



## La televisión III Parte

### Recomendaciones para proteger a los niños de la violencia visual

#### INTRODUCCIÓN

¡Hola! Esta es la tercera parte del tema de “la violencia en la televisión”. La violencia es un tema que preocupa mucho actualmente a la sociedad; que está siendo muy considerado y tratado por diferentes naciones, porque es un problema que ha ido en aumento.

Ha alcanzado, prácticamente, todos los rincones del mundo y es una situación que trae mucho dolor, angustia, situaciones difíciles para la familia, e incluso, en algunos casos, no pocos, la desintegración familiar.

Es importante hablar del tema porque el mirar la televisión es uno de los pasatiempos más importantes y de mayor influencia en la vida de los niños y adolescentes, ya lo hemos comentado.

Mientras la televisión puede entretener y servir de compañía a los niños, también puede influenciarlos de una manera indeseable y les puede traer consecuencias a la vida de la familia.

No son pocos los casos que hemos conocido de personas que aparentemente el niño va en una formación tranquila, normal, y muchas veces, no pocas, cuando llega a la adolescencia, empieza a manifestar un carácter violento, agresivo, cuando antes no se veía eso.

Una de las respuestas puede ser la violencia que el niño ha estado recibiendo de la televisión.

Es que a veces la televisión se convierte en una herramienta para entretener al niño, cuando papá y mamá trabajan tratando de conseguir el ingreso necesario para tener una vida digna y decorosa, y muchas veces no hay el tiempo para sentarse con el niño, supervisar su educación para ver qué es lo que está viendo en la televisión.

Muchas veces es fácil simplemente ponerlo delante del televisor y dejarlo que la “niñera electrónica”, como algunos la han llamado, entretenga al niño.

Solamente que mucha de esa información realmente es nociva, no promueve valores, sino que forma en el

niño un concepto fuera de la realidad de lo que es la sociedad, y muchas veces el niño termina en actitudes agresivas que van más allá de lo que se le pudo haber formado en un entorno familiar apacible.

#### EL IMPACTO DE LA TELEVISIÓN EN LA CONDUCTA DE LOS NIÑOS

Además de toda la violencia que puede recibir el niño delante de la televisión, este “pasatiempo” puede traerle otro tipo de problemas. Los niños que miran demasiada televisión están en mayor riesgo de sacar malas notas en la escuela. Leen menos libros, hacen menos ejercicio y frecuentemente tienen mayor sobrepeso.



El tiempo que se pasa en el televisor es tiempo que se le resta a sus actividades importantes, tales como la lectura, el trabajo, la escuela, el juego, la interacción con la familia y el desarrollo social. Los niños pierden todo eso al estar delante de la televisión.

Desgraciadamente, una gran parte de la programación actual es violenta. Estadísticamente se ha demostrado que los niños que se exponen excesivamente a la violencia en la televisión tienden a ser más agresivos delante de sus compañeros.

Se ha encontrado que algunas veces el mirar un sólo programa violento puede aumentar la agresividad. Es algo que se ha encontrado dentro de los cientos de estudios que se han hecho acerca de la violencia que sale en la televisión.

Los niños que miran espectáculos en donde la violencia es muy realista, o se repite con frecuencia, o no recibe castigo, son los que tratarán de imitar lo que ven. Las personas tienen un proceso de aprendizaje cuando están delante del televisor.

Si bien es cierto, es una forma de interactuar y aprender

muy pasiva, porque la persona que está viendo la televisión solamente está contemplando, observando y recibiendo todo lo que se trasmite.

Cuanto más los niños, que están en un proceso de formación, y tienden a imitar lo que ahí ven.

También los niños con problemas emocionales, de comportamiento, de aprendizaje o del control de sus impulsos, son más fácilmente influenciados por la violencia en la televisión.

## UN IMPACTO QUE DEJA HUELLA

El impacto de la violencia en la televisión puede ser evidente de inmediato, o a veces, el comportamiento agresivo puede tardar años en manifestarse.

Hay gente joven que puede verse afectada aún cuando la atmósfera familiar no muestre tendencias violentas. Se han dado casos en los que se ve un ambiente apacible aparentemente en la familia, donde no se ve realmente que haya un comportamiento agresivo, se ve todo normal, papá y mamá pueden estar tranquilos, satisfechos.



