Quest

programa últimas fases em vários períodos do ano letivo, de modo a estimular os alunos a colocar as lições em prática. Os estudantes têm de enfrentar um desafio épico — e não há vergonha nenhuma em fracassar. É uma última fase, e, portanto, assim com qualquer outro bom jogo, ele foi projetado para aguçar seu apetite para tentar com mais afinco e praticar ainda mais.

Assim como as quests colaborativas, as últimas fases são realizados em equipes, e cada aluno deve se qualificar para desempenhar um papel específico — “especialista em matemática”, por exemplo. Da mesma forma que em uma grande raid no *World of Warcraft*, espera-se que cada participante todos os poderes que tem. Essa é uma das estratégias decisivas da Quest para dar aos estudantes mais esperanças de sucesso. Para além do currículo básico, os estudantes passam a maior parte do tempo se aprimorando em diferentes matérias e atividades para as quais têm um talento natural ou que já saibam fazer bem. Essa estratégia significa que cada estudante está preparado para realmente se exceder em algo e para focar sua atenção em áreas nas quais tem maior probabilidade de, um dia, se tornar extraordinário.

18b. Rai está em casa, interagindo com uma personagem virtual chamada Betty. A meta de Rai é ensinar Betty a dividir números mistos. Betty é o que a Quest chama de “agente de ensino”: “Uma ferramenta de avaliação em que as crianças ensinam uma personagem virtual a resolver um problema particular.” Em outras palavras, Betty é um programa de software projetado para saber menos do que Rai. E a tarefa de Rai é “ensinar” o programa, demonstrando soluções e trabalhando pacientemente até que Betty aprenda.

Na Quest, tais agentes de ensino substituem os testes, aliviando a ansiedade associada à obrigação de demonstrar bom desempenho sob pressão. Com um agente de ensino, você não está sendo testado para verificar se realmente aprendeu algo. Ao contrário, está servindo como orientador de alguém porque realmente aprendeu alguma coisa, e essa é a sua chance de demonstrar isso. Há um poderoso elemento de *naches* — orgulho indireto — envolvido aqui: quanto mais um estudante aprende, mais ele pode passar adiante esse conhecimento. Essa é a dinâmica principal de como a aprendizagem nos videogames funciona, e, na Quest, isso é perfeitamente traduzido em um sistema de avaliação por escalas.

Missões secretas, últimas fases, intercâmbios de especialidades, agentes especiais, pontos e níveis, em vez de notas em forma de números ou letras — sem dúvida a Quest to Learn é um tipo distinto de ambiente de aprendizagem, radicalmente diferente de qualquer outro jamais formulado por uma escola.

experimental nos últimos anos. É uma infusão inédita de diversão no sistema da escola pública. E o resultado é um ambiente no qual os estudantes compartilham conhecimentos secretos, transformam suas forças intelectuais em superpoderes, enfrentam desafios épicos e fracassam sem medo algum.

A Quest to Learn começou com uma turma de sexta série no outono de 2009, e planeja acrescentar uma nova turma de sexta série a cada ano, conforme os formandos no ano anterior forem avançando. A primeira turma do último ano da Quest to Learn irá se formar em 2016 e, provavelmente, sairá da universidade em 2020. Aposto que essa turma de graduação estará cheia de indivíduos que irão aplicar sua rica criatividade na solução de problemas, serão fortes colaboradores em grupo e sempre irão inovar, prontos para enfrentar integralmente qualquer desafio do mundo real.

SuperBetter — Ou como transformar a convalescência em uma experiência multiplayer

(Ou vou acabar me matando, ou vou transformar isso em um jogo. Depois das piores quatro semanas de minha vida, essas pareciam ser as únicas opções que me restavam.

Era o verão de 2009, e eu estava quase na metade deste livro quando sofri uma concussão. Foi um acidente bobo. Fui me levantar e bati a cabeça na porta de um armário, que não percebi ainda estar aberta. Fiquei tonta, vi estrelas e me senti nauseada. Quando meu marido me perguntou quem era o presidente da república, não consegui responder.

Algumas concussões são curadas em horas ou dias. Outras se transformam em uma síndrome pós-concussiva muito mais longa. Foi o que aconteceu comigo. Fiquei com uma dor de cabeça e uma vertigem que não acabavam. Todas as vezes que virava a cabeça, parecia que eu estava dando cambalhotas. E fiquei em constante confusão mental. Vivía esquecendo coisas — nomes de pessoas em onde havia colocado objetos. Se tentasse ler ou escrever por alguns minutos, minha visão se embaçava completamente. Não conseguia raciocinar com clareza suficiente para sustentar conversas até o fim. O simples fato de estar rodeada por outras pessoas ou em espaços públicos tornava tudo pior. Naquela época, rasculhei estas notas: “Tudo está muito difícil. É como se um punho de ferro pesasse sobre meus pensamentos. Todo o meu cérebro parece um vácuo pressurizado. Se não consigo pensar, quem sou eu?”

