

Pregunta: Todo lo que mis hijos quieren hacer es jugar a los videojuegos y ver televisión. Es una lucha constante. ¿Cómo puedo ayudarlos a desarrollar nuevos intereses?

¡Todos debemos dejar la comodidad del sillón! Lo bueno es que hay muchas cosas para animar a los niños a ampliar sus intereses al fomentar la habilidad para la vida del Establecimiento de Conexiones.

El Establecimiento de Conexiones se encuentra en el centro del aprendizaje: descifrar qué es lo mismo, qué es diferente y clasificar estas cosas en categorías. Establecer conexiones inusuales se encuentra en el centro de la creatividad. En un mundo donde las personas pueden consultar Google, aquellas capaces de observar las conexiones pueden ir más allá de solo conocer la información, y llegan a utilizarla bien.

Patricia Kuhl, científica de la Universidad de Washington, comenta:

“A medida que veo crecer a mi niña, existen varias cosas que la entusiasman. Como padres y cuidadores de toda una generación de niños, debemos estar al tanto del proceso de participación”.

1

Apoya a que los niños hagan nuevas conexiones en función de sus intereses.

Karen Wynn, de la Universidad de Yale, descubrió que los padres y los cuidadores apoyan el aprendizaje en el nivel más profundo cuando encuentran lo que entusiasma a los niños y lo desarrollan. ¿Qué tipo de programas de televisión y videojuegos les gustan a tus niños? En lugar de negar sus intereses, busca oportunidades para expandir los intereses de tus niños más allá de la televisión y los videojuegos.

- ¿Los niños prefieren jugar de a dos o en un grupo grande? ¿Les gustan los juegos y los programas con mucha actividad o los prefieren más tranquilos y enfocados? Busca nuevas actividades que se ajusten a la personalidad de cada niño.
- Preséntales libros sobre los temas en sus juegos y programas. ¿Les interesan los superhéroes o extraterrestres del espacio exterior? Ve a la biblioteca y busca libros de ficción y no ficción sobre los planetas o héroes del pasado. Anímalos a ver las similitudes y diferencias entre lo que encuentran en los libros y lo que vieron en sus programas y juegos.

2

Limita el tiempo y mantenlos activo.

La American Academy of Pediatrics sugiere que los padres deben limitar el tiempo que sus hijos pasan frente a una pantalla (TV, videojuegos y computadora) a un máximo de dos horas por día.

- Dales a tus niños algo de tiempo para jugar videojuegos y ver televisión. Quieres

que se sientan entusiasmados de explorar nuevas cosas y no presionados de renunciar a algo que disfrutan.

- Asegúrate de que los juegos y programas que los niños ven sean de buena calidad. Visita Common Sense Media <https://www.commonsensemedia.org/> para obtener recomendaciones de los medios que ayudarán al niño a aprender de manera divertida y emocionante.
- Además del tiempo en pantalla, fomenta las actividades físicas todos los días, como jugar a la pelota, hacer ejercicio, juegos de correr, etc. Un problema de pasar tiempo frente a una pantalla es que los niños están sentados, lo que debe equilibrarse con el juego activo.

3

Juega a otros tipos de juegos que fomentan el Establecimiento de Conexiones.

Digamos que a tus niños les encanta jugar juegos. Intenta enseñarles otros tipos de juegos que los animen a manejar su atención y comportamiento para seguir las reglas del juego. ¡Y juega con ellos cuando tengas tiempo! Cuando te unes al juego, apoyas la exploración de nuevas ideas y experiencias de tus niños y se divierten juntos.

- Inicia una noche de juegos familiares con juegos que incluyan hacer cuentas, dados y spinners. Prueba también con juegos de cartas, juegos de palabras y juegos de memoria. Todas son formas divertidas para que los niños practiquen el emparejamiento de números, letras y colores mientras interactúan con otros y utilizan habilidades de pensamiento crítico.
- Juega a juegos de “Imagina si...”. Hazles preguntas como: “Si pudieras tener cualquier tipo de trabajo en el mundo, ¿cuál sería?” o “¿Qué pedirías si tuvieras tres deseos?” También comparte tus respuestas con ellos. Estas discusiones pueden inspirar nuevas ideas y ayudarte a entender lo que piensan.

Larry Schweinhart, quien recientemente se retiró de la HighScope Educational Research Foundation, habla sobre la importancia de que los niños asuman cada vez más responsabilidad por su propio aprendizaje:

“La razón por la que queremos que los niños participen como iniciadores es porque funciona mejor para su educación y, de hecho, los hace mejores ciudadanos en el largo plazo. El pilar básico de fijar metas es que los niños armen la planificación, luego ejecuten el plan, y vuelvan a empezar y revisar los planes, con la supervisión de un adulto”.

4

Involucra a tus niños al fijar metas y lograrlas.

Para evitar luchas diarias, usa un proceso de resolución de problemas para fijar metas con tus niños. Discutan sobre el tema, y luego, trabajen juntos para encontrar estrategias para solucionarlo.

- Aborda el dilema con los niños. Di algo como: “Siento que siempre nos peleamos por la cantidad de tiempo que pasas jugando videojuegos o viendo televisión. Intento hacer que hagas algo más y terminamos gritándonos. Jugar videojuegos y ver televisión puede ser divertido, pero ¿qué otras ideas se te ocurren para divertirte?”
- Escucha lo que sugieren y comparte algunas de tus ideas. Anímalos a considerar todos los diferentes puntos de vista. Por ejemplo, ¿cómo te afectarán estas soluciones, cómo afectarán a tus niños u otros miembros de la familia? Una idea es reservar un momento específico para “desconectarse” como familia. Apaga la computadora, no contestes el teléfono y apaga el televisor. Usa este tiempo para jugar, contar historias o leer libros.
- Después de elegir una solución, pruébala. Vuelvan reunirse para hablar sobre el tema. Anímalos a dar un paso atrás y considerar qué está funcionando y qué no. Intenta algo diferente si la primera solución no funciona. Parte de la resolución de problemas es cometer errores y probar muchas cosas diferentes para encontrar lo que funciona, en lugar de desanimarse.

5

Invita a los amigos de tus niños y otros miembros de la familia.

A veces, otra persona comprometida y apasionada por una actividad es la mejor motivación para que otra persona se una. Pídele a las personas importantes en tu vida y la de tus niños que inviten a sus hijos a compartir sus pasatiempos y experiencias favoritas.

Mitch Resnick, de MIT, cree que la capacidad de pensar de manera creativa es fundamental para el éxito.

Creo que la capacidad de pensar y actuar de manera creativa será la cualidad distintiva clave que permitirá a las personas tener éxito y sentirse satisfechas en sus vidas.

6

Fomenta la creatividad y la expresión.

Establecer nuevas conexiones es la base de la creatividad. Ofrece a tus niños oportunidades para explorar diferentes tipos de experiencias creativas como pintar, dibujar, escribir, contar historias, cantar, bailar y tocar música. Estas actividades pueden exponer a tus niños a nuevos mundos de posibilidades.

- Sugiereles que escriban historias como las que les gustan en la televisión. Pueden hacer una obra y simular que es un programa o incluso usa tu teléfono inteligente para filmar algo que podría estar en la televisión.
- Haz que tus niños inventen un juego que podría convertirse en un juego de computadora.