

super **TEST** impara a conoscerti

Che mondo sarà?

# SEI PAZZO PER LA TV? E QUANTO GUARDI?

Scopri il tuo grado di dipendenza rispondendo a queste 5 domande.

- 1. Al giorno guardi la televisione**
  - dalle tre alle quattro ore
  - circa due ore
  - un'oretta
- 2. I tuoi programmi preferiti tra questi**
  - documentari vari
  - fiction e reality show
  - musicali
- 3. Un amico ti telefona per uscire**
  - accetti, ma solo dopo aver visto il tuo programma preferito
  - impossibile: ha troppi impegni televisivi
  - il tempo di metterti le scarpe e sei in strada
- 4. Durante il pranzo e la cena la tv è**
  - rigorosamente spenta
  - sempre accesa
  - ben in vista, ma senza audio
- 5. Mentre guardi un film o un telefilm**
  - fai anche altro
  - cerchi di capire solo l'essenziale
  - ti arrabbi se qualcuno ti disturba



Prevalenza di risposte **a.**

**SENZA DI TE COSA FAREI!**  
La tv è al primo posto nei tuoi pensieri e tutto vi ruota intorno. Comprì guide televisive e non ti perdi nulla di ciò che passa sullo schermo. Preferisci guardare da solo e con le luci diffuse che creano "l'atmosfera".

Prevalenza di risposte **b.**  
**CON MODERAZIONE**

Ti piace guardare la tv, ma solo quando ci sono argomenti che ti interessano. Cerchi di vederla in compagnia e ti diverte fare commenti sui programmi. Stare attaccato molto allo schermo ti stanca ed è per questo che alterni una "buona visione" ad una chiacchierata con i tuoi genitori.

Prevalenza di risposte **c.**

**ALTRE COSE DA FARE**  
Per la maggior parte della giornata la tv è spenta e quando la accendi è per guardare un programma che ti piace particolarmente o perché non puoi uscire di casa. Preferisci gli amici.

da: *MondoErre*, mensile per ragazzi, articolo di FRANCESCO FINIZIO  
Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

**25**

SMERALDO

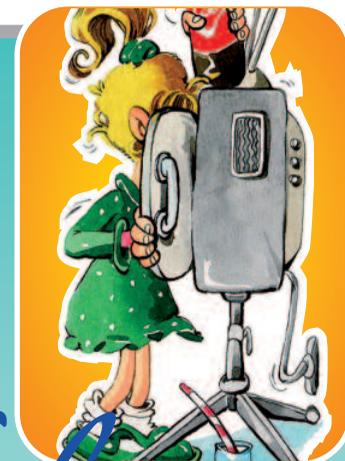
serie **OLTRE I MALI DEL SECOLO**  
*Dalla tristezza... alla gioia!*

Supplemento della rivista "Educatori di vita"  
ilgrandeducatore@gmail.com

## Le nuove dipendenze...

sono sottovalutate e pericolose. Alla scoperta di un fenomeno poco conosciuto che invade lo spazio dei nostri ragazzi.

**4. Parliamo della TELEVISIONE...**



# Imbambolati dalla televisione

**... RAGAZZI IPNOTIZZATI DA LUCI E SUONI!**

*Le schede sull'argomento:*

scheda 22: Parliamo dei CELLULARI

scheda 23: Parliamo degli ALCOLICI

scheda 24: Parliamo dei VIDEOGIOCHI

**scheda 25: Parliamo della TELEVISIONE**

scheda 26: Parliamo del FUMO

scheda 27: COMPRARE AD OGNI COSTO

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB. Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

## PERCHÉ “NUOVE DIPENDENZE”?

Se prendere brutte abitudini è semplice, non è altrettanto facile abbandonarle. E le conseguenze, anche se non si vedono, sono rischiose.

Questi tipi di comportamenti si chiamano “dipendenze” e vuol dire “un desiderio insopprimibile da parte di un individuo di soddisfare un bisogno”.

La novità è che alle “vecchie” dipendenze (alcol, droga, fumo) oggi se ne aggiungono “nuove” che si sono sviluppate con il crescente utilizzo da parte dei ragazzi delle nuove tecnologie.

