

opusdei.org

# Treballar la confiança (I): Més que videojocs

«Working on Trust» (Treballar la confiança) és una sèrie de vídeos que pretén ajudar els pares en l'educació dels seus fills. Els ensenyaments de sant Josepmaria, apassionat de la llibertat i de la tasca educativa dels pares, serveixen de suport.

03/04/2018

**Guia per aprofitar el vídeo**

Educar en llibertat i en l'ús de la tecnologia. Internet representa un dels avenços més transformadors des del punt de vista econòmic, social, científic i cultural dels últims temps. D'ell han vingut molts avantatges. Alhora, la facilitat d'accés per part dels nens a tanta informació, imatges, jocs, *software*, aplicacions, xarxes socials, etcètera, crea un repte per als pares d'avui dia. La pornografia *online*, la violència excessiva d'alguns videojocs i altres addiccions poden causar seriosos danys, especialment en els menors.

Els pares necessiten tenir una estratègia centrada a ajudar els seus fills a utilitzar adequadament els *smartphones*, tauletes, videojocs i ordinadors personals. D'aquesta manera, ells podran desenvolupar una sana autoestima, aprendran a tenir amics reals, i gaudiran i s'enriquiran amb activitats com la lectura i els esports.

Ensenyar als teus fills a com exercitar la moderació en l'ús de la tecnologia requereix un esforç determinat en el qual tu i la teva parella heu de tenir una visió compartida. Significa donar als nens un bon exemple, posar límits a casa en l'ús dels dispositius, i construir la confiança a través del diàleg, oferint-los activitats alternatives que els ajudin a créixer i desenvolupar-se, per exemple, sortir amb amics, jugar a jocs de taula, ajudar a casa, etc.

Proposem algunes preguntes que et poden ajudar a treure més profit d'aquest vídeo, quan els vegis amb els teus amics, a l'escola o a la parròquia.

### **Preguntes per al diàleg:**

- Quina és la millor edat per començar a utilitzar la tecnologia? Quant de temps com a màxim haurien de fer-la servir els nens diàriament? Alguns pares pensen que un nen està

preparat per tenir dispositius personals quan són capaços de mantenir en ordre la seva habitació, què en penses?

- Quina és la millor manera de guiar i dirigir l'ús personal de la tecnologia per assegurar-se que serà enriquidor en comptes d'arribar a ser addictiu? Com es pot posar límits als nens, i quin tipus de límits és bo posar-los, depenent de l'edat? Alguns pares s'asseguren que els seus fills no facin servir els dispositius en una habitació tancada i altres no els deixen fer-lo servir quan s'acosta l'hora de dormir. Quines altres estratègies se t'ocorren?
- Quines són les millors pàgines web i aplicacions que són alhora divertides i enriquidores i que poden ajudar els nens a desenvolupar-se intel·lectualment, culturalment i creativament? Com poden els pares assegurar-se que sigui una lluita positiva en comptes de centrar-se en els aspectes negatius? Hi ha estudis o

investigacions interessants que s'hagin publicat sobre el tema i que ajudin els pares?

- Com poden els pares facilitar que els seus fills parlin amb ells sobre les imatges i les pàgines conflictives que veuen en els seus dispositius? Hi ha recursos que puguin ajudar a iniciar aquestes converses? Pensa sobre les millors experiències que hakis tingut en fomentar la llibertat responsable i la tempra en aquest camp, coneixes llibres, articles, blocs, pàgines web i / o *podcast* que t'hagin resultat útils per a això?
- Has considerat posar filtres d'Internet a casa teva? O en el pla familiar de mòbils? Saps com els teus fills utilitzen *YouTube*? Existeixen aplicacions que puguin ajudar els nens i adolescents a regular-se millor en l'ús de la tecnologia? Alguns suggeriments es poden trobar [aquí](#).

**Pla d'acció**

- Assegura't que tu i el teu marit o muller teniu una visió compartida sobre quan i com ajudar a cada un dels vostres fills a viure la tempraça en l'ús de la tecnologia. Penseu junts sobre com fan servir ells les hores d'un dia normal. Això pot ajudar a planejar moments per passejar junts, fer excursions, o algunes activitats a casa (jocs de taula, taula, etc.). Aquestes solen ser bones ocasions per tenir converses significatives amb els vostres fills.
- Assegura't que teniu regles clares a casa vostra: potser no utilitzar els dispositius durant els àpats, deixar la porta oberta quan s'està consultant internet, no permetre l'ús dels dispositius abans d'anar-se'n al llit, etc.
- Resa diàriament pels teus fills i per la seva tempraça i la seva responsabilitat personals. Ensenya'ls a resar a l'Esperit Sant perquè els il·lumini i els ensenyi a fer bon ús del seu temps. A través del teu exemple i

de la teva pròpia lluita per ser temperat en aquest camp, ensenya'ls que l'ús excessiu de la tecnologia pot dificultar la capacitat d'una persona per empatitzar amb els altres i tenir sanes relacions. Amb les teves accions, demostra la importància de tenir cura dels altres per desenvolupar relacions interpersonals, en comptes de passar molt de temps mirant pantalles.

- Els nens es fixaran en els teus esforços per viure la tempraça i l'autocontrol amb la tecnologia. Els pares més que parlar, han de fer. Els fills haurien de poder trobar sempre en els seus pares una mirada d'amor incondicional i adonar-se que els seus pares gaudeixen estant amb ells.

