Ang Kapitalistikong Pagkalaro ng Ginhawa sa Pokémon Go at Pokémon Sleep

Mariyel Hiyas C. Liwanag

Abstrak

Patuloy ang pamamayagpag ng prangkisang Pokémon sa pamamagitan ng pagtungo sa modelong freemium at pagpasok sa usapin ng ginhawa. Makikita ang dalawang tunguhin na ito sa mga larong Pokémon Go at Sleep na libre at aksesible. Sinuri ang Pokémon Go at Sleep gamit ang mga katangian ng pagkalaro ni Jesper Juul upang ipakita kung paano isinalaro ng mga larong aplikasyon na ito ang usapin ng ginhawa na nakahilig sa Kanluraning konsepto nito at isang umuusbong na usapin sa sektor ng pampublikong kalusugan. Ipinakita ng mga larong Pokémon Go at Sleep na mamumuhunan ang mga manlalaro ng kanilang oras, enerhiya at kapalit ng libreng akses sa laro sa lohika ng pagkalaro. Gayon din, upang mapabilis ang usad sa loob ng laro, maaaring gumastos ang mga manlalaro kapalit ng mga bagay sa loob mismo ng mga laro. Binigyang diin din ng papel kung paano binigyang katuwiran ng mekanismo ng laro ang pamumuhunang ginagawa ng mga manlalaro. Tinahak ng prangkisang Pokémon ito ang usapin ng ginhawa sa pamamagitan ng pagkamal ng tubo sa pamamagitan ng mga larong ito, katuwang ang mga platapormang digital para sa mobile phone tulad ng Google Play at Apple at ng iba pang mga kumpanya

Mga susing salita: Pokémon, ludolohiya, ginhawa at laro, kapitalismong digital, araling laro, SDG 3: Good Healt and Well-Being, SDG 12: Responsible Consumption and Production

Plaridel Open Access Policy Statement

As a service to authors, contributors, and the community, *Plaridel: A Philippine Journal of Communication, Media, and Society* provides open access to all its content. To ensure that all articles are accessible to readers and researchers, these are available for viewing and download (except Early View) from the *Plaridel* journal website, provided that the journal is properly cited as the original source and that the downloaded content is not modified or used for commercial purposes. *Plaridel*, published by the University of the Philippines College of Mass Communication is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode).

How to Cite This Article in APA

Liwanag, M. H. C. (2026). Ang kapitalistikong pagkalaro ng ginhawa sa Pokémon Go at Pokémon Sleep. *Plaridel, 23*(1), 97-123. https://doi.org/10.52518/2026-06lwng

Abstract

The Pokémon franchise prevails through the utilization of the freemium game model and capitalizing on the theme of wellness. The franchise capitalizes on the theme of wellness by making the games Pokémon Go and Pokémon Sleep free and accessible through its distribution platforms. Using the characteristics of gameness of Jesper Juul, this paper describes how the games gamified wellness geared towards Western conceptualization and the current situation of Philippine public health. Both Pokémon Go and Pokémon Sleep showcase how players invest their time and energy in exchange for free access and play of the games according to features of gameness. At the same time, players have the option to spend money to gain advantage in these games. These investments of time, energy and money were justified by the mechanisms of the game and the theme of wellness was capitalized by the franchise alongside the distribution platforms like Google Play and Apple and other companies.

Keywords: Pokémon, ludology, wellness and games, digital capitalism, games studies, SDG 3: Good Healt and Well-Being, SDG 12: Responsible Consumption and Production

Introduksiyon: Ang Pokémon bilang isang global na prangkisa

Nagsimula ang Pokémon nang ilabas ng *Game Freak* para sa console na *Nintendo Game Boy* ang *Pokémon Red* at *Green* noong 1996 sa Japan (Cooke, 2025). Mula sa dalawang bersiyong ito noong 1996, lumawak ang prangkisa. Ngayon, itinuturing pinakamalaking *media franchise* ang Pokémon dahil sa kita nitong 147 bilyong dolyar at lawak nito—*trading cards,* mga pelikula at seryeng pantelebisyon, *live* na mga aktibidad, at mga lisensya tulad ng mga brand na dala ang prangkisang Pokémon (Baker, 2026). Labas sa Japan at sa ibang bahagi ng mundo, unang ipinakilala ang Pokémon nang magkaroon ng pandaigdigang bersiyon ang prangkisa sa larong Pokémon Red at Blue noong 1998 mula sa *Red* at *Green* na naunang inilabas noong 1996 (Cooke, 2025).

Kung nagsimula na limitado lamang ang paglalaro ng *Pokémon* dati-rati sa mga *Nintendo console*, naging mas bukás ang laro sa pamamagitan ng bersiyong *mobile* nito at mas lumawak ang kanilang balon ng manlalaro nang inilabas ng The Pokémon Company at Niantic ang *Pokémon Go* o PoGo para sa *mobile phone* noong Agosto ng 2016 (Morris, 2016). Gumagamit ang laro ng anyong *augmented reality* at *Global Positioning System* (GPS) para makapaglakad sa loob ng laro, makipagtunggali sa mga *Pokémon gym*, magkaakses sa mga *Pokémon stop* at makapanghúli ng *pocket monster* o pokémon. Sa pamamagitan ng *augmented reality*, itinatali ang mga elemento ng laro sa mga tunay na lugar at marka sa realidad.

Nang inilabas ang PoGo, isa ito sa mga maituturing na mahahalagang laro batay sa kita at bilang ng mga manlalaro ayon sa iba't ibang sanggunian (Clement, 2022; Krawanski, 2023). Sa paglabas ng laro, tinatáyang mayroong 232 milyong aktibong manlalaro sa buong daigdig sa taon na inilabas ang PoGo (Krawanski, 2023). Ikatlo ito sa mga mobile game na may pinakamabilis na kita, dahil labindalawang araw lamang mula sa paglabas ng laro, kumita na kaagad ito ng 100 milyong dolyar (Clement, 2022). Gayundin, kumikita ito ng *average* na kalahati hanggang isang bilyong dolyar kada taon mula 2016 hanggang 2022 (Curry, 2026). Magpahanggang ngayon, itinuturing itong *flagship title* sa augmented reality na laro. Ayon nga kay Chad Chapple (2022), nananatili ang larong PoGo bilang "world's flagship Geolocation AR title" (par. 8). Hindi tulad ng iba pang larong inilabas para sa prangkisa na kailangang bumili ng console at bala, libreng malalaro ang PoGo; kung gayon, aksesible ito sa sinumang may *smart phone.*

Hindi rito nagtapos ang paglikha ng mga mobile game dahil marami pang inilabas na mga laro para sa *smart phone* ang prangkisang *Pokémon* at isa rito ang *Pokémon Sleep* o PoS ng developer na Select Button, Inc. noong 2023 lamang (Hara, 2023). Inilarawan din ang PoS bilang isang larong sumunod o "follow up" ng larong PoGo (Chan, 2023). Masasabing magkaugnay ang PoS at ang PoGo dahil pareho itong ginagamitan ng *device* na *Pokémon Go Plus+* (tingnan ang Pigura 1 [Ang *device* na *Pokémon Go Plus+*]) at may pabuyang matatanggap kung naglalaro ng pareho. Ang PoS ay isang laro kung saan inaasahang tutulong sa manlalaro upang magkaroon ng isang maayos na tulog. Kung ang PoGo ay gumagamit ng GPS at *augmented reality*, mikropono, at *accelerometer* ng *mobile phone* naman ang gamit ng PoS para kolektahin ang datos habang natutulog ang manlalaro.

Pigura 1

Ang device na Pokémon Go Plus+

Tala ng Pigura: Magagamit ang *accessory* na *Pokémon Go Plus+* sa *Pokémon Go* at *Pokémon Sleep.* Hiwalay itong binibili ng mga manlalaro at maituturing opsyonal na gastos. Kuha ng mananaliksik ang litrato.

Kapansin-pansin na may lakip na temang ginhawa [*wellness*] ang parehong larong PoGo at PoS. Hindi ito nalalayo sa mga kasalukuyang *trend* sa kalusugan bago at matapos ang pandemyang COVID-19. Bago pa man ang mga serye ng lockdown sa iba't ibang bahagi ng mundo, tinitingnan na ang kakahayan ng *wellness industry* na lumikha ng kita. Ayon sa Global Wellness Institute (2024), naabot ng global na ekonomiyang nakakawing sa ginhawa ang 6.3 trilyong dolyar nitong 2023 at inaasahang tataas pa ito sa mga susunod na taon. Maging ang mga industriyang video game ay tumutuntong na rin dito sa paglabas ng mga larong may kinalaman sa ginhawa [wellness] at kapansin-pansin rin ang paglusong ng *The Pokémon Company* dito. Ayon sa *chief operating officer* ng kompanya na si Takato Utsonomiya, hindi

sinasadyang giya ang tunguhing *wellness* ng kompanya sa paglalabas nila ng mga larong PoGo at PoS at itinuturing nilang *"offshoot"* lamang ang mga ito ng prangkisa sa pamamagitan ng paghahanap ng ibang paraan para sa mga *fan* na magkaroon ng iba pang uri ng interaksiyon sa mundo ng prangkisa at sa mga pokémon (Hoffer, 2023, par. 1). Kung tutuusin, hindi naman ang mga larong PoGo at PoS ang itinuturing na unang laro na mahahalawan ng temang *wellness.* Taong 1998 pa lamang, inilabas na ng kompanya ang *Pokémon Pikachu,* isang *device* na mailalarawan bilang pinaghalong mala-*Tamagotchi* at *pedometer* at maaaring magkaroon ng interaksiyon ang manlalaro kay Pikachu kung maabot nito ang layuning bilang ng hakbang (LaPierre, 2019). Dagdag niya, sinundan ang *device* na ito ng *Pokémon Pikachu 2* na mabibigyan ng koneksiyon sa mga larong *Pokémon Gold* at *Silver* at the *Pokéwalker* para sa *Pokémon HeartGold* at *SoulSilver*.