Cambia l'oggetto della dipendenza, ma non le conseguenze che producono. E ciò che le distingue è il fatto che sono legate a fattori psicologici e non fisici.



CONTRO IL RUOLO di incantatrice di famiglia della tv si sono scagliati pensatori importanti per i suoi programmi sovente diseducativi e per il tempo che ruba ad altre e migliori attività.

A favore si sono levate altre voci autorevoli, chiedendo di **prenderla a “piccole dosi”**. Una ricetta che pochi ragazzi seguono!!!



### IL BABY SUCCHIOTTO

Non c'è innamoramento più precoce come quello con la tv. Complici, il più delle volte, le mamme che piazzano i loro baby davanti alla tv per “tenerli buoni perché devono stirare” o per prendersi una giusta pausa di riposo.

E il pupo prende subito gusto al “**succhiotto televisivo**” che si trasforma lentamente in baby-sitter (o “maestra”). Poco alla volta riveste anche il ruolo del “fratello” o della “sorella” che non c'è e con cui sconfiggere la noia e la solitudine quotidiane.



### SOTTOFONDO CONTINUO

Cartoon dopo cartoon, film dopo film cresce il tempo passato con questo amico virtuale e di cui non si può più fare a meno, piazzandolo bene in vista e dandogli la massima libertà di parola, senza limiti di orari.

Nasce così il **TELEABUSO**, il primo gradino delle dipendenza. La tv è sempre accesa, serve da “sottofondo” mentre si fa dell'altro, compiti compresi.

Il passaggio al **secondo scalino** è brevissimo e si chiama **TELEFISSIONE**. Si fissa il televisore preferibilmente da soli, in rigoroso silenzio e quasi azzerando il mondo circostante.

Entrambi i casi portano al medesimo risultato: **svogliatezza e pigrizia** che si traducono in lunghe sedute sul divano dimenticandosi dello studio, dei giochi all'aria aperta, delle altre persone che circolano per casa.



### LE TANTE OFFERTE

I programmi captati finora dalla sola antenna stanno entrando nell'album fotografico dei ricordi. Oggi arrivano decoder e dvd attraverso le nuove tecnologie della televisione a pagamento.



### PRIMADONNA IN COMPETIZIONE

C'è solo l'imbarazzo della scelta nella selezione delle offerte: dagli splendidi documentari sulla natura, allo sport, ai film di prima visione, ...alle televendite di pentole e quadri.

I televisori si sono rifatti, per l'occasione, anche il look: schermi lcd e al plasma, suoni dolby surround da sala cinematografica, design d'alto profilo.

Tutto, insomma, per rendere sempre appetibile il vecchio “elettrodomestico” trasformato in primadonna in competizione con la concorrenza agguerrita di internet e dell'iPod che trasmettono film e video ad alta definizione.

**Di tutto e di più, insomma, per diventare tele-dipendenti.**



### CONTRO LA VIDEODIPENDENZA

Oltre ai consigli del box a destra (“Come difendersi?”), tra i tanti optional elettronici hanno inventato anche il **timer**.

**Lo si programma per un'ora di visione e quando il televisore si spegne, non resta che scattare in piedi e passare a qualche cosa di più intelligente e utile:**

- ✓ una passeggiata all'aperto,
- ✓ una bella lettura,
- ✓ una chiacchierata con i genitori,
- ✓ una partita a scacchi...

... alla faccia della televisione! **educare**

## COME DIFENDERSI?

La televisione è come una torta: anche quando è buona, se è troppa fa male.

Per non cadere nella dipendenza il limite consigliato è quello di non superare le due ore al giorno di visione continuata.

In caso contrario, scattano subito “gli effetti collaterali”: cresce la pancetta, la schiena prende una brutta piega, si arrossano gli occhi, l'attenzione diventa sempre più breve e incostante e...

ogni attività “extra” televisiva finisce per pesare più del dovuto.



... Attenti a non lasciarsi imbavagliare dalla tv e dosarne l'uso...