



Juego, apuestas y desarrollo del autocontrol

En la actualidad la palabra “juego” ha ido ganando, en primer lugar, diferentes **ámbitos de participación**. Es decir, nuestros hijos e hijas pueden “jugar” con los miembros de nuestra familia, con las amistades del barrio, con las amistades de los centros escolares a los que acuden cada día y además, pueden jugar con todos y todas ellas estén presentes o estén en cualquier otro lugar del mundo. De la misma manera se amplía el juego con personas que no conocemos y con las que conectamos o conectan nuestros hijos e hijas a través de los juegos en red.



Evidentemente la razón principal de esta amplitud en el ámbito de la participación es el desarrollo de las redes sociales y la magnitud de las mismas. En sí mismo este elemento de cambio no es ni positivo ni negativo sino que va en consonancia con el desarrollo tecnológico actual y sí conlleva un nuevo “control”, una nueva “supervisión” por parte de los adultos implicados.

En segundo lugar, el “juego” ha ido ganando en **accesibilidad**. Es decir, podemos “jugar” con los juegos que nos enseñan nuestras familias, con los juegos que aprendemos en la calle, con los juegos que conocemos a través de los medios de comunicación, con los juegos que conocemos a través de las redes sociales...bien porque nos relacionamos con nuestro entorno, interactuamos con vecinos, vecinas y amistades o bien porque a través de los medios y las redes interactuamos con otras personas conocidas (deportistas, actores o actrices...) o desconocidas que nos facilitan nuevas informaciones sobre los juegos. Por tanto de nuevo las personas adultas involucradas en la educación de sus hijos e hijas tienen un elemento nuevo de “supervisión” y “control” ni positivo ni negativo en sí mismo.



En tercer lugar, el “juego” ha ido ganando en la **satisfacción** que genera. Las posibles razones en este sentido pueden ser dos bien diferentes. Una, porque antes la persona que participaba en el juego se sentía reconfortada, ilusionada, satisfecha o aplaudida, con y por el grupo en el que participaba y en la actualidad esas emociones son compartidas, se extienden a mayor número de personas por lo que según de qué tipo de juego se trate, tus habilidades y/o logros son reconocidos por mayor número de personas, se consigue una respuesta más fortalecida por el grupo. La segunda sería la satisfacción inmediata que se obtiene. Ocurre que el número de partidas ganadas o perdidas que se mezclan aleatoriamente (en los juegos de azar) o que son respuesta directa de nuestra ejecución, provocan que en muy poco tiempo y prácticamente sin mucho esfuerzo consigamos “ganar” (puntos, dinero...) ¿por qué no continuar jugando?

Si preguntamos a niños y niñas y adolescentes nos responden:

“Espera, si es un momento”

“es que no puedo parar, es genial!”

“Que voy el primero, no lo voy a dejar ahora”

“Espera, que he perdido tres hasta que los recupere”...

“No me fastidies ahora, que estoy en lo mejor!”

Mismas respuestas que se repiten en los adultos que también juegan.



Ante el juego por tanto se muestra un deseo irreprimible de seguir jugando, lo cual no significa una adicción sino un deseo de no parar con comportamientos repetitivos, una dificultad para resistirse, en definitiva una dificultad en el control de los impulsos. Y no se trata de niños, niñas, adolescentes y/o personas adultas “débiles” ni solo de personas que dispongan de mucho tiempo libre, o que tengan preocupaciones. Se trata de personas a las que les cuesta “autocontrolarse”, a las que les resulta difícil decirse a sí mismos y/o mismas “no”, mostrando que tienen dificultades para APLAZAR los impulsos o deseos de jugar.

Por último algunas recomendaciones que como adultos debemos “supervisar” en relación a este ámbito de nuestros hijos e hijas y de nosotros y nosotras mismas son:

- Que conozcamos a qué juega (normas del juego, participantes, objetivos...)
- Que limitemos los tiempos dedicados a uno u a otro juego (independientemente del resultado)
- Que alternemos juego, con lectura, con salidas...con otras actividades

