



4º ESO
ACTIVIDAD
1

CUELQUE TOTAL

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística
- Competencia digital
- Competencias sociales y cívicas

OBJETIVOS

- Identificar la conducta adictiva como un proceso y no como algo “mágico” y espontáneo que aparece de la noche a la mañana.
- Reflexionar sobre si se ven identificados e identificadas en alguna de las conductas que se enumeren como previas en el proceso adictivo o incluso en él mismo y el papel que pueden tener otras personas para llamar nuestra atención sobre ello.
- Buscar soluciones prácticas que contrarresten la deriva hacia la que lleva el exceso de uso de los videojuegos.

RECURSOS MATERIALES:

- ✓ Secuencia “**Penny se hace adicta**”
- ✓ Papeles para recoger los conceptos en el juego inicial.

TIEMPO APROXIMADO: Una sesión de 50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

Una adicción no se crea de la noche a la mañana. De hecho, aunque en muchas personas, especialmente las más jóvenes, el proceso puede darse con especial rapidez en lo referente a los videojuegos, nunca lo es tanto como para poder aseverar que se dio sin un proceso. Conocer la secuencia de pasos que lo componen, el caldo de cultivo que da lugar a ese desajuste en el comportamiento, es fundamental para poder prevenirlo adecuadamente y ponerle las soluciones necesarias, llegado el momento.

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“Las cosas normalmente no suceden de la noche a la mañana. La mayoría de cosas que nos suceden, tanto las que nos preocupan como las que no, han seguido un proceso hasta llegar donde están. Vamos a empezar jugando para verlo...”



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Fase 1

Siembra y cosecha

Vamos a comenzar la actividad de hoy con un pequeño juego que nos haga identificar alguno de esos procesos de los que hablábamos y que afectan a las cosas sencillas y complejas de la vida.

Para algo tan sencillo como que una planta crezca, por poner un ejemplo, se tienen que dar una serie de pasos elementales que permitan a la semilla agarrarse a la tierra y germinar. De allí a que se consigan los frutos habrá que invertir en otra serie de pasos... y han de darse además de forma ordenada y secuencial. Para entrar a calentar motores, vamos a plantear el siguiente juego.

Cada chico y chica de la clase debe escribir en un pequeño papel una hortaliza, árbol, fruta... cualquier elemento que esté relacionado con el campo o sus productos. Seguidamente, cuando esta acción se haya completado, quien coordina la actividad recogerá todos los papeles, los meterá en una bolsa, pero sustituirá 10 de ellos por otros en los que pondrá (¡CON EL NÚMERO INCLUIDO, YA QUE INDICA LA SECUENCIA EN LA QUE MÁS TARDE DEBEN COLOCARSE!):

1. Airear y humedecer la tierra
2. Que esté en una zona soleada y aireada
3. Crear un ambiente templado
4. Colocar las semillas
5. Riegar, pero no demasiado
6. Retirar las malas hierbas
7. Trasplantar, si es necesario

Como puede verse, solo hay 7 pasos y hemos retirado 10 papeles. Los tres restantes pertenecen a 3 participantes que serán quienes tienen que resolver el juego.

Estos papeles que introducimos tienen que ver con los pasos que es necesario dar para poder plantar semillas, por ejemplo, en un semillero, y llegar a tener una planta. Cuando empiece el juego, cada participante (menos 3) recibirán de nuevo un papel que puede ser uno de los originales, o bien uno de los que se incluyó después. En cualquier caso, una vez leído el papel sin que los demás vean quién tiene cuál, deben guardarlo, se apartarán las mesas y sillas y a la voz de ¡YA! se creará un gran “batiburrillo” en el que cada participante empezará a vagabundear por el aula diciendo en voz alta el contenido de su papel.



Las tres personas que quedaron sin papel también merodearán entre los compañeros y compañeras prestando mucha atención para descubrir los 7 pasos secuenciales que hemos introducido e irlos ordenando aparte hasta poder completar la secuencia completa. En ese momento, termina el juego y comprobar cuál es el “caldo de cultivo” que ha de darse para que una semilla crezca.

