

Los programas más apropiados para los pequeños espectadores son:

- ~ Aquellos que les gustan y les divierten, siempre que no manifiesten violencia ni de tipo físico ni psicológico.
- ~ Programas en los que exista transmisión de valores buenos que pueden beneficiarlos.
- ~ Los educativos y formativos: documentales, espacios infantiles que refuercen el aprendizaje de las materias escolares, etc.
- ~ Los que fomente la participación deportiva, el contacto con la naturaleza, el disfrute con la lectura, el apasionamiento por las distintas artes.
- ~ Según su edad, nuestros hijos irán interesándose por los que muestran otros mundos, otras realidades, otras culturas, otras religiones, otras formas de enfocar y enfrentar la vida, así como por aquellos cuyo contenido verse sobre el cuerpo humano, la prevención de accidentes, la sexualidad en los adolescentes...



Fuente: Revista VIEIRO nº74

El ejemplo resulta una terapia eficaz.

Los padres ven mucha televisión, o televisión de mala calidad,

¿con qué criterio van a evitar que

sus hijos vean programas negativos para ellos!

queréis poneros en contacto con nosotros, estamos en:

UNIDAD ASISTENCIAL DE DROGODEPENDENCIAS
EQUIPO DE PREVENCIÓN
C/Otero Pedrayo s/n
Monforte de Lemos (Lugo)

Tlf. 982 400495 - Fax - 982 405172

uadmonforte@yahoo.es



Horario: De 8 horas a 15 horas

PREVENCIÓN = SALUD

Boletín para madres y padres

**La prevención en casa
la mejor ayuda**

Unidad Asistencial de Drogodependencias de Monforte



QUÉ VER Y QUÉ NO VER EN LA TELEVISIÓN



En las vacaciones los niños disponen de más tiempo libre al no tener que ir al colegio. Son días, para muchos, de playa, montaña, campamentos, pueblos, piscinas, deportes... y también días en los que aumenta el tiempo que dedican a ver la televisión.

LA IMPORTANCIA DE SABER ELEGIR

Debemos enseñar a nuestros hijos a ver la televisión con capacidad crítica e intentar que aprendan a seleccionar.

Los hijos deben ser enseñados por sus padres, tanto a ver espacios televisivos gratificantes y enriquecedores, como a no ver aquellos que le puedan degradar en su dignidad humana. Si los padres no enseñamos a ver televisión a nuestros hijos, ¿quién lo hará?

CONSEJOS PARA HACER BUEN USO DE LA TV

La televisión es un buen instrumento para ser utilizado. No al revés.

Para hacer un buen uso de la programación que nos ofertan las distintas cadenas, podemos seguir estos consejos:

Evita que los niños tengan un televisor en su habitación. Es preferible que sólo exista un aparato en casa y que se sitúe en un espacio no sobresaliente para propiciar un lugar principal de diálogo e interacción familiar.

Opta por un sistema que evite luchas por el mando a distancia. Debemos pactar y preguntar a los demás qué quieren ver y cuál es el volumen propicio.

En la medida de lo posible, debemos ver la televisión con nuestros hijos. Comenta con ellos las imágenes o aquellas expresiones verbales que no son apropiadas o que, incluso, atentan contra los mínimos cánones de la convivencia.

Hay imágenes que no pueden explicarse con palabras a un niño, pero es que, a lo mejor, la solución pasa por que el niño no vea esas imágenes.

Ofrece a tus hijos alternativas de interés (juegos, excursiones, charlas, enseñanza, de bricolaje o de cocina, etc.).



Tenemos que enseñar a los hijos a que no hay que "ver televisión", sino que hay que ver programas de televisión. Así podremos desarrollar la capacidad de selección y discriminación, que nos habilitará para ver aquello que nos conviene y no mirar aquello que no nos conviene ver. Debemos preguntar a nuestros hijos ¿qué quieren ver?, más que ¿quiere ver televisión?



Determina un horario sobre el tiempo. Es conveniente predicar con el ejemplo, limitarnos y dosificar el uso de la tele.

Es recomendable que los niños aprendan a discriminar lo que es adecuado socialmente de lo que no lo es. Es preciso expresar al niño nuestro descontento con algunos programas y nuestro deseo de no verlos.

La televisión no debe compatibilizarse con el estudio, ni con las comidas.

No debemos utilizar la televisión como única forma de recompensa y sanción.

Aprovecha los buenos programas para estimular actividades (debates, trabajos escritos...).