



## Măsuri de protecție a copilului în familie

### *6 sfaturi pentru părinți:*

- **Cultivați bunele obiceiuri în educația copiilor,**
- **Limitați timpul petrecut în fața ecranului,**
- **Familiarizați-vă cu simbolurile grafice de protecție a minorilor,**
- **Urmăriți cu atenție manifestările copilului / copiilor dumneavoastră,**
- **Comunicați cu copilul/copiii dumneavoastră,**
- **Deveniți un părinte și un telespectator activ.**

### *Bunele obiceiuri în educația copiilor*

Părinții, în funcție de pricipiile lor cu privire la educație, trebuie să stabilească de comun acord cu copiii reguli cu privire la alegerea emisiunilor vizionate de copii, la timpul petrecut de aceștia în fața televizorului și la momentul consacrat acestei activități (Citat din: „Écrans et médias, une affaire de famille. Guide parental de l'Union nationale des associations familiales” - Unaf, 2004 <http://www.unaf.fr/spip.php?article812>)

### *Fără televiziune înainte de împlinirea vârstei de 3 ani*

**3**

Este bine să reamintim că televiziunea, cu fluxul său de imagini nu este adaptată copiilor mai mici de 3ani, care au nevoie să interacționeze cu persoanele și cu obiectele aflate în apropierea lor. Între 3 și 6 ani este necesară limitarea vizionării la programe concepute special pentru cei mici.

## ***Înainte de împlinirea vârstei de 8 ani, pot fi vizionate doar programele pentru copii***

Până la vârsta de 8 ani, doar programele pentru copii sunt adecvate: fie că este vorba despre desene animate, despre producții cinematografice pentru copii, ori despre emisiuni educative ori documentare. Durata vizionării trebuie limitată, de asemenea. Trebuie selectate programele pe care le pot urmări pentru a învăța să se orienteze în oferta generală de programe.

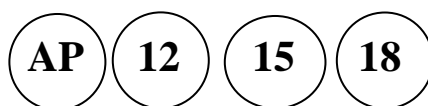
- Nu este recomandată vizionarea programelor de știri împreună cu un copil mai mic de 8 ani, întrucât violența reală îl poate afecta mai mult decât cea ficțională.
- Între 8 și 10 ani alegeți programele pentru copii și programele care se adresează întregii familii fără restricții, încercând să urmăriți aceste programe împreună cu copilul/copiii dumneavoastră.
- După împlinirea vârstei de 10 ani puteți diversifica conținutul de programe vizionat, acordând atenție în continuare, diferitelor clasificări aplicate programelor în vederea protejării minorilor.

### **Limitați timpul petrecut în fața ecranului**

În general, evitați să permiteți copilului dumneavoastră să petreacă zilnic un timp îndelungat în fața micului ecran. Încercați să priviți la televizor împreună cu copilul/copiii pentru a dialoga cu el/ei dacă observați că este/sunt încercat/ți de sentimente de teamă sau de unele neclarități. Puteți dezvolta spiritul critic al copilului/copiilor discutând cu el/ei despre ceea ce urmăresc la tv.

- Evitați instalarea televizorului în camera copilului. Acest fapt contribuie la izolarea copilului de viața de familie și nu vă permite să știți ce programe urmărește copilul.
- Evitați practica excesivă a trecerii rapide de la un program la altul în obiceiurile de televizionare ale copilului. Este mai bine să alegeți un moment precis pentru televizionare și să încurajați vizionarea în totalitate a unui program, mai degrabă decât cea a fragmentării vizionării.
- Asigurați condițiile de luminozitate optică și de distanță favorabile vizionării. Rezervați timp petrecerii timpului în familie în afara momentelor de televizionare.

### **Familiarizați-vă cu simbolurile grafice de protecție a minorilor**



Este necesar să vă ajutați copilul să înțeleagă importanța semnelor de avertizare, spunându-i că și dumneavoastră vi s-a întâmplat să fiți șocat de anumite lucruri văzute și că nu doriți ca el să aibă o experiență neplăcută. Ar fi o eroare să lăsați copilului impresia că un adult poate viziona orice fără a trăi sentimentul de teamă, angoasă sau deznădăjduit.

Pentru a vă ajuta, s-a întocmit o clasificare a programelor în funcție de vârstă. Accesul unui copil care are o vârstă mai mică decât cea în care a fost clasificat respectivul program îl poate afecta. Această clasificare este afișată pe ecran, odată cu începerea programului, precum și pe crawl și în programele publicate de presa scrisă. Aceste clasificări implun și difuzarea în anumite intervale orare. Prin urmare, primul lucru pe care îl puteți face pentru a vă proteja copilul de

imagini violente este acela de a alege împreună ce va putea vedea în funcție de vârstă și de a-i explica motivele alegerii.