Bahagi ng larong PoGo ang paglalakad at pagiging aktibo, kabalintunaan sa tradisyonal na mga *mobile game* na estatiko at nasa komportableng posisyon ang manlalaro. Sa pamamagitan ng *augmented reality*, nangangahulugan na kinakailangang maglakad o maglakbay ng isang manlalaro upang mapuntahan ang mga *Pokémon gym* o *Pokémon stop* at manghúli ng mga pokémon. Samantala, bahagi naman ng larong PoS ang kantidad at kalidad ng pagtulog ng isang manlalaro. Hindi tulad ng ibang laro na mangangailangan ng paglalaan ng mahabang oras ng paglalaro, mas tuon ng PoS ang panahon ng pagtulog ng manlalaro. Mula sa kalakip na tema ng larong ito maiuugat ang pangunahing suliranin ng pananaliksik na ito: Paano ipinangangapital ng *Pokémon Sleep* at ang *Pokémon Go* ang ginhawa sa anyong laro?

Makabuluhan ang saliksik na ito sa nagsisimulang diskurso sa araling laro sa bansa, tuon sa pagsusuring nakaugat sa karanasan ng isang bansang kumokonsumo ng mga laro. Gayon din, layon ng saliksik na ito na mag-ambag sa usapin ng kapitalismo at laro, gayundin sa kapangyarihan ng bansang Japan lalo na sa paglikha ng mga *video game* mula sa perspektiba ng isang maituturing na bansang konsumer nito.

Ang Prangkisang *Pokémon* bilang isang Pandaigdigan at Lokal na Penomenon

Sa pagkamit ng Pokémon ng estado bilang isang *icon* ng bansang Japan, sinuri ito bilang isang anyo ng kapitalismo. Sa librong *Millennial Monsters,* binaybay ni Allison (2006) ang kasaysayan ng *Pokémon* sa bansang Japan at kung paano nito naabot ang patuloy na pagkamal sa

pamamagitan ng pagtatalaga ng halagang komersiyal at personalisasyon sa mga gamit sa loob ng laro. Ayon sa kaniya, lumikha ang *Pokémon* ng isang mundo ng pantasya na tumutulay sa pagitan ng pag-unlad ng bansang Japan at ng mga kultural na konsepto nito tulad ng kulturang *gift exchange* at ng mga supranatural na bagay. Gayundin, ibinahagi naman ni Haiven (2017) sa kaniyang sanaysay ang kaniyang suri sa *Pokémon* bilang isang sintomas ng at tagapag-ambag sa kultura ng patuloy na paglago ng pinansiya, *insurance*, at *real estate*. Ayon sa kaniya, humuhugot ang *Pokémon* sa labí ng naratibong kolonyal upang ituro ang inaasahang pag-uugali at disposisyon sa isang lipunang patuloy ang paglago ng pinansiya, *insurance,* at *real estate.* Hindi lamang pag-uugali at disposisyong kaaya-aya ang bitbit ng *Pokémon* kundi maging ang kulturang Japan sa tagong paraan. Ayon kay J. Tobin (2004), malikhain at maparaan ang pagtatago ng mga tema at kulturang Hapon sa larong *Pokémon* tulad ng tema ng *kawaii* (cute), banyuhay, minimalismo, at paglakip (*encapsulate*). Aniya, sa pamamagitan rin ng malikhain at sistematikong pagpaplano, naitawid sa parehong lokal at banyagang bersiyon ng laro ang lokalisasyon sa pagpapangalan ng mga nilalang sa loob ng laro. Bagaman mayroon nang mga kritikal na sanaysay at saliksik hinggil sa *Pokémon* bilang isang kultural na penomenon, kalakhan ng mga ito ay nakaugat sa kulturang Japan o hindi kaya ay lokalisado sa mga partikular na bansa.

Hitik rin ang mga pandaigdigang pananaliksik hinggil sa *Pokémon Go* (PoGo) na may tuon sa kalusugan. Mga rebyu na ng mga nailathalang pananaliksik na ang ilan sa mga kamakailang publikasyon hinggil rito. Sa sistematikong suri ng 17 nailathalang artikulo hinggil sa ugnayan ng larong *Pokémon Go* sa pisikal na aktibidad, kinakitahang may ugnayan ang laro sa pisikal na aktibidad ng mga manlalaro at may klinikal na obserbasyong may ambag ito sa pagtaas ng bilang ng hakbang kada araw sa mga manlalaro ng PoGo bagaman hindi talaga idinisenyo ang laro bilang isang aplikasyon na nagsusulong ng kalusugan (Khamzina et al., 2020). Isa sa mga lathalain na napabilang sa rebyu ng mga saliksik ang papel nina Tim Althoff at kaniyang mga kasamahan noong 2016. Sinaliksik nila ang impluwensiya ng larong *Pokémon Go* sa pisikal na aktibidad ng isang manlalaro. Ayon sa kanilang pananaliksik, humahaba ang panahong iginugugol sa mga pisikal na aktibidad habang tumataas ang interes ng isang gumagamit ng laro (Althoff et al., 2016). Gayundin, malawak ang naaabot ng laro dahil naaabot nito kahit ang mga populasyong maituturing na mababang antas ng aktibidad (*low activity*)

kung ikokompara sa ibang aplikasyong pang-*fitness* at *health* sa *mobile phone* na ang nahahatak lamang ay mga taong nasa populasyong aktibo. Ganito rin ang susing resulta ng saliksik nina Maeve Serino at kaniyang mga kasamahan hinggil sa ugnayan ng laro at ng mga benepisyo sa realidad. Ibinahagi sa saliksik ang benepisyo ng laro sa pagtaas ng antas ng pag-eehersisyo, pakikipag-ugnayan, at pagkakaroon ng mga aktibidad sa labas ngunit ipinaalala rin ang mga desbentaha nito tulad ng pagtaas ng tsansa na gumastos, madukot, magtungo sa mga lugar na walang pahintulot, makatanggap ng karahasan, makapaminsala o mapinsala (Serino et al., 2016). Samantala, tuon ng pananaliksik ni Wang (2021) ang sistematikong rebyu ng 59 nailathalang artikulo hinggil sa epekto ng PoGo sa pisikal, mental, at sosyal na kalusugan ng mga manlalaro, maging ang mga motibasyon. Ipinakita ng mga saliksik na kabilang sa rebyu niya ang positibong epekto ng laro sa pisikal at mental na kalusugan ng mga manlalaro. Ayon din sa kanyang saliksik, binigyan ng puwang ng laro ang aspektong sosyal ng mga manlalaro lalo na sa pagtaas ng antas ng motibasyong sosyal, interaksiyon, at relasyon. Hanggang sa kasalukuyang taon ng pagkakasulat ng saliksik ito, patuloy ang mga pag-aaral hinggil sa larong PoGo bagaman 2016 pa ito unang inilabas. Ilan sa mga ito ay ang sumusunod: ang potensiyal nito para isulong ang mga *nature area* sa mga lungsod at iba pang lugar sa pamamagitan ng fityur na *route* ng laro (Laato et al., 2024), ipakilala ang edukasyong ekolohiya sa pamamagitan mga pokémon (Rangel et al., 2024), ibigay ang birtuwal na espasyo para sa patalastas (Dunham et al., 2024), isulong ang gamit ng laro sa usaping *mental health* (Huțul et al., 2024), at ilarawan ang tumataas na bilang ng mga manlalarong gumagamit ng *robotics* para sa laro (Wang, 2021). Nais subukan ng saliksik na ito na sagutin ang puwang pampananaliksik na hinggil sa ugnayan ng laro sa temang ginhawa [wellness] nito ngunit mula sa kritikal na sipat.

