



Co-funded by
the European Union



**GAMING
DISORDERS**

CREANDO IMPACTO A LARGO PLAZO Y SOSTENIBILIDAD

Formación sobre bienestar digital y trastornos del juego

WP3: A3



Escola Profissional de Cortegaça
OVARFORMA - Ensino e Formação Lda.

Tabla de contenido

- 1. Objetivos y actividad para romper el hielo**
- 2. Comprender los trastornos del juego**
- 3. Bienestar digital en las escuelas**
- 4. Reconocer y responder**
- 5. Herramientas digitales e integración en el aula**
- 6. Planificación de acciones para escuelas**

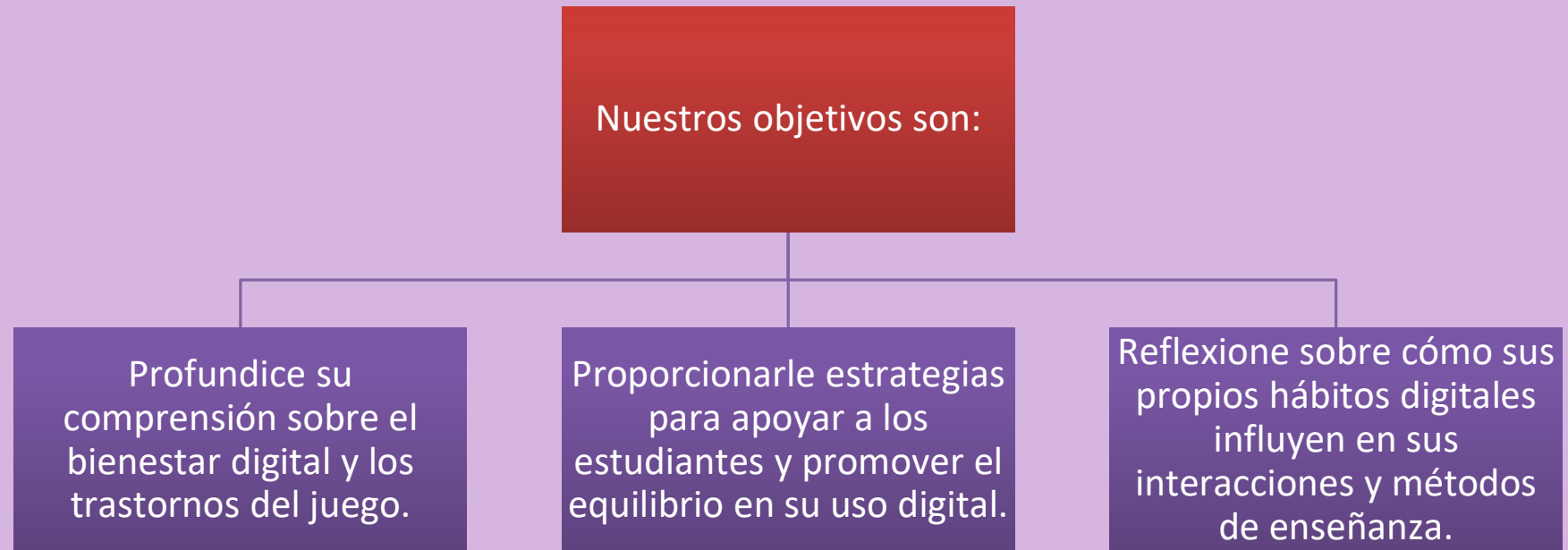
1. Objetivos

Objetivos de la sesión e importancia del tema

A medida que la tecnología continúa integrándose en todos los aspectos de nuestras vidas, debemos comprender el **impacto que tiene, particularmente en nuestra salud mental y comportamiento.**

Los juegos, si bien ofrecen beneficios educativos y sociales, también pueden generar desafíos como adicción, menor rendimiento académico y aislamiento social..

Objetivos de la sesión e importancia del tema



Espectro de bienestar digital

Soy:

- **"ENTUSIASTA DIGITAL"**(Soy muy dependiente de la tecnología y soy un gran jugador).
- **"EQUILIBRADOR DIGITAL"**(Soy moderado y consciente del uso).
- **"MINIMALISTA DIGITAL"**(Prefiero el uso mínimo de tecnología).

1. Elige la categoría que mejor te represente;
2. Piensa en tus hábitos digitales y cómo equilibras la tecnología.



¿Cuales consideras que son tus mayores retos?
¿Tienes algún consejo personal para mantener el equilibrio?

2. Comprender los trastornos del juego

¿Qué es el trastorno del juego?

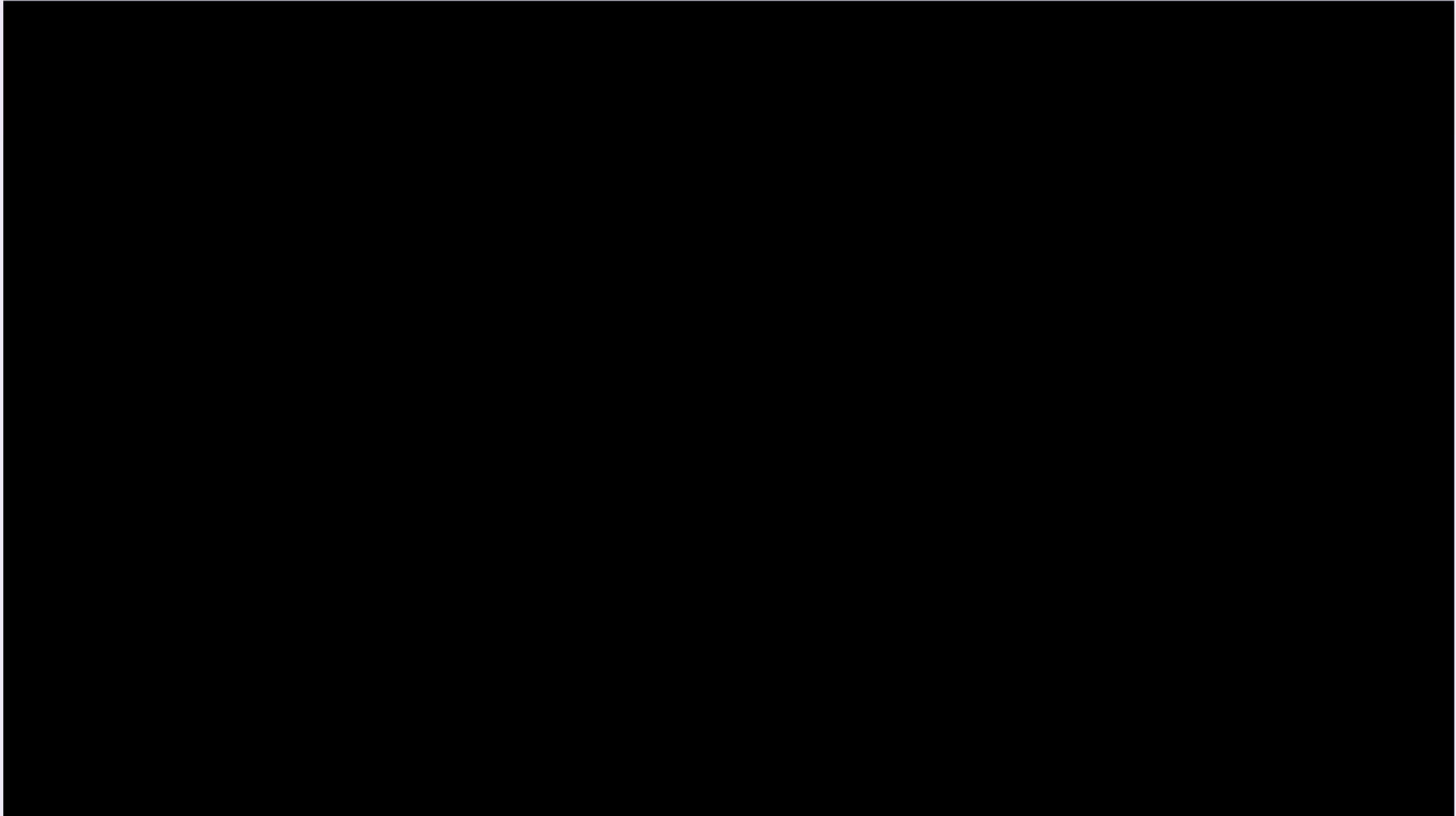
“Un patrón de comportamiento de juego caracterizado por un control deficiente, una mayor prioridad otorgada al juego sobre otras actividades y una escalada continua a pesar de las consecuencias negativas”.

