

**Tres
recomendaciones
de**

Calah Alexander

POR QUÉ DEBERÍAS RETIRAR LA MAYORÍA DE LOS JUGUETES DE TUS HIJOS

Calah Alexander | May 01, 2018



Shutterstock

Quizás suene cruel, pero serán más felices, y dejad que os diga por qué...

Por Navidad, le regalé a mi hijo de 5 años, apasionado de las espadas, un surtido de espadas y sables láser de Power Rangers y Star Wars. Estaba *eufórico* con sus espadas el día de Navidad y durante una semana o dos después. Sin embargo, rápidamente perdió interés en ellas y terminaron en el cubo de los juguetes rara vez usados, junto a otros antiguos juguetes favoritos (todos los que, en un momento u otro, fueron descartados en favor de una buena rama de árbol).

En efecto, los juguetes favoritos de mi hijo son los palos. Le encantan los palos. Puede encontrar una rama en cualquier sitio, desde en un aparcamiento de cemento hasta (no es broma) en medio de una piscina. Recoge todas y cada una de las ramas que ve y mide su longitud, peso y estructura general hasta que encuentra el palo apropiado. Y luego juega con el palo... tanto como yo le permito.

La revista *Quartz* compartió recientemente un estudio elaborado en la Universidad de Toledo (Ohio) que me tranquiliza enormemente en cuanto a la obsesión de Lincoln con los palos. **El estudio descubrió que es significativamente mejor para los niños jugar con menos juguetes (un palo, por ejemplo) en vez de con muchos.**

La filosofía de “menos es más” parece intuitiva: da menos juguetes a los niños y estarán obligados a jugar más tiempo con ellos. También parece deseable en una época de sobreconsumo para limitar la acumulación de objetos. Sin embargo, **el estudio sugiere un beneficio más sustancial: cuando se juega más tiempo con un juguete, significa que se produce un juego más creativo y ese incremento de tiempo con los juguetes podría contribuir a que los niños desarrollaran su poder de concentración, que es muy efímero en esa edad...**

Los autores también plantearon la hipótesis de que quizás los niños tengan una capacidad mayor para concentrarse; simplemente quizás no lo sepamos porque les ofrecemos demasiadas distracciones. **Si creamos entornos menos distractivos, capacitaríamos de un mejor desarrollo a sus músculos de formación de atención.**

Tiendo a coincidir con esa hipótesis. He visto a Lincoln pasar toda una media hora trazando una solitaria W porque no dejaba de distraerse. Sin embargo, dale un palo al chiquillo y estará entretenido con batallas imaginarias durante *horas*.

Y no es solo cosa de él: hace unos años, me harté tanto de la negativa de mis hijos a recoger sus juguetes a la hora de dormir que los metí todos en unas bolsas gigantes y los guardé en mi armario. Como era predecible, se pusieron histéricos. Durante unos tres minutos.

Después, estaban inquietantemente contentos. Peleaban menos y jugaban más juntos, inventaban juegos y mundos imaginarios de formas que nunca habían hecho antes, cuando estaban demasiado ocupados peleando por juguetes con los que jugar. Los juguetes se quedaron guardados un buen tiempo y todo ese tiempo me maravillé por esa paz y esos juegos imaginarios recién descubiertos.

Poco a poco, los juguetes volvieron lentamente, uno tras otro, hasta que regresamos al punto de inicio con las peleas y el desastre. Sin embargo, la purga de juguetes se ha convertido en una costumbre, y la limitación estricta del número de juguetes que tiene cada uno en una norma.

La cuestión es que los niños se abruman con demasiadas cosas, igual que los adultos. Cuando hay demasiadas cosas en su entorno, no pueden centrarse en una sola el tiempo suficiente como para disponer de un tiempo de juego significativo e imaginativo. Sin embargo, cuando tienen menos opciones o ninguna opción, ellos crean su propia diversión y no tienen ningún problema para concentrarse... incluso si se concentran con un simple palo.