Bukod sa mga pangkalusugang epekto ng PoGo, may mga saliksik ring nakatuon sa kapitalistikong galaw ng prangkisa at ugnayan ng espasyo at laro. Sa maikling pahayag ni Jin (2016), inilarawan niya ang *Pokémon Go* bilang isang bagong anyo ng kapitalismo sa pamamagitan ng modelong *freemium* nito, pagkolekta ng malalaking impormasyon (*big data*) at libreng paggawa. Aniya, nagsasagawa ang mga manlalaro ng libre at di-materyal na paggawa dahil kinakailangang gumalaw at maglaan ng oras bukod sa birtuwal na gamit sa loob ng laro na mabibili ng manlalaro. May mga pananaliksik ding nakatuon sa ugnayan ng

espasyo sa laro at sa realidad tulad ng pananaliksik nina Colley at kaniyang mga kasamahan sa ilang rehiyon ng Estados Unidos at ni Woods (2020) sa bansang Singapore. Sa isang pananaliksik, binigyang-diin nila na may implikasyon ang uri ng tunay na espasyo sa espasyo ng laro (hal. kalunsuran-kanayunan at ang laki ng populasyon ayon sa lahi at etnisidad), maging ang larong PoGo bilang lunsaran ng pagbabago ng galaw at paggastos ng isang tao (Colley et al., 2017). Hindi lamang ang epekto ng espasyo sa loob ng laro at ng laro sa paggastos at paggalaw ng isang manlalaro ang pinag-aralan kundi pati rin ang pagbabago ng isang (pampublikong espasyo) dahil sa laro. Gamit ang konsepto ng heterotopia ni Michael Foucault, dinalumat ni Woods (2020) ang pagbabagong-anyo ng mga espasyo sa bansang Singapore dahil sa larong PoGo bilang isang ahensiya. Tinalakay rin sa papel na nagkaroong muli ng paghihiraya (*reimagination*) at pagsasalaro (*gamification*) sa mga pampubliko espasyo ng Singapore dahil sa pagtatakda ng mga elementong laro ng PoGo sa mga lugar sa pamamagitan ng *augmented reality*. Gayundin, dagdag niya, binago ng laro ang gamit at interaksiyon ng mga manlalaro sa pampublikong espasyo sa pamamagitan ng pribadong paglalaro na tanging siya lamang ang nakakakita ng interaksiyon nito sa isang pampublikong lugar. Bagaman kritikal ang atake ng mga binanggit na saliksik, nakaugat ang mga ito sa ibang bansa (Estados Unidos at Singapore) at layon ng saliksik na ito na umambag sa kritikal na pagsusuri ng laro mula sa danas ng mga lokal na manlalaro ng bansa.

Kung tutuusin, mayroon nang ilang pananaliksik hinggil sa mga larong nasa anyong *augmented reality* na nakakonteksto sa Pilipinas. Kalakhan sa mga ito ay nasa lente ng mga *developer* sa pagdidisenyo ng mga larong may anyong *augmented reality* para sa pagtuturo ng mga piling paksa sa asignaturang Araling Panlipunan: isang *quiz show* tungkol sa labanan sa Mactan (Ong et al., 2014) at isang larong *virtual tour* tungkol sa kasaysayan ng Intramuros (Rodrigo et al., 2015; Vidal et al., 2019). Gayundin, tuon naman ng isa pang pananaliksik ang komersiyal na larong *Harry Potter: Wizards Unite* gamit ang lente ng simulacrum ni Baudrillard at modelong *creative ecosystems* ni McCormack. Bukod sa hangaring dalumatin ang ugnayan sa pagitan ng laro at ginhawa, hangad rin ng papel na ito na umambag sa umuunlad na kritikal na literatura hinggil sa mga laro tulad ng PoGo at sa *Pokémon* bilang isang kapitalistikong prangkisa lalo na at isa itong banyagang kultural na penomenong lumago rin sa bansa.

Sa panahong inilabas ni Samuel Tobin (2004) ang kaniyang artikulo sa librong *The Rise and Fall of the Pokémon Empire,* sinabi niya na may hanggahan ang popularidad ng *Pokémon* tulad ng iba pang usong kulturang popular. Kabalintunaan sa pahayag na ito, lumawak ang base ng mga tagahanga ng prangkisa dahil sa paglawak rin ng saklaw nito. Lumawak rin ang saklaw ng *Pokémon* na nagsimula lamang sa *video game* na eksklusibo lamang sa *console* na Nintendo noon sa pamamagitan ng anyong *mobile* o *smart phone.* Sa ganitong estratehiya, naipapanatili ang kaaliwan at pananabik ng mga lumang manlalarong pamilyar sa konsepto at mga elemento ng *Pokémon* mula sa eksklusibong *console* at humakot ng mga bagong manlalaro at tagahanga sa pamamagitan ng anyong mayroong akses ang karamihan.

Sa Pilipinas, lumaki lalo ang base ng mga tagahanga ng prangkisang ito mula sa nakasanayang anyong laro o *video game* nang ipalabas ang seryeng pantelebisyon ng prangkisa kada Biyernes sa GMA 7 Network noong 1999 (Penalba, 2021). Gayundin, kaisa sa pandaigdigang islogan na "Gotta catch 'em all" ng prangkisa ang larong PoGo dahil naroon ang layuning kompletuhin ang mga pokémon kung kaya pamilyar dito ang mga lumang manlalaro. Pinagkaguluhan ang PoGo hindi lamang ng mga manlalaro mula sa mga banyagang bansa kundi ng mga Pinoy na manlalaro nang inilunsad ito (J. Tobin, 2004). Katunayan, naglabas ng mga paalala ang Metro Manila Development Authority o MMDA hinggil sa paglalakad habang naglalaro sa mga pampublikong espasyo at pagpasok sa mga pribadong espasyo at ang mga peligro nito (Adobo Magazine, 2016). Gayundin, pinaratangan itong isang salik para lumala lalo trapik noong panahong iyon sa Metro Manila (Diangson, 2016). Ipinagbawal na laruin sa loob ng oras ng trabaho sa mga opisina ng gobyerno at ipinakiusap sa *developer* na tanggalin ang mga opisina ng gobyerno bilang mga *Pokémon gym* o *stop* (Medina, 2016; Morales, 2016). Magpahanggang ngayon, buhay pa rin ang laro. Katunayan, marami pa ring buhay na mga *online community* na tuon sa larong PoGo. Gayundin, naglulunsad pa rin ang *developer* ng mga *event* sa loob ng laro at mayroon pa ring mga nagkikitang grupo at organisasyon sa mga *event* na ito. Isang halimbawa nito ang pampublikong grupo ng Pokémon Go Philippines sa Facebook na nagsasagawa pa rin ng mga *community event* sa kasalukuyan.

Nang ilabas ang *Pokémon Sleep* o PoS noong 2024, kagyat na ikinawing ang larong ito sa PoGo sa pamamagitan ng *Pokémon Go Plus+* na magagamit sa parehong laro. Sa loob ng larong PoS, sinusubaybayan

ng manlalaro ang kalidad ng kaniyang pagtulog. Ang layunin sa loob ng laro ay saklaw pa rin sa *nostalgia* ng larong Pokémon at ng islogan na "Gotta catch 'em all" dahil kinakailangang madiskubre at hulíhin ng manlalaro ang mga *Pokémon* at ang iba't ibang estilo ng pagtulog ng mga ito. Sa umpisa ng laro, bibigyan ang mga manlalaro ng *Snorlax,* isang pokémon na may personalidad na mahilig matulog, na siyang mag-iimbita sa iba pang pokémon. Kapag mas mataas ang *drowsy power* nito at paiba-iba ang estilo, mas maraming pokémon ang maaaring lumabas at iimbitahan. Nakasalalay ang *drowsy power* nito sa markang matatanggap ng manlalaro sa pagtulog na tinatawag na *sleep score.* Sa umaga, bibigyan ng *sleep score* na nakabatay sa haba ng tulog, uri ng tulog (*dozing, snoozing,* at *slumbering*). Dahil sa ugnayan ng tema at *Pokémon Go Plus+* ng PoGo at PoS, gayundin ang kawalan pa ng saliksik tuon sa PoS, minarapat ng papel na ito na limitahan ang suri sa dalawang laro.

Suring Panludolohiya Bilang Metodo

Upang sagutin ang pangunahing suliranin kung paano isinasalaro ang ginhawa (*wellness*), nagsagawa ng pagsusuring panludolohikal sa mga larong *Pokémon Sleep at ang Pokémon Go* gamit ang modelo ng klasikong laro (*classic game model*) ni Jesper Juul. Ang ludolohiya ay isang disiplinang tungkol sa mga laro at may tuon sa *video game* (Frasca, 2003). Isa sa mga dumalumat sa disiplina ng ludolohiya si Jesper Juul (2003) at sa kaniyang modelo ng klasikong laro, ipinaliwanag niya ang mga langkap ng isang laro upang maituring itong isa. Ayon sa kaniya, may estandardisasyon sa paglikha ng laro na maituturing palagian sa nagdaang panahon at ito ang nais ilarawan ng modelong kaniyang inilahad . Bagaman estandardisado at palagian, binanggit ni Juul na maaaring may mga laro na maituturing mga "*borderline case*" o walang tugma sa lahat ng mga pamantayan ng modelo ng klasikong laro (par. 4). Sa kaniyang mungkahing modelo, may anim na katangian ang isang laro: (1) ang mga tuntunin, (2) ang mga naiiba at mabibilang na kinalabasan, (3) ang halaga ng kinalabasan, (4) ang pagsusumikap ng manlalaro, (5) ang pag-angkla ng manlalaro sa kinalabasan, at (6) ang kahihinatnang maaaring isailalim sa negosasyon. Ang mga pamantayang ito ni Jesper Juul ang gagamiting pundasyon ng saliksik na ito para himayin ang mga larong *mobile* na Pokémon Go (PoGo) at Pokémon Sleep (PoS) at suriin kung paano inilalangkap ang ginhawa (wellness) sa anyong *freemium* ng laro at ng prangkisang kumikita nang malaki. Gayundin, ililingkis ng

saliksik na ito ang usapin ng ginhawa na pangunahing tema ng parehong laro sa konteksto ng ginhawa sa Pilipinas sa gitna ng kapitalismo.