Organización Mundial de la Salud (OMS)



Los juegos son una parte importante de la vida digital de los estudiantes.

Los educadores están en una posición única para observar e intervenir de manera temprana.



Trastorno por juego: criterios

La participación en juegos y videojuegos en Internet se convierte en la actividad dominante

Síntomas de abstinencia (ansiedad, tristeza cuando te quitan el juego)

Tolerancia (necesidad de dedicar más tiempo al juego)

Intentos fallidos de controlar la cantidad de juego

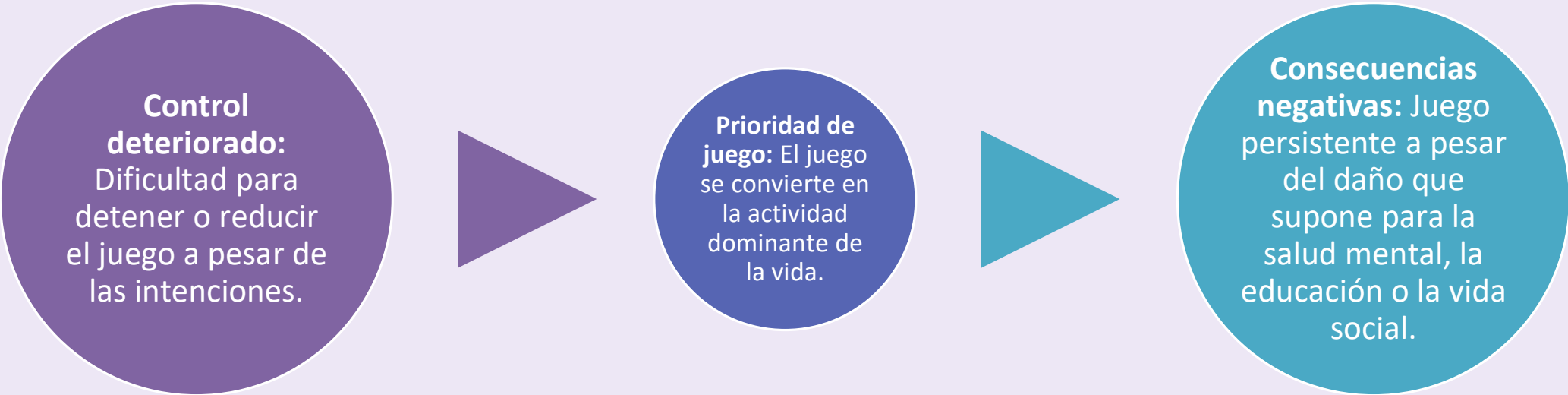
Pérdida de interés en aficiones anteriores

Uso continuo a pesar de los problemas

Mentir a la familia sobre el tiempo dedicado al juego.

Juega juegos para evitar el estado de ánimo negativo

Pérdida de relación debido al juego



Control deteriorado:
Dificultad para detener o reducir el juego a pesar de las intenciones.

Prioridad de juego: El juego se convierte en la actividad dominante de la vida.

Consecuencias negativas: Juego persistente a pesar del daño que supone para la salud mental, la educación o la vida social.



Impactos psicológicos

Aumento de la ansiedad y la depresión.

Mayor riesgo de adicción debido a los sistemas de recompensa en los juegos.

Trastornos del sueño debidos al juego excesivo.



Impactos sociales

Reducción de las interacciones cara a cara y de las habilidades de comunicación.

Relaciones tensas con familiares y compañeros.

Iconsuelo de las comunidades no jugadoras.



Impactos académicos

Disminución del rendimiento académico debido a la mala gestión del tiempo.

Saltarse clases o tareas para priorizar el juego.

Disminución de la capacidad de atención y participación en las actividades del aula.

HÁBITOS DE JUEGO DE LOS ESTUDIANTES



Impacto académico y social

La mayoría de los estudiantes declararon que el impacto académico era mínimo, ya que 227 estudiantes se mostraron en total desacuerdo con faltar a clase debido al juego. Sin embargo, **en el caso de las personas con comportamientos compulsivos, puede existir el riesgo de que se distraigan de sus responsabilidades académicas o sociales si aumenta el tiempo dedicado al juego.**



Aislamiento

Aunque los estudiantes no lo han indicado explícitamente, **el elevado número de horas diarias de juego** de algunos estudiantes (de 4 a 6 horas) podría correlacionarse con **una reducción de las interacciones sociales en entornos ajenos al juegos**, lo que podría ser relevante para fomentar las habilidades y relaciones sociales en el mundo real.

WWW.GAMINGDISORDERS.EU



Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.

Discusión

¿Qué señales ha observado en los estudiantes que se alinean con los criterios del trastorno del juego?

¿Cómo impactan las conductas de juego en la dinámica del aula?

