

## TEMAS DE ACTUALIDAD EN ADICCIONES

### ¿QUÉ CARACTERIZA A LOS JUGADORES *ONLINE* Y *OFFLINE*?

**Dra. MARÍA T. GONZÁLVIZ MAESTRE**

**Dpto. Psicología de la Salud**

**Universidad Miguel Hernández**

Aunque puedan parecer algo reciente, los videojuegos tienen una trayectoria de más de 40 años. En los años 70 se desarrollaron los primeros, muy sencillos y simples. Con el paso de los años y los avances en la informática, éstos fueron haciéndose más complejos y, con la aparición del primer ordenador personal y las primeras consolas, supuso el salto al ámbito doméstico. Hasta entonces los videojuegos eran *offline* y para un jugador o varios jugadores, pero en el mismo ordenador. En los 90 y primera década del siglo XXI, con el desarrollo de Internet, se empezó a generar una serie nueva de videojuegos, en donde los jugadores podían interactuar con otros de otras partes del mundo. Incluso algunos de estos productos del entretenimiento eran sólo *online*. El desarrollo de Internet y sobre todo del contenido digital en detrimento del formato físico, ha desencadenado un desarrollo exponencial de los videojuegos. Hay múltiples plataformas en Internet para compra y descarga de estos productos para el entretenimiento que facilitan el acceso al público joven, tanto en ordenadores como en consolas.

Por tanto, debido a los diferentes cambios que se han ido produciendo a lo largo de la historia, influenciados por la aparición de Internet, hoy los juegos se clasifican en función de la tecnología utilizada. Por un lado, se encuentran los juegos *offline*, aquellos que no tienen acceso a Internet y a los que se puede jugar de forma individual o en grupos reducidos. Por otro, los juegos *online*, que tienen funciones de red y a los que se puede jugar en solitario y también existe la posibilidad de interactuar con muchas personas dentro de un mismo escenario.

Actualmente, los videojuegos se imponen entre las actividades elegidas por niños y adolescentes para ocupar su tiempo libre, formando parte de su rutina diaria. En dosis pequeñas, y siempre que se realice un buen uso de ellos, los videojuegos pueden potenciar la capacidad intelectual, emocional y personal de niños y adolescentes. Se calcula que el 66% de chicos y el 41% de chicas juega a diario con videojuegos, con una edad promedio en la que se comienza a usar videojuegos de 11 años (Oliva et al., 2012). Un 25% de chicos y un 12% de chicas lo hace entre una y tres horas, y algo más de un 7% lo hace durante más de tres horas diarias. Una de las razones para estas cifras podría deberse a la facilidad de acceso al juego, especialmente a través de las nuevas tecnologías, que es uno de los principales motivos que ha permitido su difusión entre la juventud (Ólason et al., 2011). Los espacios *online* a los que se accede mediante los *smartphone*, *tablet* y ordenadores, así como los espacios *offline* o presenciales modificados y adaptados al colectivo juvenil, constituyen los nuevos escenarios de juego.

El uso problemático de los videojuegos es una conducta de riesgo cada vez más frecuente. La alta exposición de los adolescentes a los videojuegos se ha relacionado con una variedad de trastornos, pero se desconoce la relación entre el uso problemático de videojuegos y el bienestar emocional. El trastorno por videojuegos se caracteriza por una adicción persistente o repetida a los juegos *online* u *offline*.

Determinar el uso excesivo, abuso o adicción a los videojuegos se basa en criterios de otros trastornos adictivos, que se resumen en dependencia, impulso por jugar, malestar por no poder hacerlo y afectación a otras áreas vitales (Espada, 2015).

Actualmente los videojuegos incluyen actividades en al menos tres tipos de formato: juegos de ordenador, videoconsolas y juegos en dispositivos móviles. Entre las modalidades de juego destacan los de un solo jugador y los juegos en red, especialmente los conocidos como juegos de rol multi-jugadores *online*. El tipo de juego ha evolucionado tanto que el antiguo concepto de jugar una partida apenas existe ya, lo que favorece un tiempo de juego mayor y sin que el momento de finalización esté establecido. El potencial adictivo y de conducta de abuso es también mayor al haberse dotado de una alta dosis de atracción para el adolescente jugador, contener elementos que refuerzan al jugador a continuar la partida y al incluir elementos de interacción social entre el mundo *online* y *offline*.