Mga Pirming Tuntunin ng *Pokémon Go* at *Sleep*

Isang pamantayan ni Juul sa "pagkalaro" o *gameness* ang presensiya ng mga tuntunin. Sa larong PoGo, ineengganyo ang manlalaro na maglakad upang manghuli ng mga pokémon sa daan at tumungo sa mga tiyak na lugar na may katumbas sa loob ng laro—maaaring isang pokémon gym kung saan makakalaban mo ang mga pokémon ng mga kapuwa manlalaro o isang *pokéstop* kung saan maaari kang makakuha ng mga gamit. Gumagamit ang laro ng GPS at *augmented reality* na mapa upang itala ang galaw ng manlalaro. Sa piling panahong itinakda ng *developer*, ang mga gym ay maaaring maging lunsaran ng *raid.* Sa *raid*, magtitipon-tipon ang mga manlalaro sa lugar na iyon upang talunin ang isang malakas at bibihira (*rare*) na pokémon. Gayon din, nakaaapekto ang haba ng paglalakad ng isang manlalaro gamit ang *accelerometer* upang mapisa ang mga itlog ng pokémon. Sa ganitong tuntunin sa loob ng laro, isinalaro (*gamified*) ang konsepto ng pisikal na aktibidad na paglalakad at paglipat mula isang lokasyon tungong susunod.

Sa parehong paraan, makakakuha rin ng puso para mapalapit sa pokémon na piniling *buddy* dahil kaakibat ng mga nito ang pagtaas ng antas relasyon ng manlalaro at ng pokémon at kapag mas mataas ang antas ng relasyon, mas marami itong magagawa na may bentaha sa manlalaro. Halimbawa, maaaring tumulong sa panghuhuli ng ibang pokémon ang isang *buddy* na mayroong antas na *great* kung sumablay man ang bato ng manlalaro ng pokéball, isang kagamitang panghuli. Nakadagdag ang tuntuning ito para maengganyo ang manlalaro na lumahok sa loob ng laro sa pamamagitan ng paglalakad sa totoong buhay at dala ang kaniyang *mobile phone*.

Samantala, ineengganyo naman ng larong PoS ang mga manlalaro na magkaroon ng walo at kahalating oras na tulog sa pamamagitan ng pagtatala ng oras at kalidad ng tulog ng manlalaro gamit ang *accelerometer*. Sa isang pananaliksik sa Estados Unidos, inirerekomenda ng National Sleep Foundation ang walo hanggang sampung oras ng pagtulog para sa mga *teenager* at pito hanggang siyam na oras naman para sa mga *adult* (Chaput et al., 2018). Layon rin sa loob ng larong PoS sa pakete na isa itong ekspedisyon sa isla at pananaliksik na madiskubre ang iba't ibang pokémon at ang kanilang iba't ibang estilo ng pagtulog (*sleep style*). Pangunahing pokémon sa laro si Snorlax, isang kilalang

pokémon sa mga tradisyonal na laro ng Pokémon dahil natutulog ito sa gitna ng daan at nakaharang at may kinakailangang gawin upang mapaalis ito ng manlalaro sa puwesto at makadaan. Naitatala ang galaw ng manlalaro habang tulog gamit ang *accelerometer* at ang tala ang nagsisilbing batayan ng laro. Kung maabot ng manlalaro ang walo at kalahating oras na tulog, makukuha niya ang perpektong 100 marka (*sleep score*) para sa araw na iyon. Ang marka na makukuha at ang *level* ng Snorlax ang magiging batayan para sa mataas na *drowsy power*—kapag mataas ang *drowsy power,* mas maraming pokémon at estilo ang makakasalamuha. May tsansa rin na mahuli ng manlalaro ang matutuklasang pokémon upang magsilbing katuwang sa laro.

Bahagi rin ng pagpapataas ng *level* ng Snorlax ang pagpapakain nito sa mga oras na itinakda: agahan mula 4:00 ng umaga, tanghalian mula 12:00 ng tanghali, at hapunan mula 6:00 ng gabi. Ang pagkain na ibibigay ng manlalaro ay mula sa mga sangkap na kinolekta nito mula sa mga pokémon na nagsisilbing *helper* o katuwang. May limang pokémon na maaaring piliin ng manlalaro bilang katuwang sa pananaliksik sa loob ng laro. Bukod sa mga sangkap na magagamit sa paghahanda ng ihahain sa mga oras na nabanggit, nakakakalap din ang mga katuwang na pokémon ng iba't ibang uri ng *berries* na kagyat na kakainin ng Snorlax at makatutulong din sa pagpapataas ng *level* nito.

Ang mga binanggit na mekanismo ng mga naturang laro ay maituturing *routinal* at hahantong sa mga resultang kanais-nais kung susundin ng isang manlalaro. Para sa PoGo, ito ay ang paglalakad mula isang lokasyon tungong panibago samantalang ang sapat na tulog at de-oras na pagpapakain naman para sa PoS. Samantala, ang hindi pagsunod ay maaaring humantong sa hindi gaanong kanais-nais o hindi kanais-nais na resulta—mababa o pinalampas na tsansang makadiskubre at mahuli ang pokémon na diwa ng mga tradisyonal na larong Pokémon.

Ang Halaga ng mga Biláng at Nag-iibang Resulta

Iba-iba rin ang maaaring kalalabasan sa loob ng larong PoGo batay na rin sa ipinamuhunan (*investment*) ng manlalaro. Habang mas malayo ang inilalakad ng manlalaro at maraming pokéstop o gym ang nadadaanan nito, mas dumarami ang pabuyang matatanggap at tumataas ang tsansang makahuli ng iba't ibang pokémon. Maging ang araw-araw na pagtupad ng *field research* ay may pabuyang maaaring matanggap, kabilang na ang ilang gamit na kailangan para sa pangangalaga ng pokémon. Dagdag pa, naroroon din ang maaaring kalalabasan na maaaring mahuli

ang pokémon o makawala ito sa panghuhuli ng mismong pokémon at nakasalalay ito sa uri ng pokéball na gamit, uri ng *berry* na partikular na epekto sa pokémon, paraan ng pagbato ng pokéball ng manlalaro, at tsansa. Nangangahulugang nakasalalay sa galaw ng manlalaro sa loob ng laro ang mga kalalabasan o *outcome*. Dito pumapasok ang konsepto ng pamumuhunan o "*investment*" na tinatalakay ni Juul bilang katangian ng pagkalaro ng PoGo kung saan may dulot ang pamumuhunan ng isang manlalaro sa kalalabasan ng laro. Nais kong bigyan ng diin na ang pamumuhunang ito ay hindi lamang ang oras at pagsusumikap ng manlalaro, kundi maging ang pamumuhunang pinansiyal. Bagaman kalakhan ng mga lokasyon sa loob ng laro ay pampublikong espasyo, hindi maiiwasan ang paggastos. Ayon sa pananaliksik nina Colley at kaniyang mga kasamahan, binisita ng 60% ng kanilang mga kalahok sa sarbey nang sadya ang isang lugar na bago sa kanila dahil sa laro. Sa parehong pananaliksik, gumastos ang 46% ng mga manlalaro sa mga lugar na kanilang binisita para sa PoGo—ang kalakhan rito ay pagkain (Colley et al., 2017).

Gayundin, nakasalalay ang kahihinatnan sa loob ng larong PoS batay sa uri ng tulog ng manlalaro. Bibigyan ang manlalaro ng ulat ng kaniyang kabuoang tulog sa unang pagbubukas nito ng laro matapos ang kaniyang pagtulog. May tatlong uri ng pagtulog sa loob ng laro na batay sa mga tunog at galaw ng manlalaro habang tulog: *dozing, snoozing* at *slumbering.* Ipinaliwanag ni Pelliccio (2023) kung paano natutukoy ng laro ang estilo ng manlalaro sa pagtulog. Ayon sa kaniya, ang estilong *dozing* ay kung maraming galaw at tunog labas sa paghilik sa kabuoang pagtulog habang *snoozing* naman kung maraming paghilik at *slumbering* kung walang tunog o galaw. Mayroon lamang tiyak na mga pokémon na makikita ayon sa kabuoang uri ng pagtulog na mayroon ang manlalaro.

Nakaangkla rin ang pangangalaga ng mga pokémon ng mga larong PoGo at PoS sa tradisyonal na diwa ng mga naunang laro ng prangkisa. Sa mga naunang *gameplay* ng Pokémon, binibigyan ng pagsasanay sa pangangalaga at atensyon ang mga pokémon upang matunton nito ang pinakamataas na antas at pahimakas na banyuhay (Allison, 2006). Parehong gumagamit ng eksklusibong *candy* ang mga larong PoGo at PoS. Eksklusibo sa esensiyang natatangi ang isang *candy* para sa isang pokémon at hindi maaaring gamitin para sa iba. Sa pamamagitan ng sistemang *buddy* sa loob ng larong PoGo, kumikita ang napiling pokémon ng manlalaro ng *candy* para lang sa kaniya batay sa kilometrong nilakad ng manlalaro at magagamit ito upang palakasin ang pokémon o isailalim

ito sa ebolusyon. Nagagamit ang *candy* sa loob ng PoGo sa pagpapataas ng *combat power* (CP) ng isang pokémon o pagbabanyuhay nito. Ganito rin ang gamit ng *candy* sa loob ng larong PoS. Sa loob ng larong PoS, mayroong katumbas na *candy* rin ang makita at mahuli ang isang pokémon. Kung gayon, nag-iiba ang resulta o kahihinatnan sa loob ng laro batay na rin sa inilaan ng isang manlalaro sa loob ng laro na siyang mga sumunod na pamantayan ng pagkalaro ni Juul.