¿A qué desafíos se enfrentan los docentes al abordar cuestiones relacionadas con los juegos?

3. Bienestar digital en las escuelas

Actividad

¿Qué estrategias pueden utilizar las escuelas y los docentes para promover un uso saludable de la pantalla en los estudiantes?

Comparte las 3 mejores estrategias.

Estudio de caso

Estudio de caso: Alex, un estudiante de 15 años

Alex es un estudiante de décimo grado que últimamente ha tenido dificultades en la escuela. En los últimos tres meses, los maestros han notado un descenso significativo en su rendimiento académico y participación en clase. Alex, que antes era un estudiante participativo, ahora parece cansado, distraído y a menudo falta a las tareas.

En conversaciones con sus compañeros, se reveló que Alex pasa de 6 a 8 horas diarias jugando un juego multijugador en línea. Ha empezado a trasnochar jugando, lo que altera su horario de sueño. Sus padres han expresado su preocupación por sus cambios de humor, su irritabilidad y su aislamiento de las actividades familiares.

Alex suele justificar sus juegos como una forma de "escapar del estrés" y afirma sentirse conectado con sus amigos en línea. Sin embargo, se ha aislado cada vez más de sus amigos del colegio y evita las actividades extracurriculares que antes disfrutaba, como jugar en el equipo de baloncesto del colegio.

Preguntas para discusión

¿Qué señales
en el
comportamiento
de Alex indican
un problema
potencial?

Preguntas para discusión

¿Qué problemas
subyacentes
podrían estar
contribuyendo al
comportamiento
de juego de
Alex?

Preguntas para discusión

¿Qué medidas
pueden
adoptar los
profesores y la
escuela para
apoyar a Alex?

Preguntas para discusión

¿Cómo pueden los docentes abordar esta cuestión sin estigmatizar los videojuegos?

ENTENDIENDO LOS TRASTORNOS DEL JUEGO

5 MEDIDAS PROACTIVAS PARA LAS ESCUELAS

01

Creación de talleres y sesiones informativas

educar sobre los trastornos del juego y los hábitos saludables.

02

Colaboración con psicólogos escolares

para realizar evaluaciones precisas e intervenciones tempranas.

03

Uso de herramientas interactivas

Por ejemplo, cuestionarios, lenguaje cercano, material audiovisual... para que los alumnos participen en debates sobre el juego.

04

Desarrollo de enfoques universales

que eduquen a todos los alumnos, con intervenciones adaptadas a los grupos de riesgo.

05

Aplicación de programas de intervención precoz

para prevenir la ludopatía, desde la escuela primaria.



Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.

Reflexión personal y planificación de acciones

Reflexiona sobre el contenido de la sesión y responde a las preguntas a continuación. Tus respuestas te ayudarán a implementar estrategias efectivas en tu escuela o aula.

- 1. Identifique una estrategia que implementará en su clase/escuela para promover el bienestar digital entre los estudiantes..***(Ejemplo: Introducir "Viernes sin tecnología" donde los estudiantes participan en actividades fuera de línea).*
- 2. Describe una forma en la que apoyarás a un estudiante que tiene dificultades con los desafíos relacionados con los juegos.***(Ejemplo: Colaborar con el consejero escolar para crear un horario diario equilibrado para el estudiante).*
- 3. ¿Qué recursos o apoyo necesitas para implementar estas estrategias?***(Ejemplo: materiales de capacitación, colaboración con los padres o acceso a recursos de salud mental).*

4. Reconocer y responder

Señales de advertencia

CONDUCTUAL

- Disminución del rendimiento académico, tareas perdidas, disminución de la participación, aislamiento social.

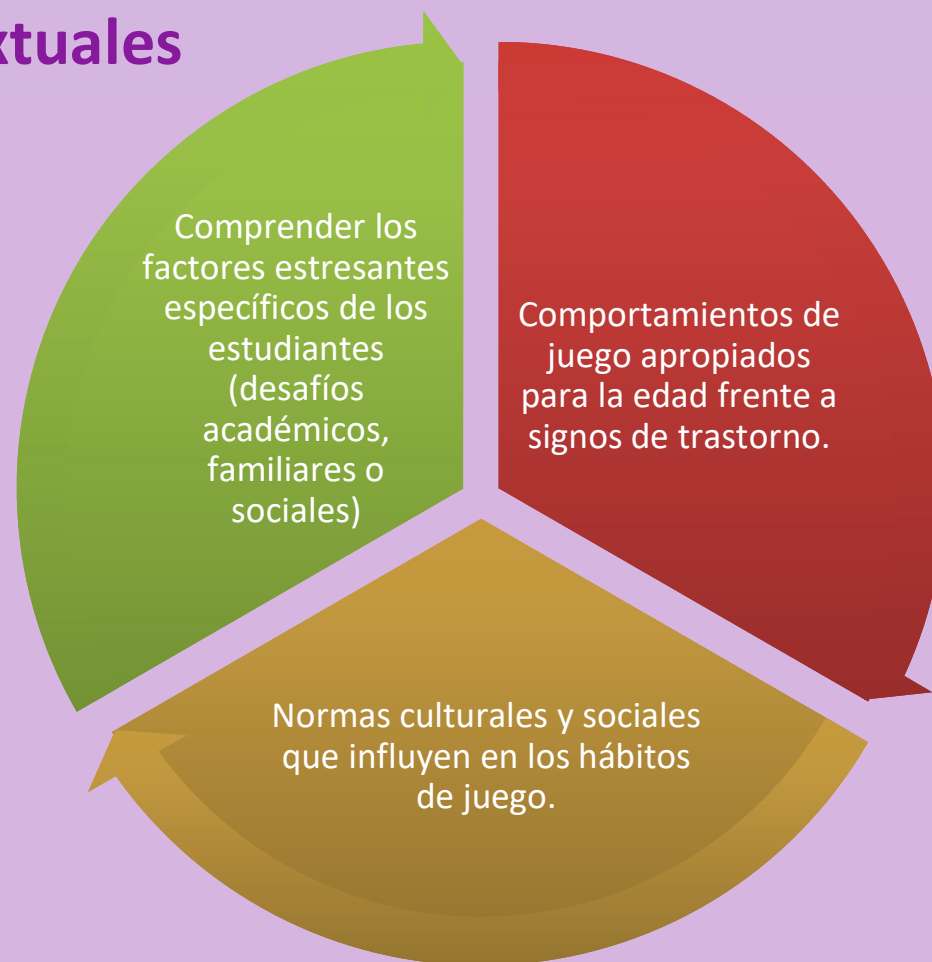
EMOCIONAL

- Aumento de la irritabilidad, cambios de humor, ansiedad o depresión.

