

opusdei.org

## **Trabajar la confianza (I): «Más que videojuegos»**

«Working on Trust» (Trabajar la confianza) es una serie de vídeos que pretende ayudar a los padres en la educación de sus hijos. Las enseñanzas de san Josemaría, apasionado de la libertad y de la tarea educativa de los padres, sirven como punto de apoyo.

03/04/2018

**Guía para aprovechar el vídeo**

Educar en libertad y en el uso de la tecnología. Internet representa uno de los avances más transformadores desde el punto de vista económico, social, científico y cultural de los últimos tiempos. De él han venido muchas ventajas. Al mismo tiempo, la facilidad de acceso por parte de los niños a tanta información, imágenes, juegos, *software*, aplicaciones, redes sociales, etcétera, crea un desafío para los padres de hoy en día. La pornografía online, la violencia excesiva de algunos videojuegos y otras adicciones pueden causar serios daños, especialmente en los menores.

Los padres necesitan tener una estrategia centrada en ayudar a sus hijos a utilizar adecuadamente sus *smartphones*, tabletas, videojuegos y ordenadores personales. De esta forma, ellos podrán desarrollar una sana autoestima, aprenderán a tener amigos reales, y disfrutarán y se

enriquecerán con actividades como la lectura y los deportes.

Enseñar a tus hijos a cómo ejercitar la moderación en el uso de la tecnología requiere un esfuerzo determinado en el cual los padres debéis tener una visión compartida. Significa dar a los niños buen ejemplo, poner límites en casa en el uso de los dispositivos, y construir la confianza a través del diálogo, ofreciéndoles actividades alternativas que les ayuden a crecer y desarrollarse, por ejemplo, salir con amigos, jugar a juegos de mesa, ayudar en casa, etc.

Proponemos algunas preguntas que te pueden ayudar a sacar más provecho de este video, cuando los veas con tus amigos, en la escuela o en la parroquia.

## Preguntas para el diálogo:

- ¿Cuál es la mejor edad para empezar a usar la tecnología? ¿Cuánto tiempo como máximo deberían usarla los niños diariamente? Algunos padres piensan que un niño está preparado para tener dispositivos personales cuando son capaces de mantener en orden su habitación, ¿qué piensas?
- ¿Cuál es la mejor forma de guiar y dirigir el uso personal de la tecnología para asegurarse de que será enriquecedor en vez de llegar a ser adictivo? ¿De qué formas se puede poner límites a los niños, y qué tipo de límites es bueno ponerles, dependiendo de la edad? Algunos padres se aseguran de que sus hijos no utilicen sus dispositivos en una habitación cerrada y otros no les dejan

usarlo cuando se acerca la hora de dormir. ¿Qué otras estrategias se te ocurren?

- ¿Cuáles son las mejores páginas web y aplicaciones que son a la vez divertidas y enriquecedoras y que pueden ayudar a los niños a desarrollarse intelectualmente, culturalmente y creativamente? ¿Cómo pueden los padres asegurarse de que sea una lucha positiva en vez de centrarse en los aspectos negativos? ¿Existen estudios o investigaciones interesantes que se hayan publicado sobre el tema y que ayuden a los padres?
- ¿Cómo pueden los padres facilitar que sus hijos hablen con ellos sobre las imágenes y las páginas conflictivas que ven en sus dispositivos? ¿Existen recursos que puedan ayudar a iniciar esas conversaciones? Piensa sobre las mejores

experiencias que hayas tenido en fomentar la libertad responsable y la templanza en este campo, ¿conoces libros, artículos, blogs, páginas web y/o *podcast* que te hayan resultado útiles para esto?

- ¿Has considerado poner filtros de internet en tu casa? , ¿o en el plan familiar de móviles? ¿Sabes cómo tus hijos utilizan YouTube? ¿Existen aplicaciones que puedan ayudar a los niños y adolescentes a regularse mejor en el uso de la tecnología? Algunas sugerencias se pueden encontrar [aquí](#).

## **Propuestas de acción**

- Asegúrate de que tú y tu esposo/ a tenéis una visión compartida sobre cuándo y cómo ayudar a cada uno de vuestros hijos a vivir la templanza en el uso de

la tecnología. Pensad juntos sobre cómo usan ellos las horas de un día normal. Esto puede ayudar a planear momentos para pasear juntos, hacer excursiones, o algunas actividades en casa (juegos de mesa, ping pong, etc.). Esas suelen ser buenas ocasiones para tener conversaciones significativas con vuestros hijos.

- Asegúrate de que tenéis reglas claras en vuestra casa: quizás no utilizar los dispositivos durante las comidas, dejar la puerta abierta cuando se está consultando internet, no permitir el uso de los dispositivos antes de irse a la cama, etc.
- Reza a diario por tus hijos y por su templanza y su responsabilidad personales. Enséñales a rezar al Espíritu Santo para que les ilumine y les enseñe a hacer buen uso de su

tiempo. A través de tu ejemplo y de tu propia lucha por ser templado en este campo, enséñales que el uso excesivo de la tecnología puede dificultar la capacidad de una persona para empatizar con los otros y tener sanas relaciones. Con tus acciones, demuestra la importancia de cuidar a los demás para desarrollar relaciones interpersonales, en vez de pasar mucho tiempo mirando pantallas.