Ang Pagsusumikap at Pag-angkla ng Manlalaro at ang Resultang Isinailalim sa Negosasyon

Bagaman maraming pananaliksik ang nagsabi na naeengganyo ng mga larong gumagamit ng pisikal aktibidad ang manlalaro sa maikling panahon tulad kina Althoff et al., (2016), Khamzina et al. (2020), Serino et al. (2016), at Wang (2021), tinatayang isa hanggang dalawang linggo lamang, magsisimulang mawala ang pananabik ng mga gumagamit nito kinalaunan (Baranowski, 2016). Upang mapanatiling buhay ang laro, naglulunsad ng mga aktibidad o *event* at halimbawa nito ang pinakamalaki at taunang *event* sa loob ng laro, ang *Pokémon Go Fest* na ginaganap sa mga gitnang buwan ng taon. Bagaman mayroon itong mga *host city* (hal. Sendai ng Japan, Madrid ng Espanya at New York ng Estados Unidos para sa 2024 na Pokémon Go Fest), maaaring makilahok ang sinumang manlalaro saan mang panig ng mundo sa taunang aktibidad na ito para magkaroon ng mga eksklusibong gamit at makaengkwentro ng bago o bibihirang pokémon. Nangangahulugan ito na may katumbas na pabuya sa loob ng laro ang paglalaan ng isang manlalaro ng rekurso nito—mapa-oras o salapi ito. Sa ganitong paraan rin ipinanatili ng PoS ang interes ng mga manlalaro nito. Upang maiwasan ang maging *routinal* o paulit-ulit, may isinasagawang mga aktibidad sa loob ng laro. Halimbawa, makikita lamang ang pokémon na Entei sa isang partikular na lokasyon sa loob ng dalawang linggo at mahuhuli lamang ito sa pamamagitan ng paglahok sa loob ng laro.

Inilarawan rin ni Juul (2003) na may tendensiya sa pagkagiliw ng isang manlalaro sa laro dahil sa pinamuhunan nito at bahagyang responsable ang manlalaro sa kalalabasan ng laro sa pamamagitan ng pamumuhunan. Halimbawa, kung malaki ang ipinamuhunan ng manlalaro sa pamamagitan ng paglalaan ng panahon para sa PoGo, mas makahuhuli ito ng maraming pokémon at makakukuha ng maraming gamit. Samantala, kapansin-pansin na *routinal* o may gawi ang larong PoS na nakaangkla sa panahon. Hindi tulad ng PoGo na maaari itong

laruin buong araw, limitado ang mga maaaring gawin ng isang manlalaro sa PoS at mayroon itong mga takdang oras. Dahil limitadong panahon lang ang inilalaan ng mga manlalaro ng PoS, kinakailangan nito ang maláy na paglalaro sa bahagi ng mga manlalaro dahil bagaman bahagi ng gawi ng tao ang pagtulog, kinakailangang maláy ang manlalaro na buksan ang laro bago matulog at kamalayan sa panahon rin ang kailangan para likumin ang lahat ng sangkap para sa pagkain at ang mismong pagpapakain sa Snorlax sa takdang oras.

Nagkakaroon ng sikolohikal na katangian ang laro dahil nagkakaroon ng pagkagiliw ang manlalaro sa kalalabasan sa loob ng laro—maaaring makadama ng katuwaan kung magwagi at ng kalungkutan kung hindi—at bahagi ito ng kontrata ng laro (*game contract*) na sinang-ayunan ng manlalaro (Juul, 2003). Inaasahang makadama ang manlalaro ng PoGo ng tuwa sa tuwing makakukuha ng mga mahirap makuhang gamit tulad ng mga *super incubator* na pampabilis ng pagpisa ng mga itlog o *star piece* na magagamit para magkaroon ng dagdag 50% na *stardust,* gamit para pataasin ang CP ng isang pokémon. Gayundin kapag nakahuhuli ng mga bihirang pokémon tulad ng *legendary* at *shiny.* Ganoon rin ang inaasahan mula sa mga manlalaro ng PoS—makadama ng tuwa sa pagkakadiskubre ng mga estilo ng tulog ng mga pokémon na maituturing bibihira at maging ang pagkakahuli ng pokémon para maging bahagi ng koleksiyon o maging katuwang sa loob ng laro.

Dito na pumapasok ang mga negosasyon na isinasagawa ng mga manlalaro upang maging paborable ang resulta sa loob ng laro. Ipinaliwanag ni Juul (2003) na maaaring (opsiyonal lamang) may kapalit sa tunay na buhay ang isang laro at kinakailangang harapin ng manlalaro ang resultang bunga ng kapalit na ito. Binigyan ng diin din ni Juul na oras at enerhiya ng manlalaro sa tunay na buhay ang inaasahang kapalit ng mga itinakdang tagumpay sa loob ng mga laro. Sa kaso ng PoS at PoGo, higit sa oras at enerhiya ang inaasahang maaaring ipalit ng manlalaro para umusad nang mabilis sa loob ng laro. Maaaring ituring na isang dagdag na kapalit ng manlalaro ang salapi sa anyo ng mga mikrotransaksiyon at pagbili ng mga *accessory* ng laro tulad ng isang pisikal na *device* na tinatawag na *Pokémon Go Plus+.*

Dahil libre ang mga larong ito sa *mobile phone,* nasa eskema ito ng modelong *freemium.* Modelong *freemium* ang gamit ng mga larong libreng maaakses at malalaro upang kumita sa pamamagitan ng mga mikrotransaksiyon sa loob ng laro (Evans, 2016). Dahil libre ang laro, naroon pa rin ang *grind,* terminong gamit ng manlalaro sa mahabang

oras at laki ng enerhiyang inilaan sa paglalaro. Halimbawa, ang mga evolution stone sa PoGo ay bihirang makuha lang kahit araw-araw pumapasok at tinatapos ang mga araw-araw na gawain (daily tasks) sa loob ng pitong araw. Sa ilalim din ng modelong ito, hindi rin obligado ang mga manlalaro na sumailalim sa mga mikrotransaksiyong ito. Kapalit ng salapi sa tunay na buhay, maaaring bumili ang mga manlalaro ng mga gamit o kondisyon na makatutulong para mapabilis ang kanilang gawain sa loob ng laro o magkaroon ng bentaha. Kung namuhunan ng salapi ang manlalaro, may lamáng na siya agad kung ikokompara sa ibang hindi gumastos sa loob ng mga larong PoGo at PoS. Halimbawa, maaari itong makabili ng mga mahirap makuha o bibihirang gamit sa PoGo o makabili ng mga partikular na tiket para magkaroon ng akses sa mga *event* na may eksklusibong pabuya. Gayundin, makatutulong para mapabilis ang pagtaas ng *level* ng Snorlax at kinalaunan ay mas maraming makikita at mahuhuling pokémon sa larong PoS ang isang manlalaro kung mayroon ito ng mga partikular na gamit na mabibili sa loob ng laro. Kung gayon, pinakaoptimal na pabuya ang pamumuhunan nang parehong oras at salapi sa loob ng mga larong PoGo at PoS.

Bagaman *mobile phone* ang pangunahing teknolohiyang gamit para malaro ang PoGo at PoS, maaaring bumili ang isang manlalaro ng *device* na kung tawagin ay *Pokémon Go Plus+*. Isa itong *device* na magagamit para sa parehong laro at naikokonekta sa *mobile phone* gamit ang *bluetooth*. Malaking bentaha ang pagkakaroon ng isang manlalaro ng PoGo nito dahil ang *device* na mismo ang awtomatikong huhuli ng mga pokémon at kukuha ng mga gamit sa mga pokéstop habang naglalakad ang manlalaro; bagkus, pinabilis nito ang usad ng manlalaro sa loob ng laro at nakapagbibigay ng *convenience*. Samantala, magagamit rin ng manlalaro ng PoS ang naturang *device* upang itala ang kalidad ng pagtulog sa gabi, imbis na *mobile phone*. Sa ganitong sitwasyon, nakatitipid ng baterya ang *mobile phone* at relatibong ligtas ito mula sa *overheating*. Ang *Pokémon Go Plus+* rin ang *device* na naglilingkis sa dalawang laro dahil may dagdag na pabuya araw-araw sa PoGo at PoS kung naglalaro ka ng parehong laro—nangangahulugang may kakayahan itong hatakin ang manlalaro na laruin ang parehong laro at maglaan pa ng mas maraming oras at enerhiya upang matiyak ang hustong gamit ng *device*.

Pangangapital sa Gitna ng Kalagayang Ginhawa sa Pilipinas

Nagpapatuloy ang PoGo bilang isang laro sa loob ng walong taon dahil sa espasyong ibinigay ng laro para kumita pa ang kompanya. Katunayan, kumita ang The Pokémon Company ng 11.6 bilyong dolyar sa pagbibigay ng lisensiya ng kanilang produkto noong 2022 at tumaas nang 36.5% sa kinita nito noong 2021 na 8.5 bilyong dolyar (McEvoy, 2023). Gayon din, kinopya rin ng PoS ang modelo ng PoGo sa usaping *publishing platform* at monetisasyon. Binigyan ng depinisyon ni Haiven (2017) ang pinansiyalisasyon bilang isang kultura kung saan lumalago ang sektor ng pinansiya, *insurance* at *real estate* kung ikokompara sa iba. Sinasalamin ng Pokémon ang disposisyon at pag-uugali na kinakailangan sa isang lipunang pinansiyado sa pamamagitan ng sistema nito ng pangangalaga (*affect labor*) at serye ng pangangasiwa sa loob ng laro; maihahalintulad ang mga ito sa lipunang pinansiyado kung saan kinakailangan ng isang tao na mangasiwa upang maiwasan ang mga panganib, lumahok sa mga kompetisyon, tumaya, at humanap ng oportunidad para sa kita (Haiven, 2017). Ganito rin ang eskema na bitbit ng parehong larong PoGo at PoS, ang pagtatalaga ng kaayusang paglahok sa pangangalaga ng Pokémon sa loob ng mga laro ay nangangahulugang kinakailangang mamuhunan at tumaya at lumahok sa alituntunin ng mga laro—maging aktibo para sa PoGo at matulog nang tama para sa PoS, mga bahagi ng pagkaginhawa o wellness.

