

## Niños y televisión. Si no puedes ganar la batalla contra la TELE, alíate con ella

Autoras:

Lourdes Bassa. Psicóloga. Escuela municipal Sta. Eulalia de Ronçana. Barcelona

Sílvia Bonany Giménez. Psicóloga y Logopeda. Barcelona

Montserrat Fraguas. Psicóloga. Centre de Psicologia i Pedagogia Nona. Rubí. Barcelona

Carme Rosanas. Psicóloga. Centre de Psicologia i Pedagogia Nona. Rubí. Barcelona

**Palabras clave:** televisión, ver televisión, televisión y niños

### ¿Por qué es tan difícil ganar esta batalla?

Por las características intrínsecas de la televisión:

- Es un estímulo multi-sensorial: estimula el oído (palabras, sonidos, música) y la vista (formas, colores, movimiento).
- Produce un impacto muy poderoso porque los estímulos se suceden rápidamente y así renuevan la atención de los niños captando repetidamente su interés.
- Los profesionales de la comunicación han desarrollado técnicas para emitir mensajes seductores que condicionan las actitudes y conductas de los espectadores.
- La televisión conecta con los intereses personales y básicos de las personas: ambición, necesidad de protagonismo o de experimentar emociones.
- La variedad de temas, programas y formatos facilita la posibilidad de identificación con todo tipo de protagonistas y situaciones en películas, noticias, documentales, dibujos animados o programas de tele-realidad (reality shows).



Por las características de los espectadores:

- Los niños necesitan estar integrados en su entorno social; para ellos es muy importante poder participar de las conversaciones o juegos que giran alrededor de los programas de televisión. Un niño que no ha podido ver nunca el programa que está de moda se siente marginado.

- Que el niño esté sentado y quieto viendo la tele supone una comodidad para padres o cuidadores: mientras, ellos pueden seguir con sus tareas.
- Mirar la televisión no requiere ningún esfuerzo. La mayoría de los niños son capaces de aguantar así muchas horas: su pensamiento puede fluctuar sin tener que rendir ni esforzarse.

A todo lo anterior contribuye de manera significativa la ubicación destacada del televisor en la mayoría de los casos y el número de aparatos existentes en algunos hogares.

Pero no todo en la televisión es negativo. Todas las características mencionadas, bien dirigidas, se pueden aprovechar en favor de la educación de nuestros hijos.

### **Negociando para un buen uso.**

Los niños siguen los modelos del adulto y es difícil que acepten unas limitaciones impuestas si no ven nuestro ejemplo. Antes de empezar a negociar el uso que nuestros hijos van a hacer de la televisión, los adultos deberíamos plantearnos cuál es nuestra utilización de la misma.

¿Tenemos el televisor encendido todo el día?

¿Utilizamos la TV como recurso automático de evasión?

¿Escogemos los programas de manera racional?

¿Vemos cualquier programa al azar?

¿Cuánto tiempo dedicamos a ver la televisión?

¿Solemos aplazar tareas por ver la televisión?

He aquí algunas sugerencias para conseguir que la televisión sea una opción y no un hábito:

- Iniciar o proponer alternativas a la televisión que de otro modo el niño no puede descubrir ni practicar, como salir de paseo, ir en bici, juegos de mesa, dibujar, construcciones, juegos creativos. Una de las mejores alternativas es realizar actividades colectivas compartidas con otros niños, ya sean organizadas o espontáneas.

- Inducir a que el niño, por sí mismo, encuentre otros modos de distraerse.

- Acostumbrar a los niños a preguntar de antemano si pueden ver la televisión y contestarles con algunas preguntas del tipo: ¿qué quieres ver? ¿Qué otra cosa puedes hacer en lugar de ver la tele? Así, podríamos llegar a un acuerdo con ellos, decidiendo conjuntamente qué programa es el más adecuado y cuánto tiempo podrán dedicar a él durante la franja horaria que estimemos oportuna según su edad.

- Tener muy claras algunas cuestiones innegociables a las que nunca deberíamos ceder. Los niños no deben ver los programas llamados basura, ni los pornográficos, ni los que ofrecen violencia gratuita. Éste es un tema que merecería ser tratado más ampliamente en otro artículo.

- Son indiscutibles las horas de descanso que el niño necesita y, por más atractivo que pueda ser para ellos un programa, nunca debe invadir sus horas de sueño.

### **Todos ganan**

Habiendo negociado con los hijos cuándo y cómo pueden ver la televisión, ésta puede convertirse en una aliada para los padres:

- Mientras dura el programa favorito del niño, que hemos pactado con él, la familia goza de unos minutos de tranquilidad para relajarse o hacer otras actividades.

- Usar la televisión como actividad compartida que favorecerá la comunicación familiar comentando jugadas de un partido, imágenes de una película o información de un documental.

- Temas complejos o delicados en algunos programas sirven de punto de partida para hablar de ellos, ofrecer a los niños la posibilidad de hacer preguntas, plantear opiniones u opciones y, en definitiva, alimentar su espíritu crítico.

- Puede ocurrir que los niños y, en mayor medida, los adolescentes experimenten fuera de casa situaciones que les resulten difíciles de comentar. Si la televisión presenta situaciones parecidas o coincidentes, el adolescente encuentra la ocasión de preguntar o comentar sobre ellas en un contexto más general, con menos implicaciones personales, lo que facilita una conversación más objetiva y serena.

- Por último, la televisión se presta a ser usada como estímulo, premio o privilegio para fomentar el sentido de responsabilidad del niño, permitiéndole ver sus programas favoritos cuando haya conseguido realizar sus obligaciones cotidianas.

### **Bibliografía**

- Anderson, J. y Wilkins, R. (2000): ¡Que no te atrape la pantalla! Grupo Santillana de Ediciones, S.A. Madrid.

- Estivill, E. y Doménech, M. (2005): La Lila veu la tele. Editorial Beascoa. Random House, Mondadori, S.A. Barcelona.

- Bacchi, M<sup>a</sup> Pia (2007): La televisión y los niños. <http://www.zonapediatrica.com>