De pronto, con el paso de los años, cuando los niños crecen y se vuelven jóvenes, empiezan a tener comportamientos muy agresivos, a extrovertir situaciones que no estaban previstas por los papás o que muchas veces desconciertan a los padres, pues no entienden porqué el joven está tan agresivo.

Qué importante es que como padres, se tenga el cuidado de toda la información que recibe el niño a través de la televisión.

La violencia, la sexualidad, los estereotipos de raza, de género, el abuso de drogas o alcohol son temas comunes que se manejan en los programas de televisión, y los niños o jóvenes son impresionables y pueden asumir que lo que ellos ven en televisión es lo normal, seguro y aceptable.

Por consecuencia, la televisión también expone a los niños a comportamientos y actitudes que pueden ser abrumadores y difíciles de comprender. Qué importante

es que usted sepa seleccionar lo que su hijo va a ver.

Cientos de estudios sobre los efectos de la violencia en la televisión en los niños y los adolescentes han encontrado que los niños pueden volverse inmunes al horror de la violencia.

También se ha encontrado dentro de los efectos de la violencia aprendida en televisión, que generalmente, los niños llegan a aceptar la violencia como un modo de resolver problemas. Qué importante es esto.

Los niños empiezan a aprender que tal vez la forma de resolver sus problemas es a base de golpes, de intimidación, de actitudes groseras o berrinches, porque es lo que ven en la televisión. Obviamente no es lo correcto. Se identifican también con ciertos caracteres, ya sean víctimas o agresores.

Ante toda esta perspectiva, surge un cuestionamiento en los padres: ¿qué se puede hacer para proteger a nuestros niños?

## ¿QUÉ HARÁS CON LA TELEVISIÓN, PAPÁ?



En algunas naciones se han levantado asociaciones civiles que tratan de acercarse al gobierno para pedir que se busque la manera de legislar o de regular esas acciones violentas que se transmiten por televisión.

Como sociedad, muchas personas

están concientizándose más de la problemática de la violencia que se está generando en la sociedad y se están agrupando tratando de hacer un frente común para poder pedir a los gobiernos que decidan sobre la violencia en los medios.

Hay personas que ya trabajan en esto, pero los avances han sido poco significativos.

Como decía el doctor Gedner, un hombre que ha dedicado 3 décadas al estudio del impacto de la violencia en la televisión, que lo único que había encontrado era una actitud en donde no se le escuchaba. Este hombre mostraba una cierta decepción al ver que no se podía avanzar, o que no se les daba credibilidad a

los estudios que habían realizado.

Pero hay una cosa que sí se puede hacer y se puede hacer de una manera muy fundamental, eso es en casa.

Hemos estudiado la importancia de la familia, como el lugar donde se forma al niño de una manera integral.

Creemos también que es en la familia, donde se pueden dar todas las condiciones necesarias para que los niños sean formados de una manera integral, es decir, donde van a encontrar una formación que va a cubrir todas sus necesidades: el aspecto espiritual, moral, emocional, educativo, etc.

Es ahí, en la casa, donde realmente se pueden establecer bases y fundamentos sólidos para que la vida del niño pueda tener una calidad moral que le permita ser de beneficio para la sociedad.

Es cierto, van a existir los apoyos como la escuela, o cursos de estudio, pero finalmente, si el centro que es la familia, no se mantiene de una manera estable, se va a derrumbar la sociedad.

## RECOMENDACIONES PARA EVITAR QUE SUS HIJOS SEAN AFECTADOS POR LA VIOLENCIA DE LA TELEVISIÓN

A continuación daremos una serie de recomendaciones para poder regular o modular la influencia de la violencia en la televisión, en sus hijos.

No podemos meter a nuestros hijos en una caja de cristal, ni tampoco es correcto. Pero qué importante es saber modular la información que llega a nuestros hijos, para que ellos puedan tener un criterio correcto de lo que es la realidad y separarlo de lo que es la fantasía.

De hecho estas recomendaciones son dadas por la Academia Americana de Psiquiatría de Niños y Adolescentes.

- **Primera recomendación:** Vea usted los programas de televisión que ven sus hijos, junto a ellos, y preste atención a lo que sus niños observan.

En otras palabras, supervisa. Valora la calidad de los programas que tu hijo está viendo.

Obviamente, el estar viendo los programas con tus hijos, te va a permitir saber la temática de cada uno de ellos, y a la vez, seleccionar programas de acuerdo al

desarrollo del niño.