Matagal nang nakaugat na ang ginhawa sa kamalayang Pilipino. Dinalumat ni Macawili (2023) ang ginhawa sa kasaysayan ng bansa at ikinakawing niya ito sa usaping sosyo-ekonomiko at sosyo-politikal tulad ng hanapbuhay at kabuhayan, at ang pagbawi sa kalayaan mula sa mga kolonisador nito ay pagbawi ng ginhawa. Gayundin, kaniyang ibinahagi na sa kulturang Pilipino bago pa ang mga kolonisador, ang *pangangayaw* o pangunguha ng mga alipin bilang isang instrumento sa pagdaragdag ng lakas-tao sa pagsasaka na nakakawing pa rin sa usaping ekonomiko. Gayundin, sa pagtalakay ni Villan (2013) ng ginhawa, tinalakay niya na bahagi ito ng katarungan bilang kolektibong kamalayan. Tinalakay rin niya na nakapaloob ito sa lawas o katawan na itinuturing hindi lamang bilang isang sisidlan ng kaalamang Pilipino kundi lumilikha at gumaganap ng mga "makahulugan (*meaningful),* makatuturan (*essential*), at makabuluhang (*relevant*) na mga gawaing pampananagisag." Kung gayon, nakatali ang usaping ginhawa sa katawan. Hindi nalalayo ang mga ito sa konsepto ng ginhawa mula sa saliksik ni Paz (2008). Sa pananaliksik niya sa mga pangkat-

etnolingguwistiko sa bansa, naiiugat ang konsepto nito hindi lamang sa usaping ekonomiko kundi maging sa mga pangarap, pagtamasa ng mga materyal na bagay, at mga ugnayang espirituwal, sosyal, at pangkalikasan. Magandang bigyan ng diin rito ang ibinahagi niyang pag-ugat ng ginhawa sa ugnayang sosyal at ang pangangahulugan na ang kaginhawahan ay pagkakaroon ng aktibong partisipasyon ng isang indibidwal kaisa ang komunidad. Dagdag ni Paz, hinahangaan at inirerespeto ang isang indibidwal na mayroong aktibong partisipasyon at pakikiisa sa komunidad nito. Pareho rin na binigyan ng diin ni Macawili, (2023) na kolektibo ang usapin ng ginhawa. Hindi naiiba ang mga pahayag nina Paz at Macawili sa konsepto ng pangangalaga-ng-komunidad (*community care*) ni Meg Yarcia (2022) na mas kilala bilang *Dear Meg*, isang popular na sikolohista. Ayon sa kaniya, ang pangangalaga-ng-komunidad ay pagkalinga sa kapuwa sa pamamagitan ng pagtulong, pagtalikod sa kaisipang umiinog ang mundo sa atin, at ang pakikiisa sa mga panawagang solusyon sa problema ng bansa. Dagdag niya, nangangahulugan na noon magpahanggang ngayon, nakaugat ang ginhawa sa komunidad na kinabibilangan. Taliwas ito sa mga tinalakay niyang Kanluraning konsepto ng pangangalaga-ng-sarili (*self-care*) upang mapanatili ang ginhawa (*wellness*) na nakagiya sa kapitalistikong gawain ng isang indibidwal. Nakagiya ang mga naghaharing kaisipan ng pangangalaga-ng-sarili sa konsumerismo at kapritso-ng-sarili (*self-indulgent*). Maituturing na nakaangkla sa kolonisador at Kanluraning konsepto ang temang ginhawa ng mga larong PoGo at PoS dahil nakagiya ang mga aktibidad sa loob ng mga laro tungo sa indibidwalistiko at opsiyonal na paggastos upang makamit ang ginhawa.

Gayon din, maituturing na isang umuunlad na paksa pa lamang ang ginhawa sa bansa at kalakhan ay nakatuon sa usaping self-care o pangangalaga-ng-sarili. Katunayan, 2023 nang ilabas ng Kagawaran ng Kalusugan ang mga Pambansang Layunin sa Kalusugan [National Objectives for Health] mula 2023 hanggang 2028 bilang pagtalima sa Batas Republika 11223 na *Universal Healthcare Act.* Isa sa mga adyenda rito ang usapin ng ginhawa at ang tatlong estratehiya ng pamahalaan upang tugunan ito: pagpapaunlad ng akses sa mga serbisyong kalusugang may kinalaman sa mga sakit na mental, neurolohikal, at *substance use*, pagsasama ng mga lapit na may tuon sa kliyente tulad ng pag-aalagang holistiko at gawing institusyonalisado ang Enhanced Treatment Program para sa mga serbisyong *outpatient* ng mga gumagamit ng droga (Department of Health, n.d.). Ayon sa Kagawaran, binanggit sa

ikalawang estratehiyang may tuon sa pangangalagang holistiko ang pagtitiyak ng mga konsiderasyong kasarian sa mga pasilidad at serbisyo, gayundin ang paglalahok ng kultura at sining Pilipino sa mga pasilidad.

Sa konsumeristang pangangalaga-ng-sarili nakakapit ang mga larong PoGo at PoS. Tinawag rin bilang "*lifestyle gamification*" (Burton, 2023, par. 9). Una, ipinaloob nito ang mga gawaing pangangalaga-sa-sarili tulad ng pag-eehersisyo at pagtulog o pagkain nang maayos sa lohika ng mga laro. Dahil ang lohika ng laro ay makompleto ang mga pokémon, papaloob ang manlalaro sa mga mekanismo ng laro: ang malay na paglalaro at ang paglalaan ng oras, enerhiya, o salapi upang umusad sa laro. Maaaring hindi rasyonal para sa isang hindi manlalaro ang maglaan ng mga ito para sa isang laro lamang, pero lumilikha ang laro ng sarili nitong rasyonal. Ayon nga kay Woods (2022), gumagawa ng makatwirang lohika ang laro sa pamamagitan ng paglikha ng bagong halaga sa loob ng laro. Halimbawa, maaaring walang halaga ang isang natatanging pokémon tulad ng isang *shiny* at *legendary* na pokémon na may perpekto o halos perpektong estadistika sa hindi naglalaro ng PoGo, ngunit isa itong malaking tagumpay sa pangongolekta ng pokémon at kaiinggitan ng iba pang manlalaro. Habang namamayagpag ang konsumerista at kapritsosong pangangalaga-ng-sarili, salat ang kasalukuyang sistema ng pampublikong kalusugan sa usapin ng pagkaginhawa. Sa ulat noong 2019, ikaapat ang mga Pilipino sa mga walang sapat na tulog batay sa rekomendasyong pito hanggang siyam na oras na tulog (Baron, 2019). Sa ganitong kalagayan at sa konsumerista at kapritsosong diwa ng pangangalaga-ng-sarili humuhugot ang larong PoS ng rasyonale na ang ginhawa ay isang indibidwal na gawain.

Hindi lamang ang prangkisa ang nakikinabang sa ganitong eskema, kundi maging ang mga *developer* at ang mismong platapormang *digital* kung saan maaaring i-*download* ang laro. Halimbawa, sa estadistika ni Curry (2026), patuloy ang pagtaas ng halaga ng kompanyang Niantic, ang *developer* sa likod ng PoGo mula sa halagang 150 milyong dolyar noong 2015 hanggang sa 9 na bilyong dolyar noong 2021 dahil sa kasikatan ng larong PoGo. Bukod sa halaga ng kompanyang kinamal mula sa tubò ng larong PoGo, kumikita ang mga platapormang *digital* kung saan maaaring i-*download* ang laro. Ayon din sa naturang estadistika, noong 2019, kumita mula sa Google Play ng 482 milyong dolyar ang larong PoGo at 412 milyong dolyar naman sa iOS noong 2019. Gumagalaw ang mga plataporma na tila mga "*matchmaker*" ng mga konsumer at ng gobyerno, iba't ibang uri ng negosyo, o mga organisasyong *nonprofit*, at

umaayon ang mga kultural na produkto sa batas rin ng platapormang *digital* (Bonini & Treré, 2024:109). Dagdag nila, hinuhulma ang mga laman ng laro upang umayon sa monetisasyon o kita ng plataporma. Halimbawa, nagkaroon ng kolaborasyon ang larong PoGo at Globe noong 2016 kung saan naging mga pokéstop at gym ang mga tindahan at mga *charging station* ng Globe at libreng malalaro ang PoGo kung gagamit ng partikular na *mobile promo* ng Globe ang manlalaro (Dela Paz, 2016). Sa ganitong pagkakataon, magkakasama ang Globe Telecom na kompanyang pantelekomunikasyon, ang The Pokémon Company na kompanyang prangkisa at ang Niantic Inc. na kompanyang *developer* upang tiyakin ang tuloy-tuloy na pasok ng kita sa loob ng larong PoGo. Nito lamang ring 2024, inilunsad ang tambalan sa pagitan ng prangkisang *Pokêmon* at ng *convenience store* na 7-Eleven. Sa ilalim ng tambalang ito, pokémon stop na ang lahat ng 7-Eleven simula noong Oktubre ng 2024 at ang ilan sa mga produktong ibinebenta ay naka-empake sa tema ng laro (Severo, 2024). Sa ganitong paraan, pumapasok ang mga platapormang *digital* tulad ng Google Play at Apple bilang mga ahente sa pagitan ng mga *developer* at mga manlalaro kung saan ang mga *developer*, manlalaro, maging ang mga likha tulad ng mga laro ay umaayon sa hulma o patakaran ng plataporma. Gayundin, naipapasok ang iba pang kolaborasyon ng *developer* at ng mga kompanya sa bentaha na modelong *freemium* ng mga laro.