FÍSICO

- Fatiga, mala higiene o problemas de salud por jugar durante períodos prolongados (por ejemplo, fatiga visual).

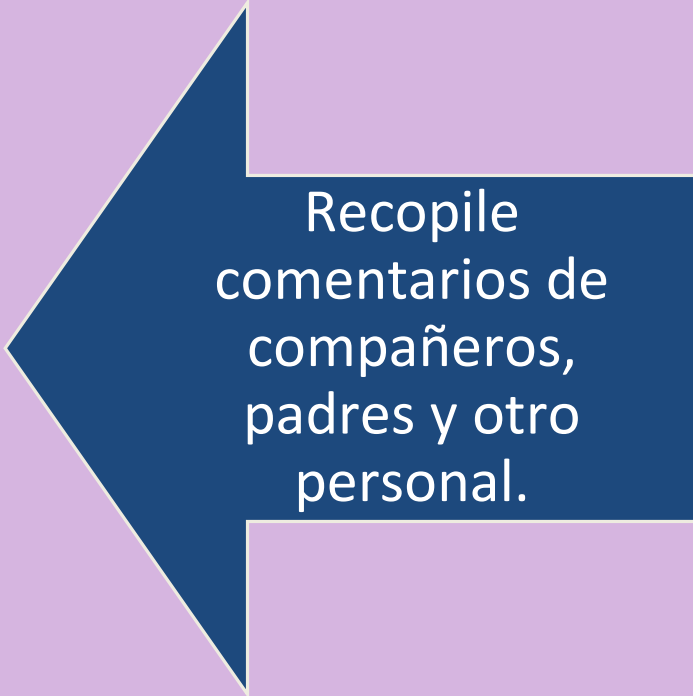
Factores contextuales



Herramientas de observación

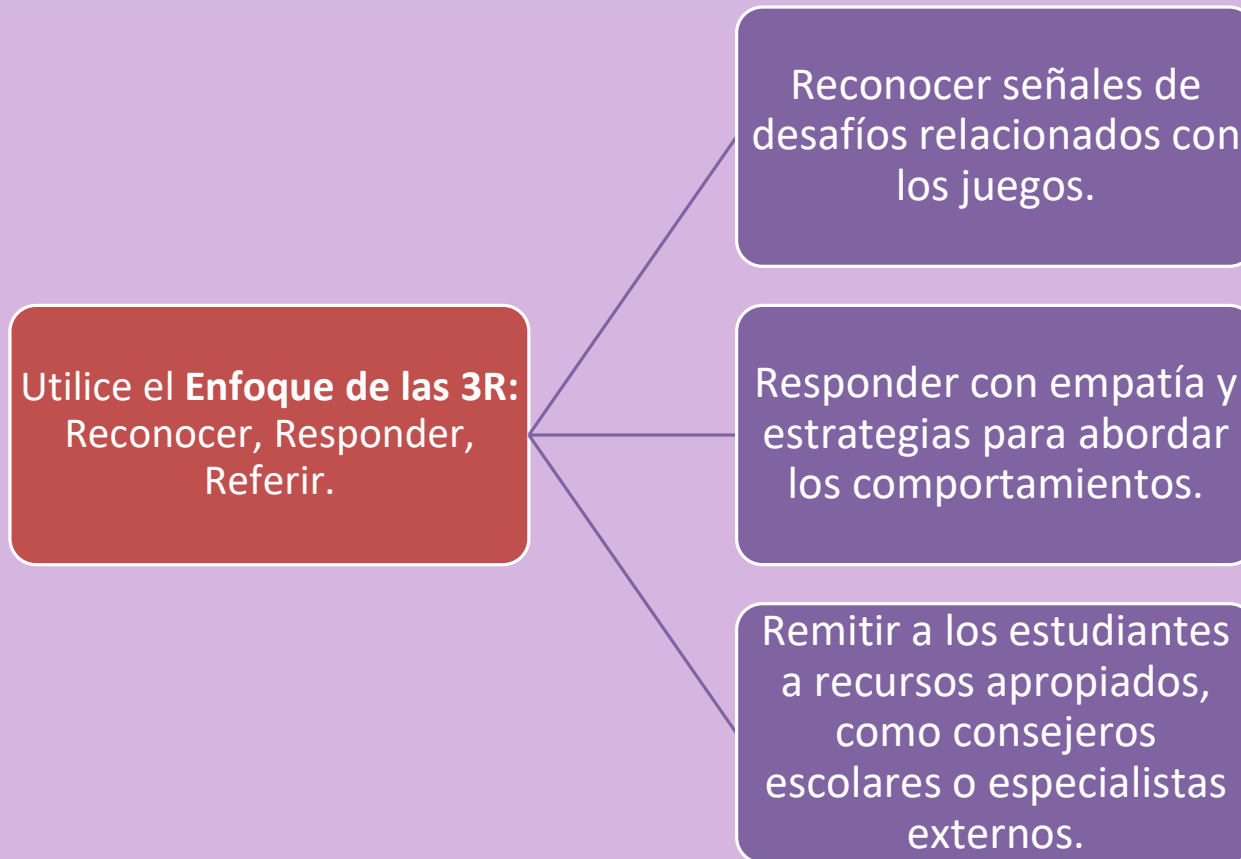


Mantener registros
de
comportamiento.



Recopile
comentarios de
compañeros,
padres y otro
personal.

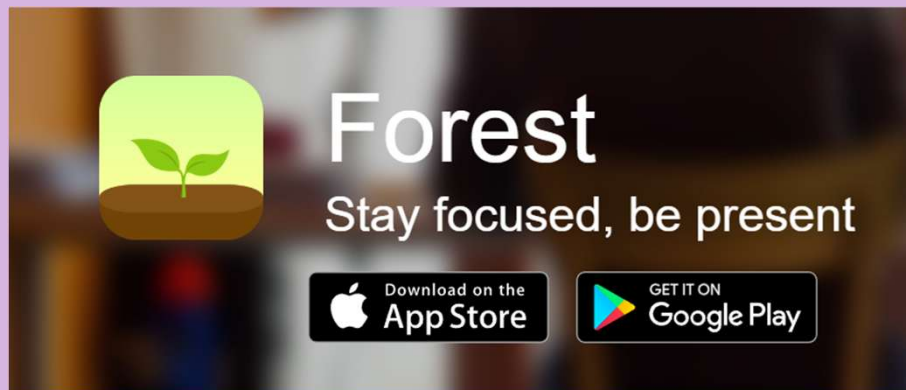
Marco de intervención



5. Herramientas digitales e integración en el aula

Herramientas de bienestar digital

Aplicaciones para administrar el tiempo de pantalla: Aplicaciones como Forest o Freedom ayudan a los estudiantes a concentrarse y equilibrar el uso del dispositivo.

