Videoigre kao podrška mentalnom zdravlju

portal DOT | 19 listopada, 2026

Pod motom “pomalo”, a povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja, u Zagrebu je održan *Game Jam* - natjecanje u izradi videoigara sa ciljem podizanja svijesti o mentalnom zdravlju. Game Jam je tako potaknuo razvoj videoigara koje mogu pružiti podršku za balansiranje digitalnog i stvarnog života, no pitanje je mogu li te igre zaživjeti u javnoj sferi, s obzirom da ne zadovoljavaju profitne interese tržišta digitalnih usluga.

Dvorana HNK2 prošlog je vikenda ugostila 15 timova koji su osmislili ideje i razradili ih u prototipove videoigara. Neki su timovi, prvenstveno sastavljeni od studenata_ica, već imali iskustvo u ovakvim radionicama, a drugi su se tek upoznali nakon što su organizatori formirali timove u kojima su razvrstali razne struke – od psihologije, logopedije i socijalnog rada do dizajna, programiranja i razvoja aplikacija.

„Jako smo zadovoljni igrama koje su timovi napravili u tako kratkom roku i veselimo se budućim koracima“, istaknuo je Blaž Rebernjak, suorganizator i docent na Filozofskom fakultetu u Zagrebu.

Psihološka podrška u obliku videoigre

Za razliku od videoigara koje se razvijaju s komercijalnim interesima, na Game Jamu su igre osmišljene kao podrška potencijalnim korisnicima_ama u situacijama koje mogu izazvati stres. Primjerice psihološka tehnika uzemljenja oblikovana je u videoigru s terapeutskim učinkom u kojoj korisnik_ca na vizualizaciji radnog mjesta ima zadatak identificirati predmete koje može čuti, vidjeti, opipati, mirisati i okusiti.

Za mentorsku podršku za daljnji razvoj videoigre, prema odluci stručnog žirija, izabrana su tri prototipa:

„Carrie, Carry on“ o svakodnevici samohrane majke koja radi od kuće i suočava se sa zvučnom kulisom koju čine plač bebe, klikanje tipkovnice i zujanje klimatizacijskog uređaja;

„Getting Easier“ o izlasku iz začaranog kruga skrolanja putem preuzimanja odgovornosti za vlastiti razvoj – od pospremanja sobe do komunikacije sa susjedima i obavljanja radnih zadataka;

„Pick Your Battles“ o stresnom obiteljskom ručku i tehnikama suočavanja s tjeskobnim pitanjima koje mogu postaviti previše radoznale_i članice_ovi obitelji, poput upravljanja konfliktima i postavljanja vlastitih granica.

Dok se ne identificira potencijalni nakladnik nekomercijalnih igara u Hrvatskoj, sve ove videoigre, u obliku prototipa, dostupne su na platformi Itch.io putem ove poveznice.

Javni poticaji za razvoj videoigara

U Hrvatskoj su videoigre regulirane kao audiovizualna djela koja se, na temelju Zakona o audiovizualnoj djelatnosti, uključuje u Nacionalni program promicanja audiovizualnog stvaralaštva. U praksi, to znači da Hrvatski audiovizualni centar u godišnjem planu za 2026. ima rezervirano 500.000,00 eura za poticanje strateškog razvoja i dugoročnog rasta domaće industrije videoigara. Rezultati javnog poziva za sufinanciranje razvoja i proizvodnje videoigara, koji je bio raspisan u kolovozu 2026., još nisu poznati.

Ovaj Game Jam o mentalnom zdravlju održan je u organizaciji Ministarstva kulture i medija, Hrvatskog audiovizualnog centra, Akademije dramske umjetnosti, Klastera hrvatskih proizvođača videoigara i Akademije likovnih umjetnosti, u partnerstvu s A1 Hrvatska i platformom #BoljiOnline.