Cada vez más estudios subrayan las diferencias entre jugar con videojuegos *online* y *offline*. A diferencia de los juegos tradicionales, los videojuegos *online* integran el juego dentro de un contexto social basado en Internet, creando un entorno distintivo para el juego social (Kowert y Oldmeadow, 2013). Los elementos sociales inherentes a este entorno conforman el motivo principal de la frecuencia continuada y la duración prolongada del juego (Caplan, Williams, y Yee, 2010). Es más probable que los videojuegos *online*, en comparación con los *offline*, estén asociados con un uso abusivo de los mismos (Porter, Starcevic, Berle, y Fenech, 2010), y se ha sugerido que los videojuegos *online* tienen mayor potencial adictivo (Ng y Wiemer-Hastings, 2005).

El juego *online* tiene un nivel de estimulación mucho más alto para el usuario medio que la tradicional vertiente *offline*. Hay un componente motivacional muy elevado en la forma en que están planteados los juegos *online*, con un alto grado de recompensa que a determinadas personas puede afectar más fuertemente en ausencia de un nivel suficiente de satisfacción social en sus relaciones. Los desarrolladores buscan dar con la forma de agrandar a personalidades muy diferenciadas y así alcanzar al mayor número de usuarios posibles, sean cuales sean sus motivaciones, todo ello encauzado a través de la socialización y el sentido de comunidad.

Poder jugar *online* con otras personas, con una o con decenas a la vez, aporta componentes muy interesantes para el adolescente, no sólo desde el punto de vista lúdico sino, sobre todo, desde el punto de vista del desarrollo personal y la socialización. Los jugadores suelen establecer relaciones de apego con otros jugadores *online* (conocidos o extraños). Los mundos virtuales en los que muchas personas pueden intervenir a la vez permiten experimentar los entornos como sistemas de múltiples variables que van dibujando una realidad cambiante a la que hay que saber

adaptarse. De igual manera, es posible no sólo definir estrategias colectivas, sino construir de forma colaborativa elementos que, más tarde, pueden ser compartidos con la comunidad de jugadores que pueden, a su vez, evaluarlos y enriquecerlos. Por ello, el jugador puede sentirse comprometido hacia los otros jugadores, lo que favorece una mayor implicación en el juego y seguir conectado.

Los juegos *online* multijugador son un claro ejemplo de desarrollo de inteligencia colectiva en un entorno competitivo. Éstos son los que prefieren los adolescentes, que a su vez se trata de los que implican mayor atención de manera permanente y que, sin una debida supervisión parental, pueden vulnerar espacios de sueño, descanso y aprendizaje. Implican que, si el adolescente sale del juego, puede perder o quedar eliminado, creándose una línea de dependencia.

A su vez, los juegos *online* suponen un refuerzo social, porque los jugadores se comparan con otros jugadores. Los que más tiempo dedican ganan más puntos y eso estimula los circuitos dopaminérgicos, relacionados con las adicciones. Uno de los principales problemas es que, si antes los videojuegos se compraban por completo, hoy sus versiones *online* se consiguen por partes. En el mundo virtual se les llaman "microtransacciones" y consisten en pagos accesorios que permiten una mejor experiencia en línea. Se abre una puerta a conductas propias del mundo de los adultos. Asimismo, para muchos niños, la capacidad de escapar a un mundo *online* permite huir de la vida real, puesto que nadie sabe quiénes son, su aspecto o el colegio al que van. Sin embargo, este cambio de identidad puede ser usado para afligir a otros jugadores, derivando incluso en algunos casos en ciberacoso.

Los videojuegos, tanto en su vertiente *online* como *offline*, se han convertido en un aspecto normativo del desarrollo infantil. Sin embargo, un estudio reciente llevado a cabo por Lau, Stewart, Sarmiento, Saklofske, y Tremblay (2018), reveló que el sexo masculino, la timidez extrema, los síntomas internalizantes y las dificultades sociales son predictores significativos de un uso problemático de los videojuegos. Por su parte, el estudio llevado a cabo por González, Espada, y Tejeiro (2017) para determinar las diferencias entre jugadores *online* y *offline*, reveló que la mayoría de los adolescentes juegan *offline* (42.7%). Por su parte, los jugadores *online* tienen casi 12 veces más probabilidad de jugar con alta frecuencia en comparación con los jugadores *offline*. Con respecto al género, los chicos juegan con mayor frecuencia y lo hacen en mayor medida de manera *online*.