Após cinco dias com tais sintomas e uma bateria de exames neurológicos com resultados normais, minha médica disse que eu ficaria boa — porém, que provavelmente iria demorar um mês inteiro até que me sentisse realmente eu mesma. Enquanto isso, nada de ler, escrever, trabalhar ou correr, a menos que estivesse completamente livre dos sintomas. Eu tinha de evitar qualquer coisa que provocasse dor de cabeça ou piorasse a confusão mental. (Infelizmente, descobri que os jogos de computador e videogames estavam completamente fora de questão; era estimulação mental demais.)

Foram notícias difíceis de se ouvir. Um mês parecia um tempo impossívelmente longo para ficar afastada do trabalho e me sentir tão mal. No entanto, pelo menos, coloquei um objetivo para mim mesma e me concentrei nele. Estipulei a data no calendário: em 15 de agosto, eu estaria melhor. Eu acreditava nisso. Eu *precisava* acreditar nisso.

Aquele mês passou e eu não melhorei quase nada.

Foi aí que descobri que, se você não se recuperar em um mês, a probabilidade de para recuperação são de três meses.

E se você perder *esse* prazo, o próximo é de um ano.

Mais dois meses convivendo com um cérebro pressurizado a vácuo? Talvez *um ano inteiro*? Eu me senti mais desesperançada do que nunca. Racionalmente, sabia que as coisas poderiam ser piores — afinal de contas, eu não estava morrendo. Porém, me sentia como uma sombra do meu verdadeiro eu e queria, desesperadamente, voltar à vida de antes da concussão.

Minha médica me informou que era normal sentir-se ansiosa ou deprimida após um acidente como o que sofri. Todavia, ela também disse que a ansiedade e a depressão exacerbam os sintomas e dificultam ainda mais a recuperação do cérebro. Quanto mais deprimido ou ansioso você fica, mais sente os efeitos da concussão e mais longa é a recuperação. Evidentemente, quanto piores os sintomas e quanto mais tempo durarem, mais chances existem de a pessoa se sentir ansiosa ou deprimida. Em outras palavras, é um ciclo vicioso. E a única maneira de se recuperar mais rapidamente é romper o ciclo.

Eu sabia que estava presa naquele ciclo. A única coisa na qual poderia pensar, e que talvez me deixasse suficientemente otimista a ponto de rompê-lo, era um jogo.

Era uma ideia estranha, mas eu não tinha nada para fazer (exceto assistir a televisão e fazer pequenas caminhadas). Até o momento, nunca criara um jogo que envolvia cuidados à saúde antes. Contudo, parecia a oportunidade perfeita para experimentar minhas teorias de realidade alternativa em um novo contexto

Poderia não ser capaz de ler ou escrever muito bem, porém, com um pouco de sorte, ainda poderia ser criativa.

Desde sempre, eu sabia que teria de ser um jogo multiplayer. Já estava tendo problemas demais em explicar aos amigos e familiares o quanto me sentia ansiosa e deprimida, o quanto era duro passar pelo processo de recuperação. Eu também me sentia desajeitada e constrangida ao pedir ajuda. Precisava encontrar uma forma que me auxiliasse a dizer a eles: “Estou passando pelo pior momento de minha vida e realmente preciso que vocês me ajudem.” Porém, também não queria ser um fardo. Eu queria *convidar* as pessoas a me ajudar.

Como em qualquer outro projeto de realidade alternativa, eu precisava pesquisar a realidade da situação antes de reinventá-la. Assim, por alguns dias, passei a pequena quantidade de tempo em que me sentia capaz de me concentrar — cerca de uma hora por dia, naquela época — estudando a síndrome da pós-concussão pela internet. A partir de vários relatos e periódicos médicos, reuni o que os especialistas afirmam ser as três estratégias principais para se recuperar e lidar mais eficazmente não apenas com as concussões, mas com qualquer lesão ou doença crônica.