Fase 2

La adicción de Penny

Cuando el juego ha terminado, es el momento de sacar algunas conclusiones. El objetivo de esta dinámica era, en todo momento, ser capaces de ver cómo, para que pasen cosas, normalmente, antes han de haber pasado otras antes en las que muchas veces nuestra involucración es importante, sepámoslo conscientemente o no. Así sucede también en el tema que nos ocupa hoy, que tiene que ver con la adicción al juego.

Casi cualquier cosa que nos gusta mucho tiene potencial para engancharnos. Incluso cuando nos hemos resistido mucho tiempo o pensamos que ese algo no nos gustaba, si se dan ciertas características y situaciones, es realmente factible que termine habiendo una adicción. Para tener control sobre ello es necesario conocer algunos de esos elementos que preparan el terreno, aunque también ayuda saber qué aspecto tiene alguien que ya se ha visto “enganchado en el enganche”. Es justo lo que veremos hoy...

En este momento introducimos el vídeo que se ha escogido para la actividad. A poco conocimiento que tengan sobre la serie The Big Bang Theory, es bien sabido que los personajes que suelen aparecer como enganchados a jugar a videojuegos son justamente los chicos y no Penny, su vecina. Sin embargo, en esta secuencia, es ella la que ha “sucumbido” a los encantos del videojuego (multijugador on-line) y su adicción se ha desarrollado muy rápido, siendo además muy evidente para los chicos, que observan lo sucedido con cierta preocupación.

Veamos la secuencia y planteemos en una puesta en común en qué consiste la adicción de Penny y cómo la notamos (no duerme, malcome, no se asea, no hace nada más que jugar, toda interrupción le molesta sobremanera...) . (Ver la secuencia y dejar unos minutos para estas aportaciones)



Fase 3

Lo que nos lleva hasta aquí

En esta fase, una vez hecha esa puesta en común, proponemos que volvamos a visionar la secuencia, prestando especial atención a lo que Leonard le explica a Penny acerca de por qué se producen las adicciones en algunas personas. Proponemos que posteriormente al visionado se tome nota en la pizarra de esos elementos que Leonard menciona y que, con aportaciones desde el aula, pueda hacerse un listado de qué elementos constituyen el “caldo de cultivo” para que se produzca, particularmente, una adicción al juego. Es decir, ¿qué tiene que pasar para que se llegue al punto de Penny? Algunos pueden ser los que proponemos a continuación, aunque no sean en un orden determinado:

- Sentido de insatisfacción (esta proponía Leonard)
- Sensación intensa de aburrimiento
- Fácil y constante acceso a videojuegos (que no haya límites)
- Sentido interno de competitividad
- Dedicar mucho tiempo a jugar
- Tener otros amigos y amigas que juegan también
- Tener pocas actividades diferentes aparte del juego o en las que el juego no esté involucrado
- Pocas relaciones sociales
- Exceso de tiempo libre, falta de obligaciones
- Tener obligaciones o actividades “desagradables” de las que el juego fácilmente nos evade.
- Sentirse mal personalmente y crear un mundo paralelo que le trae satisfacciones inmediatas.
- ...

Estos y otros que se vayan añadiendo son, de alguna forma, lo “venenos” que se dedican a activar una posible adicción. Proponemos terminar la actividad intentando saber cuáles podrían ser los “antídotos”, es decir, qué cosas podría hacer una persona, cuando está entrando en esta dinámica ¿Qué papel puede jugar en todo esto la acción de alguien alrededor que, como en el caso de Leonard, ve con preocupación lo que sucede y nos avisa?

COMENTARIO FINAL

“Podemos disfrutar de cualquiera de las cosas que tenemos alrededor, sabiendo que en todo momento están a nuestro alcance para producirnos satisfacción y alegrías. El juego siempre será algo que, por definición, está unido a la diversión y al disfrute, pero cuando dejamos de lado cualquier otra cosa, incluso las importantes, para darle al juego un lugar que no le corresponde y que nos limita la vida, entonces estamos más y más cerca del comportamiento adictivo. La mejor manera de no estar allí es no llegar y prevenir, desde antes de su aparición, cualquier elemento sospechoso, tal y como se ha estado comentando a lo largo de la actividad.”