El buen uso es la clave. La tecnología en sí, y sus modalidades, no resulta beneficiosa ni perjudicial en sí misma para niños y adolescentes, sino que es el uso que se hace de ella lo que va a determinar su carácter. En el caso de los videojuegos son los padres los que deben supervisar a qué juegan sus hijos y cuál es el uso que hacen de su tiempo, para lograr un equilibrio entre las diferentes actividades de ocio, eligiendo juegos adecuados para cada edad y durante un tiempo adecuado.

## REFERENCIAS

Caplan, S., Williams, D., y Yee, N. (2010). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behaviour*, 25, 1312–1319.

Espada, J. P. (2015). *Conductas adictivas en adolescentes*. Síntesis: Madrid.

González, M. T., Espada, J. P., y Tejeiro, R. (2017). Problem video game playing is related to emotional distress in adolescents. *Adicciones*, 29(3), 180-185.

Kowert, R., y Oldmeadow, J. A. (2013). Social reputation: Exploring the relationship between online video game involvement and social competence. *Computers in Human Behaviour*, 29, 1872–1878. doi:10.1016/j.chb.2013.03.003

Lau, C., Stewart, S. L., Sarmiento, C., Saklofske, D. H., y Tremblay, P. F. (2018). Factors in problematic video game in clinically referred Canadian children and adolescents. *Multimodal Technologies and Interaction*, 2(2), 19. doi: 10.3390/mti2020019

Ng, B. D., y Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & Behaviour*, 8, 110-113. doi:10.1089/cpb.2005.8.110

Ólason, D. T.; Kristjansdottir, E.; Einarsdottir, H.; Haraldsson, H.; Bjarnason, G. y Derevensky, J. (2011) Internet Gambling and problem gambling among 13 to 18 year old adolescents in Iceland. *Journal Mental Health Addiction*, 9, (3), 257-263. Doi: 10.1007/s11469-010-9280-7

Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., y Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44, 120–128.

## TEMES DE ACTUALITAT EN ADICCIONS

### QUÈ CARACTERITZA ALS JUGADORS *ONLINE* I *OFFLINE*?

**Dra. MARÍA T. GONZÁLVEZ MAESTRE**

**Dpto. Psicologia de la Salut**

**Universitat Miguel Hernández**

Encara que puguen semblar una cosa recent, els videojocs tenen una trajectòria de més de 40 anys. En els anys 70 es van desenvolupar els primers, molt senzills i simples. Amb el pas dels anys i els avanços en la informàtica, aquests van anar fent-se més complexos i, amb l'aparició del primer ordinador personal i les primeres consoles, va suposar el salt a l'àmbit domèstic. Fins llavors els videojocs eren *offline* i per a un jugador o diversos jugadors, però en el mateix ordinador. En els 90 i primera dècada del segle XXI, amb el desenvolupament d'Internet, es va començar a generar una sèrie nova de videojocs, on els jugadors podien interactuar amb uns altres d'altres parts del món. Fins i tot alguns d'aquests productes de l'entreteniment eren sol'online. El desenvolupament d'Internet i sobretot del contingut digital en detriment del format físic, ha desencadenat un desenvolupament exponencial dels videojocs. Hi ha múltiples plataformes en Internet per a compra i descàrrega d'aquests productes per a l'entreteniment que faciliten l'accés al públic jove, tant en ordinadors com en consoles.

Per tant, a causa dels diferents canvis que s'han anat produint al llarg de la història, influenciats per l'aparició d'Internet, hui els jocs es classifiquen en funció de la tecnologia utilitzada. D'una banda, es troben els jocs *offline*, aquells que no tenen accés a Internet i als quals es pot jugar de forma individual o en grups reduïts. Per un altre, els jocs *online*, que tenen funcions de xarxa i als quals es pot jugar en solitari i també existeix la possibilitat d'interactuar amb moltes persones dins d'un mateix escenari.