- Los niños se fijarán en tus esfuerzos por vivir la templanza y el autocontrol con la tecnología. Los padres más que hablar, deben hacer. Los hijos deberían poder encontrar siempre en sus padres una mirada de amor incondicional y darse cuenta de que sus padres disfrutaban estando con ellos.



## **Meditar con la Sagrada Escritura y con el Catecismo de la Iglesia Católica**

- “Si alguien ama la justicia, las virtudes serán el fruto de sus esfuerzos. Pues la sabiduría enseña la moderación y la prudencia, la justicia y la fortaleza, que son más útiles para los hombres que cualquier otra cosa en esta vida.”  
*(Sabiduría, 8:7)*
- “La templanza es la virtud moral que modera la atracción de los placeres y procura el equilibrio en el uso de los bienes creados. Asegura el dominio de la voluntad sobre los instintos y mantiene los deseos en los límites de la honestidad. La persona moderada orienta hacia el bien sus apetitos sensibles, guarda una sana discreción...”

(*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1809)

- “El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.” (1 *Corintios*, 13, 4-7)
- “Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio.” (2 *Timoteo*, 13, 4-7)

## **Meditar con el Papa Francisco**

- “Queridos jóvenes, no vinimos a este mundo a «vegetar», a pasarla cómodamente, a hacer de la vida un sofá que nos adormezca; al contrario, hemos venido a otra cosa, a dejar una huella... Jesús es el Señor del

riesgo, es el Señor del siempre «más allá». Jesús no es el Señor del confort, de la seguridad y de la comodidad. Para seguir a Jesús, hay que tener una cuota de valentía, hay que animarse a cambiar el sofá por un par de zapatos que te ayuden a caminar por caminos nunca soñados y menos pensados.”

*(Jornada Mundial de la Juventud en Polonia, 30 de junio de 2016)*

- “Debo recibir al Espíritu que me conduce a la Palabra con docilidad, y esta docilidad, -no oponer resistencia al Espíritu-, me llevará a este modo de vivir, a este modo de actuar. Recibir con docilidad la Palabra, conocer la Palabra y pedir al Espíritu la gracia de darla a conocer, y después dejar espacio para que esta semilla germine y crezca en aquellas actitudes de bondad, mansedumbre, benevolencia,

paz, caridad, y control de sí: todo lo que hace el estilo cristiano." (*Homilía*, 9 de mayo de 2017)

- "Una familia que no come casi nunca junta, o en cuya mesa no se habla, sino que se ve la televisión, o el *smartphone*, es una familia «poco familia». Cuando los hijos en la mesa están pegados al ordenador, al móvil, y no se escuchan entre ellos, esto no es familia, es una pensión... Hoy reflexionaremos sobre una cualidad característica de la vida familiar que se aprende desde los primeros años de vida: la *convivialidad*, es decir, la actitud de compartir los bienes de la vida y ser felices de poderlo hacer." (*Audiencia* 11 de noviembre de 2015)

**Meditar con san Josemaría**

*El cambio de la situación familiar en nuestros días lleva, algunas veces, a que el entendimiento mutuo no sea fácil, e incluso a la incomprensión, dándose lo que se ha llamado conflicto entre generaciones. ¿Cómo puede superarse esto?*

El problema es antiguo, aunque quizá puede plantearse ahora con más frecuencia o de forma más aguda, por la rápida evolución que caracteriza a la sociedad actual. Es perfectamente comprensible y natural que los jóvenes y los mayores vean las cosas de modo distinto: ha ocurrido siempre. Lo sorprendente sería que un adolescente pensara de la misma manera que una persona madura. Todos hemos sentido movimientos de rebeldía hacia nuestros mayores, cuando comenzábamos a formar con autonomía nuestro criterio; y todos también, al correr de los años, hemos comprendido que nuestros padres

tenían razón en tantas cosas, que eran fruto de su experiencia y de su cariño. Por eso corresponde en primer término a los padres —que ya han pasado por ese trance— facilitar el entendimiento, con flexibilidad, con espíritu jovial, evitando con amor inteligente esos posibles conflictos.

Aconsejo siempre a los padres que procuren hacerse amigos de sus hijos. Se puede armonizar perfectamente la autoridad paterna, que la misma educación requiere, con un sentimiento de amistad, que exige ponerse de alguna manera al mismo nivel de los hijos. Los chicos —aun los que parecen más díscolos y despegados— desean siempre ese acercamiento, esa fraternidad con sus padres. La clave suele estar en la confianza: que los padres sepan educar en un clima de familiaridad, que no den jamás la impresión de que desconfían, que den libertad y

que enseñen a administrarla con responsabilidad personal. Es preferible que se dejen engañar alguna vez: la confianza, que se pone en los hijos, hace que ellos mismos se avergüencen de haber abusado, y se corrijan; en cambio, si no tienen libertad, si ven que no se confía en ellos, se sentirán movidos a engañar siempre" (*Conversaciones*, 100).

## **Textos y enlaces para seguir reflexionando**

- Libro electrónico: “Tecnologías digitales y vida cristiana”
- Otras fuentes: Empantallados e Interaxion Group.