

comportamento

Limites diante da telinha

Por Beatriz Vero*

A televisão é extremamente poderosa e, se os pais não abrirem os olhos, correrão o risco de conviver muito pouco com seus filhos. Quantifique as horas e analise os programas que seu pimpolho está assistindo. E não esqueça que noticiário violento não é programa para crianças!

Responda sinceramente: é difícil viver sem televisão? Pode até ser, mas não é impossível. Em pequenas doses diárias e seguindo uma programação adequada à sua faixa etária, o pequeno pode se divertir à vontade e ainda aprender muitas coisas.

Nem tudo o que passa nos programas deve ser visto pelas crianças. Aos 2 anos de idade, quando os pequenos começam a se interessar por esse aparelho (cujo primeiro exemplar nos foi apresentado por Assis Chateaubriand, nos anos 50), o ideal é acompanhar desenhos, programas educativos e histórias infantis adequados para a idade.

Ficar diante do televisor mais que duas horas diárias significa desperdício. Seu filho deve aproveitar o restante do dia para brincar com os amigos, conversar e ficar mais próximo de você em vez de ficar mumificado em frente da telinha.

Programa de adulto

À noite, em geral, o problema TV se agrava, principalmente no que diz respeito aos adultos. Depois de uma conversa rápida na mesa de jantar, cada um sai para um lado: um quer assistir ao noticiário, o outro, ao capítulo inédito da novela. E a criança? Sem opção o pequeno acompanha as notícias e a trama fictícia apresentada em horário nobre.

Quando você percebe seu filho já conhece todos os personagens da novela e ainda discute política. Novela e telejornal não são feitos para o público infantil. Criança precisa mesmo é de desenho e de brincadeiras. Talvez no início da adolescência comece a se interessar por outros gêneros de programas.

Ai que medo!

Quantas vezes seu filho acordou chorando, no meio da noite, com medo de ficar sozinho no quarto? Os motivos são bem variados, entretanto um deles pode ser o programa que assistiu antes de dormir. Antes dos 5 ou 6 anos de idade dificilmente o pequeno consegue discernir entre a ficção e a realidade. Personagens de filmes e desenhos de luta, com frequência, se "transportam" das telas para a fantasia infantil e, à noite, compõem o pesadelo de seu filhote.

Quanto menor a criança mais confusa ela fica e não consegue separar o real do fictício. Os pequenos costumam associar o filme à realidade porque os personagens são de carne e osso como ele. Nessa hora, tente ficar presente para conversar com a criança e explicar que o que está assistindo não é de verdade e não é preciso ficar com medo.

É preciso limite

Nada de exageros. Assistir televisão é gostoso e ajuda a distrair, mas a grade de programação das emissoras não permite que nossos filhos vejam tudo o que oferecem. E nem queremos que isso aconteça. Os apelos sexuais e o nível de violência na TV são altíssimos. Sempre que puder, assista, junto com a criança, a determinadas atrações. Quando julgar necessário, peça a ela que desista daquele programa e, principalmente, explique o porquê da restrição.

Calma! Eu sei que nem sempre você tem tempo disponível para acompanhar tudo que seu pimpolho vê. Mas eleja o que considera adequado à idade da criança e elabore outras tarefas para que ela possa desenvolver nas horas livres. Lembre-se: a ociosidade é a maior amiga da telinha.

Em vez de ficar sentado em frente à TV, seu filhote pode brincar com os colegas, fazer lição de casa, ir à casa de algum parente, andar de bicicleta, soltar pipa, ler um livro, estudar, entre outros. A televisão deve ser apenas um passatempo e não uma babá eletrônica pronta a suprir as necessidades da criança.

Estresse total

Enquanto seu filho assiste à TV observe o comportamento dele. Confira se ele fica hipnotizado: praticamente imóvel e piscando poucas vezes. Se estiver assim, é sinal que está vivendo toda a tensão do programa em questão.

Essa situação provoca um estresse desnecessário. É comum a criança ficar exausta depois de ver televisão, mesmo que seja um desenho animado. Enquanto acompanha o programa predileto, o pequeno vive o estresse da telinha, como se ele fizesse parte daquele imaginário.

*Beatriz Vero é psicóloga formada pela PUC - SP, com especialização em psicoterapia de abordagem Junguiana pelo Instituto Sedes Sapientiae.

Renata Rocha
Orientadora Educacional