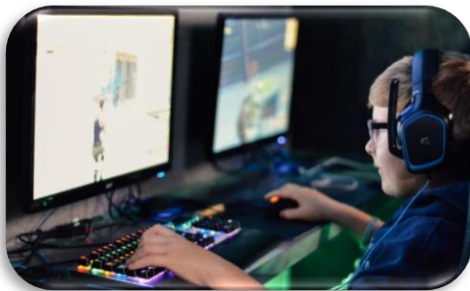


9 de junio de 2020

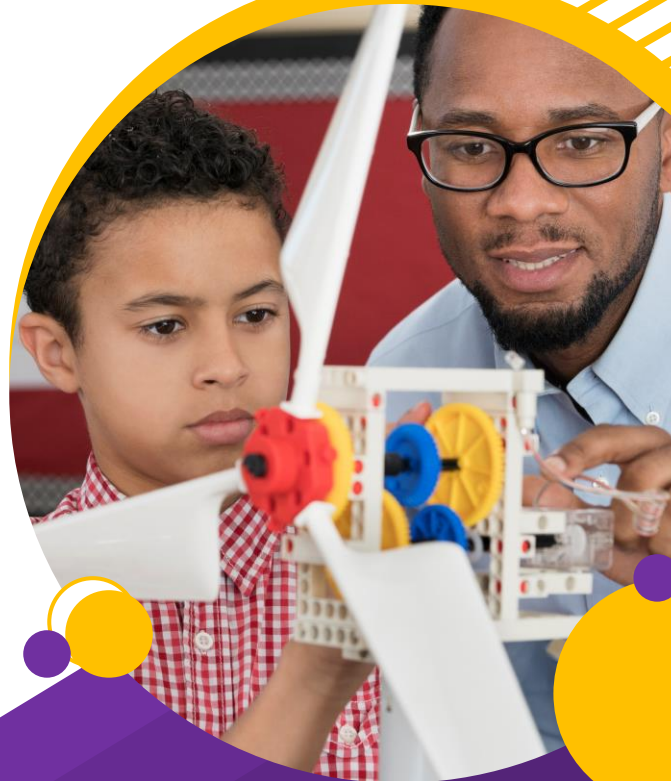
¿Los video juegos afectan el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes?

La relación que generalmente ocurre cuando se habla de videojuegos y niños es asociar negativamente que el primero es una causa que repercute sobre el "sano" desarrollo de los chicos y chicas. La idea anterior se debe de analizar caso a caso y teniendo en cuenta los intereses de sus hijos e hijas.

¿Puede servir los videojuegos en el desarrollo psicológico de los niños y niñas?



Los niños y niñas nacidos después de los años 2000 son considerados *Nativos Digitales*. Los Nativos Digitales son toda una generación que creció viendo y usando la pantalla (Tvs, Pcs, Celulares, Tablets, etc.). La relación tecnológica de la "generación Z" es pocas veces comparable con las otras generaciones anteriores, debido al masivo uso de Tics actualmente. Es decir, las condiciones de estimulación del desarrollo de los niños actuales se notan así irremediamente condicionada las nuevas tecnologías.



Te recordamos el Departamento de Psicología esta a su servicio, agenda tu cita en los correos psicologiarmenia@fmsnor.org o psicologia2armenia@fmsnor.org



1. Consecuencias positivas de los videojuegos en niños.



Los videojuegos estimulan algunas de las capacidades psicológicas humanas básicas como la atención, la memoria, la percepción, la discriminación, la categorización y la experimentación. Esto se debe a que los videojuegos exigen una gran demanda de información, el acoplamiento a una interfaz virtual y un modelo idiosincrático dentro del juego, en el que cada niño debe acomodarse.

Otras capacidades que se desarrollan son: aumento de la motricidad fina, aumento del vocabulario y aumento sobre la interpretación de signos-símbolos. En algunos juegos en inglés, la estimulación de la lectura en otro idioma también se convierte en un evento necesario. Finalmente la creación de lazos virtuales con otras personas dentro de juego termina siendo un objeto de análisis sobre la forma en cómo actualmente nos vinculamos con el otro.