EL PELIGRO REAL PARA LOS NIÑOS HOY NO ES LA TECNOLOGÍA, ES LA PSICOLOGÍA

Calah Alexander | Abr 14, 2018

Un artículo en una revista americana denuncia la utilización de psicólogos y especialistas para aumentar los beneficios de las empresas tecnológicas

Un día, Charlotte se sentó a mi lado en el sofá y puso la cabeza en mi hombro. “Mamá”, empezó a decir dulcemente, “cuando sea adolescente, ¿de verdad que tendré mi celular?”.

Desde el otro lado de la casa, su hermana de 12 años, con oídos de águila, gritó: “¡NUNCA! Yo no tengo celular, Charlotte. Nosotros *nunca* tendremos celulares, aunque *todos* nuestros amigos los tengan, porque mamá es *muuuuy rigurosa*”.

Charlotte giró la cabeza hacia mí, con sus grandes ojos azules llenos de lágrimas de cocodrilo. “¿Es verdad eso, mamá?”.

“¡Sí! Sí. No tendrás un celular hasta que vayas a la universidad, y puede que ni entonces”, respondí inequívocamente. Intenté que no se me notara que estaba contenta, pero no sé si lo conseguí.

No sólo estoy contenta con mi absoluta prohibición de teléfonos celulares para mis hijos. Estoy muy satisfecha porque sé que los teléfonos celulares – y el mundo de las redes sociales que éstos abren a los niños – son la amenaza más destructiva que los niños afrontan actualmente, y estoy decidida a proteger a mis hijos lo máximo posible.

La mayoría de los padres no entiende la extensión de la amenaza y, como resultado, suelen sentirse culpables cuando sus hijos son tragados por la arena movida de la tecnología.

Medium publicó recientemente un artículo que explica exactamente por qué las redes sociales y los [videogames](#) están provocando tanta confusión en los niños y cómo se usa la psicología como arma contra ellos.

Lo que ninguno de esos padres entiende es que la obsesión de sus hijos y adolescentes por la tecnología es la consecuencia previsible de una fusión prácticamente irreconocible entre la industria tecnológica y la psicología.

Esa alianza combina la inmensa riqueza de la industria de la tecnología de consumo con la más sofisticada investigación psicológica, haciendo posible el desarrollo de redes sociales, videogames y teléfonos con poder semejante al de las drogas para seducir a usuarios sin madurez.

Te puede interesar: **Nuevas tecnologías, nuevas adicciones**

Te puede interesar: **Adicción al celular en los niños: ¿la culpa es del aparato?**

Escondidos tras las pantallas y celulares de sus hijos, hay una infinidad de psicólogos, neurocientíficos y especialistas en ciencias sociales que usan su conocimiento sobre vulnerabilidades psicológicas para crear productos que capten la atención de los niños en pro del lucro de la industria.

La psicología por lo tanto— una disciplina que asociamos con la curación – está siendo usada muchas veces ahora como un arma contra los niños.

El artículo es largo, pero fascinante, pues profundiza en la evolución de la tecnología persuasiva, una idea imaginada y perfeccionada por un psicólogo.

El objetivo descarado de la tecnología persuasiva es alterar la manera como los humanos piensan y se comportan, y las empresas de tecnología adoptaron esa tecnología para impulsar las ventas y dominar el mercado... a costa de que los niños sean literalmente reprogramados.

Dudo mucho que alguno de los líderes tecnológicos esté intentando destruir la vida de la próxima generación. En realidad, creo que muchos de los principales ejecutivos de las tecnológicas realmente creen en aumentar la conectividad humana. Pero, **jugando con el fuego de la tecnología persuasiva, están quemando a muchos niños.**

Te puede interesar: **Si tu hijo tiene un smartphone tienes que preocuparte**

Confío en que la próxima década verá una restricción gradual de la libertad de Silicon Valley de emplear técnicas psicológicas para cambiar el comportamiento del usuario para beneficiar el lucro de una empresa, especialmente en la medida en que más y más padres despierten a los efectos perjudiciales que los *smartphones* y *videogames* están causando en sus hijos.

Respecto a esto, protegeré a mis hijos de la mejor manera que sé – siendo la madre menos condescendiente y más severa de todos los tiempos y no dejando nunca que tengan celulares.

Probablemente me lo agradecerán después. Y aunque eso no pase, duermo sabiendo que mis hijos pasan el día atormentándose unos a otros en la vida real, en vez de ser atormentados en una realidad virtual.