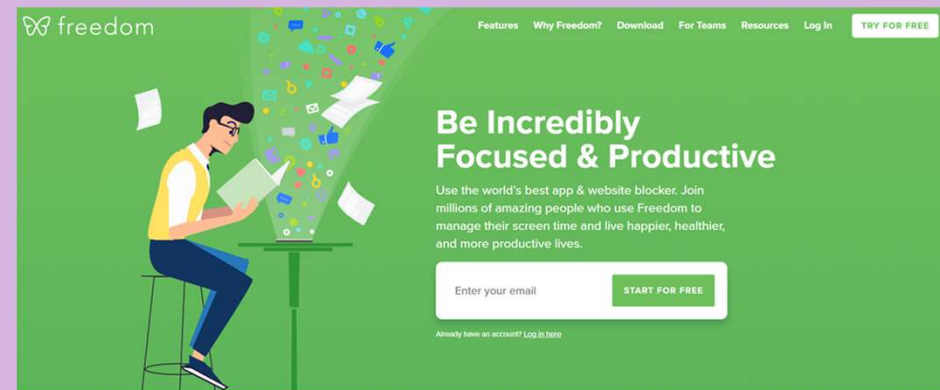


Forest

Stay focused, be present

Download on the App Store

GET IT ON Google Play



freedom

Features Why Freedom? Download For Teams Resources Log In TRY FOR FREE

Be Incredibly Focused & Productive

Use the world's best app & website blocker. Join millions of amazing people who use Freedom to manage their screen time and live happier, healthier, and more productive lives.

Enter your email

Already have an account? [Log in here](#)

Herramientas de bienestar digital

Plataformas de bienestar digital

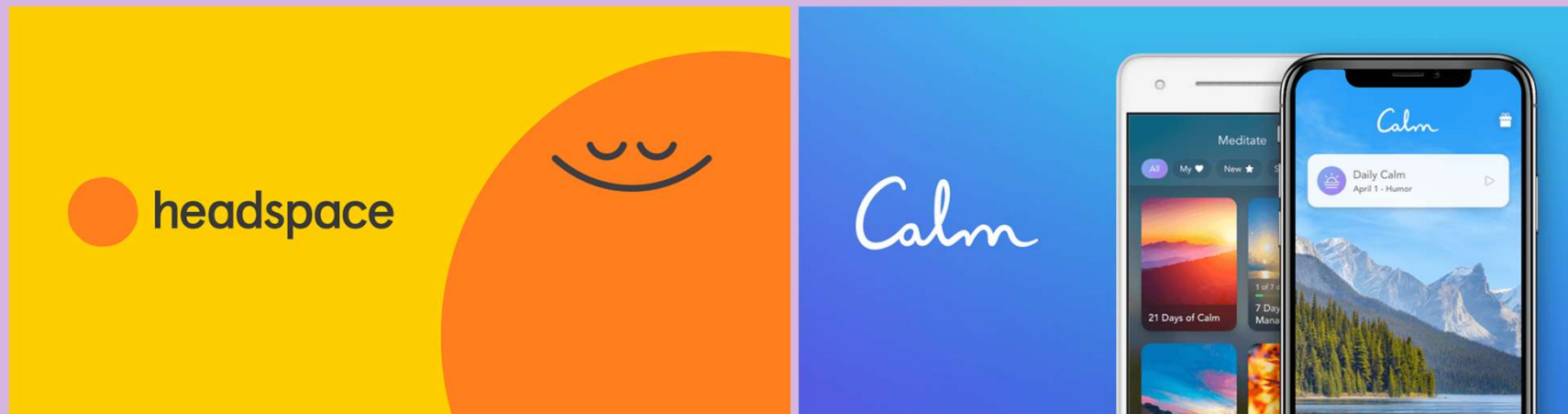
Herramientas como Classcraft gamifican la gestión del aula al tiempo que promueven comportamientos de juego saludables.



Classcraft

Herramientas de bienestar digital

Aplicaciones de atención plena Aplicaciones como Headspace o Calm ayudan a controlar el estrés y la ansiedad asociados al juego excesivo.



Aplicaciones prácticas en el aula

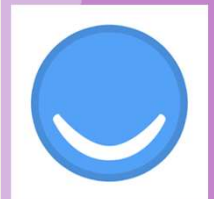
1. Seguimiento del tiempo de pantalla:

- Aplicaciones como Google Family Link o Apple ScreenTime Ayudan a los estudiantes a realizar un seguimiento de su uso de juegos o redes sociales.
- Tareas semanales: Pida a los estudiantes que analicen los datos de uso de sus aplicaciones y creen objetivos personales para reducir el tiempo excesivo frente a la pantalla.



2. Registro diario de bienestar digital:

- Incorpore un inicio de clase de 5 minutos donde los estudiantes registren su estado de ánimo en una aplicación como Moodfit o Daylio.
- Analice las correlaciones entre los hábitos digitales y los cambios de humor como parte de la educación para la salud.



Aplicaciones prácticas en el aula

3. Temporizadores Pomodoro para descansos de estudio:

- Introducir aplicaciones como Focus Booster o Forest. Enseñan a los estudiantes cómo equilibrar las sesiones de estudio con los descansos.
- Anime a los estudiantes a reflexionar sobre si estos métodos mejoran su productividad y concentración.



4. Herramientas de programación de tareas:

- Utilice aplicaciones como Todoist o Microsoft To Do. Enseñan a los estudiantes cómo organizar sus tareas y su tiempo de juego.
- Pida a los estudiantes que establezcan “zonas libres digitales” en sus horarios y reflexionen sobre su eficacia.



Aplicaciones prácticas en el aula

5. Gamificación del bienestar digital:

- Utilice plataformas como Classcraft o Kahoot. Crear cuestionarios o desafíos sobre hábitos digitales y concientización sobre la adicción a los juegos.
- Recompense a los estudiantes con puntos por completar objetivos de bienestar o participar en desafíos de tiempo saludable frente a la pantalla.



6. Registro de hábitos digitales:

- Introducir aplicaciones como Penzu o Reflectly para que los estudiantes documenten cómo usan la tecnología cada día.
- Reflexiones semanales: Pida a los estudiantes que escriban sobre cómo los juegos afectan su estado de ánimo, su concentración y sus interacciones sociales.



Aplicaciones prácticas en el aula

7. Desafíos de la desintoxicación digital:

- Organice desafíos para toda la clase en los que los estudiantes se abstengan de jugar o usar las redes sociales durante un día.
- Continúe con discusiones grupales sobre los desafíos y beneficios experimentados durante la desintoxicación.

