



Gamer es un programa de prevenci3n universal de la adicci3n a los videojuegos dise1ado por la Unidad de investigaci3n «juegos y adicciones tecnol3gicas» de la Universitat de València, dirigido por el catedrático en psicología, Dr. Mariano Ch3liz Montañés.

Se dirige principalmente a j3venes de entre 10-14 a1os y se desarrolla a lo largo de tres sesiones de una hora durante tres semanas consecutivas. Este programa utiliza recursos que han demostrado su utilidad científicamente (como t3cnicas de autocontrol) y a su vez, incorpora un novedoso enfoque psicol3gico basado en la motivaci3n personal que busca que los j3venes participantes jueguen de manera controlada y beneficiosa para su salud psicol3gica mientras siguen disfrutando de este ocio virtual. Los pilares sobre los que se sustenta la actuaci3n de Gamer son la informaci3n sobre los efectos de los videojuegos para la salud, la sensibilizaci3n ante el problema al que est3n expuestos como poblaci3n vulnerable, y el cambio de h3bitos que fomente un uso saludable de los mismos.

Adem3s, se realizar3n talleres PsicoEduca, un programa de promoci3n de la salud en centros educativos para el alumnado y las familias, impartido por Sembrem, como entidad de acci3n social especializado en psicología.

Objetivos:

- Proporcionar a adolescentes y j3venes informaci3n b3sica sobre los efectos de los videojuegos en la salud.
- Sensibilizar sobre los riesgos m3s comunes por el uso inadecuado de los videojuegos.
- Fomentar cambios de h3bitos que promuevan un uso saludable de los mismos.
- Facilitar a las familias del alumnado informaci3n y recursos de prevenci3n de adicciones tecnol3gicas y promoci3n de la salud.

Dirigido a:

Alumnado y familias de 1º de ESO del IES Toris.

Calendario y horario:

- Alumnado: Se desarrollar3 a lo largo de tres sesiones de una hora, durante tres semanas consecutivas los d3as 16, 23 y 30 de octubre de 2024, en horario lectivo.
- Familias: Los d3as 16, 23 y 30 de octubre de 2024 (mi3rcoles), de 15:00 a 17:00 horas.



Gamer és un programa de prevenció universal de l'addicció als videojocs dissenyat per la Unitat d'investigació «jocs i addiccions tecnològiques» de la Universitat de València, dirigit pel catedràtic en psicologia, Dr. Mariano Chóliz Montañés.

Es dirigeix principalment a joves d'entre 10-14 anys i es desenrotlla al llarg de tres sessions d'una hora durant tres setmanes consecutives. Este programa utilitza recursos que han demostrat la seua utilitat científicament (com a tècniques d'autocontrol) i al seu torn, incorpora un nou enfocament psicològic basat en la motivació personal que busca que els joves participants juguen de manera controlada i beneficiosa per a la seua salut psicològica mentre continuen gaudint d'este oci virtual. Els pilars sobre els qu als se sustenta l'actuació de Gamer són la informació sobre els efectes dels videojocs per a la salut, la sensibilització davant el problema al qual estan exposats com a població vulnerable, i el canvi d'hàbits que fomenta un ús saludable d'estos.

A més, es realitzaran tallers PsicoEduca, un programa de promoció de la salut en centres educatius per a l'alumnat i les famílies, impartit per Sembrem, com a entitat d'acció social especialitzat en psicologia.

Objectius:

- Proporcionar a adolescents i joves informació bàsica sobre els efectes dels videojocs en la salut.
- Sensibilitzar sobre els riscos més comuns per l'ús inadequat dels videojocs.
- Fomentar canvis d'hàbits que promoguen un ús saludable d'estos.
- Facilitar a les famílies de l'alumnat informació i recursos de prevenció d'addiccions tecnològiques i promoció de la salut.

Dirigit a:

Alumnat i famílies de 1r. d'ESO de l'IES Torís.

Calendari i horari:

- Alumnat: Es realitzarà al llarg de tres sessions d'una hora, durant tres setmanes consecutives els dies 16, 23 i 30 d'octubre de 2024, en horari lectiu.
- Famílies: Els dies 16, 23 i 30 d'octubre de 2024 (dimecres), de 15.00 a 17.00 hores.