



Pares enganxats als 'smartphones'

Cada vegada són més els pares que centren més la seva atenció en els **dispositius mòbils** que en les criatures. I això afecta les seves relacions

MARTA ESPAR

FOTO: GETTY

Era una tarda d'un dia entre setmana. Dos nens de 8 i 10 anys s'acosten a la seva mare i li diuen amb posat seriós que volen parlar amb ella. La mare s'espera de tot: "¿Potser n'han fet una de grossa?", pensa. Però no. Tot al contrari. "Mare, et volíem demanar que sisplau no estiguis tan sovint parlant o escrivint *whatsapp* al mòbil quan estàs amb nosaltres, perquè a vegades no ens escoltes del tot". Des d'aquella tarda, la mare en qüestió silenciava el mòbil quan està amb ells. "Els nens a vegades també donen lliçons", explicava ben compungida a la periodista.

¿És un retrat real del que està passant en moltes famílies aquí i ara? Sembla que sí. Per a l'estudi *Els patrons d'ús de dispositius mòbils per part dels cuidadors i els nens durant els àpats en restau-*

rants de menjar ràpid, publicat a l'abril per la revista de l'Acadèmia Americana de Pediatria (AAP, en les inicials en anglès), els autors van observar 55 cuidadors mentre menjaven amb un o més nens petits als restaurants de menjar ràpid.

Van descriure fins a quin punt es mostrava absorbt pel dispositiu electrònic -mòbil, tauleta, ordinador, etc.- el pare o la mare, com reaccionaven els nens i com els cuidadors administraven aquest comportament, i també com era l'ús compartit dels dispositius pels cuidadors i els nens. Els resultats, molt significatius: el comportament dels cuidadors variava des dels que utilitzaven els dispositius de tant en tant fins als que estaven gairebé completament absorbtos durant tot l'àpat. Alguns nens acceptaven la falta de compromís i s'entretenien; d'altres, actuaven en un

intent per cridar l'atenció. En el cas dels pares que estaven més enganxats, les famílies o bé no tenien conversa, o bé repetien patrons d'interacció negativa entre pares i fills.

L'estudi planteja diverses preguntes per a futures investigacions, incloent-hi quin tipus d'activitat amb dispositiu

.....
"Poden ser una barrera per a la interacció entre pares i fills", avisa la pediatra Jenny Radesky

mòbil (per exemple, feina, entreteniment, etc.) està associada als més alts nivells d'absorció del cuidador, i quins són els efectes a llarg termini d'aquest tipus de comportament sobre el desenvolupament infantil.

Quins són els princi-

pals avantatges i desavantatges de conuiu amb les noves tecnologies a les famílies d'avui dia? Jenny S. Radesky, pediatra del Boston Medical Center i coordinadora de l'estudi publicat per l'AAP, explica al diari ARA que els dispositius electrònics tenen beneficis per a les famílies: "Permeten que cada dia més pares puguin treballar des de casa, són una font d'entreteniment i de connexió amb altres persones, sobretot quan un fill marxa per estudiar o treballar a una altra ciutat o país, i permeten l'accés fàcil a fer fotos i vídeos. Tot i que s'ha de dir que acaba de fer-se públic un altre estudi que detalla que fer fotos d'experiències dels nens pot disminuir la capacitat dels pares d'estar presents amb el nen i ajudar-lo a entendre i recordar aquestes experiències".

Menys interacció

Però la tecnologia, afegeix Radesky, "pot començar a ser tan omnipresent en les nostres vides que el seu ús en el transcurs de les nostres experiències diàries amb els altres pot convertir-se en una norma social, i començar a esdevenir una barrera per a les interaccions diàries entre pares i fills durant els àpats, passejades en cotxe, sortides o a l'hora de dormir. I totes són accions molt importants per al desenvolupament de les habilitats socials, l'empatia, la regulació emocional, l'autoconsciència i les habilitats lingüístiques dels nens petits".

Radesky afegeix que altres formes de mitjans

de comunicació, com la televisió, ja han mostrat que poden interrompre aquest tipus d'interaccions amb els nens, però els dispositius mòbils tenen encara més potencial per interrompre-les, perquè estan amb nosaltres gairebé tota l'estona.

Altres investigacions basades en entrevistes amb nens han mostrat que se senten menys importants, que expresen que els seus pensaments i experiències són

menys valorats, quan els seus pares es deixen absorbir pels dispositius. "Quan es tracta de nens petits, que aprenen sobre ells mateixos i a regular els seus estats i emocions, principalment a través de les interaccions cara a cara amb els cuidadors, la preocupació és potencialment més gran, perquè els senyals dels nadons són més subtils i es poden perdre fàcilment quan un pare o mare està dirigint la seva atenció cap a un





ATENCIÓ. El temps que els pares passen enganxats als dispositius mòbils creix exponencialment, i això repercuteix en la qualitat de les seves relacions amb els fills.

dispositiu”, conclou la pediatra.