8. Mentoría entre pares para el bienestar digital:

- Forme parejas de estudiantes para supervisar y fomentar los hábitos saludables de pantalla de cada uno utilizando aplicaciones como Habitica.
- Los mentores pares pueden presentar consejos o estrategias que les hayan funcionado en clase.



Aplicaciones prácticas en el aula

9. Aplicaciones de mindfulness en clase:

- Comienza o finalice lecciones con meditaciones guiadas de 5 minutos usando aplicaciones como Calm or Headspace.
- Concéntrate en temas como reducir la ansiedad inducida por los juegos o mejorar la concentración durante las lecciones.



10. Educación sobre juegos interactivos:

- Utilice juegos educativos que enseñen hábitos digitales saludables, como Digital Compass o Interland.
- Analiza qué hace que estos juegos sean atractivos y cómo se comparan con los juegos potencialmente adictivos.



Aplicaciones prácticas en el aula

11. Planes de tiempo frente a la pantalla en familia:

- Asignar a los estudiantes la creación de un acuerdo de tiempo de pantalla familiar utilizando plantillas disponibles en aplicaciones como Bark.
- Fomentar el diálogo entre padres y estudiantes sobre cómo equilibrar el uso de pantalla y las actividades fuera de línea.



12. Eventos de bienestar comunitario:

- Colaborar con los estudiantes para organizar una “Feria de bienestar digital”, con stands de aplicaciones y herramientas que promuevan hábitos digitales más saludables.
- Los estudiantes demuestran cómo aplicaciones específicas les ayudan a gestionar juegos u otras actividades digitales.

Lista de verificación y análisis de escenarios

Aquí se presentan perfiles ficticios de estudiantes para que los docentes los analicen utilizando la lista de verificación para la detección temprana de trastornos del juego. Cada perfil incluye indicadores conductuales, emocionales y sociales que pueden indicar posibles problemas relacionados con los trastornos del juego.

En grupos:

1. Analizar los perfiles de estudiantes ficticios
2. Utilice la lista de verificación
3. Definir un plan de acción

Recursos:

- Folleto: Perfiles de estudiantes ficticios
- Lista de verificación

6. Planificación de acciones para las escuelas

Políticas y procedimientos escolares

¿Cómo se pueden reflejar las iniciativas de bienestar digital en las políticas escolares?

- Límites de tiempo frente a la pantalla durante el horario escolar.
- Pautas para la integración de herramientas digitales en las aulas.
- Protocolos para identificar y apoyar a estudiantes con desafíos relacionados con los juegos.

Actividad de lluvia de ideas

Los participantes se dividen en grupos pequeños (de 4 a 5 miembros). Cada grupo identifica posibles desafíos para integrar el bienestar digital en las políticas escolares. Los grupos intercambian ideas sobre soluciones prácticas para estos desafíos.

Ejemplos de desafíos:

- Resistencia por parte de estudiantes o padres.
- Falta de recursos o formación para el profesorado.
- Dificultad para hacer cumplir los límites de tiempo frente a la pantalla.
- Las soluciones podrían incluir campañas de concientización, talleres para padres o períodos de prueba para nuevas políticas.

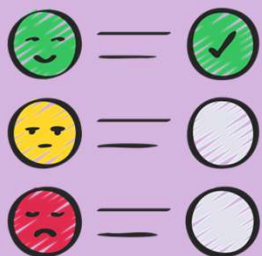
Redacción de un marco de plan de acción

Los grupos pensarán en acciones tanto a corto plazo (dentro de 3 meses) como a largo plazo (dentro de un año).

Recursos:

- Plantilla de marco de plan de acción

7. Evaluación de la actividad



<https://tinyurl.com/hmhm8v9y>



Gracias



Co-funded by
the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, exclusivamente de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Escola Profissional de Cortegaça
OVARFORMA - Ensino e Formação Lda.

Action Plan Framework Template

School: _____

Date: ___/___/___

1. Goal

Define the main objective of the action plan. Goals should be SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound). *Example: Promote digital wellness by reducing excessive screen time during school hours by 20% within six months.*

2. Steps / Actions Needed

List the specific steps needed to achieve the goal. Each action should be actionable and clear.

Action	Responsible Person(s)	Timeline	Resources Needed
<i>Example: Introduce screen-free zones in common areas.</i>	<i>School counsellors, teachers</i>	<i>January–March 2025</i>	<i>Posters, designated staff oversight</i>

3. Resources

Identify the tools, materials, and support needed to implement the plan effectively.

Physical Resources / Tools	Human Resources
<i>Example: Teachers, IT staff, counselors</i>	<i>Example: Digital tools like monitoring apps, and posters for awareness campaigns.</i>

4. Support & Involvement

Describe how teachers, parents, students, and the school board will be involved and kept informed.
Example: Host an informational session for parents about the school's digital wellness initiative; Conduct surveys with students to gather feedback on policy changes.



5. Evaluation and Monitoring

Metric	Target	Evaluation Method	Frequency
Example: Reduction in reported screen-time hours.	20% decrease in 6 months.	Surveys, app data.	Quarterly

Evaluation Notes:

6. Timeline

Milestone	Deadline	Responsible Person(s)
Example: Set up screen-free zones.	End of February 2025.	IT team, school leaders.



--	--	--

7. Sustainability Plan

Describe how the initiative will be maintained over time. *Examples: Regularly review policies and update as needed; Provide ongoing training for staff to stay informed on digital wellness strategies.*



Lista de verificación para la detección temprana de trastornos del juego¹

Instrucciones: Use esta lista de verificación para observar y evaluar a los estudiantes a lo largo del tiempo. Si bien un solo comportamiento puede no indicar un trastorno del juego, una combinación de signos persistentes puede indicar acciones adicionales necesarias o una consulta con un especialista.

<i>Categoría</i>	<i>Indicadores</i>
Indicadores de comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Disminución significativa del rendimiento académico. <input type="checkbox"/> Con frecuencia pierde tareas o no completa la tarea. <input type="checkbox"/> Habla regularmente o se enfoca en los juegos durante la clase. <input type="checkbox"/> Muestra agitación o frustración cuando no puede jugar. <input type="checkbox"/> Evita participar en actividades escolares no relacionadas con los juegos.
Indicadores emocionales	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Muestra irritabilidad o cambios de humor cuando no está jugando. <input type="checkbox"/> Expresa ansiedad o angustia por los fracasos o el progreso en el juego. <input type="checkbox"/> Parece demasiado preocupado por los logros o clasificaciones de los juegos. <input type="checkbox"/> Muestra signos de baja autoestima relacionados con el rendimiento de los juegos.
Indicadores sociales	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se retira de las interacciones sociales con sus compañeros o familiares.