Primeiro: continue otimista, estabeleça metas e foque em todo e qualquer progresso positivo que tenha feito. Segundo: consiga o apoio de seus amigos e familiares. E terceiro: aprenda a interpretar seus sintomas como a um termômetro. O modo como você se sente lhe dirá quando fazer mais, fazer menos e fazer uma pausa, de modo que possa, gradualmente, assumir atividades que lhe exijam mais.¹

Obviamente, logo me ocorreu que essas três estratégias lembravam o que acontece quando estamos em um bom jogo multiplayer. Você tem metas claras, você acompanha seu progresso, você enfrenta desafios cada vez mais difíceis (mas só quando está pronto para eles) e você se conecta com pessoas das quais gosta. A única coisa que estava faltando nessas estratégias de recuperação, realmente, era o significado — a história empolgante, o propósito heroico, a sensação de ser parte de algo maior.

E é aí que entra o *SuperBetter*.

O *SuperBetter* é um jogo que tem como tema um super-herói que transforma a convalescência em uma aventura para vários jogadores. Foi projetado para ajudar qualquer pessoa que está se recuperando de uma lesão ou lidando com uma doença crônica a se curar mais rapidamente — com mais diversão e menos dor e sofrimento ao longo do processo.

O jogo começa com cinco missões. Você é estimulado a cumprir pelo menos uma missão por dia, de modo que elas estejam completas com sucesso em menos de uma semana. Evidentemente, você pode cumpri-las até mais rapidamente, caso se sinta disposto a enfrentá-las. Eis aqui alguns excertos das instruções de cada missão, ao lado de uma explicação de como as criei e joguei.

Missão #1: Crie sua identidade secreta no *SuperBetter*. Você é o herói dessa aventura. E pode ser quem quiser, inspirando-se em qualquer história da qual goste. Então, escolha sua história favorita — qualquer coisa, de James Bond a *Gossip Girl*, de *Crepúsculo* a *Harry Potter*, *Batman* ou *Buffy, a caça-vampiros*. Você está prestes a pegar emprestados os superpoderes desses personagens e desempenhar, você mesmo, o papel principal.

Escolhi *Buffy, a caça-vampiros* como base. Isso me transformou em Jane, a exterminadora da concussão; e transformou os vampiros, demônios e outras forças do mal nos sintomas contra os quais eu estava destinada a lutar. O ponto dessa missão é começar a se perceber como alguém poderoso, e não impotente. E isso ressalta o fato de que você é heroico por escolher perseverar diante da lesão ou doença.

Missão #2: Recrute aliados. Cada super-herói tem um círculo de amigos que o ajuda a salvar o dia. Escolha as pessoas com quem mais conta, e convide-as para jogar com você. Peça a cada uma delas para desempenhar um papel específico: o Batman precisa de um Robin e de um Alfred, enquanto James Bond precisa de um M, um Q e uma Moneypenny. Se você for a Bella, vai querer pelo menos um Edward, um Jacob e uma Alice. Dê a cada um de seus aliados uma missão específica, relacionada com o personagem deles. Use sua imaginação — e sinta-se à vontade para pedir aquilo que quiser! Quando estamos salvando o mundo, não podemos ser tímidos na hora de solicitar ajuda. Certifique-se de pedir pelo menos a um de seus aliados para lhe oferecer conquistas diárias ou semanais — são conquistas que eles lhe darão de surpresa, tomando por base suas últimas atividades de super-herói.

No papel de Jane, a exterminadora da concussão, recrutei minha irmã gêmea como minha “Sentinela” (a guia de Buffy na série de TV). Sua missão era ligar para mim todos os dias e pedir um relatório completo de minhas atividades de extermínio da concussão. Ela também deveria me dar conselhos e sugerir desafios. Antes de jogar o *SuperBetter*, eu não sabia como explicar a ela que estava realmente precisando de contato diário, e não apenas nos fins de semana.

Recrutei meu marido como minha “Willow” (a melhor amiga de Buffy, sábia, chona e também é um gênio da computação). Sua missão era manter o placar e meus registros atualizados, ler artigos interessantes para mim e, de modo geral, me ajudar com tudo aquilo que eu precisasse fazer no computador sem ficar com dor de cabeça. E, por último, recrutei meus amigos Natalie e Rommel, e seu pequeno dachshund, Maurice, como meu “Xander” (o personagem cômico). A missão deles era aparecer uma vez por semana e, simplesmente, me animar.

Por que recrutar aliados? Os psicólogos sociais observaram, há bastante tempo, que uma das coisas mais difíceis em relação a uma lesão ou doença crônica é pedir apoio aos amigos e familiares. Estender o braço e realmente pedir ajuda faz uma grande diferença: previne o isolamento social e dá às pessoas que querem ajudar, mas que não sabem como, algo específico para fazer.

