

GUÍA PARA LA DISCUSIÓN DEL MODERADOR

ACERCA DE LA PELÍCULA (Duración: 68 minutos. Dirigida por: Delaney Ruston, Doctor en Medicina) *Screenagers* trata sobre el impacto de la era digital en los niños y cómo ayudarles a minimizar los efectos dañinos y encontrar equilibrio. Después de visionar la película, la gente nos comenta que se sienten más seguros y en mejores condiciones para establecer un equilibrio de tiempo de pantalla.

CONSEJOS PARA LIDERAR LA DISCUSIÓN

- Antes de la proyección familiarícese con la sección de recursos de la página web de Screenagers en www.screenagersmovie.com
- Mientras vea la película, anote las historias y ciencia que le parezcan significativas.
- Al principio, anuncie cuánto durará la discusión. Por ejemplo: “Estamos emocionados por disponer de 30 minutos para abordar los importantes temas que sugiere la película.”
- Si hay niños en la audiencia, reconozca su presencia e invíteles a participar en la conversación junto con los adultos.
- Puede comenzar con una pregunta simple como, “¿Qué historias de la película han conectado más con vosotros?”. Puede compartir una reacción que haya tenido, como la madre que dijo: “Me sentí muy identificada con la madre del chico que decía que su hijo no podía dejar de jugar a Minecraft. Me siento muy confusa acerca de cuál es la cantidad de tiempo sano para la dedicación a los videojuegos.”

PREGUNTAS PARA EL DEBATE E INFORMACIÓN

1. REDES SOCIALES Y VIDEOJUEGOS

Pregunta: ¿Cómo difieren las niñas y los niños en el uso de los videojuegos y redes sociales?

Información: Una encuesta de la Kaiser Family Foundation ha descubierto que de media los niños pasan 1 hora y ½ al día jugando a videojuegos, mientras que las niñas pasan unos 40 minutos al día. Sin embargo, de acuerdo con el censo de Common Sense Media, la niñas pasan una media de 1 hora y ½ al día en las redes sociales mientras que los niños pasan unos 50 minutos al día.

Pregunta: ¿Cree que los videojuegos violentos insensibilizan?

Información: Los videojuegos del género First Person Shooter (disparos en primera persona) fueron desarrollados por los militares para minorizar la sensibilidad a la hora de disparar a personas.

Pregunta: ¿Cómo se siente con respecto a de qué manera afecta el tiempo que los niños pasan con el teléfono móvil en el desarrollo de sus habilidades sociales?

Información: En la película, Tessa explica que quiere un smartphone para poder “aparentar que ocupada en situaciones incómodas.”

Información: Un estudio descrito en la película informa que los niños en un campamento al aire libre que no dispusieron de pantallas durante una semana fueron capaces de identificar señales emocionales mejor que los niños con acceso a pantallas.

2. CIENCIA CEREBRAL

Pregunta: ¿Cuál de los estudios sobre el cerebro mencionados en la película le ha sorprendido más?

Información: Alguna de la documentación sobre el cerebro destacada en la película.

- La parte del cerebro que es responsable de los aspectos como hacer planes o controlar los impulsos (el córtex frontal) crece lentamente durante los años de adolescencia y no está completamente desarrollada hasta nuestra veintena.
- Es durante la adolescencia cuando una persona es más susceptible a comportamientos y sustancias que inducen placer.
- Las resonancias magnéticas del cerebro de personas que juegan a los videojuegos durante unas 20 horas a la semana muestran los mismos patrones que los de gente adicta a las drogas.

Pregunta: ¿Le sorprendió recibir información sobre la adicción clínica a internet/los videojuegos?.

Información: En la película la familia de Andrew descubre que ha dejado la universidad debido a que ha suspendido sus clases por al uso de videojuegos (hoy en día Andrew se encuentra bien y estudia conservación de la naturaleza).

Información: En la película la familia de Andrew descubre que ha dejado la universidad debido a que ha suspendido sus clases por al uso de videojuegos (hoy en día Andrew se encuentra bien y estudia conservación de la naturaleza).

3. COLEGIOS

Pregunta: ¿Qué reglas de uso de aparatos personales le gustaría que su colegio se plantease imponer en el campus?.

Información: Algunas escuelas de secundaria exigen que los estudiantes guarden sus teléfonos en las taquillas pero Delaney, el realizador de la película, se ha dado cuenta de que cada vez más escuelas de secundaria permiten su uso a lo largo del día.

Pregunta: ¿Qué es lo que la gente ha visto hacer a los colegios para enfrentarse a los problemas de tiempo empleado en las pantallas en sus escuelas?

Información: Las escuelas varían desde tener un currículo de Ciudadanía Digital a tener una reunión sobre bullying en internet a no hacer absolutamente nada. La ciudadanía digital trata temas de responsabilidad, ética y equilibrio y cómo están conectados al uso de tecnología. La buena noticia es que puedes encontrar un enlace al currículo de Ciudadanía Digital K-12 de Common Sense Media en nuestra página web.

4. SOLUCIONES

Pregunta: ¿Qué acciones puede probar o ha encontrado que tienen éxito a la hora de ayudar a evitar el uso excesivo de tiempo de pantalla en su familia?

Información: Cómo establecer mejores reglas.

- Incluya a los niños en el debate sobre cómo establecer objetivos y reglas.
- Utiliza recompensas como motivación - las recompensas tienen mejores resultado con niños que los castigos.
- Mantén conversaciones breves con los niños con frecuencia acerca de los aspectos de la tecnología favorables y exigentes. Cumple las reglas y modifícalas según vayas descubriendo lo que funciona mejor.

Información: Algunos padres dudan en compartir las reglas que han probado o están usando, por temor a ser juzgados. Es muy bueno dar a la audiencia ejemplos de reglas de las que has oído hablar.

Ejemplos de la familia del cineasta: A Tessa no le está permitido usar el teléfono en su dormitorio, ni siquiera durante el día. (Es un lugar donde ella reflexiona, lee, etc.). Además, los teléfonos móviles no se usan en el coche, excepto para mirar direcciones. Cuando los niños hacen los deberes, ponen sus teléfonos fuera de su alcance y luego hacen "pausas tecnológicas" cada 20 o 30 minutos. Esto refuerza el aprendizaje para mantenerse concentrado en la tarea y no cambiar de tareas con demasiada frecuencia. Todavía es un desafío, los niños a veces se distraen, mamá les recuerda los problemas y ellos ponen los ojos en blanco.

Información: Cuando el excesivo tiempo de pantalla está causando mucho estrés en casa, recurrir a un consejero escolar o exterior puede ser extremadamente útil. En la película vemos a la abuela de Chris acudir a un consejero que le da consejos prácticos acerca de cómo imponer los límites.

Información: Encontrar más actividades fuera de internet para los niños es un paso esencial para reducir el tiempo de pantalla.

FINAL DE LA DISCUSIÓN

Por favor, recuerde a la gente que visite www.screenagersmovie.com para unirse a nuestros “Martes de Charla Tecnológica” y que puedan acceder a los muchos recursos que son actualizados con frecuencia.

Puede animar a que otros sean anfitriones de una proyección como esta.

El equipo de *Screenagers* te da las gracias por ser moderador y ¡participar en este movimiento positivo para la salud de nuestros niños!

Nos encantaría conocer cual ha sido el resultado. Por favor, envía un correo electrónico a info@screenagersmovie.com