Actualment, els videojocs s'imposen entre les activitats triades per xiquets i adolescents per a ocupar el seu temps lliure, formant part de la seua rutina diària. En dosis xicotetes, i sempre que es realitze un bon ús d'ells, els videojocs poden potenciar la capacitat intel·lectual, emocional i personal de xiquets i adolescents. Es calcula que el 66% de xics i el 41% de xiques juga diàriament amb videojocs, amb una mitjana d'edat, en la que escomença a usar videojocs, d'11 anys (Oliva et al., 2012). Un 25% de xics i un 12% de xiques ho fa entre una i tres hores, i una mica més d'un 7% ho fa durant més de tres hores diàries. Una de les raons per a aquestes xifres podria deure's a la facilitat d'accés al joc, especialment a través de les noves tecnologies, que és un dels principals motius que ha permès la difusió entre la joventut (Ólason et al., 2011). Els espais *online* als quals s'accedeix mitjançant els telèfons intel·ligents, tablets i ordinadors, així com els espais *offline* o presencials modificats i adaptats al col·lectiu juvenil, constitueixen els nous escenaris de joc.

L'ús problemàtic dels videojocs és una conducta de risc cada vegada més freqüent. L'alta exposició dels adolescents als videojocs s'ha relacionat amb una varietat de trastorns, però es desconeix la relació entre l'ús problemàtic de videojocs i el benestar emocional. El trastorn per videojocs es caracteritza per una addicció persistent o repetida als jocs *online* o *offline*.

Determinar l'ús excessiu, abús o addicció als videojocs es basa en criteris d'altres trastorns addictius, que es resumeixen en dependència, impuls per jugar, malestar per no poder fer-ho i afectació a altres àrees vitals (Espasa, 2015).

Actualment els videojocs inclouen activitats en almenys tres tipus de format: jocs d'ordinador, videoconsoles i jocs en dispositius mòbils. Entre les modalitats de joc destaquen els d'un solo jugador i els jocs en xarxa, especialment els coneguts com a jocs de rol multi-jugadors *online*. El tipus de joc ha evolucionat tant que l'antic concepte de jugar una partida a penes existeix ja, la qual cosa afavoreix un temps de joc major i sense que el moment de finalització estiga establert. El potencial addictiu i de conducta d'abús és també major en haver-se dotat d'una alta dosi d'atracció per a l'adolescent jugador, contindre elements que reforcen al jugador a continuar la partida i en incloure elements d'interacció social entre el món *online* i *offline*.

Cada vegada més els estudis subratllen les diferències entre jugar amb videojocs *online* i *offline*. A diferència dels jocs tradicionals, els videojocs *online* integren el joc dins d'un context social basat en Internet, creant un entorn distintiu per al joc social (Kowert i Oldmeadow, 2013). Els elements socials inherents a aquest entorn conformen el motiu principal de la freqüència continuada i la duració prolongada del joc (Caplan, Williams, i Yee, 2010). És més probable que els videojocs *online*, en comparació amb *els offline*, estiguen associats amb un ús abusiu dels mateixos (Porter, Starcevic, Berle, i Fenech, 2010), i s'ha suggerit que els videojocs *online* tenen major potencial addictiu (Ng i Wiemer-Hastings, 2005).

El joc *online* té un nivell d'estimulació molt més alt per a l'usuari mitjà que el tradicional vessant *offline*. Hi ha un component motivacional molt elevat en la forma en què estan plantejats els jocs *online*, amb un alt grau de recompensa que a determinades persones pot afectar més fortament en absència d'un nivell suficient de satisfacció social en les seues relacions. Els desenvolupadors busquen donar amb la manera d'agradar a personalitats molt diferents i així aconseguir al major nombre d'usuaris possibles, siguen les que siguen les seues motivacions, tot això canalitzat a través de la socialització i el sentit de comunitat.

Poder jugar *online* amb altres persones, amb una o amb desenes alhora, aporta components molt interessants per a l'adolescent, no solament des del punt de vista lúdic sinó, sobretot, des del punt de vista del desenvolupament personal i la socialització. Els jugadors solen establir relacions d'inclinació amb altres jugadors *online* (coneguts o estranys). Els mons virtuals en els quals moltes persones poden intervenir alhora permeten experimentar els entorns com a sistemes de múltiples variables que van dibuixant una realitat canviant a la que cal saber adaptar-se. D'igual manera, és possible no solament definir estratègies col·lectives, sinó construir de

forma col·laborativa elements que, més tard, poden ser compartits amb la comunitat de jugadors que poden, al seu torn, avaluar-los i enriquir-los. Per això, el jugador pot sentir-se compromès cap als altres jugadors, la qual cosa afavoreix una major implicació en el joc i seguir connectat.

