



TELEVISIONE E BAMBINI UN DECALOGO PER I GENITORI

di Floriana Falcinelli*

È importante abituare il bambino sin dall'infanzia al corretto uso della TV. Il compito dei genitori è in questo senso molto importante. Per questo vorrei segnalare dieci semplici regole che consentiranno di migliorare questo rapporto.

- 1.** Non lasciare i bambini sempre soli davanti al televisore : affidare i bambini alla televisione come se fosse una "baby sitter" senza controllare cosa essi vedono è un errore. I genitori dovrebbero dunque essere il più possibile presenti quando i figli vedono i programmi, commentando con loro i contenuti e le forme delle trasmissioni selezionate
- 2.** Concordare con i bambini quanto tempo dedicare alla TV : la televisione non deve invadere ogni momento della vita del bambino ma deve rimanere un intervallo (non più di 2 ore nell'arco della giornata) tra le altre occupazioni quotidiane come il gioco, le esperienze di relazione con gli altri, lo studio
- 3.** Scegliere i programmi consultando preventivamente il palinsesto, evitando lo zapping: i programmi vanno scelti prima, ad esempio consultando i giornali specializzati, coinvolgendo i bambini che in questo modo hanno la possibilità di imparare a scegliere e si sentono responsabili.
- 4.** Non privare della TV i bambini come punizione: togliere la televisione, che è per il bambino qualcosa di piacevole , produce un rapporto conflittuale e attribuisce alla stessa televisione il valore del proibito con il pericolo che il bambino cerchi di guardarla di nascosto con il doppio effetto negativo della disobbedienza e del programma non controllato
- 5.** Non tenere acceso il televisore durante i pasti: i pasti sono il momento della giornata in cui la famiglia si raccoglie e dialoga, il momento forse più importante in cui avviene lo scambio di informazioni e di impressioni, un'occasione di formazione dei sentimenti comuni, la cui perdita soffocherebbe la stessa vita familiare . Il televisore acceso attira inevitabilmente l'attenzione di tutti, impoverendo la conversazione
- 6.** Evitare che i bambini guardino la TV prima di andare a scuola: ci sono dei programmi per bambini (in genere cartoni animati) tra le sei e le nove del mattino, ma il bambino che guarda la TV a quest'ora arriva a scuola affaticato, in condizioni mentali che non favoriscono la concentrazione e l'apprendimento
- 7.** Evitare che i bambini guardino la TV dopo cena , fino a tarda ora: il bambino deve dormire per affrontare gli impegni della giornata successiva serenamente. Inoltre, come prevede il codice di autoregolamentazione, dopo le 19 finisce la fascia protetta di programmazione e comunque dopo le 22.30 quella per le famiglie.
- 8.** Non mettere il televisore nella camera da letto dei bambini: si è già detto che la visione della televisione deve essere un'esperienza condivisa in famiglia, in cui è possibile scambiarsi opinioni, impressioni, emozioni. Mettere il televisore in camera è un messaggio che implicitamente significa invitare il bambino a guardare ciò che vuole e quando vuole , senza " disturbare" i grandi.
- 9.** Togliere dalla ricezione dell'apparecchio televisivo le emittenti meno controllate: vi sono alcune televisioni , perlopiù locali, che continuano a trasmettere programmi non adatti ai bambini in tutte le ore del giorno. Per questo è opportuno eliminare dalla memoria del televisore domestico le frequenze su cui trasmettono tali emittenti
- 10.** Regalare un libro ai propri figli e leggerlo con loro: occorre proporre ai bambini attività alternative alla televisione. La lettura stimola processi di pensiero riflessivo, esercita la fantasia e stimola la creatività. Inoltre condividere la lettura con un genitore crea le condizioni per il consolidarsi di un rapporto affettivo profondo che rassicura il bambino e lo rende più capace di sperimentare il mondo.

* Pedagogista, Università di Perugia.