

## CONSEJOS PRÁCTICOS PARA FAMILIAS

### Consejo 9. ¿Conoces el universo de los videojuegos, juegos online / multijugador?

1. Los videojuegos son las nuevas tecnologías que más han crecido y más han revolucionado el ámbito de ocio y tiempo libre. Algunas estadísticas dicen que más del 80% de las personas menores entre 7 y 13 años juega habitualmente.
2. Debemos saber que es un espacio intergeneracional en el que juegan personas menores de edad y personas adultas de manera compartida.
3. Pueden ser muy adictivos, ya que son muy divertidos y motivadores. Además, es habitual que el propio juego incite hacia la conexión continua con elementos estimulantes constantes. Para evitar un uso excesivo, será fundamental intercalar el tiempo dedicado a jugar con los videojuegos y el tiempo de ocio dedicado a otras actividades.
4. Los videojuegos se han convertido en una herramienta de ocio frecuente, especialmente entre los y las jóvenes. En casa, es prudente colocar la videoconsola o el ordenador en un espacio común, para de esta forma evitar que el o la menor permanezca aislado.
5. En la negociación de uso, pueden aparecer temas relacionados con la temática y contenido del juego y la manera en que aparentemente se acerca a la realidad (es aquí donde más debate tendréis en casa).
6. La persona adulta es quien debe hacer una rigurosa selección de los contenidos y edad de los juegos. Si no se invierte tiempo en esta selección, podemos exponer al menor a contenidos que no corresponden con su edad (violencia, sexo, conflictos...). Las familias debemos atender a las recomendaciones de los fabricantes según los códigos establecidos. Para saber si un videojuego es adecuado según la edad, mira los símbolos del código PEGI (sistema de clasificación de videojuegos). Sin embargo, hay que tener en cuenta que no todos los niños y niñas tienen la misma madurez.
7. Desde el punto de vista positivo, es evidente que los videojuegos son divertidos, estimulantes y ayudan a desarrollar habilidades en los y las jóvenes. Entendemos que jugar a videojuegos es una buena forma de invertir el tiempo libre, siempre y cuando no sea la única (deportes, actividades al aire libre, actividades en familia, amistades, actividades culturales...)
8. Una excesiva dedicación puede crear problemas de aislamiento y dificultades en el desarrollo de habilidades sociales.
9. Pese a que a veces no lo tenemos en cuenta, los juegos multijugador (múltiples participantes) son un espacio donde se juega con gente desconocida (que pueden ser personas adultas) con opción de conversar y compartir información personal. Debes enseñar a tu hijo o hija a no compartir información privada que pueda identificarle o perjudicarlo. Muchas personas entienden los videojuegos multijugador como nuevas redes sociales, por ello, es recomendable jugar con amigos y amigas (personas conocidas y de su edad).
10. Recomendamos elegir algún juego para toda la familia, con el que además de crear espacios compartidos, tu hijo o hija aprenderá a gestionar tiempos, respetar turnos, etc.