Respectarea acestor avertismente concentrate în simboluri grafice va permite protejarea copilului de vizionarea, în cazul în care este singur în fața ecranului, unor programe inadecvate vârstei lui. Într-o familie în care sunt frați și/sau surori mai mari aceștia pot fi responsabilizați să vegheze la ceea ce vizionează frații lor mai mici.

### **Urmăriți cu atenție manifestările copilului / copiilor dumneavoastră**

Chiar dacă nu observați niciun semn de teamă în comportamentul copilului dumneavoastră atunci când vede o imagine șocantă, efectele se pot manifesta în diverse situații, de exemplu, atunci când se stunge lumina sau în timpul somnului. Fiecare copil comunică diferit cu părinții lui. Este important să știți să recunoașteți aceste semne și să vă gândiți dacă să le asociați cu imaginile pe care le-ar fi putut viziona copilul, în cazul în care această teamă este cauzată de vizionarea unui program.

### **Comunicați cu copilul/copiii dumneavoastră**

#### ***Cel mai bine este să vorbiți despre televiziune cu copilul /copiii dumneavoastră***

Nu puteți supraveghea toate programele pe care le vizionează copilul/copiii dumneavoastră, acasă sau la prieteni. De aceea, ar trebui să vă propuneți unele momente în care copilul să aibă posibilitatea să vorbească despre ce a văzut și a auzit în programele tv și ce crede în legătură cu acestea.

Dialogul este un mijloc pentru eliminarea stresului și a angoasei. Un copil, orice vârstă ar avea, are nevoie să comunice direct pentru a se elibera de temeri. Părinții sunt aceia care se află cel mai aproape de copil/copii pentru a-i asculta și a le da încredere în forțele proprii.

Impactul imaginilor violente poate fi minimizat atunci când copilul poate exprima ceea ce a simțit. Dar acest lucru se va petrece rareori din inițiativa copilului. Îi poate fi teamă ca vorbind să nu se expună ridiculizării, să nu i se interzică accesul la TV, sau pur și simplu s-a obișnuit cu violența. Ne rămâne deci, nouă, adulților, să ne asumăm inițierea conversației cu copilul/copiii.

Dar acesata nu înseamnă să puneți de la început o mulțime de întrebări copilului, pe care el să le considere intrusive. Încercați, mai degrabă să-i vorbiți despre neplăcerile pe care le-ați avut resimțit la rândul dumneavoastră atunci când ați urmărit scene angoasante sau care vă provoacă teama. Abordând în acest fel discuția, copilul nu va mai considera întrebările dumneavoastră intrusive și va fi gata să se implice în dialogul cu dumneavoastră. Favorizarea acestui dialog este importantă întrucât copilului îi poate fi teamă de reacțiile dumneavoastră. În plus, sensibilitatea unui copil poate fi afectată de imagini sau de situații diferite, care pot uimi adulții, de unde și necesitatea dialogului pentru a-i înțelege mai bine pe copii.

**Dacă un copil observă că un adult este interesat de sentimentele lui, copilul va fi tentat să-i împărtășească emoțiile. În acest fel va putea să-și consolideze reperatele, reprezentarea normalului și a anormalului, a corectitudinii și incorectitudinii.**

### **Deveniți un părinte și un telespectator activ**

Există mai multe demersuri simple și indispensabile pentru a deveni părinte și telespectator. Există, de exemplu, un dispozitiv de blocare automat pentru programele care nu sunt permise copiilor care nu au împlinit vârsta de 18 ani. Personalizați codul parental pentru a bloca accesul la programe, evitând alegerea combinațiilor de cifre pe care copiii le-ar putea descoperi ușor. Păstrați secret acest cod.

**Puteți monta și alte dispozitive de blocare a accesului. Noile televizoare sau ADSL-uri permit adesea montarea de filtre sau sisteme de control parental în funcție de canal, intervale orare și programe.**

**Încercați să limitați numărul de ore petrecute în fața ecranelor (televiziune, calculatoare, telefoane mobile) și nu pierdeți contactul cu ceea ce vizionează copiii.**

**Puteți contacta serviciile specializate ale Consiliului pentru a formula o plângere cu privire la un program, participând astfel, alături de noi, la protejarea copiilor și a tinerilor.**