

# palpites exatos para os jogos de hoje - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: palpites exatos para os jogos de hoje

---

## Um aspecto chateador de ser pai ou mãe é ter que constantemente demonstrar comportamento adequado

É incomodo ter que se comportar bem quando se é pai ou mãe, especialmente quando se precisa de uma pausa. Não é possível simplesmente engolir um pacote de crisps e ficar olhando para o telefone.

Eu sempre passei um tempo desproporcional olhando para o telefone, mas não me preocupava com esse hábito até ter um filho pequeno. O problema com as crianças pequenas é que elas possuem técnicas de vigilância mais sofisticadas do que o Facebook. Mesmo quando você acha que elas estão completamente absorvidas derramando o conteúdo dos armários no chão do sala de estar, elas sabem quando você está olhando para o telefone e não para elas. E, de acordo com vários estudos alarmantes, isso garante contas de terapia de por vida. Um estudo de 2024, por exemplo, descobriu que o uso do telefone pelos pais está associado a "cara sem expressão". Isso significa que você parece um robô deprimido enquanto desliza – e pode afetar o desenvolvimento emocional de uma criança.

## Todos nós temos o poder de consertar nossos cérebros

No entanto, é importante lembrar que todos nós temos o poder de consertar nossos cérebros. A cantora e atriz Lily Allen e seu marido, David Harbour, encontraram uma maneira inovadora de fazer isso. Em uma entrevista recente ao Sunday Times, Allen disse que ela impediu suas filhas de usar um smartphone até os 14 anos e que ela também está usando um telefone para crianças (Pinwheel), sem capacidades de mídia social ou navegação. Seu marido controla quais aplicativos ela pode usar e ela faz o mesmo para ele.

Eu não tentei essa abordagem, mas descobri minha própria antídoto para passar muito tempo **palpites exatos para os jogos de hoje** mídias sociais. Drasticamente reduzi minha adição porque não consigo suportar rolar imagens de sofrimento inédito **palpites exatos para os jogos de hoje** Gaza – mais de 10.000 crianças mortas e fome imposta **palpites exatos para os jogos de hoje** massa – intercaladas com tweets animados sobre os Kardashians. Meu hábito do Twitter pode estar quebrado, mas eu também estou.

Arwa Mahdawi é colunista do Guardian

***Você tem uma opinião sobre os assuntos levantados neste artigo? Se você gostaria de enviar uma resposta de até 300 palavras por email para ser considerada para publicação **palpites exatos para os jogos de hoje** nossa seção de leitores, clique aqui***

Telefone: 0086-10-8805 0795

E-mail: portuguesxinhuanet.com

---

### Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: palpites exatos para os jogos de hoje

Palavras-chave: **palpites exatos para os jogos de hoje - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-07-09