Buod, Kongklusyon, at mga Rekomendasyon

Itinanghal ng mga larong Pokémon Go at Sleep ang pagsasalaro ng usaping ginhawa upang kumita. Gamit ang mga pamantayan sa pagkalaro ni Juul (2003), ipinakita ang ilang aspektong pangkalusugan na may kinalaman sa ginhawa sa pamamagitan ng pagsasalaro nito. Ginamit ng saliksik na ito ang anim na katangian ng isang laro ni Jesper Juul: (1) ang mga tuntunin, (2) ang mga naiiba at mabibilang na kinalabasan, (3) ang halaga ng kinalabasan, (4) ang pagsusumikap ng manlalaro, (5) ang pag-angkla ng manlalaro sa kinalabasan at (6) ang kahihinatnang maaaring isailalim sa negosasyon.

Tiniyak ng mga *developer* na nakapaloob sa mekanismo ng mga laro (*games' mechanics*) ang paglakad at pagtulog bilang bahagi ng ginhawa (*wellness*) at itinali sa mga itinakdang tagumpay sa loob ng laro ang mga aktibidad. Dagdag pa, nakabatay sa bilang o kalkuladong ipinamuhunan ng mga manlalaro ang tagumpay nila sa loob ng laro. Ipinakita sa ilang halimbawa sa loob ng mga larong PoGo at PoS ang ipinamumuhunang

panahon at enerhiya sa realidad upang maabot ang mga itinakdang tagumpay. Kung gayon, pagsusumikapan ng mga manlalaro na sumunod sa mga tuntunin upang maabot ang itinakdang tagumpay sa loob ng laro. Gayundin, gumagawa ng paraan ang *developer* tulad ng palagiang paglalabas ng bagong pokémon o paglikha ng bagong *event* upang tiyakin ang tuloy-tuloy na pagkawili ng mga manlalaro at iwasan ang pagbitiw nito sa paglalaro. Sa pamamagitan ng negosasyon, sisikapin ng mga manlalaro na sulitin ang rekursong mayroon sila sa realidad—panahon at enerhiya—upang maabot ang itinakdang tagumpay ng *developer* sa loob ng laro. Dito ipinakilala ang salapi o paggastos bilang ikatlong rekursong maaaring ipamalit ng mga manlalaro para magkaroon ng bentaha (*advantage*) sa loob ng laro at mas mabilis na maabot ang itinakdang tagumpay sa loob ng laro. Maaaring gumastos upang mabili ang mga espesipikong gamit sa loob ng mga laro na may espesyal at positibong epekto sa manlalaro sa loob ng laro. Gayundin, gagastos ang manlalaro kung bibili ito ng mga *accessory* tulad ng *Pokêmon Go+ Plus* na may malaking bentaha sa mga manlalaro sa aktwal na paglalaro ng parehong PoS at PoGo. Magandang bigyan ng diin rito ang salitang "maaari" dahil opsiyonal lamang ang lahat ng ito sa modelong *freemium.* Makapaglalaro pa rin ng parehong PoGo at PoS nang libre ngunit maaaring mas liyamado ang mga manlalaro kung gagastos o handang magbayad ng totoong pera kapalit ang mga bentaha sa loob ng laro. Sa ganitong paraan, mas lalong nagkakaroon ng pamumuhunan ang isang manlalaro na lalong magtutulak sa kaniya na ipagpatuloy ang paglalaro ang estilo nito ng paglalaro. Maaaring ang pamumuhunang ito ay sa pamamagitan ng salapi na itinuturing opsiyonal ngunit may bentahang kaakibat para sa manlalaro o hindi kaya ay pamumuhunan ng panahon at enerhiya ng manlalaro upang libreng makalahok sa mekanismo ng laro.

Gayundin, binigyan ng rason ang paglalaan ng isang manlalaro ng kaniyang enerhiya, panahon at maging salapi sa pagsasalaro ng pamumuhay (*lifestyle*). Nakakawing ang mga larong PoGo at PoS sa ginhawa bilang isang indibidwal na gawain. Nakagiya ang ginhawa sa mga larong ito bilang isang kapitalistikong gawain na kinakailangang gumastos upang mapanatili ang ginhawa *(wellness)* at pangalagaan ang sarili (*self-care*), taliwas sa konsepto ng ginhawa ng mga Pilipino na nakaugat sa sosyo-politikal, sosyo-ekonomikal at kolektibong kamalayan.

Mahalagang magkaroon ng mga kasunod na pananaliksik ang modelong *freemium* ng mga *mobile game,* lalo na at patok ang mga ito sa mga Pilipinong kumokonsumo nito nang libre. Gayundin, kinakailangang magkaroon ng mga saliksik na tumatalakay sa paglago ng mga platapormang *digital*, sa pangangapital ng mga ito sa modelong *freemium* at kung paano nito hinuhubog ang mga produkto, serbisyo at maging ang mga kumukonsumo.

References

Adobo Magazine. (2016, August 8). *Gotta catch 'em all: Pokémon Go invades the Philippines*. https://www.adobomagazine.com/philippine-news/gotta-catch-em-all-pokemon-go-invades-the-philippines/

Allison, A. (2006). *Millennial monsters: Japanese toys and the global imagination*. University of California Press.

Althoff, T., White, R. W., & Horvitz, E. (2016). Influence of Pokémon Go on physical activity: Study and implications. *Journal of Medical Internet Research*, *18*(12). https://doi.org/10.2196/jmir.6759

Baker, P. (2026, January 17). *How Pokémon became the biggest media franchise on Earth*. The Times. https://www.thetimes.com/business/companies-markets/article/how-pokemon-became-the-biggest-media-franchise-on-earth-q5vmhcwbc

Baranowski, T. (2016). Pokémon Go, go, go, gone? *Games for Health Journal*, *5*(5), 293–294. https://doi.org/10.1089/g4h.2016.01055.tbp

Baron, G. (2019, December 12). *Filipinos rank 4th most sleepless in the world*. Manila Bulletin. https://mb.com.ph/2019/12/12/filipinos-rank-4th-most-sleepless-in-the-world/

Bonini, T., & Treré, E. (2024). *Algorithms of resistance: The everyday fight against platform power*. The MIT Press.

Burton, J. (2023, August 10). *Playing "Pokémon Sleep" could be dangerous for your health, doctor warns*. Newsweek. https://www.newsweek.com/playing-pokemon-sleep-could-dangerous-health-doctor-warns-1816906

Chan, J. (2023, March 1). *Pokémon Sleep will be released this summer for iOS and Android devices*. PinoyGamer. https://pinoygamer.ph/threads/pokemon-sleep-will-be-released-this-summer-for-ios-and-android-devices.21326/

Chapple, C. (2022, June). *Pokémon GO catches $6 billion in lifetime player spending*. Sensor Tower. https://sensortower.com/blog/pokemon-go-6-billion-revenue

Chaput, J.-P., Dutil, C., & Sampasa-Kanyinga, H. (2018). Sleeping hours: What is the ideal number and how does age impact this? *Nature and Science of Sleep*, *10*, 421–430. https://doi.org/10.2147/NSS.S163071

Clement, J. (2022, September 1). *Fastest mobile gaming apps to generate 100 million U.S. dollars in player spending worldwide as of June 2021*. Statista. https://www.statista.com/statistics/1248976/fastest-mobile-games-reach-100-million-player-spending-worldwide/

Colley, A., Thebault-Spieker, J., Lin, A. Y., Degraen, D., Fischman, B., Häkkilä, J., Kuehl, K., Nisi, V., Nunes, N. J., Wenig, N., Wenig, D., Hecht, B., & Schöning, J. (2017). The geography of Pokémon GO: Beneficial and problematic effects on places and movement. *Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1179–1192. https://doi.org/10.1145/3025453.3025495

Cooke, B. (2025, June 23). *Pokemon Green: The game the rest of the world never got*. Tokyo Weekender. https://www.tokyoweekender.com/entertainment/tech-trends/pokemon-green-the-game-the-rest-of-the-world-never-got/

Curry, D. (2026, January 7). *Pokémon Go revenue and usage statistics (2026)*. Business of Apps. https://www.businessofapps.com/data/pokemon-go-statistics/

Dela Paz, C. (2016, October 27). *Pokémon company, Niantic partner with Globe Telecom*. Rappler. https://www.rappler.com/business/150500-pokemon-niantic-partner-globe-telecom/

Department of Health. (n.d.). *National objectives for health, Philippines 2023-2028*. Retrieved https://doh.gov.ph/wp-content/uploads/2024/01/National-Objectives-for-Health-2023-2028.pdf

Diangson, L. (2016, August 17). *Congressman blames Pokemon GO players for Metro Manila traffic*. Yugatech. https://www.yugatech.com/gaming/congressman-blames-pokemon-go-players-for-metro-manila-traffic/

Dunham, J., Xu, J., Papangelis, K., Lalone, N., Saker, M., & Schwartz, D. (2024). Pokémon GO as an advertising platform: The case for locative advertising in location-based games. *Games: Research and Practice*, *2*(1), 1–25. https://doi.org/10.1145/3641509

Evans, E. (2016). The economics of free: Freemium games, branding and the impatience economy. *Convergence: The International Journal of Research into New Media Technologies*, *22*(6), 563–580. https://doi.org/10.1177/1354856514567052

Frasca, G. (2003). Simulation versus narrative: Introduction to ludology. In M. J. P. Wolf & B. Perron (Eds.), *The Video Game Theory Reader* (pp. 221–236). Routledge.

