

PROYECTO HUELLA

Prevención de la adicción a las nuevas tecnologías
y al juego online en jóvenes de Cantabria

Dirigido a jóvenes de 13 a 16 años



Buen uso de las nuevas tecnologías
Prevención de riesgos en el juego online
Dinámicas para trabajar las habilidades personales
Servicio de asesoramiento para adolescentes, familias y
centros educativos.

Subvenciona:



Programa de Interés Social financiado con cargo a la
asignación tributaria del IRPF

Imparte:



SENSIBILIZACIÓN AL JUEGO ONLINE

1ª SESIÓN





EL JUEGO

- **Juego de azar** lleva implicado la palabra “**juego**”, lo que puede dar a entender que es un tipo de ocio saludable para las personas, cuyo objetivo es que pasen **un rato entretenido y divertido y que les va a aportar aprendizaje**.
- Por tanto lo primero que tenemos que hacer es definir la palabra **JUEGO**:

“Acción y efecto de jugar por entretenimiento. Ejercicio recreativo o de competición, sometido a reglas, en el cual se gana o se pierde.”

Definición de la RAE

Características del juego

- Es una **actividad** que se lleva a largo de toda la vida, cambiando el contenido del mismo, pero no el **objetivo**, que **es socializar, aprender y entretenerse, disfrutando de la actividad en sí misma.**
- En **la infancia** aparece **el juego simbólico**, en el que a través de esta actividad lúdica se comienzan y afianzan relaciones de amistad, se conocen características del mundo que les rodea y aprenden a crear categorías y comportamientos.
- A través del **rol-play** se aprende a desenvolverse en situaciones de la vida real, fomentando las **habilidades sociales** y promoviendo la práctica positiva de estas. No deja de ser un juego cuyo objetivo es aprender a actuar en determinadas situaciones de la vida diaria.

- Se fomenta el **desarrollo cognitivo** en la búsqueda de **estrategias para mejorar** las probabilidades de ganar, así la **tolerancia a la frustración** en caso de que se pierda.
- Se aprenden y fomentan **valores** como el respeto, la empatía, el trabajo en equipo, la resolución de problemas, la creatividad, la amistad...
- Se adquieren **conocimientos**, entendiéndolos de forma más amena y llevadera, recordándolos a largo plazo, pudiendo explicarlos y aplicarlos.



- Hoy en día, se ha adquirido **otra visión del juego**, que no es tan positiva como parece a simple vista, pero al estar la actividad en cuestión oculta tras esta palabra tan necesaria para nuestras vidas, es por lo que ha ido adquiriendo tantos “jugadores fieles”.
- En esta definición incorpora **otro aspecto** que a la larga, puede ser muy negativo: **la adicción**.
- Pero para llegar hasta ahí, tenemos que definir el proceso.



El juego online, los videojuegos, el juego de azar, en un primer momento se mantiene mediante un uso recreativo, es decir, la persona que juega, puede manifestar ese bienestar por la diversión y la implicación de ganar dinero extra (en caso de los juegos de azar).

No se empieza directamente con un comportamiento adictivo, esto depende del tiempo que se le invierta a esta actividad.

Cuando empieza a ser mayor, tanto el tiempo como el dinero invertido, se empieza a observar un comportamiento abusivo, en el que la persona empieza a sentir necesidad de esa actividad.

Si este comportamiento no se controla desemboca en adicción.



La Adicción

- La **adicción** es la conducta que domina la personalidad, domina sus pensamientos, sus acciones, sus decisiones y resulta de la dependencia hacia una cosa, una conducta, una sustancia o una relación.