E por que as conquistas? Cada momento de *fiero* ajuda a aumentar o otimismo e a sensação de domínio da situação, que, como já foi comprovado, acelera a recuperação de qualquer coisa, desde uma lesão no joelho até um câncer. No entanto, as conquistas parecem ter mais sentido quando são oferecidas por outra pessoa — dessa forma, é importante ter um amigo ou membro da família que possa dá-las a você. Kiyash me ofereceu conquistas que tomavam como base os títulos de episódios de *Buffy, a caça-vampiros* (por exemplo, desbloqueei a conquista “Longe da mente, longe da vista”, ao ignorar meu e-mail por um dia inteiro, e a conquista “A colheita”, ao comer vegetais no jantar, em vez de biscoitos e sorvete, que era uma de minhas formas favoritas pós-concussão de afogar as magoas. Naquela época, ambas as coisas pareciam lutas épicas).

Missão #3: Encontre os vilões. Para vencer essa batalha, você precisa saber contra quem está lutando. Ao longo do dia, preste atenção em qualquer coisa que o faça se sentir pior, e coloque-a na lista dos caras maus. Em determinados momentos, você será capaz de lutar contra eles por mais tempo — em outros, nem tanto. Porém, cada vez que lutar, desejará fazer uma grande fuga.

Isso significa escapar do vilão antes que ele consiga quebrar sua cara. Sempre é possível acrescentar mais vilões à lista — e, se vencer um deles para sempre, poderá retirá-lo da lista e reivindicar a vitória permanente.

Quando comecei a jogar, minha lista de vilões era composta por atividades às quais eu continuava tentando me dedicar, mesmo sabendo que elas faziam eu me sentir pior: ler e responder e-mails, correr ou fazer qualquer tipo de exercício, jogar *Peggle*, beber café.

Quanto mais você consegue identificar o que agrava seus sintomas, mais dor e sofrimento evitará. E realizar uma grande fuga transforma um potencial momento de fracasso — *Isso é mais difícil do que deveria ser* ou *Não consigo fazer o que gostaria* — em um momento de triunfo: *Tive sucesso ao reconhecer uma causa e a eliminei antes que me provocasse danos maiores*. Um dos pontos altos da minha recuperação foi ter colocado na lista toda a equipe do Peet's Coffee, que fica no quarteirão da minha casa, para me ajudar a controlar a quantidade de cafeína no café gelado que tomo todas as manhãs — e que eu estava realmente relutante em ter de abandonar. A ideia deles era fazer com que eu comesse a tomar um café 90% descafeinado (com apenas uma gota de cafeína), de modo que pudesse ir aumentando pouco a pouco e, no fim, quando meu cérebro estivesse finalmente pronto para ser novamente estimulado, voltasse ao café normal.

Missão #4: Identifique aquilo que lhe trará vantagens. Ainda bem que você tem superpoderes. Talvez eles não sejam os superpoderes típicos — mas, definitivamente, existem coisas divertidas que você pode fazer a qualquer momento e por conta própria para se sentir melhor. Faça uma lista, e esteja pronto para colocá-los em ação sempre que os vilões estiverem roubando o melhor de você. Na verdade, tente reunir o maior número possível de vantagens todos os dias!

Para recuperar-me da concussão, foquei em coisas que poderia fazer com os sentidos que não foram afetados pela pancada na minha cabeça. O tato estava preservado, portanto eu poderia sentar e acariciar minha sheepdog Shetland. A audição também estava boa, portanto eu poderia me sentar à janela e escutar um podcast. E o maior superpoder que descobri estava relacionado ao olfato

realmente comecei a apreciar o aroma de diferentes perfumes. Eu ia para o balcão de uma perfumaria, espirrava amostras de uma dúzia de perfumes em papelinhos, os levava para casa e os cheirava pelo resto da noite, para perceber como os aromas mudavam e captar as diferentes notas das fragrâncias. Era uma das atividades mais envolventes que eu podia fazer sem prejudicar meu cérebro. E, no fim, quando melhorei da vertigem, fui capaz de acrescentar longas caminhadas ao lado de meu marido nas colinas de São Francisco à lista de vantagens.

As vantagens foram concebidas para ajudar o jogador a se sentir capaz de ter um bom dia, independente do que aconteça. Ter ações positivas específicas a realizar aumenta a probabilidade de fazer algo que romperá o ciclo do estresse negativo ou da depressão.