Els jocs *online* multijugador són un clar exemple de desenvolupament d'intel·ligència col·lectiva en un entorn competitiu. Aquests són els que prefereixen els adolescents, que al seu torn es tracta dels que impliquen major atenció de manera permanent i que, sense una deguda supervisió parental, poden vulnerar espais de somni, descans i aprenentatge. Impliquen que, si l'adolescent ix del joc, pot perdre o quedar eliminat, creant-se una línia de dependència.

Al seu torn, els jocs *online* suposen un reforç social, perquè els jugadors es comparen amb altres jugadors. Els que més temps dediquen guanyen més punts i això estimula els circuits dopaminèrgics, relacionats amb les addiccions. Un dels principals problemes és que, si abans els videojocs es compraven per complet, hui les seues versions *online* s'aconsegueixen per parts. En el món virtual se'n diuen "microtransaccions" i consisteixen en pagaments accessoris que permeten una millor experiència en línia. S'obri una porta a conductes pròpies del món dels adults. Així mateix, per a molts xiquets, la capacitat d'escapar a un món *online* permet fugir de la vida real, ja que ningú sap qui són, el seu aspecte o el col·legi al que van. No obstant això, aquest canvi d'identitat pot ser usat per a afligir a altres jugadors, derivant fins i tot en alguns casos en ciberassetjament.

Els videojocs, tant en el seu vessant *online* com *offline*, s'han convertit en un aspecte normatiu del desenvolupament infantil. No obstant això, un estudi recent, dut a terme per Lau , Stewart, Sarment, Saklofske, i Tremblay (2018), va revelar que el sexe masculí, la timidesa extrema, els símptomes internalitzats i les dificultats socials són predictors significatius d'un ús problemàtic dels videojocs. Per part seua, l'estudi dut a terme per González, Espasa, i Tejeiro (2017) per a determinar les diferències entre jugadors *online* i *offline*, va revelar que la majoria dels adolescents juguen *offline* (42.7%). Per part seua, els jugadors *online* tenen quasi 12 vegades més probabilitat de jugar amb alta freqüència en comparació amb els jugadors *offline*. Respecte al gènere, els xics juguen amb major freqüència i ho fan en major mesura de manera *online*.

El bon ús és la clau. La tecnologia en si, i les seues modalitats, no resulta beneficiosa ni perjudicial en si mateix per a xiquets i adolescents, sinó que és l'ús que es fa d'ella el que determinarà el seu caràcter. En el cas dels videojocs són els pares els que han de supervisar a què juguen els seus fills i quin és l'ús que fan del seu temps, per a aconseguir un equilibri entre les diferents activitats d'oci, triant jocs adequats per a cada edat i durant un temps adequat.

## REFERENCIAS

Caplan, S., Williams, D., y Yee, N. (2010). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behaviour*, 25, 1312–1319.

Espada, J. P. (2015). *Conductas adictivas en adolescentes*. Síntesis: Madrid.

González, M. T., Espada, J. P., y Tejeiro, R. (2017). Problem video game playing is related to emotional distress in adolescents. *Adicciones*, 29(3), 180-185.

Kowert, R., y Oldmeadow, J. A. (2013). Social reputation: Exploring the relationship between online video game involvement and social competence. *Computers in Human Behaviour*, 29, 1872–1878. doi:10.1016/j.chb.2013.03.003

Lau, C., Stewart, S. L., Sarmiento, C., Saklofske, D. H., y Tremblay, P. F. (2018). Factors in problematic video game in clinically referred Canadian children and adolescents. *Multimodal Technologies and Interaction*, 2(2), 19. doi: 10.3390/mti2020019

Ng, B. D., y Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & Behaviour*, 8, 110-113. doi:10.1089/cpb.2005.8.110

Ólason, D. T.; Kristjansdottir, E.; Einarsdottir, H.; Haraldsson, H.; Bjarnason, G. y Derevensky, J. (2011) Internet Gambling and problem gambling among 13 to 18 year old adolescents in Iceland. *Journal Mental Health Addiction*, 9, (3), 257-263. Doi: 10.1007/s11469-010-9280-7

Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., y Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44, 120–128.