

El riesgo de convertirse en personaje de videojuego

Texto de Nora Rodríguez

Los videojuegos con los que millones de niños pasan dos horas al día están diseñados para enganchar. ¿Como? Justo cuando el mundo resulta incomprensible, la pantalla te enseña cómo progresar y ganar, te premia, te anima, te entrena para ser otro, para pertenecer a un nuevo orden. Satisfacción inmediata, información directa al cerebro, un mundo simple, sin matices, donde sólo hay que pulsar, sin pensar.

Eric tiene 14 años. Hoy, la excusa para estar encerrado en su habitación es que sus amigos ya han hecho planes. Como todos los días de la última semana Eric lleva alrededor de diez horas enganchado a un videojuego. A un lado del teclado hay paquetes de galletas vacíos, latas de refresco y papeles de chokolatinas estrujados. Cuando sus padres llaman a Eric para comer o para cenar, siempre ocurre lo mismo: se sienta de lado, come rápidamente, discute con los padres y ya tiene la excusa perfecta para dejar de comer y volver a su ordenador, donde estará durante horas intentando que su héroe consiga más puntos de inmunidad, más puntos de vida solamente para vencer a más enemigos. Los padres de Eric están pensando en consultar con especialistas para ayudar a su hijo a volver a ser el que era.

¿Por qué un adolescente de una familia sin problemas, buen estudiante y amigo de sus amigos inesperadamente cambia su manera de ser, su carácter y se aísla para pasar todo el día jugando frente a un ordenador? Puede que haya llegado el momento de dejar de pensar que el problema está exclusivamente en niños o adolescentes con temperamento impulsivo o con poca personalidad y poner sobre la mesa el hecho de que la mayoría de los juegos virtuales está diseñada para ser adictiva.

Los recursos para lograrlo van desde hacer creer al jugador que verdaderamente progresa y que tiene muchas habilidades hasta hacerle ver que realmente tiene poder. Sin dejar por ello de potenciar la fantasía de que puede ser alguien diferente. Claro que para sentir todas estas sensaciones es imprescindible que acumule un gran número de experiencias.

Los juegos de última generación en este sentido se caracterizan por ofrecer una amplia gama de aprendizajes donde hay experiencias muy diversas en cortos periodos de tiempo. Saquear, defender, salvar, intimidar, robar, vender esclavos o matarlos puede ser llevado a cabo a una velocidad imprevisible. A diferencia de lo que ocurre en la vida real, en que debido a la interacción con otros humanos vivimos momentos de incertidumbre antes de actuar, en los videojuegos vivir, luchar, huir, matar es mucho más fácil, más rápido. No hay dudas, sólo hay que seguir una serie de pasos. No existe la ambigüedad real con la que debemos enfrentarnos en la vida ante muchas de nuestras decisiones, así que si sólo se otros ámbitos. De hecho, cuando se obtienen halagos, privilegios, dinero o aprobación por matar, colocar bombas o asesinar insectos durante más de dos horas, éstos funcionan como una gran fuente de motivación de la conducta, de ahí que potencien la rabia, el aislamiento, el individualismo, la competitividad desde la exaltación mental. Algo que ya fue alertado por investigadores y neurólogos al demostrar que si los jugadores de videojuegos someten al cerebro de forma continua a ciertos estímulos de "recompensa", causan la liberación de cantidades crecientes de un neurotransmisor llamado dopamina, que crea "una memoria de la adicción" capaz de impedir que la persona sea consciente de su cansancio y abandone un juego.

Sin duda hay más aspectos que deben tenerse en cuenta a la hora de comprender por qué los videojuegos están siendo un fenómeno altamente adictivo. Un ejemplo claro es la inmediatez. Los videojuegos permiten un entrenamiento constante en la

satisfacción rápida del deseo, un deseo impulsivo y sin demora. La acción se inspira en las necesidades que el jugador experimenta. Basta con recordar el caso del chico de 19 años de León que amenazó con suicidarse tras ver denegada una de sus peticiones al "maestro" en el juego "World of Warcraft".

El micromundo cerrado del videojuego está pensado para que el jugador realice las acciones adecuadas para formar parte de él, se transforme y desaparezca la distinción entre el personaje virtual y el espectador. Un micromundo cuya ficción deja de serlo cuando el niño o adolescente que juega siente necesidad urgente de saquear, escapar, intimidar o cualquier otra urgencia.

Pertenecer a otro mundo

Todo esto es lo que lleva a pensar que para los niños y los adolescentes un juego virtual no es tan poco perjudicial como quieren demostrar quienes comercian con ellos. A pesar de las ventajas que, según insisten algunos investigadores, nos ofrecen los videojuegos (favorecer aprendizajes, potenciar la atención, la actividad refleja, el cálculo, la memoria, la relación tiempo-espacio...), el creciente realismo de los escenarios y sus personajes influyen en la motivación y en la adicción.