¹ Esta lista de verificación se inspiró en la *Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11)* de la Organización Mundial de la Salud y la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (APA) *Criterios para el trastorno de los juegos de azar en Internet*. También es el resultado de la investigación documental realizada por el proyecto Gaming Disorders (<https://gamingdisorders.eu/>). El presente documento fue preparado por el consorcio del proyecto y tiene como objetivo ayudar a los educadores a identificar los riesgos potenciales de los trastornos del juego. No sustituye ningún procedimiento de diagnóstico médico y psicológico.

Indicadores físicos

- Prefiere los amigos de los juegos en línea a las relaciones en persona.
- Muestra dificultad para comunicarse o interactuar con otros fuera de los contextos de juego.
- Tiene conflictos con sus compañeros o maestros sobre temas relacionados con los juegos.

Indicadores de tiempo y rutina

- Muestra fatiga o somnolencia durante el horario escolar.
- Informa dolores de cabeza frecuentes, fatiga visual u otras quejas físicas relacionadas con el tiempo frente a la pantalla.
- Descuida la higiene personal o la salud física.
- Gana o pierde peso debido a hábitos alimenticios irregulares relacionados con los juegos.

Indicadores académicos y cognitivos

- Pasa una cantidad excesiva de tiempo jugando, reportado por los padres u observado en discusiones.
- Con frecuencia llega tarde a la escuela o se salta las clases para jugar.
- Muestra incapacidad para administrar el tiempo de manera efectiva debido a los juegos.
- Quejas de interrupciones del sueño relacionadas con sesiones de juego nocturnas.

Comentarios de la familia y los padres

- Demuestra concentración o enfoque reducidos durante las lecciones.
 - Exhibe una menor creatividad o participación en tareas no relacionadas con los juegos.
 - Tiene dificultades para seguir instrucciones o cumplir con los plazos.
 - Muestra un mayor olvido sobre las responsabilidades relacionadas con la escuela
- Los padres informan preocupaciones sobre el juego excesivo en casa.

Plan de acción de seguimiento

- Los miembros de la familia notan cambios de comportamiento relacionados con los juegos.
- Los padres luchan por hacer cumplir los límites en el tiempo de juego.

Si marcas varias casillas en todas las categorías:

1. Discuta las observaciones: Programe una reunión con el estudiante para comprender su perspectiva.
2. Involucre a los padres: Comparta observaciones con los padres para obtener información y abordar preocupaciones compartidas.
3. Consulte a especialistas: Involucre a consejeros escolares, psicólogos o profesionales externos si es necesario.
4. Supervise el progreso: Reevalúe usando la lista de verificación después de implementar intervenciones.



Perfiles ficticios de estudiantes

Alex (14 años)

Fondo:

Alex es un estudiante brillante con interés en la tecnología y los videojuegos. En los últimos meses, profesores y padres han notado algunos cambios en su comportamiento.

Indicadores observados:

- La tasa de finalización de tareas de Alex ha bajado del 95 % al 60 %. Menciona con frecuencia sus logros en un popular juego multijugador durante las discusiones en clase.
- Muestra frustración cuando lo interrumpen mientras usa una tableta o un teléfono en la escuela.
- Prefiere pasar la hora del almuerzo solo en su dispositivo en lugar de socializar con amigos.
- Recientemente mostró signos de fatiga por las mañanas, con informes de quedarse despierto hasta tarde para jugar.

Comentarios de los padres:

Los padres de Alex dicen tener dificultades para establecer límites de tiempo frente a la pantalla. Han notado que Alex se salta las cenas familiares para jugar y se irrita cuando le piden que cierre la sesión.



<https://www.facebook.com/gamingdisorders.erasmus/>



<https://www.instagram.com/gamingdisorders.erasmus/>



<http://www.youtube.com/@GamingDisorders.Erasmus>

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Perfiles ficticios de estudiantes

María (16 años)

Fondo:




María participaba activamente en los debates escolares y en los clubes sociales. Sin embargo, su participación ha disminuido significativamente en el último año.

Indicadores observados:

- María frecuentemente no cumple con los plazos de entrega de sus tareas y muestra un mínimo esfuerzo en participación en clase.
- Parece distraída durante las clases y a menudo mira su teléfono. Ha empezado a evitar las actividades extracurriculares y pasa la mayor parte de su tiempo libre en la biblioteca de la escuela viendo videojuegos. Expresa
- ansiedad por quedarse atrás en su juego en línea favorito cuando le preguntan sobre su fin de semana.
- Los amigos comentan que María se ha vuelto menos comunicativa y prefiere las amistades en línea.

Comentarios de los padres:

Los padres de María comentan que se ha vuelto cada vez más retraída en casa. Les preocupan sus frecuentes dolores de cabeza y su menor interés en las salidas familiares.

-  <https://www.facebook.com/gamingdisorders.erasmus/>
-  <https://www.instagram.com/gamingdisorders.erasmus/>
-  <http://www.youtube.com/@GamingDisorders.Erasmus>

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Perfiles ficticios de estudiantes

Liam (13 años)

Fondo:

Liam es un estudiante tranquilo que se trasladó recientemente a la escuela. Al principio, los profesores notaron su entusiasmo por la ciencia, pero desde entonces han observado una falta de concentración.

Indicadores observados:

- Liam a menudo parece cansado durante las clases de la mañana y le cuesta mantenerse despierto.
- Ha entregado tareas incompletas, con excusas que incluyen juegos nocturnos.
- Rara vez interactúa con sus compañeros en persona, pero comparte relatos detallados de estrategias de juego.
- Parece ansioso o molesto cuando habla de derrotas o problemas en el juego con sus compañeros de equipo en línea.
- Informes de personas que se saltan comidas en casa por estar inmersas en juegos

Comentarios de los padres:

Los tutores de Liam admiten que no saben cómo controlar sus hábitos de juego, ya que es su principal forma de conectar con los demás. Han notado que pasa hasta seis horas jugando durante las noches de colegio.



<https://www.facebook.com/gamingdisorders.erasmus/>



<https://www.instagram.com/gamingdisorders.erasmus/>



<http://www.youtube.com/@GamingDisorders.Erasmus>

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union



GAMING
DISORDERS

Perfiles ficticios de estudiantes

Sara (15 años)

Fondo:

Sara es una estudiante de alto rendimiento que siempre ha destacado académicamente. Recientemente, sus profesores y amigos han notado cambios en su comportamiento.

Indicadores observados:

- Las notas de Sara han bajado un poco y parece distraída en clase.
- A menudo menciona escenarios de juego durante debates en clase no relacionados.
- Parece irritable o a la defensiva cuando se le pregunta sobre sus hábitos de juego.
- La han pillado usando su teléfono para jugar durante las clases. Evita las sesiones de estudio en grupo, alegando que interfieren con su horario de juego.

