

El juego, una actitud

“Jugar” viene del latín *iocari* y significa “hacer algo con alegría”.

¿Por qué y para qué jugar?

Jugando desarrollamos, desplegamos y ejercitamos capacidades físicas, intelectuales y emocionales.

Jugando desplegamos la fantasía y la imaginación, ponemos en juego roles y posiciones, y podemos identificarnos con distintos personajes, explorarlos, recrearlos.

Jugando conectamos con sensaciones muy diversas, como enojo, ira, impotencia, frustración, alegría, risa, picardía, deseo de ganar. También desplegamos la competitividad, la concentración, la especulación, las destrezas, los desafíos, los objetivos. Y ejercitamos y aprendemos acerca de los ritmos, los turnos, los tiempos, los inicios, el desarrollo, los cierres y los finales.

Jugando podemos compartir tiempo y espacio con diferentes grupos etarios, donde prima la simetría centrada en reglas consensuadas e iguales para todas las personas que participan. El saber circula y la autoridad la tiene cada persona respetando lo convenido.

Jugando creamos nuevos códigos, construimos reglas a cumplir de una manera horizontal, consensuada. Podemos cambiar las reglas, adecuarlas, siempre y cuando sean iguales para todas las personas.

Mientras jugamos, el AQUÍ Y AHORA se hace experiencia. El concentrarse, el desafío de la destreza, de las reglas, de los turnos, del objetivo, nos conecta con el presente. Se entra en un tiempo sin tiempo, sin obligación, donde el final es incierto siempre, no es predecible, y el factor sorpresa acompaña cada jugada.

La posibilidad de estar en la situación de perder o ganar es móvil. Todas las personas que estamos jugando podemos pasar por ambos roles y vivenciarlos.

Jugando involucramos el cuerpo, la mente y las emociones, muchas veces en simultáneo, desplegando, aprendiendo e integrando destrezas físicas, mentales y emocionales.

El juego es un modo posible de elaborar, tramitar, resolver, transitar, explorar...

Juegos corporales, juegos de roles, juegos intelectuales, cada uno con su particularidad y potencia, pero todos con el punto en común de brindar la posibilidad de conectar con el desafío, la sorpresa, la aceptación, el volver a empezar, el asombro, la risa, la alegría, todos ellos aspectos vitales para la salud.

El juego puede ser una actividad que empieza y termina, o puede volverse una actitud frente a la vida.

Lic. Evangelina Copello