## **Meditar amb la Sagrada Escripura i amb el Catecisme de l'Església Catòlica**

- “Estimes la rectitud? Doncs bé, les virtuts són fruit dels afanys de la

Saviesa, que ensenya la tempraça, la prudència, la justícia, la fortalesa. No hi ha res més útil en la vida dels homes.” (*Saviesa*, 8:7)

- “La tempraça és la virtut moral que modera l'atracció dels plaers i procura l'equilibri en l'ús dels béns creats. Assegura el domini de la voluntat sobre els instints i manté els desitjos en els límits de l'honestedat. La persona moderada orienta cap al bé els seus apetits sensibles, guarda una sana discreció ...” (*Catecisme de l'Església Catòlica*, 1809)
- “El qui estima és pacient, és bondadós; el qui estima no té enveja, no és altiu ni orgullós, no és groller ni egoista, no s'irrita ni es venja; no s'alegra de la mentida, sinó que troba el goig en la veritat; tot ho excusa, tot ho creu, tot ho espera, tot ho suporta.” (1 Co 13, 4-7)
- “Déu no ens ha donat un esperit de covardia, sinó un esperit de fortalesa, d'amor i de seny.” (2 Tm 1, 7)



## **Meditar amb el Papa Francesc**

- “Estimats joves, no hem vingut a aquest món a «vegetar», a passar-ho còmodament, a fer de la vida un sofà que ens adormi; al contrari, hem vingut a una altra cosa, a deixar una empremta... Jesús és el Senyor del risc, és el Senyor del sempre «més enllà». Jesús no és el Senyor del confort, de la seguretat i de la comoditat. Per seguir Jesús, cal tenir una quota de valentia, cal animar-se a canviar el sofà per un parell de sabates que t'ajuden a caminar per camins mai somiats i menys pensats.” (Jornada Mundial de la Joventut a Polònia, 31 de juliol de 2016)
- “He de rebre l'Esperit que em condueix a la Paraula amb docilitat, i aquesta docilitat —no oposar resistència a l'Esperit—, em portarà a aquesta manera de viure, a aquesta manera d'actuar. Rebre amb docilitat la Paraula, conèixer la Paraula i

demanar a l'Esperit la gràcia de donar-la a conèixer, i després deixar espai perquè aquesta llavor germini i creixi en aquelles actituds de bondat, mansuetud, benevolència, pau, caritat, i control de si: tot el que fa l'estil cristià." (Homilia, 9 de maig de 2017)

- "Una família que no menja gairebé mai junta, o bé on a taula no es parla mai sinó que es mira la televisió, o un *smartphone*, és una família "poca família". Quan els fills a taula estan enganxats a l'ordinador, al portàtil, i no s'escolten entre ells, això no és família, és una fonda... Avui reflexionarem sobre una qualitat característica de la vida familiar que s'aprèn des dels primers anys de la vida: la *convivència*, o sigui l'actitud de compartir els béns de la vida i de ser feliços de poder-ho fer." (Audiència, 11 de novembre de 2015)

**Meditar amb sant Josepmaria**

El canvi de la situació familiar en els nostres dies fa que algunes vegades l'entesa mútua no sigui fàcil, i porta àdhuc a la incomprensió, donant-se allò que se'n diu el conflicte entre generacions. Com es pot superar, això?

El problema és vell, per bé que ara es pot plantejar potser més sovint o d'una forma més aguda, per la ràpida evolució que caracteritza la societat actual. És perfectament comprensible i natural que els joves i els grans vegin les coses d'una manera diferent: sempre ha estat així. El que sorprendria és que un adolescent pensés de la mateixa manera que una persona madura. Tots hem sentit moviments de rebel·lia envers els nostres grans, quan començàvem a formar amb autonomia el nostre criteri; i tots també, en el transcurs dels anys, hem comprès que els nostres pares tenien raó en moltes coses que eren el fruit

de la seva experiència i del seu amor. És per això que correspon en primer terme als pares —que ja han passat aquest moment crític— facilitar l'enteniment, amb flexibilitat, amb esperit jovial, evitant amb amor intel·ligent aquests possibles conflictes.

Jo aconsello sempre als pares que procurin fer-se amics dels seus fills. Es pot harmonitzar perfectament l'autoritat paternal, que la mateixa educació requereix, amb un sentiment d'amistat que exigeix posar-se d'alguna manera al mateix nivell que els fills. Els nois, fins i tot els que semblen més díscols i esquerps, desitgen sempre aquest acostament, aquesta fraternitat amb els pares. La clau sol estar en la confiança: que els pares sàpiguen educar en un clima de familiaritat, que no facin mai la impressió que desconfien, que donin llibertat i que ensenyin a administrar-la amb

responsabilitat personal. És preferible que algun cop es deixin enganyar: la confiança que es posa en els fills fa que ells mateixos s'avergonyeixin d'haver-ne abusat, i que es corregeixin; en canvi, si no tenen llibertat, si veuen que no se'ls té confiança, se sentiran moguts a enganyar-nos sempre. (*Converses*, 100).

## **Textos i enllaços per reflexionar**

- Llibre electrònic: “Tecnologies digitals i vida cristiana”
- Altres fonts: Common Sense Media, Empantallados e Interaxion Group.

.....

pdf | document generat  
automàticament des de <https://opusdei.org/ca-es/article/treballar-la-confianca-i-mes-que-videojocs/>  
(23/01/2026)