Comentarios de los padres:

Los padres de Sara comentan que se pone nerviosa si le piden que deje de jugar, incluso para hacer la tarea. Mencionan discusiones porque prioriza los juegos sobre el sueño.



<https://www.facebook.com/gamingdisorders.erasmus/>



<https://www.instagram.com/gamingdisorders.erasmus/>



<http://www.youtube.com/@GamingDisorders.Erasmus>

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.





Perfiles ficticios de estudiantes

Noé (17 años)

Fondo:

Noah es un estudiante sociable y atlético que recientemente se interesó en los juegos competitivos.

Indicadores observados:

- Noah comenzó a faltar a las prácticas deportivas, citando los torneos de videojuegos como la razón.
- Muestra frustración o cambios de humor cuando habla de derrotas en competiciones de juegos.
- Los profesores han observado una notable pérdida de concentración durante las clases. Frecuentemente entrega las tareas tarde y suele mencionar compromisos con los juegos.
- Ha comenzado a aislarse de su grupo habitual de amigos, prefiriendo interactuar con sus compañeros de juego en línea.

Comentarios de los padres:

Los padres de Noah expresan su preocupación por su creciente dependencia de los videojuegos como fuente de autoestima. Les preocupa la pérdida de interés en actividades que antes le gustaban, como los deportes.



<https://www.facebook.com/gamingdisorders.erasmus/>



<https://www.instagram.com/gamingdisorders.erasmus/>

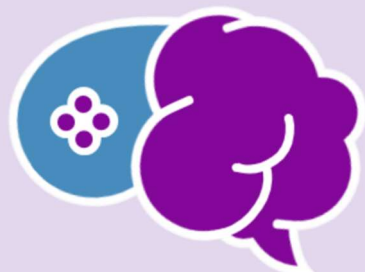


<http://www.youtube.com/@GamingDisorders.Erasmus>

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union



**GAMING
DISORDERS**

Formulario de evaluación

Capacitación sobre bienestar digital y trastornos del juego



Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ellos

Gracias por tomarse el tiempo para participar en este cuestionario de evaluación para el proyecto Trastornos del juego. Sus comentarios son cruciales para garantizar que los recursos y las actividades que hemos desarrollado cumplan eficazmente con los objetivos previstos.

El propósito de esta evaluación es recopilar una visión general amplia de los materiales y actividades disponibles dentro del proyecto. Esta no es una prueba de su conocimiento sobre el tema de los trastornos del juego; En cambio, estamos interesados en comprender su perspectiva sobre la usabilidad y la eficacia de los recursos. Específicamente, buscamos su evaluación de:

- La facilidad de uso de los materiales
- Si su estructura, longitud y profundidad se alinean con los objetivos de la actividad

Sus opiniones y sugerencias honestas nos ayudarán a refinar y mejorar los materiales para satisfacer mejor las necesidades de nuestro público objetivo. ¡Realmente valoramos su aporte y apreciamos su tiempo!

1. País de residencia

- Austria
 Chipre
 Irlanda
 Alemania
 Portugal
 España

2. Materia/disciplina que enseñas

3. El nombre de su escuela

SECCIÓN 1: IMPRESIONES GENERALES

1.1. En una escala del 1 al 5, ¿qué tan relevante considera el tema de los trastornos del juego para su papel como educador?

- 1 – No pertinente
 2
 3
 4
 5 – Extremadamente pertinente

1.2. ¿Qué tan bien cumplió la capacitación con sus expectativas?

- 1- No cumplió con las expectativas
- 2
- 3
- 4
- 5 – Superó las expectativas

1.3. ¿Qué tema te pareció más útil? (*seleccione uno o más*)

- Comprender los trastornos del juego (criterios, síntomas)
- Bienestar digital en las escuelas
- Reconocer y responder a las señales de advertencia
- Herramientas prácticas y aplicaciones en el aula
- Planificación de acciones para la implementación escolar

1.4. ¿El seminario web funcionó bien técnicamente?

- 1 – De ninguna manera
- 2
- 3
- 4
- 5 – Mucho

SECCIÓN 2: EVALUACIÓN DE CONTENIDO

2.1. ¿Cómo calificaría la claridad y la estructura de la sesión?

- Muy poco claro / desorganizado
- Algo claro
- Claro y bien estructurado
- Excelente claridad y fluidez

2.2. ¿Fueron útiles los estudios de casos y los ejemplos de la vida real para comprender los problemas?

- No es útil
- Algo útil
- Útil
- Muy útil

2.3. ¿La capacitación proporcionó suficientes estrategias prácticas que puede aplicar en su escuela o salón de clases?

- No, en absoluto
- Algo
- Sí, suficientemente

Sí, y ya planeo usar algunos

2.4. ¿De cuál de los siguientes te sientes más seguro después de la capacitación? (Seleccione todas las que correspondan)

- Identificación de signos tempranos de trastornos del juego
- Uso de herramientas y aplicaciones de bienestar digital
- Apoyar a los estudiantes con hábitos digitales equilibrados
- Colaborar con familias y consejeros
- Redactar o contribuir a políticas de bienestar en toda la escuela

SECCIÓN 3: APLICABILIDAD A LA PRÁCTICA DIARIA

3.1. ¿Cree que las estrategias y herramientas presentadas son aplicables de manera realista en su entorno de enseñanza?

- No aplicable
- Aplicable con adaptaciones significativas
- Aplicable en su mayoría
- Totalmente aplicable y listo para implementar

3.2. ¿Qué barreras anticipa para implementar estas estrategias? (Seleccione todas las que correspondan)

- Falta de tiempo
- Falta de apoyo de la administración escolar
- Resistencia de los estudiantes
- Falta de capacitación o recursos
- Actitudes de los padres

3.3. ¿Qué recursos o apoyo te ayudarían a aplicar lo que aprendiste hoy?



SECCIÓN 4: COMENTARIOS E IMPACTO

4.1. ¿Qué impacto tuvo esta actividad en la forma en que percibe los trastornos del juego?

4.2. ¿Esta capacitación ha cambiado la forma en que ve su papel en el apoyo a los estudiantes afectados por problemas relacionados con los juegos?

- 1 – De ninguna manera
 2
 3
 4
 5 – Cambió completamente mi perspectiva

4.3. ¿Te sientes más capacitado o mejor equipado para abordar los desafíos relacionados con los juegos en tu aula o escuela?

- Sí
 No

4.4. ¿Cuál es una acción específica que planea tomar en base a esta capacitación?

4.5. ¿Tiene sugerencias para mejorar esta capacitación en futuras sesiones?

¡Gracias por sus comentarios!