

## **Y tú, ¿en qué usas el móvil?**

Como generación que ha crecido en medio de la tecnología, seguramente te resulta algo súper natural y casi no le prestas importancia a esos pequeños gestos tecnológicos de cada día. Probablemente para ti es como respirar.

Sin embargo, si piensas en personas más mayores, tus abuelos, por ejemplo, quizá te percatas de algunas diferencias notables...

- *Piensa en la persona que conoces a la que más difícil le ha resultado (o le resulta) manejarse con las nuevas tecnologías. ¿Qué es lo que más le cuesta concretamente?*
- *¿Puedes pensar en alguna situación a ese respecto que te haya resultado cómica?*
- *¿Piensas que hay algo de miedo detrás de esa “torpeza” a la hora de usar el móvil u otras tecnologías?*
- *¿Qué objetivos serían tan importantes para esa persona que la llevarían a hacer un uso más intenso y mejor del móvil para poder conseguirlos? Dicho de otra forma, ¿qué tendría que pasar para que esa persona comenzara a tomarse realmente en serio empezar a usar el móvil y hacerlo bien?*

## **¿Qué podemos trabajar sobre este tema?**

Para la mayor parte de las personas de las nuevas generaciones la cuestión del uso de la tecnología es algo superado que está orientado, principalmente, al uso lúdico y de diversión. Pero para otras personas, especialmente mayores, cuyas existencias quizá tienen dificultades que no somos casi capaces de imaginar, la telefonía, ese “cacharro”, sería un elemento más que útil porque la verdad es que, en la vida, las cosas no son siempre como querríamos.

- *¿Cómo han cambiado las vidas de los ancianos y ancianas en nuestro mundo occidental en el último tiempo?*
- *¿Qué sabes acerca de las nuevas formas en las que las familias abordan el asunto de la avanzada edad de sus mayores?*

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

- *¿Puedes investigar un poco acerca de algunos datos actuales sobre el tema de la soledad en personas mayores en nuestro país?*

*Como has podido ver en la secuencia, algo tan evidente como una distancia grande entre lugares de residencia, las diferencias entre la vida rural y la vida en las ciudades, la diferencia generacional... todo ello puede estar sumando para que algunas personas puedan estar cada vez más solas y aisladas. No solemos pensar demasiado en nuestros mayores, pero quizá ha llegado el momento de hacerlo. Salgamos de nuestra zona de confort y hagamos un ejercicio de empatía.*

- *Piensa particularmente en la vida de una persona mayor y cuáles podrían ser algunos de sus problemas habituales en el día a día.*

(Alguien del grupo empieza y le tiene que pasar el “testigo” a un compañero o compañera de su elección para que añadan una nueva respuesta a la pregunta. Si no se les ocurren ideas, tienen permiso para poder investigar algo más acerca de cuáles son los principales problemas cotidianos de las personas mayores, tanto en las ciudades como en contextos rurales, e ir ampliando la información).

- *¿Crees que las nuevas tecnologías podrían ayudarles?*

*Piensa en algunos usos que darle a un teléfono móvil en esa situación y que podrían cambiarle la vida.*

(P.e. poder pedir la compra por internet, solicitar citas médicas a través de aplicaciones móviles, hacer videoconferencia con sus nietos cuando quiera, poder quedar con una amiga o amigo para salir a pasear un poco, pedir auxilio si se encuentra mal...). Tras tiempo de comentar, pensar entre todos y todas si hubieran dado algo de lo que tienen por volver el tiempo atrás y no haber hecho ese movimiento tecnológico.

Las nuevas tecnologías pueden ser una ayuda en este tipo de circunstancias, como hemos visto en el anuncio de hoy, pero si se convierten en el único recurso a disposición, más bien parecen una buena excusa para que las personas que estamos alrededor de esas personas mayores no hagamos lo que debemos hacer.