Te puede interesar: **¿Cómo convencer a los chicos de que no usen el móvil hasta los 18 años?**

Te puede interesar: **Las 10 enfermedades tecnológicas que nos están afectando**

POR QUÉ ES BUENO DEJAR QUE TUS HIJOS SE PELEEN

Calah Alexander | Nov 16, 2017



Yiorgos GR | Shutterstock

Pero quizás quieras esperar hasta que sean lo bastante mayores como para entender las normas de una pelea justa.

Si me dieran un dólar cada vez que digo “Niños, por favor, ¡podéis *parar de pelear!*”, probablemente podría pagar mis préstamos universitarios. En serio, mis hijos se pelean constantemente.

La mayoría de las veces no se pelean por algo real, sino por alguna grosería imaginaria o **la percepción de una agresión**. “Es que me está mirando” es un recurrente inicio de discusión, al igual que “¡Me tocaba hablar a mí y ha empezado él!”.

Si tuviera tiempo y espacio para analizar sus discusiones, estoy segura de que descubriría que, en realidad, luchan por algo real, como el desarrollo de sus nociones de justicia o su floreciente autonomía o cosas así. Pero no tengo tiempo ni espacio. Tengo cinco hijos. Así que les suplico que dejen de pelearse porque no puedo manejarlo de otra forma.

Por suerte (¿o por desgracia?) para mí, según parece, la tensión y la discusión son habilidades esenciales para fomentar la creatividad. Sí, en serio. Véase el testimonio de Adam Grant, de *The New York Times*, en su artículo *Dejen pelear a los niños*, cuyo título ya despierta el temor en los corazones de madres de todo el mundo:

“Presenciar discusiones y participar en ellas nos vuelve más resistentes. Desarrollamos la voluntad de pelear batallas a contracorriente y nos da la habilidad de ganarlas, así como la resiliencia de perder una batalla hoy sin perder nuestra determinación a futuro. (...)

Si nadie discutiera jamás, muy probablemente no renunciaríamos a viejas formas de hacer las cosas, y ni hablar de intentar probar nuevas. Los desacuerdos son el antídoto para el pensamiento grupal. Cuando estamos fuera de sincronía estamos en nuestro punto más imaginativo. No hay mejor momento que la niñez para aprender a repartir palos y a recibirlos”.

Fíjate tú. Vale, lo entiendo. Entiendo que los hermanos Wright diseñaran su doble hélice pionera después de semanas de contiendas a voces, pero os garantizo que su madre no estaba en la misma habitación durante esas peleas intentando pagar facturas o hablar por teléfono. Segurísimo que no. Porque si hubiera estado, ese avión nunca se habría diseñado y todos estaríamos usando trenes bala en vez de aviones nocturnos.

Entiendo que la creatividad florece en medio del conflicto, que la resiliencia se aprende a través de los conflictos y de su resolución, y que el pensamiento de grupo es algo malísimo.

Por un lado, me encanta la idea de enseñar a mis hijos a tener desacuerdos saludables. De hecho me encantan las reglas que se establecen en el artículo para esos desacuerdos:

- considera la discusión como un debate, no un conflicto
- argumenta como si estuvieras en lo correcto, pero escucha como si estuvieras equivocado
- interpreta la perspectiva del otro de la manera más respetuosa
- reconoce los puntos en los que coincides con tus críticos y lo que has aprendido de ellos.

Por otro lado, solo imaginar la aplicación práctica de estas reglas me da acidez de estómago. Daré por supuesto, a pesar de la imagen que encabeza este artículo, que el público infantil objetivo es algo mayor de 5 años, por el bien de mi cordura (y la de los lectores). Pero para niños mayores esto suena estupendo.

Con un niño en el umbral de la adolescencia, me parece que poner por escrito estas normas en nuestra cocina es una forma magnífica de arbitrar nuestras discusiones antes de que se desmadren. Es una norma externa a la que todos podemos acudir en el calor del momento y que quizás evite que las discusiones desciendan a acusaciones e ira.

Y si mis hijos me salen súpercreativos y resilientes, pues eso que nos llevamos.

Este artículo fue publicado originalmente en la edición inglesa de Aleteia , y ha sido traducido y / o adaptado aquí para lectores de habla española.