- **Segunda recomendación:** Establezca la cantidad de tiempo que sus hijos pueden estar mirando televisión.

Consideremos aquí aun la idea de quitar el televisor del cuarto del niño. Es muy recomendable que el cuarto del niño no tenga televisor.

Obviamente, como en su cuarto es donde puede buscar los momentos de privacidad y puede pasar largo tiempo solo, si tiene un televisor va a estar con mucha influencia, va a querer tener el televisor prendido, tanto a la hora del estudio como a la hora del juego.

No son pocos los testimonios que hay de niños que siempre tienen prendido el televisor y como está en su recámara está a gusto, no tiene ninguna restricción, hay todo tipo de libertad, y ver incluso cualquier programa que él quiera. Se puede encerrar a ver la televisión.

Esto no se recomienda en lo absoluto, ya que si el niño está estudiando y tiene el televisor prendido, pues la calidad del estudio que está teniendo no va a ser el adecuado. Va a estar atendiendo a lo que dice el televisor y eso le va a estar restando a la hora de estudiar.

Se recomienda mucho que cuando el niño vaya a ver la televisión a la sala o en un lugar donde haya más personas, puedan éstas estar vigilando lo que el niño está viendo, para supervisarlos o bien, cortarles el tiempo si es hora de hacer otras actividades.

- **Tercera recomendación:** Apague la televisión durante las horas de comida de la familia, y el tiempo de estudio del niño.

Las horas de comida son tiempos excelentes para la convivencia familiar. Es un tiempo excelente para platicar lo que ha ocurrido durante el día, las necesidades, los problemas, qué situaciones necesitan, etc.

Este es uno de los grandes problemas que existen entre las familias: hay mucha desunión porque no hay un vínculo de convivencia, y obviamente los vínculos más estrechos y la oportunidad excelente que había para la convivencia, era precisamente a la hora de comer.

Pero eso se ha venido perdiendo, precisamente por las

prisas, por el afán. Y muchas veces cuando se tiene la oportunidad, se tiene el televisor prendido en la mesa y todo mundo está oyendo lo que dice la televisión, y no platican de ellos. Habrá una interacción, pero no habrá convivencia, no hay plática.

- **Cuarta recomendación:** No permita a los niños ver la televisión por horas de corrido.

Ayúdeles a seleccionar programas individuales. Usted va a tener que aprender a establecer criterios en su hijo para que él aprenda a seleccionar aún sus propios programas.

- **Quinta recomendación:** Seleccione los programas que han de ver sus hijos.



Los programas, las novelas, las comedias y los programas de conversación de adultos, no son apropiados para los niños.

Qué importante es que usted aprenda a poner un límite y a hacerle entender a su hijo que no son adecuados, que contienen información que tal vez él no está preparado para manejar, negándose a dejar que los niños vean programas que contienen violencia y cambiando el canal o apagando la televisión cuando se presenta algo ofensivo, explicándoles qué es lo que hay de malo en el programa.

Qué importante es que, como padre de familia, aprendamos a sentarnos con nuestros hijos y les expliquemos el porqué y las causas. Nuestros hijos van creciendo, necesitan razones, argumentos, no necesitan simplemente una imposición o una tiranía en casa.

Deben ver a un padre amoroso que se preocupa por ellos y que cuando les explica porqué no deben de hacer tal o cual cosa, es porque los ama y porque en verdad se preocupa porque ellos tengan una formación adecuada.

- **Sexta recomendación:** Estimule discusiones con sus hijos sobre lo que ven.

Cuánto beneficio trae que un padre de familia, al estar viendo un programa con sus hijos, pueda estar

explicando, discutiendo, compartiendo la temática del programa.

Es decir, señalando aquello que se puede considerar como no correcto, o que no es conveniente para la educación y que ellos mismos externen sus opiniones, que hagan sus preguntas. Usted va a poder comprender cómo está pensando su hijo, qué siente. Eso le va a permitir saber cómo encausarlo.

**Señáleles el comportamiento positivo**, como la cooperación, la amistad y el interés unos por otros; esas acciones, si es que las hay, es importante enfatizarlas. Hacerles ver y entender que eso sí es lo correcto.

Nuestros hijos deben de aprender a formar valores, diferenciar entre lo bueno y lo malo, para que ellos aprendan a tener un criterio que les permita tomar decisiones sabias que los pueden cuidar y guardar el resto de sus vidas.