Missão #5: Crie uma lista de tarefas de seu super-herói. Nem todas as missões são possíveis, mas não custa nada sonhar alto. Faça uma lista de metas para si mesmo, variando entre coisas das quais você está 100% certo de que pode realizar agora a coisas que você poderia não ser capaz de fazer, até mesmo em seus sonhos mais loucos antes de adoecer ou se contundir. Todas as coisas em sua lista devem ser algo que o faça se sentir imponente e coloque suas forças à prova. A cada dia, tente progredir no sentido de cumprir uma dessas tarefas. Certifique-se de conseguir a ajuda e os conselhos de seus aliados.

Essa última ideia foi inspirada em uma pergunta que encontrei no site de um terapeuta ocupacional da Nova Zelândia: “Já que não posso eliminar sua dor, o que mais você gostaria de melhorar em sua vida?”⁸ Essa é uma das características permanentes de um bom jogo: o resultado é incerto. Você joga para descobrir se seu desempenho será realmente bom — e não porque tem garantias de que irá vencer. O *SuperBetter* precisava reconhecer a possibilidade do fracasso ao tentar atingir a recuperação completa. Porém, o jogo também poderia tornar o fracasso menos amedrontador — pois havia uma abundância de outras metas para perseguir e outras atividades recompensadoras para assumir ao longo do processo. É por isso que me parecia essencial integrar ao jogo a descoberta do maior número de atividades positivas que ainda podiam ser realizadas. Isso aumentaria minhas esperanças de apreciar melhor a vida, não importando o que acontecesse com a recuperação ou com o tratamento.

Uma das tarefas mais fáceis de minha super-heróina era preparar biscoitos para meus vizinhos. Eu gostei tanto de fazer isso que fiz três vezes. Uma tarefa mais desafiadora era encontrar uma oportunidade de usar meu par favorito de botas *stileto* de couro roxo, o que significava encontrar energia para sair e ver pessoas. (Cumprí essa tarefa indo ao cinema com um grande grupo de amigos. Eu estava arrumada demais para a situação, mas, ainda assim, foi ótimo.) Na minha lista, a maior tarefa de super-herói era, claro, terminar esse livro.

Depois de completar as cinco grandes missões, o desafio é manter-se em contato com seus aliados, acumular vantagens lutando contra vilões e realizando grandes fugas, e enfrentar os itens de sua lista de tarefas. Talvez você queira “atualizar” o jogo, mantendo um informativo sobre ele, postando vídeos diários no YouTube ou utilizando o Twitter para divulgar suas conquistas.

Quando cada dia estiver terminando, marque um encontro secreto com um de seus aliados. Acrescente suas grandes fugas, suas vantagens e os pontos de seu super-herói.

Converse com seus outros aliados com a maior frequência possível e diga-lhes o que tem feito para ficar cada vez melhor. Peça-lhes ideias sobre novas coisas a serem adicionadas à lista de tarefas.

Certifique-se de que você tem pelo menos um aliado que esteja lhe apresentando conquistas diárias. Compartilhe essas conquistas on-line com os amigos, utilizando o Twitter ou o Facebook, para mantê-los avisados de seu progresso.

É assim que se joga o *SuperBetter*. Porém, ele realmente transforma a realidade da recuperação em algo melhor?

Nos primeiros dias de jogo, meu estado de espírito melhorou muito desde o momento em que bati com a cabeça. Sentia que estava finalmente *fazendo* alguma coisa para me recuperar, sem ficar estagnada, esperando que meu cérebro curasse a si mesmo.

É claro que não melhorei instantaneamente — contudo, fiquei muito mais motivada a obter algo positivo do meu dia, independente de qualquer coisa. Todos os dias, me sentindo mal ou não, eu computava pelo menos uma grande fuga, conquistava uma vantagem, acumulava alguns pontos e desbloqueava uma conquista. Para fazer essas coisas, não era preciso estar curada; era preciso apenas fazer um esforço para participar mais integralmente de meu próprio processo de recuperação.

Não há muito que se possa provar sem uma amostra científica. Simplesmente, posso dizer que, no meu caso, a névoa de sofrimento foi embora, e, então, a

névoa dos sintomas começou a desaparecer logo depois. Dentro de duas semanas de jogo como Jane, a exterminadora da concussão, meus sintomas melhoraram em torno de 80%, segundo o diário em escala de dez pontos que Kiyash me ajudou a manter sobre meu sofrimento e meus problemas de concentração, e eu já conseguia trabalhar quatro horas por dia. Dentro de um mês, me senti quase que completamente recuperada.