2. Consecuencias negativas de los videojuegos en niños.

Dentro de las consecuencias negativas de uso de videojuegos se encuentran: procrastinación de tareas o incumplimiento de responsabilidades, baja socialización cara a cara con los otros, pérdida de espacios vinculados con la familia y disminución en el manejo del estrés, tolerancia a la frustración y capacidad de autorreflexión.



Los chicos y chicas deben regular sus tiempos de juegos con los diferentes dispositivos. Lo anterior depende en gran medida de la familia en principio, ya que es esta quien implanta la norma y restricción en los usos excesivos de los videojuegos. Los chicos al sumergirse en el mundo virtual de los juegos pierden noción del tiempo, pasando horas frente a la pantalla. Como consecuencia inmediata al número de horas frente al videojuego, las relaciones con los otros en casa disminuyen y tienden a ser cortas. Debido a que los niños están generalmente solos jugando, tienden a ser irritables ante las situaciones problemáticas, debido a que la mayoría de los juegos versan sobre la competencia, el ganar, el apostar o el ganar recompensas para subir de nivel.



¿Qué se debe tener en cuenta a la hora de permitirle a mi hijo usar algún videojuego frecuentemente?

Algunas de las pautas para responder de manera adecuada y respetando el deseo de los chicos por jugar videojuego son:

- 1. Limitar los juegos diarios:** el poder jugar con los videojuegos debe tener límites durante el día. Evitar juegos nocturnos entre semana permite que no haya un trastorno del sueño.



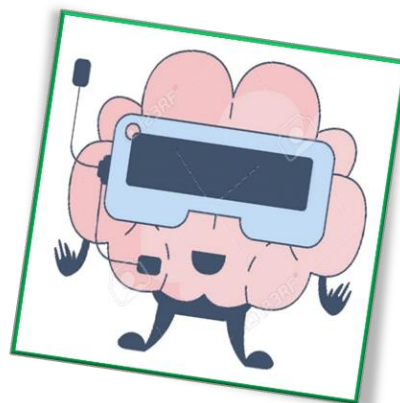
- 2. Limitar los juegos si existen otras responsabilidades:** el acceso al juego debe ser algo que ocurra cuando otras tareas hallan terminado. Responder con la responsabilidad de la escuela y las tareas, la organización del cuarto o la ayuda en otras tareas de la casa, deben ser las tareas terminadas para iniciar los espacios de juego virtual.



- 3. Limitar el tipo de juego según la edad:** los juegos de muerte, agresión, abuso verbal, con contenido grotesco, entre otros, deben ser juegos omitidos en los primeros años de vida. Evitar los juegos agresivos u hostiles permite que los niños construyan ideas reales sobre la resolución de conflictos o la forma en cómo relacionarse. Es común que el niño quiera jugar a policías y ladrones, pero no que el niño quiera jugar a matar a los malos.



- 4. Disponer de espacios propios y privados para jugar:** los espacios de los fines de semana deben ser momentos consensuados, donde la familia conozca en general la temática de los videojuegos para permitirle al niño jugar solo. El juego también es algo privado que deben de construir los niños, por eso permite jugar a niño y aún más, juega con él.





Signos de alarma ante el exceso de videojuegos en la vida de los pequeños



Los signos de alarma que las familias deben de tener en cuenta cuando el uso de los videojuegos se está saliendo de control por parte del niño son los siguientes:

1. Aumento de la irritabilidad.
2. Baja inteligencia emocional.
3. Poca interacción social.
4. Cambios anímicos arbitrarios.
5. Aumento de conflictos familiares por responsabilidades no atendidas.
6. Trastornos del sueño.
7. Bajo rendimiento académico.

En cualquiera de los casos, es importante que las familias busquen ayuda profesional cuando detecten alguno de los signos de alarma anteriores. Lo importante es cuidar la salud de los nuestros.

Factores protectores

Una serie de medidas de protección ayudan a prevenir y minimizar los riesgos que implica las nuevas tecnologías para los menores, por lo que es importante que los esfuerzos se dirijan a potenciar:

- ✓ Habilidades personales: autoestima asertividad, habilidades sociales y de solución de problemas.
- ✓ Protección desde la familia: habilidades de comunicación familiar, normas y límites, alternativas de ocio y tiempo libre, ejemplo dado a los hijos.



“No lo olvidemos: con Jesús lo tenemos todo, y sin Jesús no tenemos nada.”

MARCELINO CHAMPAGNAT