



MUNDO REAL VERSUS MUNDO VIRTUAL SER O NO SER DIGITAL, ESA ES LA CUESTIÓN

“...la mejor preparación para el mundo online, es el mundo off line, el mundo real”

María Eugenia Basconi

Virtudes y vicios de la comunicación on line

Somos testigos de un avance tecnológico que nos deja sin aliento, día a día estamos siendo bombardeados con productos que a los pocos meses ya dejaron de ser llamativos porque salieron al mercado otros mejores, más veloces, con mayores ventajas y así nos hacen creer que si no nos convertimos en usuarios de ellos no podremos seguir con nuestras vidas. Vivimos en un mundo caracterizado por la exaltación del consumismo. Esto lamentablemente es cierto; pero sólo en parte.

La cultura de las grandes empresas con su lenguaje, sus categorías, sus valores y virtudes ha sabido encauzar como nadie los valores del individuo y ha creado toda una «gramática» con la que describir historias «de éxito». Algunas palabras típicas como mérito, eficiencia, competencia, liderazgo, innovación se usan indiscriminadamente para describir también las virtudes de la política, la comunicación, la sanidad y la educación. Paradójicamente, las sociedades experimentan, a su vez, una fuerte carestía de palabras verdaderas y vivas, y de virtudes, muchas de ellas pre-económicas, de las que no se pueden prescindir mientras estén habitadas por seres humanos.

A veces debemos ser muy críticos pero nunca desesperanzados, en definitiva, esta nota es una invitación a tomar conciencia de nuestro rol formador de «criterio» y de «dosificación» frente a la comunicación y la tecnología, considerando la ideología que se esconde tras los mensajes de estos dispositivos, a fin de introducir conceptos «críticos» y palabras «nuevas» para que los hogares, las escuelas, las comunidades vuelvan a ser espacios verdaderamente humanos.

Estar conectado actualmente es la clave de la supervivencia, a costa de ella nos olvidamos de la conexión más importante que existe, la verdadera conexión: «las relaciones interpersonales». Y decimos verdadera porque estamos sometidos al mundo de la comunicación por mensaje de texto, cediendo ante los emoticones para expresar nuestros estados de ánimo, vamos poco a poco camino a la deshumanización de la humanidad. La clave de las relaciones interpersonales es el «afecto y el tiempo», no cuantos «me gustan» concedemos o nos otorgan en las redes sociales. Debemos reivindicar el cariño y la ternura con las personas de nuestro entorno. Dedicarles tiempo a nuestros hijos, padres, pareja, disponer del tiempo en cantidad y calidad con la gente que queremos, en especial nuestra familia.

La tecnología en la infancia

¿Cómo lidiar con todo este avance, al que muchos hemos sucumbido y al que permitimos a nuestros hijos acceder desde edades cada vez más tempranas? ¿Es conveniente y realmente necesario que los niños utilicen estas tecnologías?

Ya lo dice claramente Catherine L'Écuyer, divulgadora educativa española, en una entrevista difundida por la corporación BBVA: «Ningún estudio apoya la introducción de la tecnología en la infancia... En el 2017, la Asociación Pediátrica Canadiense recomienda: antes de los 2 años, cero pantalla, y de los 2 a 5 años, menos de una hora al día.» Y continúa «no es prohibir por prohibir. La idea es dar a nuestros hijos alternativas excelentes».

¿A qué edad un celular?

A los 10 años un chico no está preparado a las exposiciones de la red social. Evitemos quemar etapas, debemos proporcionarles espacios para que vivan su niñez. No debemos exponerlos, así como los cuidamos en el «mundo real» del tabaco, del alcohol y de las drogas, de los automóviles al cruzar la calle, tenemos que protegerlos de los riesgos del «mundo virtual» con valores. «Saber decir que no», la primera red social debe ser la familia y progresivamente se irá ampliando. Es difícil, pero es por la salud integral de los niños. Solitariamente será duro, por ello como «la unión hace la fuerza» sugerimos convocar a otros padres que piensen igual a nosotros y crear un grupo, para interactuar, incentivando visitas, reuniones, encuentros, paseos, juegos, etc. en «el mundo real».