La canalla, també

I no són només els pares els hiperconnectats: segons un estudi realitzat per Common Sense Media als Estats Units, en només dos anys el nombre de nens que fa servir aparells mòbils ha passat del 38% al 72%, i s’ha triplicat el temps mitjà que els més petits passen davant aquests dispositius, de 5 a 15 minuts al

dia per als menors de 8 anys. L’Acadèmia Americana de Pediatria i la Societat Canadenca de Pediatria ja va aconsellar fa uns anys que els nadons de 0 a 2 anys no haurien de tenir cap exposició a la tecnologia, que en els d’entre 3 i 5 anys hauria de ser restringida a una hora per dia i que, a partir de 6 anys, no hauria de sobrepassar les 2 hores diàries. Segons dades de l’Anuari Estadístic de Catalunya, el 2013, un 53% dels nens catalans

més grans de 10 anys disposaven de mòbil i un 94,8% tenien accés a internet. Davant d’aquest panorama, són cada dia més els pediatres i psicòlegs que convoquen a la reflexió. Lluïsa Colomer, metge de família i pediatra, i especialista en medicina holística, adverteix, per exemple, que “l’ús precoç i excessiu dels dispositius electrònics pot desencadenar o agreujar un trastorn per déficit d’atenció amb hiperacti-

vitat o sense (TDAH) en el nen que hi tingui predisposició”. A més, segons Colomer, el seu ús inadequat pot interferir el treball creatiu, la comunicació, l’adquisició del llenguatge, així com la son i la comunicació interpersonal.

Joc en família

Per convidar a la reflexió, amb un punt d’humor, l’empresa de joguines alacantina Cayro ha llançat Little Finger App, “la primera apli per als pares, que no és per al mòbil sinó per jugar-hi menys, i més amb els fills”. Cayro també ha engegat la campanya #juegacontushijos, basant-se “en diferents estudis que asseveren que cada vegada juguem menys amb els nens i més

.....
A Catalunya, el 2013, un 53% dels nens de més de 10 anys disposaven de telèfon mòbil

Espanya és un dels països d’Europa on els pares juguen menys amb els seus fills

amb el mòbil”, explica Rosario Carrió, directora general d’aquesta empresa de joguines.

“Quan oferim aquesta aplicació, que no és més que una goma que impedeix que els dits teclegin, molts dels nostres clients somriuen i comenten que ja tenen clar a qui la donaran”, afegeix. Carrió adverteix que s’estan substituint els moments de joc en família per l’aïllament al voltant d’un dispositiu electrònic. Per això han creat aquesta campanya *anti-phubbing*, un terme que defineix l’hàbit d’estar amb algú i ignorar-lo perquè s’està immers en altres tasques amb l’*smartphone*. —

.....
Per a més informació
blocs.xtec.cat/bonusinternet/pels-pares/
 Fem un bon ús d’internet. Blog de l’XTEC
tienda.cayro.es/noticia/s/little-finger-app.html
 Campanya i manifest a favor del joc en família.
 #juegacontushijos

Fora de classe

Xavier Gual

Menjadors d’estiu

A finals d’agost de l’any passat van saltar les alarmes quan el Síndic de Greuges va exposar, fins i tot al Parlament, que prop de 50.000 menors de 16 anys a Catalunya patien problemes de malnutrició. Aquesta és una de les cares més lletges de la crisi. Ara, tot i que s’han incrementat les beques menjador, la situació encara queda lluny d’estar resolta. Les ajudes es poden seguir ampliant i sempre seran benvingudes, però tot indica que el problema va per llarg perquè la situació econòmica de les famílies afectades no només no millora sinó que es converteix en crònica.

En el seu moment, l’ARA en va fer un reportatge i em va preguntar com ho veia des de la meua realitat. Segueixo pensant que no tot ha d’acabar amb el voluntariat incondicional de les entitats o les AMPA. El que em fa por és que es normalitzi aquesta situació com si no es pogués solucionar d’altres maneres. No m’agradaria que els nostres alumnes no tinguessin altre remei que passar tota la seva etapa educativa amb beques. Sobretot quan són alumnes poc implicats en els estudis.

Lluitar per prosperar

Disposar d’un plat a taula no ha d’estar condicionat a un aprovat o a un suspès, però sí que cal fer pedagogia per estimular aquests adolescents a lluitar per prosperar. En el meu centre, la Creu Roja i les responsables de la cantina de l’institut han col·laborat en el servei de menjador servint de dilluns a divendres el dinar a una vintena d’alumnes de famílies desafavorides. L’experiència, segons em comenten els monitors, ha sigut molt positiva. Se’ls ha servit un dinar complet aprofitant les instal·lacions del centre, a més d’altres activitats de lleure. Això sí, sempre se’ls ha exigut un comportament impecable al menjador.

És probable que la Creu Roja amplii la seva lloable tasca a més centres, però això voldrà dir que aquest voluntariat segueix tapant forats que algú hauria de solucionar. Durant l’estiu els menjadors escolars estan tancats, però els alumnes podran seguir alimentant-se gràcies a uns tiquets que es poden canviar per menjar en alguns establiments. Tot això ens fa seguir avançant a empentes i rodolons, quan la solució és que les famílies puguin tornar a treballar per aconseguir ingressos.

Xavier Gual és escriptor i professor de secundària