Global Wellness Institute. (2024). *Wellness economy statistics & facts*. https://globalwellnessinstitute.org/press-room/statistics-and-facts/

Haiven, M. (2017). *Monsters of the financialized imagination: From Pokémon to Trump*. Transnational Institute. https://www.tni.org/en/publication/cultural-power

Hara, K. (2023, August 23). *New Pokemon game rewards users for sleeping, becomes instant hit*. NDTV World. https://www.ndtv.com/world-news/new-pokemon-game-rewards-users-for-sleeping-becomes-instant-hit-4330901

Hoffer, C. (2023, August 13). *The Pokemon Company didn't mean to become a wellness brand*. ComicBook. https://comicbook.com/gaming/news/pokemon-sleep-pokemon-go-wellness-brand-plans/

Huțul, T.-D., Karner-Huțuleac, A., & Huțul, A. (2024). "Go-tcha!": The social component of mental health during the Covid-19 pandemic and the benefits of playing Pokemon Go. *Entertainment Computing*, *50*. https://doi.org/10.1016/j.entcom.2024.100649

Jin, D. Y. (2016). Critical interpretation of the Pokémon GO phenomenon: The intensification of new capitalism and free labor. *Mobile Media & Communication*, *5*(1), 55–58. https://doi.org/10.1177/2050157916677306

Juul, J. (2003). The game, the player, the world: Looking for a heart of gameness. In M. Copier & J. Raessens (Eds.), *Level Up: Digital Games Research Conference Proceedings* (pp. 30–45). Utrecht University. https://jesperjuul.net/text/gameplayerworld/

Khamzina, M., Parab, K. V., An, R., Bullard, T., & Grigsby-Toussaint, D. S. (2020). Impact of Pokémon Go on physical Activity: A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, *58*(2), 270–282. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.09.005

Krawanski, F. (2023, November 30). *How many people play Pokemon Go? Pokemon Go player count*. Dexerto. https://www.dexerto.com/pokemon/how-many-people-play-pokemon-go-pokemon-go-player-count-2132719/

Laato, S., Rauti, S., Kordyaka, B., Papangelis, K., Jung, S., Nummenmaa, T., & Hamari, J. (2024). Gamification of walking in nature: A field experiment with Pokémon GO Routes. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, *8*, 1–25. https://doi.org/10.1145/3677075

LaPierre, J. (2019, June 12). *'Pokémon Sleep' and the gamification of health and wellness*. Filament Games. https://www.filamentgames.com/blog/pokemon-sleep-and-the-gamification-of-health-and-wellness/

Macawili, R. A. (2023). Tungo sa isang pilosopiya ng ginhawa [Towards a philosophy of wellness]. *Talas: Interdisiplinaryong Journal Sa Edukasyong Pangkultura*, *7*, 88–112.

McEvoy, S. (2023, August 22). *Report: Pokémon earned $11.6bn in licensed products revenue last year*. GamesIndustry.Biz. https://www.gamesindustry.biz/report-pokemon-earned-116bn-in-licensed-products-revenue-last-year

Medina, A. (2016, August 25). *Pokemon Go is being banned in government offices*. Spot.PH. https://www.spot.ph/newsfeatures/the-latest-news-features/67546/govt-employees-banned-from-playing-pokemon-go-a00169-20160825

Morales, N. J. (2016, August 24). *Philippines bans Pokemon Go in public offices*. Reuters. https://www.reuters.com/article/idUSKCN10Z1T4/

Morris, C. (2016, July 11). *With Pokemon Go, Nintendo's comeback begins*. CNBC. https://www.cnbc.com/2016/07/11/pokemon-go-nintendos-comeback-begins.html

Ong, A. A. D., Tecson, R. M. V., & Danseco, B. M. P. (2014). *Developing an educational augmented reality game on the Battle of Mactan using the Intel Perceptual Computing Kit*. Ateneo Laboratory for the Learning Sciences. https://alls.ateneo.edu/wp-content/uploads/2014/12/Paper-05-FINAL.pdf

Paz, C. J. (2008). Ginhawa: Well-being as expressed in Philippine languages. In C. J. Paz (Ed.), *Ginhawa, kapalaran, dalamhati: Essays on well-being, opportunity/destiny, and anguish* (pp. 3–12). University of the Philippines Press.

Pelliccio, M. (2023, July 22). *How to get each sleep type In Pokemon Sleep*. The Gamer. https://www.thegamer.com/pokemon-sleep-how-to-get-each-sleep-type/

Penalba, L. (2021, October 20). *GMA: Pokémon Indigo League teaser plug (1999)*. Internet Archive. https://archive.org/details/pokemon-commercials-1999-gma-7

Rangel, D. F., Lima, J. S., Da Silva, E. F. N., Ferreira, K. D. A., & Costa, L. L. (2024). Pokémon as a playful and didactic tool for teaching about ecological interactions. *Journal of Biological Education*, *58*(1), 119–129. https://doi.org/10.1080/00219266.2022.2026803

Rodrigo, Ma. M. T., Caluya, N. R., Diy, W. D. A., & Vidal, E. C. E. Jr. (2015, November 30 - December 4). Igpaw: Intramuros—Design of an augmented reality game for Philippine history [Conference Presentation]. *Proceedings of the 23rd International Conference on Computers in Education*. 23rd International Conference on Computers in Education. https://alls.ateneo.edu/wp-content/uploads/2016/01/Paper82-Igpaw-RodrigoCaluyaDiyVidal.pdf

Serino, M., Cordrey, K., McLaughlin, L., & Milanaik, R. L. (2016). Pokémon Go and augmented virtual reality games: A cautionary commentary for parents and pediatricians. *Current Opinion in Pediatrics*, *28*(5), 673–677. https://doi.org/10.1097/MOP.0000000000000409

Severo, J. M. (2024, September 20). *Convenience store releases limited-edition Pokemon packaging, merchandise*. Philstar Global. https://www.philstar.com/lifestyle/food-and-leisure/2024/09/20/2386703/convenience-store-releases-limited-edition-pokemon-packaging-merchandise

Tobin, J. (2004). The rise and fall of the Pokémon empire. In J. Tobin (Ed.), *Pikachu's global adventure: The rise and fall of Pokémon* (pp. 257–292). Duke University Press.

Tobin, S. (2004). Masculinity, maturity, and the end of Pokémon. In J. Tobin (Ed.), *Pikachu's Global Adventure: The Rise and Fall of Pokémon* (pp. 241–256). Duke University Press.

Vidal, E. C. E., Ty, J. F., Caluya, N. R., & Rodrigo, Ma. M. T. (2019). MAGIS: Mobile augmented-reality games for instructional support. *Interactive Learning Environments*, *27*(7), 895–907. https://doi.org/10.1080/10494820.2018.1504305

Villan, V. (2013). Lawas, buut, patugsiling, 'ag dungan: Isang pag-unawa sa papel ng kinagisnang sikolohiya sa kasaysayang kolonyal at himagsikang Pilipino sa Panay, 1896-1898 [Body, consciousness, empathy, soul: Understanding the role of indigenous psychology on colonial history and Philippine revolution in Panay, 1896-1898]. *Daluyan: Journal Ng Wikang Filipino*, *19*(2), 73–110.

Wang, A. I. (2021). Systematic literature review on health effects of playing Pokémon Go. *Entertainment Computing*, *38*, 1–10. https://doi.org/10.1016/j.entcom.2021.100411

Woods, O. (2020). Gamifying place, reimagining publicness: The heterotopic inscriptions of Pokémon Go. *Media, Culture & Society*, *42*(6), 1003–1018. https://doi.org/10.1177/0163443719890528

Woods, O. (2022). The economy of time, the rationalisation of resources: Discipline, desire and deferred value in the playing of *Gacha* games. *Games and Culture*, *17*(7–8), 1075–1092. https://doi.org/10.1177/15554120221077728

Yarcia, M. (2022). *Dear Meg: Advice on life, love and the struggle*. Gantala Press.

Grant Support Details

Author Contributions: Conceptualization, M.H.C.Liwanag; methodology, M.H.C.Liwanag; investigation, M.H.C.Liwanag; data curation, M.H.C.Liwanag; writing-original draft preparation, M.H.C.Liwanag; review and editing, M.H.C.Liwanag; project administration, M.H.C.Liwanag. The author has read and agreed to the published version of the manuscript.

Funding: The author received no specific funding for this work.

Acknowledgements: The author would like to thank her colleagues from the UPLB Department of Humanities, the PoGo community, and her gaming friends.

Conflict of Interest: The author declares no conflict of interest.

About the Author

Si **MARIYEL HIYAS C. LIWANAG** (mcliwanag2@up.edu.ph) ay guro ng Departamento ng Humanidades sa Unibersidad ng Pilipinas Los Baños. Ang kanyang interes pampananaliksik ay araling laro at kritikal na araling wika.