En vísperas de lo que serán las próximas vacaciones de invierno y conociendo el deseo de muchos niños y adolescentes de estar delante de las pantallas, utilizando videojuegos o explorando las redes sociales. ¿De qué manera los adultos podemos prepararnos estos meses para acompañar también en este aspecto a nuestros hijos?, ¿qué hacer cuando los chicos estén en casa?, ¿cómo equilibrar el uso del celular, tablets y la computadora con los juegos y recreaciones cara a cara?, ¿cómo compartir lo real y la tecnología como recurso?. Debemos saber elegir los juegos evitando los juegos violentos, regular las tendencias de los adolescentes de jugar on line sin ver físicamente a sus amigos. Estar atentos del peligro de la ilimitación del consumo adictivo, de la tecnología inmersa en la sociedad, los chicos crecen enfocados en la realidad instantánea, en el vértigo, se pierden hábitos como el saber esperar y el tener paciencia. Con el control remoto y la tecnología se postergan estos valores.

Sentar las bases de su autoconcepto y la consecuente autoestima.

En la primera infancia, el niño descubre el mundo a través de sus sentidos, necesita del movimiento, la exploración, que le hablen y así desarrolle su lenguaje, que poco a poco se socialice. Emocionalmente, debe sentirse querido y aceptado. La aprobación (o desaprobación) de parte de los padres (o de quienes se encarguen de su crianza) marca estas pequeñas personalidades que se están formando. Esta parte emocional es la que debe ocupar nuestra mayor atención y la base de ella es el vínculo que se establece a través del contacto y de la comunicación, verbal y no verbal. Conversar con ellos, interesarnos por sus «pequeñeces», darles seguridad, transmitir a través de un abrazo, una mirada, muchas sonrisas, comunicar que nos importan y lograr que lo sientan realmente. Sentar las bases de su «autoconcepto», y la consecuente «autoestima». Esto, no lo van a lograr un celular o una tablet.

La tecnología se presenta como una solución a un problema que se ve en los hogares de estos tiempos pues permite mantener a los niños ocupados por períodos prolongados para poder dedicarnos a nuestras tareas y, por qué no decirlo, a nuestras distracciones. Y les dejamos utilizar esta tecnología con la errónea creencia de que desarrollará la inteligencia de los niños de la mejor manera. Sobre esto aclara L'Écuyer: «estos dispositivos son altamente adictivos porque introducen al niño en un círculo de recompensa a través de la producción de la hormona de la dopamina. Lo que ocurre ante la pantalla en esas edades... es fascinación, no es atención sostenida».

La «dopamina», es la sustancia que se libera en el cerebro en situaciones placenteras y estimula a la persona a ir en busca de aquello que le ha proporcionado esta sensación. Aquí sería necesario hacer una reflexión, pues para contrarrestar los efectos de esta «dopamina» tendría que haberse desarrollado previamente la moderación, la fuerza de voluntad, cualidades que los niños pequeños (y muchos jóvenes y adultos) no han desarrollado aún.

¿Cómo hacer para que esta tecnología encaje con nuestro mundo real?

No podemos dar completamente la espalda a los avances del mundo moderno. Lo que deberíamos hacer es analizar cada situación particular, y ver de qué manera vamos a hacer que esta tecnología encaje en ella y no al revés. ¿Cómo es nuestra rutina?, ¿cuánto tiempo dedicamos a las obligaciones?, ¿cuánto a nuestros niños?. Y por otro lado, ¿cuánto tiempo estamos nosotros mismos conectados en las redes sociales, navegando, o enganchados en juegos a los que accedemos con la excusa de que necesitamos relajarnos?.

Es importante recordar que los niños aprenden por imitación, por lo que debemos preocuparnos por darles un ambiente que sea digno de ser imitado. Si estamos nosotros mismos pendientes todo el tiempo de los celulares, etc., poco conseguiremos prohibiéndoles utilizar los mismos. Es recomendable que un niño no tenga un smartphone, ni exponerse al facebook o demás redes sociales. Debe tener tiempo para jugar, manipular, explorar, pintar, armar, jugar con lodo, arena y arcilla, bailar, jugar bajo la lluvia, pasear en el monte, bañarse en el mar, etc. Para el niño el juego es lo más importante. Concedámosle el tiempo para el juego y para ser niño.

Para lograr una buena comunicación con nuestros hijos, primero tenemos que desconectarnos de todos esos «ladrones de tiempo» que captan demasiada atención de parte nuestra. Puede parecer difícil, pero se hace necesario. Varios autores consideran la hora de comer, la hora del baño y el momento de acostarse como momentos privilegiados para transmitirles seguridad con nuestra actitud amorosa, la que les dará la confianza necesaria para enfrentar la vida.

Somos lo que consumimos y el alimento digital nuestro de cada día ha dejado de ser un lujo, para ser materia de nuestro quehacer cotidiano. Mejoremos nuestro estilo de vida, y recordemos nosotros y a nuestras nuevas generaciones que no todo es digital. ■