La amplia gama de ideas, preconceptos y mensajes que se captan con sólo dos horas de juego lleva a los consumidores a sentir no sólo que viven en ese lugar virtual sino también que están absolutamente de acuerdo con esa forma de vida. En algunos casos, los jugadores que prefieren aquellos juegos en que se resuelven conflictos mediante la violencia también comparten un planteamiento de la vida muy presente en el mundo virtual, como la idea de que para ser fuerte hay que ignorar los sentimientos, transgredir las reglas sociales, estimular una visión discriminatoria y excluyente de las mujeres. O alentar una visión caótica del mundo, fomentar el todo vale como norma aceptable de comportamiento o estimular todo tipo de actitudes insolidarias que no puede dejar de despertar una justificada inquietud. Es probable, en este sentido, que lo que empuja con tanta fuerza a jugar a niños y adolescentes no sea tanto la diversión como la necesidad de sentir que pertenecen a algo, de conexión con una sociedad más parecida a la que desean. Más aún cuando jugar en la red permite también formar parte de una hermandad, tener compinches al otro lado de la línea dispuestos a estar horas y horas jugando sin exponerse, compinches que van y vienen, que aparecen y desaparecen, pero que siempre estarán ahí a la hora de sentir que hay otros capaces de hablar el mismo idioma.

Directo al sistema nervioso

Probablemente en los últimos años se ha caído en la trampa de no prestar demasiada atención a las verdaderas motivaciones de los juegos de última generación. No es verdad que no se pueda hablar de adicciones en el caso de los juegos virtuales argumentando que en todo momento se juega voluntariamente y que la mayoría de los niños y adolescentes no tiene problemas para volver a la realidad. En plena etapa de construcción de la personalidad, este tipo de aseveraciones es incorrecto. Los videojuegos son cada vez más sofisticados y no deberían ser vistos sólo como una distracción. Muchos adultos aún hoy creen que jugar es sencillo y desconocen que tanto los niños como los adolescente dedican gran esfuerzo y compromiso a los juegos virtuales. Así como desconocen que algunos de nuestros niños van aprendiendo a

socializarse en los valores propuestos por los videojuegos, al proponer formas de aprendizaje más rápido que el de los valores que transmite la familia.

Quizás un primer paso para empezar a frenar este gusto exagerado por el divertimento virtual consista en no poner a un niño frente a la pantalla a edades tempranas. Y es que, si las estadísticas son ciertas, un alto porcentaje de menores de seis años pasa casi dos horas al día usando pantallas (una hora y 58 minutos, para ser exactos), casi el mismo tiempo que jugando en la calle (2,01 horas), pero mucho menos que leyendo, pintando o dibujando (39 minutos).

Será esta la razón por la que ya no se trata de resolver el problema desde posiciones antagónicas –videojuegos sí o videojuegos no–, sino de ser conscientes de que, como afirmaba el filósofo canadiense Marshall McLuhan, los videojuegos no son sólo un pasatiempo sino información electrónica, la cual no funciona igual que en los libros, porque va directamente al sistema nervioso. Ante un videojuego carecemos de capacidad de abstracción, no podemos pensar ni desarrollar la base lingüística de nuestro pensamiento. Algo que ya decía el poeta Cicerón cuando, refiriéndose a la dedicación exclusiva a una sola cosa, insistía en que este tipo de hábito acaba a menudo con el ingenio y el arte.

PAUTAS CONTRA LA ADICCIÓN

Desde el punto de vista de muchos padres, los videojuegos pueden ser una forma de que los hijos estén entretenidos y vigilados, de que hagan lo que sus amigos y compartan intereses, y todo eso les facilite una socialización más rápida. También un número importante de padres cree que son un medio adecuado para incentivar algún tipo de aprendizaje, mejorar los reflejos o la intuición, y siempre dentro de un ambiente lúdico...

Al margen de lo que se crea, es fundamental que los padres adapten el tipo de juego y el tiempo a las diferentes edades. Así, los juegos didácticos son convenientes entre los seis y los diez años, pero no antes; y los que tienen elementos destructivos, a partir de los 13.

Estas pautas son útiles en general, pero cuidado, porque niños que no controlan sus impulsos o están sobreprotegidos pueden encontrar en los videojuegos una vía de escape. Chicos y chicas enganchados a los videojuegos han logrado reconocer que tenían un problema de adicción y han podido superarlo con ayuda profesional, pero después han tenido una segunda tarea: descubrir por sí mismos cómo llenar el tiempo que ahora les quedaba libre. Y para algunos fue lo que más difícil.

El juego es un concepto difícil de definir. Se suelen utilizar cuatro características para identificarlo:

- 1) Es voluntario.
 - 2) Es motivador de forma intrínseca, es decir, es placentero por sí mismo y no depende de premios externos.
 - 3) Requiere cierto grado de compromiso activo, en general físico.
 - 4) Se distingue de otras actividades por tener la cualidad de "hacer creer".
- Posiblemente lo que habría que plantearse es por qué se le da categoría de juego a divertimentos virtuales o por qué ocupan un lugar tan destacado frente a los juegos más creativos en la educación de los hijos.