Não posso afirmar com certeza se me recuperei mais rapidamente do que me recuperaria sem participar do jogo — embora eu suspeite que ele tenha me ajudado bastante. O que posso dizer, sem sombra de dúvida, é que sofri muito menos durante a recuperação, e isso foi resultado direto do jogo. Eu me sentia deprimida em determinado dia; e, no seguinte, já não estava mais; e nunca voltei a ficar tão deprimida depois que comecei a me envolver com o *SuperBetter*. Quando meus aliados passaram a jogar comigo, percebi que realmente compreendiam minha situação e deixei de me sentir tão perdida.

Depois de declarar minha vitória sobre a concussão em uma postagem no Twitter, recebi dúzias de solicitações para postar as regras e as missões, de modo que outras pessoas pudessem jogar contra suas próprias lesões e doenças — desde dores crônicas na coluna e ansiedade social até transtornos no pulmão, enxaquecas, efeitos colaterais de parar de fumar, diabetes recém-diagnosticada, quimioterapia e, até mesmo, mononucleose.

Publiquei o conjunto de regras no meu blog, e o batizei com o nome mais genérico de *SuperBetter* (afinal de contas, a maioria das pessoas provavelmente não sonha em ser Buffy, a caça-vampiros).⁹ Sugeri que as pessoas utilizassem a hashtag “#SuperBetter” para seus próprios vídeos, postagens e atualizações no Twitter, no caso de desejarem encontrar uns aos outros on-line. (Uma hashtag é uma maneira de acrescentar facilmente um marcador ao seu conteúdo na rede, e encontrar outras pessoas que falam sobre o mesmo assunto.) E isso foi tudo. Não construí um aplicativo nem desenvolvi um sistema de pontuação automatizado ou estabeleci uma rede social para o *SuperBetter*. Um jogo não precisa ser um programa de computador. Ele pode, simplesmente, se assemelhar a um jogo de xadrez ou de esconde-esconde: um conjunto de regras que um jogador pode passar adiante para outros.

Um jogo de realidade alternativa pode ser tão simples quanto uma boa ideia, uma maneira nova de observar um problema. O *SuperBetter*, é claro, não foi criado para substituir a assistência médica ou os tratamentos convencionais. Foi criado para aumentar as boas recomendações e para ajudar os pacientes a desempenhar um papel mais positivo em sua própria recuperação.

Quando estamos doente ou sentimos dor, melhorar é tudo o que queremos. Porém, quanto mais tempo isso demora, mais difícil fica. E quando a dura realidade que temos de enfrentar é que recuperar-se não será uma tarefa fácil, um bom jogo pode nos preparar melhor para lidar com essa realidade. Em uma realidade alternativa relacionada à nossa mitologia de heróis favoritos, temos mais probabilidade de mantermos o otimismo, porque estabeleceremos metas mais razoáveis e acompanharemos de perto nosso progresso. Nos sentiremos bem-sucedidos até mesmo quando estivermos lutando, porque nossos amigos e familiares definirão nossos momentos de *fero* diariamente. Construiremos um sistema de apoio social mais sólido, pois é mais fácil pedir a alguém que participe de um jogo do que solicitar ajuda. E, com um pouco de sorte, encontraremos um significado real e desenvolveremos personagens reais em nossos esforços épicos para superar o que pode ser o desafio mais duro que jamais enfrentamos. E graças a um bom jogo que ficamos cada vez melhores.

OS TRÊS JOGOS discutidos nesse capítulo representam três das principais abordagens no desenvolvimento da realidade alternativa e na resolução de problemas relacionados à qualidade de vida.

O *Chore Wars* é um exemplo de um ARG de **administração de vida** — um programa de computador ou serviço que o ajuda a administrar sua vida real como se fosse um jogo.

A *Quest to Learn* é um exemplo de um ARG **organizacional**. Ela utiliza o design do jogo como uma filosofia orientadora para criar novas instituições e inventar novas práticas organizacionais.

E o *SuperBetter* é um ARG **conceitual**. Ele utiliza ferramentas de rede e mídias sociais para disseminar novas ideias de jogos, missões e conjuntos de regras, cujos propósitos os jogadores podem redefinir e adaptar para suas próprias vidas da maneira que acharem melhor.

Esses três métodos não são as únicas maneiras de criar uma realidade alternativa. Nos próximos capítulos deste livro, você também conhecerá os ARGs de

eventos ao vivo, que unem jogadores em locais físicos para participar de partidas que duram uma hora ou um dia inteiro, e **ARGs narrativos**, que usam suportes de narrativas multimídia — vídeos, textos, fotografias, áudio e, até mesmo, graphic novels — para transformar missões de jogos do mundo real em uma irresistível ficção, que é jogada ao longo de semanas, meses ou até anos.