Háblele de sus valores personales y familiares y cómo se relacionan con lo que ven. Que usted pueda dar su testimonio como papá, delante de sus hijos, no solamente hablarles. Hacerle entender que usted no está de acuerdo con cierta forma de pensar porque usted tiene una formación, un criterio y unos valores morales.



Qué importante es que vean en usted a un padre apacible, tranquilo, que resuelve sus problemas con negociación, con plática y no un padre violento que impone.

A la hora de ver el programa ellos compararán su forma de ser contra lo que ven en la televisión. Usted podrá hacer una comparación entre lo que es la vida que usted está testificando y la vida que está saliendo en la televisión.

Pídales a los niños que comparen lo que están viendo, con eventos reales, para que ellos aprendan a discernir entre lo que es una fantasía y lo que es la realidad. Señáleles que aunque el actor no se ha hecho daño, ni se ha muerto, tal violencia en la vida real resulta en dolor y muerte.

Cuántas veces sale en las películas que el actor pasa

por innumerables problemas, situaciones peligrosas, atentados y el actor sale ileso o con pequeñas lesiones. Eso en la vida real no se da.

**Déjele saber las verdaderas consecuencias de la violencia.** Que el niño entienda que hay consecuencias por actuar con violencia. Como dicen en nuestro país mexicano “el que la hace la paga”. Lo que siembras, cosechas.

No dé su aprobación a los episodios violentos frente a sus hijos. Enfaticé la creencia de que tal comportamiento no es la mejor manera de resolver un problema. Enseñe a sus hijos a recurrir a los medios legales, para que aprendan a hacer justicia y resolver sus problemas. Enfaticé siempre que la venganza nunca es correcta, que ojo por ojo, diente por diente, no trae más que venganzas, rencores y eternos pleitos entre las personas.



Muchas veces hemos oído de familias que por años han estado matándose unos a otros, porque su medio de resolver los problemas es mediante la violencia.

Eso genera mucho dolor y arrastra una vida infeliz porque nunca hay paz, se vive a la zozobra porque el día de mañana alguien los puede matar, un familiar de los enemigos, tomando venganza de lo que le hicieron al abuelo, al nieto, al sobrino, etc.

- **Séptima recomendación:** Contrarreste la presión que ejercen los amigos y compañeros de clase, comunicándose con otros padres y poniéndose de acuerdo para establecer reglas similares sobre la cantidad de tiempo y el tipo de programas que los niños pueden mirar.

Vivimos en una sociedad en la que hay una presión constante sobre nuestros hijos, una presión que los lleva a tratar de actuar como actúa toda la sociedad.

Mirar la televisión es una de las actividades más importantes de los niños. Hay una forma de pensar que lleva a la generación actual a estar mucho tiempo frente al televisor.

Cuando un padre de familia quiere regular la situación

del televisor en casa, se va a enfrentar con que su hijo va a enfrentar una presión externa de parte de los demás compañeros.

El hijo recibe la presión de los demás: “¿por qué no ves este programa? ¡Está muy bueno!”, “¡hubieras visto como explotó el carro y voló en pedazos!” Entonces el niño se ve en medio de una presión, porque él no lo ve.

Usted como padre, puede comunicarse con los demás padres de los amigos de su hijo y comentarles lo que usted está tratando de hacer, exponiendo este tipo de información para que advierta a otros de las consecuencias de la violencia en la televisión.

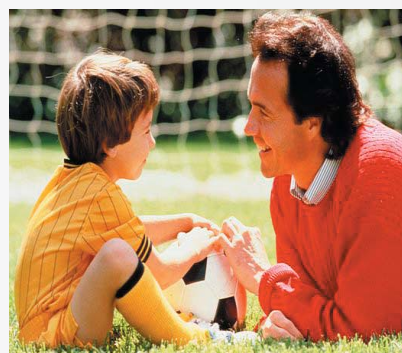
Así pueden hacer un frente común, con el único propósito de velar por la integridad de sus hijos, de velar por un futuro mejor para ellos. Ese es el propósito. Contrarreste esa presión.

Si nosotros, como adultos, a veces no soportamos la presión, cuanto más los niños que no saben sobrellevar su vida, conducirse, ni resolver sus problemas.

