

Zappen & Gamen

Zapear & Videojogos - Sugestões para pais e responsáveis pela educação

Prezados pais e responsáveis

A mídia/média eletrônica determina, atualmente, o dia-a-dia da família. A oferta é imensa e coloca os pais diante de um grande desafio. Como minha filha, meu filho, deve aprender a lidar de forma sensata com as possibilidades da mídia/média?

A seguir, foram resumidos alguns aspectos importantes do folheto de informações «Zappen & Gamen».

Sugestões de como lidar com a mídia/média, em geral

- Informem-se e, no próprio lidar com as possibilidades da mídia, sejam um exemplo.
- Joguem, observem e surfem junto. Mostrem interesse pelo que seus filhos consomem através da mídia. Conversem sobre o que ocorre no vídeo e sobre as sensações provocadas.
- Estimulem uma programação de lazer ativa e atividades com participação conjunta.
- Protejam seus filhos contra conteúdos impróprios. Está comprovado que o consumo exagerado de jogos de computador, de conteúdo violento, traz consequências negativas para o desenvolvimento da personalidade. As reportagens sobre catástrofes transmitidas pelo telejornal também podem ser vivenciadas de forma traumática.
- Através de programas de filtragem, podem-se bloquear conteúdos impróprios – no entanto, eles não substituem a presença dos pais. Programas antivírus são muito aconselháveis.
- Crianças e jovens com menos de 14 anos de idade não devem ter nenhum aparelho de mídia eletrônica em seus quartos, senão o consumo aumenta em, aproximadamente, duas horas por dia.
- Conversem com seus filhos, de acordo com a idade deles, sobre possíveis perigos e a respeito do que é permitido ou proibido.
- Elaborem, junto com seu filho/a, as regras para o consumo da mídia eletrônica. De acordo com a idade, estabeleçam os limites de tempo. A partir da idade escolar, faz sentido combinar quantas horas por semana. Digam quais seriam as consequências do desrespeito às regras.
- Quem usa o aparelho de televisão ou o computador como prêmio ou castigo, acentua sua importância. Uma proibição só deve ocorrer quando as regras em relação ao consumo forem desrespeitadas.



Quando se torna perigoso?

«Às vezes não consigo mais parar de jogar»

- Seu filho/a descuidar-se dos amigos, hobbies e da escola? Sente-se só?
- Já há muito tempo que permanece mais de 20 – 30 horas por semana diante do vídeo?
- Minimiza a verdadeira proporção de consumo da mídia/média e suas consequências?
- Seu filho/a mostra-se inquieto, deprimido ou agressivo, quando não pode jogar?
- Seu filho/a dorme muito pouco, não se cuida e não se alimenta bem?
- Ver televisão, surfar, bater papo/chat, videogames, são uma possibilidade para que seu filho/a fuja aos problemas?
- Distúrbios do comportamento podem ter diversas causas como, por exemplo: violência sofrida ou abuso sexual.

Caso surjam vários desses sinais, reajam:

- Como educadores, encontrem uma postura comum e procurem conversar com seu filho/a.
- Mostrem reconhecimento e respeito por seus interesses. Dêem oportunidade para que seu filho mostre e explique o que faz.
- Inspeccionem as regras estabelecidas e imponham as consequências combinadas.
- Façam programações juntos e motivem seus filhos para outras atividades.
- Não fiquem sós, procurem aconselhamento.

Observar e agir!

Sentem-se inseguros ou preocupam-se com o desenvolvimento de seu filho, de sua filha? Não hesitem em procurar ajuda. No folheto «Zappen & Gamen» encontram-se endereços de setores especializados que podem ajudá-los em suas questões e na procura de soluções. O folheto ainda lhes dá outras informações importantes sobre o tema.

Esta versão resumida é encontrada em outros oito idiomas:
www.stiftung-suchthilfe.ch

Sugestões em relação à TV

«Mas todos os outros podem!»

Diante do tédio, o rápido acesso ao controle remoto impede que as crianças tenham outras idéias e se tornem, elas próprias, ativas. Façam um compromisso com seus filhos sobre os programas que podem ser vistos. Expliquem-lhes porque determinado programa é impróprio. Deve-se fazer todo o possível para evitar o zapear.

Regra geral para o tempo máximo de ver televisão por dia:

Crianças pequenas: no máximo 5 a 10 minutos e nunca sozinhas

Crianças em idade pré-escolar: no máximo 30 minutos e nunca sozinhas

De 6 a 9 anos de idade: 1 hora; 10 a 13 anos de idade: 1h30min

Tipos de videogames

«Através dos jogos online conheço pessoas em todo o mundo»

Jogos de computador, gameboys e console de jogos fazem, atualmente, parte do dia-a-dia de muitas crianças e jovens. Através de games/jogos apropriados, são estimuladas muitas capacidades como, por exemplo, pensamento lógico, habilidade, capacidade de reagir e concentração. Mas, jogos também podem ser prejudiciais, caso contenham elementos de violência, brutalidade ou sexualidade e não estejam adequados à idade da criança.

Conversem com seus filhos sobre os videogames e conheça-os. Peçam que lhes expliquem como funcionam; joguem junto ou observem os jogos. Ao conversarem sobre o assunto, não devem considerar somente o conteúdo dos jogos: Como seu filho/a se sente, em geral? Por que exatamente esse videogame desperta tanto interesse? Observem as informações do fabricante em relação à idade e ao conteúdo.

Sugestões para uso da internet e chat

«Através do chat/bate-papo, sinto-me mesmo adulto»

- Não dê informações pessoais, ou seja, nenhum nome, endereço, códigos e números de telefone, celular/telemóvel, cartões de crédito, etc.
- Nicknames (apelidos/alcunhas), endereços eletrônicos, não devem deixar transparecer a verdadeira identidade e não devem referir-se a sexo ou violência.
- No caso de dados e fotografias colocados na internet, não se pode controlar como outras pessoas os usariam. As transmissões «Cam-to-Cam» (câmeras web) podem ser arquivadas e passadas adiante. O que caiu uma vez na rede eletrônica, não pode mais ser apagado!
- É importante confiar desconfiando; não acreditar em tudo que é dito.
- Encontrar uma pessoa cujo contato foi feito através da internet – se for o caso – sempre em companhia de alguém e em local público.
- Não abra e-mails de procedência desconhecida (perigo de vírus), mas sim os apague imediatamente.
- Informe sempre aos pais, no caso de perguntas ou ofertas estranhas, antes de baixar programas e antes de fechar algum contrato.

Sugestões para o celular/telemóvel

«Não posso viver sem meu celular/telemóvel»

Já que os celulares/telemóveis conseguem entrar na internet, os perigos são os mesmos de quando se surfa no PC. Junto com seu filho/a, pensem a respeito das possibilidades e funções do celular/telemóvel. O que é ou não é necessário? Como proteger-se contra radiações nocivas? É conveniente que as crianças e os jovens contribuam para as despesas, assim aprendem a lidar com dinheiro. Com as ofertas «prepaid», pode-se ter melhor controle sobre os custos.