Evidentemente, enquanto você estiver lendo este livro, dúzias — provavelmente centenas — de novos jogos de realidade alternativa irão, sem dúvida, se tornar disponíveis. Esse movimento está apenas começando. Quando imaginamos as possibilidades do movimento do ARG, podemos — como sempre — buscar orientação no passado.

No início dos anos 1970, pouco antes da revolução dos jogos de computador e videogames, outra revolução dos jogos teve lugar, com uma repercussão significativamente menor, mas com um legado bastante importante e duradouro. Ele foi denominado movimento dos Novos Jogos, e sua meta era reinventar os esportes, para se tornarem mais cooperativos, sociais e inclusivos.

A filosofia dos Novos Jogos era simples e composta por duas partes. Primeiro, ninguém teria de ficar no banco de reservas por não ser suficientemente bom para jogar. E, segundo, um jogo competitivo não deveria estar relacionado à vitória. Deveria estar relacionado a jogar com mais empenho e por mais tempo do que a outra equipe, para aumentar a diversão.

Os fundadores do movimento, um grupo de membros da contracultura com sede em São Francisco, inventaram dúzias de novos esportes mais ingênuos e mais surpreendentes do que os tradicionais. Os mais conhecidos eram os jogos de “bola de terra” (jogado com uma bola de 1,80m de diâmetro, de modo que eram necessárias várias pessoas para fazer com que a bola se movesse) e jogos de paraquedas (nos quais de vinte a cinquenta pessoas ficavam nas bordas de uma espécie de lona de paraquedas, mexendo e balançando juntas o tecido, trabalhando para criar várias formas e ondulações). Eles realizaram grandes festivais de Novos Jogos na Bay Area, e, por fim, treinaram dezenas de milhares de escolas, parques e departamentos de recreação em todo o país, a fim de incluir os Novos Jogos em seus programas de educação física e recreação pública.

Muitos dos principais criadores de jogos da atualidade cresceram jogando os Novos Jogos em escolas e parques públicos — e não é difícil observar a influência desses esportes nos criadores de jogos multiplayer ou de jogos on-line para multidões. Das missões cooperativas nos MMOs até os jogos de ambientes de combate para 256 jogadores, os atuais videogames são, de modo geral, muito

parecidos com um Novo Jogo, porém estabelecidos em um mundo virtual. Na verdade, a teoria dos Novos Jogos foi mencionada em todas as Conferências de Criadores de Jogos das quais participei ao longo da última década — e foi assim que fiquei sabendo que muitos designers conseguiram adquirir uma cópia da edição já esgotada e pouquíssima conhecida do *The New Games Book*, publicado em 1976.

O *The New Games Book* inclui instruções sobre como jogar os novos esportes e, mais importante, tenta explicar a filosofia do movimento. Muitos de meus amigos da indústria de jogos reconheceram ter folheado suas páginas em busca de inspiração para a criação de jogos.

A tinta das páginas de meu ensaio favorito desse livro está praticamente gasta. Ele se chama “Creating the Play Community”, e foi escrito por Bernie DeKoven, então codiretor da New Games Foundation, e hoje um dos maiores teóricos do assunto. No ensaio, DeKoven solicita que uma comunidade de jogadores seja voluntária para estar a serviço do movimento. Ele pergunta quem gostaria de experimentar esses novos jogos e ajudar a avaliar se eles são, de fato, melhores do que os antigos. Se forem melhores, a comunidade deverá ensinar outras pessoas a jogar. Em caso contrário, os jogadores deverão sugerir maneiras de aprimorá-los ou começar a inventar seus próprios jogos para serem testados. Ele explica:

Pelo fato de os jogos serem novos, ficamos com a sensação de estar experimentando. Porém, ninguém garante nada. Se um jogo não funcionar, tentaremos consertá-lo, para ver se podemos fazê-lo funcionar. Afinal das contas, é um jogo novo. Nada ainda é oficial. Na verdade, nós somos os oficiais, todos nós, cada um que se dispõe a jogar. Nós mesmos fazemos as avaliações. Cada um assume a responsabilidade de descobrir o que podemos apreciar juntos.¹⁰

Esse é o tipo de comunidade que está se reunindo atualmente em torno dos jogos de realidade alternativa. À medida que desenvolvemos as realidades alternativas, precisamos ser, ao mesmo tempo, liberais e críticos sobre o que realmente aumenta nossa qualidade de vida, o que nos ajuda a participar mais integralmente da vida e o que serve apenas como mais uma distração. Muitas realidades alternativas serão propostas nos próximos anos, e não cabe somente

aos criadores de jogos dar forma a esse movimento. Os jogadores, mais do que qualquer outro grupo, terão de decidir se uma nova realidade alternativa é, de fato, um bom jogo.

