La TV: ¿Aliada o enemiga? Cuando el secreto está en la medida correcta

Publicado: Miércoles, 24 Febrero 2021 01:31
Escrito por Cecilia Galatolo

Está ahí, encima de ese mueble rectangular del salón, intentando constantemente tentar a la mujer: "Dame a tus hijos, yo me encargo..."

Me gustaría contarles la historia de una madre con dos niños muy pequeños que, de repente, se encuentra encerrada en la casa con ellos hasta una fecha no definida. "Encerrada en la casa" significa sin jardín de infancia, sin abuelos, sin parques, sin visitas de parientes o amigos, sin poder siquiera caminar por la vecindad. Sin la posibilidad de dejarlos correr y desahogarse al aire libre como antes.

El marido está en casa, pero pasa muchas horas del día aislado en el ático trabajando. Está encaramado allí, como en la cima de una torre, para escapar del ruido de los niños (que, admitámoslo, en ciertos momentos, ni siquiera te permiten pensar). Le gustaría ayudar a su esposa, pero es el único que tiene un "trabajo estable" en casa, tiene la suerte de poder seguir con el teletrabajo... y alguien tiene que mantener las cosas en marcha.

La televisión: aliada y enemiga

Así que esta mujer, como decíamos, está sola. Estamos en medio de una pandemia y ella ciertamente no puede quejarse de tener que "quedarse en casa", pero todavía tiene muchas cosas que hacer y los dos pequeños no siempre quieren colaborar: a veces se sientan en el sofá y hojean sus libritos; a veces -desgraciadamente más a menudo ahora- si no se les supervisa se arriesgan a matarse entre ellos, inundan el baño, vacían los cajones, arruinan las paredes.

Al lado de esta mujer no hay nadie, sólo una gran amiga y enemiga... la televisión.

Phoca PDF

Está ahí, encima de ese mueble rectangular del salón, intentando constantemente tentar a la mujer: "Dámelos, yo me encargo...". Tiene una boca gigante y manos como tentáculos que atrapan y nunca sueltan a quien esté cerca.

El secreto es la medida correcta

Esa madre soy yo, pero podrías ser tú: muchos de nosotros hemos tenido la experiencia de tener que ocuparnos de los niños 24 horas al día y al mismo tiempo hacer todo lo que hacíamos antes: trabajar, lavar la ropa, cocinar, ordenar, pasar la aspiradora, responder al contable, al banco, resolver problemas con el proveedor de electricidad, pagar al fontanero, etc., sin poder llamar al abuelo o a la niñera ni siquiera por un par de horas.

Y afrontémoslo –honestamente– la televisión ha sido una gran aliada.

Aclaremos ahora mismo que, si no se convierte en la actividad principal del día, no está mal permitir que los niños vean algunos dibujos animados, siempre y cuando sean apropiados para su edad y tengan valores adecuados que transmitir. Mi hijo mayor, de 3 años, aprende mucho de los dibujos animados que mi marido y yo seleccionamos: encuentra nuevas ideas para jugar, estímulos para superar sus miedos, a veces incluso la fuerza para resistir un capricho, porque, antes que él, el protagonista del dibujo animado la encontró.

En resumen, la televisión está bien, pero si se usa de la manera correcta y en el momento **adecuado.**

Esas veces que cruzamos la línea...

Pero ahora los reto, lectores, a que levanten la mano si en dos meses de encierro completo han permitido que sus niños vieran la TV sólo una hora al día.

Si las televisiones especializadas en entretenimiento para niños han alcanzado en dos meses el presupuesto fijado para los próximos cinco años, debe haber una razón. Y la razón es que la televisión ha sido muy útil.

La televisión los hipnotiza, los tranquiliza y los entretiene durante horas. Los hace más mansos que nunca y podemos finalmente evitar que la casa se vaya a la ruina.

Y sin embargo, viendo el efecto que tienen las pantallas en ellos, casi me asusté: pude ver que si no decíamos "basta", los niños podrían

Phoca PDF

quedarse allí incluso un día entero. Tan pronto como la apagas, lloran y se quejan. La respuesta invariable cuando digo que los dibujos animados han terminado es: "No, todavía no".

Si la hemos perdido, recuperemos nuestra capacidad de tomar decisiones

Eres tú, padre o madre, quien debe ser fuerte, quien debe remar contra y decidir, ponerte un límite y ponérselo a ellos, aunque no hayas terminado de colgar la ropa y la mesa siga siendo un desastre. ¿Es fácil? No. Y hay días en los que una madre o un padre luchan por no ceder, pero al final pierden. Y "usan la tarjeta de televisión" más de lo necesario.

Me ha pasado a veces, estoy seguro de que nos ha pasado a todos.

Lo importante, sin embargo, es reconocer cuándo abusamos del control remoto y prometer ser más fuertes en el futuro. Como cuando cometes un pecado y prometes no volver a hacerlo. Cada día es un nuevo día y podemos, más bien, tenemos que empezar nuestra lucha con la televisión de nuevo, tenemos que esforzarnos por encontrar siempre el equilibrio. Debemos hacer todo lo posible para que siga siendo una de las actividades del día, en lugar de convertirse en un sedante que los mantenga bien todo el día.

Como ya hemos recomendado en otro **artículo,** la televisión no debe convertirse en una niñera.

La lucha contra la televisión requiere un esfuerzo

No es fácil, a veces, decir no a ese "flautista de Hamelín" que aparentemente resuelve todos los problemas. Y, lo admito, en medio de un capricho (que en ese momento no tuve la paciencia ni el tiempo para dominarlo), sólo tuve que apretar un botón, para "arreglarlo todo". Parece una magia, de verdad.

Sólo un clic, y el problema desaparece. Pero las consecuencias de esta forma de resolver las dificultades no son buenas: la televisión deja de lado los problemas, no los resuelve. El niño deja de hacer un capricho sólo porque está distraído, no porque haya comprendido el error o haya aprendido a calmarse, lo cual es definitivamente más deseable. Y hago *mea culpa*, por todas las veces en las que delegué en la TV una función educativa que dependía de mí.

La satisfacción de la victoria

Pero también hubo días en los que, me enorgullece decirlo, para no

Phoca PDF

hacerlos esclavos de la televisión, programé los momentos en los que podían estar tranquilos en el sofá, con sus libros o bailando al son de sus canciones favoritas. Había días en que la cocina no estaba muy presentable hasta la noche y yo terminaba un artículo o un capítulo a medianoche, pero por otro lado pintábamos, hacíamos formas con plastilina, jugábamos al escondite.

La televisión es una aliada, lo admito, pero también una gran seductora. Ella nos seduce, incluso antes que a nuestros hijos. Y las consecuencias de un uso exagerado de las pantallas son deletéreas, así que, aunque nos hayamos equivocado a veces, o muchas veces, no nos demos por vencidos y empecemos de nuevo.

Ella estará siempre ahí, en ese salón, diciendo "Dámelos, yo me encargo". Sin embargo, el control remoto y la salud mental de nuestros hijos están en nuestras manos.

Cecilia Galatolo, en familyandmedia.eu

Phoca PDF