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

- *¿Conoces historias sobre tu familia en las que tus padres, tíos y abuelos hayan cuidado a sus mayores en casa?*
- *¿Tienes la sensación de que esa es nuestra tendencia como sociedad ahora?*
- *¿A cuántos amigos y amigas conoces que tienen a sus abuelos y abuelas en residencias en vez de ser cuidados en casa? ¿Cuántos de vosotros veis que está siendo vuestra propia familia la que cuida de sus mayores?*
- *¿Qué sensaciones e impresiones os produce lo uno y lo otro?*
- *¿Por qué pensáis que ha cambiado esa tendencia con el tiempo?*

En el anuncio propuesto, puede observarse claramente cómo el uso tecnológico no es una sustitución, sino más bien un claro complemento de la relación estrecha e implicada entre padre e hija, hija y padre, además de la participación del niño.

- *¿En qué aspectos prácticos y visibles notas cómo es la relación entre padre e hija? (P.e. abrazos, el propio regalo que significa el móvil, que se echan de menos constantemente, se añora la interacción,...).*

En este caso, el uso de la telefonía móvil claramente ha venido a sumar donde ya había relación estrecha y sería considerada un uso responsable de la tecnología.

- *¿Te sorprende que el incremento del uso del teléfono del padre sea de un 138%?*
- *¿A qué tipo de usos ha dedicado, crees tú, su teléfono móvil?*
- *¿Piensas que nosotros y nosotras, como personas más jóvenes y muchas veces en entornos de ciudad, hacemos un uso similar al de este señor?*
- *¿A qué usos dedicas tú tu móvil a diario? Haz una lista, recogiendo cuantos más, mejor (p.e. para chatear con mis amigos y amigas, para enviar memes, para ver las redes sociales, para hacerme selfies...).*

*Intenta dividir los diferentes usos de esa lista en dos columnas: “Usos en los que el beneficiado directo soy yo” y “Usos prosociales” (en los que las personas que se benefician son otras diferentes que yo y sirven, especialmente, para ayudarles).*

(NOTA: Por ejemplo, en una conversación por whatsapp somos todos y todas quienes nos

# fad PROGRAMA Y TÚ, ¿QUÉ?

beneficiamos, pero eso no se consideraría una acción prosocial. Sí lo sería, por ejemplo, escribir a alguien enfermo por whatsapp para preguntarle qué tal se encuentra y si le puedo ayudar de alguna forma práctica).

- *¿Cuál de las dos columnas pesa más en ese ejercicio que has hecho? ¿Aquella que te beneficia o la que beneficia principalmente a otras personas?*

El aumento del uso del móvil de la hija ha sido de un 34%. Es un buen incremento también, sin duda.

- *¿Piensas que ese aumento se debe principalmente a usos para beneficio personal, tipo diversión, entretenimiento y demás, o más bien en usos prosociales dirigidos hacia su padre?*
- *¿Piensas que el uso del móvil de esa hija se parece más al de una persona como su padre o al de una persona como tú?*
- *¿Crees que esa hija ha ganado en su uso del móvil con ese 34%?*

Proponemos que se termine esta actividad intentando aumentar el uso del móvil en acciones prosociales (o mejor aún, sustituyendo una parte de ese uso, para dedicarlo en acciones que ayuden, protejan o cuiden a otras personas).

*Empieza a redactar un plan que contenga, al menos, 5 acciones específicas que puedas comenzar a hacer desde hoy:*

- *p.e. escribir a mi abuelo o abuela todos los días un mensaje de cariño;*
- *preguntar a algún compañero o compañera de clase que tenga dificultades con alguna asignatura que si le puedo ayudar en algo,*
- *hacer una llamada “sorpresa” a alguien con quien hace mucho que no hablo, por el simple hecho de sorprenderle...*
- *... o incluso ayudar a que una persona mayor de tu entorno aprenda a usar su teléfono móvil.*

¡Ahora solo te queda ponerlo en marcha!