O “como” do design dos jogos de realidade alternativa se resume aos princípios de design dos jogos que melhor propiciam as quatro recompensas que mais buscamos. Os criadores de jogos de computador e videogames tradicionais estão na vanguarda, constantemente pesquisando novas formas de obter tais recompensas; os criadores de ARGs já estão tomando emprestadas e refinando tais estratégias de design e ferramentas de desenvolvimento, pensando em soluções para fazer com que o mundo funcione de forma mais parecida com um jogo.

No entanto, ao testarmos diferentes possibilidades para decidir o que constitui uma boa realidade alternativa, três conjuntos adicionais de critérios certamente irão surgir.

Primeiro: *quando e onde* precisamos de uma realidade alternativa? Quais situações e locais as exigem — e quando seria mais indicado deixar a realidade agir sozinha?

Segundo: *quem* incluiríamos em nossos jogos de realidade alternativa? Além de nossos amigos mais próximos e familiares, de quem mais nos beneficiaríamos se os convidássemos para jogar conosco?

E terceiro: *quais* atividades deveríamos adotar como mecanismos principais em nossos jogos de realidade alternativa? O projeto de um jogo é uma estrutura — metas, restrições, *feedback* —, mas, dentro dessa estrutura, podemos pedir aos jogadores para fazer quase tudo. Quais hábitos deveríamos encorajar? Quais ações deveríamos multiplicar?

Esses três critérios são os assuntos dos próximos três capítulos, que, por sua vez, cobrem três tipos essenciais de projetos de realidade alternativa: realidades alternativas projetadas para tornar as atividades difíceis mais recompensadoras, realidades alternativas projetadas para construir novas comunidades no mundo real e realidades alternativas projetadas para nos ajudar a adotar os hábitos diários das pessoas mais felizes do mundo em nossas vidas reais e cotidianas.

Notas

CAPÍTULO 7

1. Site pessoal de Kevan Davis, acessado em 1º de maio de 2010. <http://kevan.org/cv>.
2. “Chore Wars Player Testimonials”. *Chore Wars*. <http://www.chorewars.com/testimonials.php>.
3. McGonigal, Jane. *This Might Be Game: Ubiquitous Play and Performance at the Turn of the Twenty-First Century*. Dissertação para o PhD em Estudos de Desempenho na Universidade da Califórnia, Berkeley. 2006. http://avantgame.com/McGonigal_THIS_MIGHT_BE_A_GAME_sm.pdf
4. Por exemplo, o jogo de realidade alternativa Why So Serious?, criado pela 42 Entertainment para o *The Dark Knight*, alcançou uma audiência de mais de 10 milhões de pessoas, de acordo com o estudo de caso viral *Dark Knight* “Why So Serious?” (acessível em <http://www.youtube.com/watch?v=cD-HRI-N3Lg>). O enorme sucesso desse ARG pode ser atribuído não apenas ao excelente *design* de jogo, mas também à popularidade mundial da franquia de cinema *Batman*, à qual o jogo estava ligado.
5. Ito, Mizuko, Heather A. Horst, Matteo Bittanti, Danah Boyd, Becky Herr-Stephenson, Patricia G. Lange, C. J. Pascoe e Laura Robinson et al. “Living and Learning with New Media: Summary of Findings from the Digital Youth Project”. White paper, The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation Reports on Digital Media and Learning, novembro de 2008. <http://digitalyouth.ischool.berkeley.edu/report>.
6. Prensky, Marc. “Engage Me or Enrage Me: What Today’s Learners Demand”. *Educause Review*, setembro/outubro de 2005, 40(5): 60. <http://net.educause.edu/ir/library/pdf/erm0553.pdf>.
7. King, Nigel S. “Post-Concussion Syndrome: Clarity Amid the Controversy?”. *British Journal of Psychiatry*, 2003, 183: 276—78.
8. Thompson, Bronwyn. “Goals and Goal Setting in Pain Management”. HealthSkills, 1º de dezembro de 2008. <http://healthskills.wordpress.com/2008/12/01/goals-and-goal-setting-in-pain-management/>.
9. McGonigal, Jane. “SuperBetter: Or How to Turn Recovery into a Multiplayer Experience”. Avant Game, 25 de setembro de 2009. <http://blog.avantgame.com/2009/09/superbetter-or-how-to-turn-recovery.html>.
10. DeKoven, Bernie. “Creating the Play Community”. In *The New Games Book* (Garden City, NY: Doubleday, 1976), 41—42.