

¿POR QUÉ EL MÓVIL NOS “GANA” LA PARTIDA?



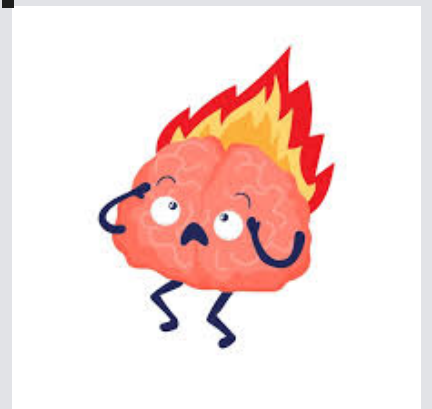
1. El diseño de la “tragaperras”



Las aplicaciones (TikTok, Instagram, juegos) funcionan como una máquina de premios. El niño siempre espera que el siguiente video sea mejor que el anterior. No es falta de voluntad, es un diseño hecho para que sea imposible soltarlo.

2. Un cerebro que no puede frenar.

Imagina un coche con un motor potente pero sin frenos. Así es el cerebro de un niño de Primaria. Su capacidad de decir "basta" aún no ha crecido. Nosotros, los adultos, tenemos que ser su freno externo hasta que el suyo se desarrolle.



3. El robo del aburrimiento.

Cuando el niño se aburre, su mente empieza a crear, a imaginar y a pensar por sí mismo. Si le damos el móvil para que no se aburra, le estamos robando su creatividad. El silencio y el aburrimiento son necesarios para crecer.



4. Presentes, pero no ausentes.

A veces estamos todos en el salón, pero cada uno con su pantalla. El móvil nos desconecta de quienes tenemos al lado. Podemos estar juntos físicamente, pero emocionalmente a kilómetros de distancia.



5. El espejo que engaña.

En las redes sociales todo es perfecto, con filtros y vidas de mentira. Los niños comparan su vida real (con sus problemas y sus dudas) con una falsedad digital. Esto hace que su autoestima dependa de un "me gusta" de desconocidos.



6. El reto “Móviles en el aparcamiento”

Este mes, vamos a crear un "aparcamiento" (una cestita o cajón) lejos de la mesa. Mientras comemos o cenamos, los móviles se quedan aparcados y en silencio. Si nosotros damos el ejemplo, ellos aprenderán que lo más importante es quién tenemos enfrente.