- **Octava recomendación:** Discuta con ellos el papel de la publicidad y su influencia.

También se recomienda que lo hable con sus hijos. En la televisión se habla constantemente de “vender y vender” y eso crea en los hijos el pensamiento de que, para ser felices, hay que “comprar y comprar”.

- **Novena recomendación:** Estimule a su niño para que se envuelva en otros pasatiempos.



vida social.

Pueden ser deportes, juegos con amigos de su edad, actividad física. Que haya convivencia con más personas. Ahí sí se le formará un carácter y una mejor percepción de la vida. Que pueda interactuar en una

Los niños, al estar viendo por horas la televisión, no tienen interacción social con otras personas.

- **Décima recomendación:** Enseñe a su hijo a usar la televisión de manera saludable y positiva.

Con orientación apropiada, su hijo puede aprender

a usar en su beneficio a la televisión. Básicamente este último punto encierra todas las demás. Usted necesita tener el tiempo para sentarse con su hijo y darle una orientación adecuada sobre la información que está saliendo en la televisión, y no en base a una imposición.

Habrán situaciones en las que no va a haber de otra, usted va a dar una orden y el niño tendrá que acatarse, pero qué importante es que mientras usted más se acerque a su hijo y aprenda a dar instrucciones basadas en razones, argumentos, los niños van a entender que usted está velando por ellos, que usted los ama.

Este tipo de relación lo va a llevar a relacionarse más con su hijo para otros aspectos de la vida.

### “MÁS QUE UN TELEVISOR, QUIERO A PAPÁ CONMIGO”

Hoy estamos viviendo un abandono total de los padres hacia los hijos en donde hay una falta de comprensión, hay una gran falta de amor y compromiso de muchos padres hacia sus hijos.

Muchos padres se conforman con llevar el dinero a la casa pero no hay el tiempo para platicar y jugar con ellos, para velar por ellos en su estado anímico, moral y espiritual.



El niño no solamente requiere bienes materiales. Es un ser completo que requiere cariño, amor, instrucción, dirección, guía en la vida, ejemplos, pláticas, alguien en quien confiar.

Usted como padre de familia es el que se tiene que convertir en ese punto de referencia para que su hijo sepa cómo comportarse en medio de la sociedad.

Ahora bien, si por alguna razón los padres tienen dificultades serias estableciendo límites, o tienen mucha preocupación acerca de cómo su hijo está reaccionando ante la televisión, deben de ponerse en contacto con un psiquiatra infantil o de adolescentes para una consulta y ayuda.

También aquí en Esperanza para la Familia estamos para servirle en cualquier necesidad, en nuestra línea

gratuita de consejería familiar 01 800 690 62 35, en México.

Y desde luego, veamos una dirección infalible para la conducta del hombre: las Sagradas Escrituras. Hay un Salmo que quiero transcribir:

“No pondré delante de mis ojos cosa injusta”.

Salmo 101:3

Dios en su sabiduría nos da este mandamiento. Él dice que en nuestra vida no debemos poner delante de nosotros nada que fomente una actitud incorrecta.

Las acciones violentas de los hombres son injusticias. El tomar venganzas, el asesinar, el mentir, el tratar de intimidar a otras personas con actitudes, lenguaje duro y fuerte, el tratar de resolver los problemas a golpes, no son más que obras injustas. Son obras que actúan al margen de la ley, en donde se trata de establecer la ley del más fuerte.

Debemos evitar esas telenovelas, películas, o caricaturas que transmiten una forma de vida insana; debemos proteger a nuestros niños de esa mala influencia y fortalecer en ellos los valores correctos.

Hoy en día, muy poca gente da atención a este tipo de consejos y se dejan llevar mucho por lo que se enseñan los medios de comunicación. La realidad es que ese tipo de consejo no resuelve los problemas.

Lejos de estar llevando a una sociedad más justa, más estable y más armoniosa, encontramos una forma de convivencia cada vez más violenta, donde sucesos terribles cada vez sacuden más a la sociedad.

El sabio consejo de las Sagradas Escrituras es “no sigas ese tipo de consejos, no te alimentes de eso, busca mejor edificar tu vida sobre consejos firmes, sabios”. Que Dios te bendiga y decidas lo mejor para tus hijos.

*Ing. Gilberto Sánchez*

### Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: [info@esperanzaparalafamilia.com](mailto:info@esperanzaparalafamilia.com)