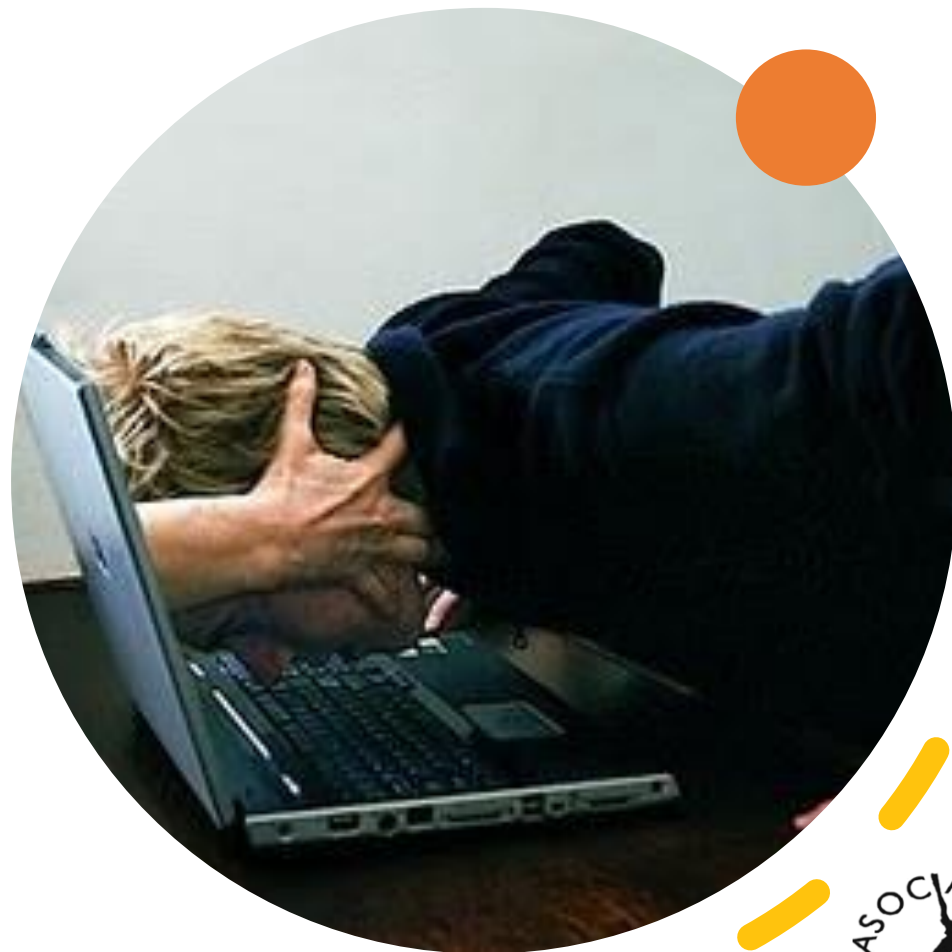
- En la adicción ya no hablamos de encontrar el bienestar que hablábamos en el periodo de uso recreativo. Aquí se trata de **disminuir el malestar** que estamos sintiendo al no tener lo que nos crea esa dependencia.
- Estamos en un estado de continua búsqueda de ese comportamiento, sufriendo ansiedad, malestar físico, irritación..., es lo que se llama el **síndrome de abstinencia** o “mono”. Además, en este estado cada vez necesitamos más tiempo de juego (en este caso) o gastar más dinero, para sentirnos mejor, es lo que se llama **tolerancia**.

- En este momento **nos olvidamos de otras actividades** que antes nos daban ese bienestar, esa diversión, **no somos conscientes del gasto** que estamos realizando y peor aún, solamente vemos el problema en el dinero, cuando no tenemos, buscamos de donde sea, pidiendo, robando, a base de créditos... Y vuelta a empezar.
- También se pueden observar **mentiras** o encubrimiento de lo que se hace, incluso cuando se tiene muchas pérdidas, lo intentan recuperar apostando más.



¿Qué explica la relación entre adicción y juegos de azar?

- **La base de los juegos de azar es el dinero.** El objetivo del juego ya no es pasarlo bien, aprender o socializar, es ganar dinero y preferiblemente más de lo que has gastado.
- Esa **motivación es externa** y es algo que crea adicción.
- La **gran accesibilidad a lugares físicos y online** (es decir, tienes posibilidad de jugar durante las 24 horas del día, de cualquier día (festivo o no)).
- **Apuestas de bajo coste:** no hace falta que tengas mucho dinero para apostar, ya que es una manera de abrir el público objetivo.



¿Qué explica la relación entre adicción y juegos de azar?

- **La recompensa es inmediata**, ganas o pierdas, lo sabes en el momento.
- **Ilusión de control** en las diferentes decisiones que realizas (simplemente das botones), pero hace creer al que juega que tiene la habilidad y la estrategia para obtener ganancias, según el botón que pulse.
- **Los sonidos, luces, imágenes...** son reforzadores que hace que la atención sea más plena y que la persona que esté jugando, solamente se concentre en dicha actividad.



MUCHAS GRACIAS

Asociación La Columbeta

Info.lacolumbeta@gmail.com

