



## Savjeti za postupanje s televizijom

- **Nema televizije za bebe i malu djecu!**
- **Odrasli kao uzor.** Djeca veoma dobro promatraju, kada, koliko i kako odrasli gledaju televiziju!
- **Stvoriti alternativne ponude.** Djeca čestoputa gledaju televiziju jer nemaju nikoga s kim bi se mogla igrati i ne znaju što bi drugo mogla raditi. Većinom bi dala prednost igranju s drugom djecom ili s roditeljima umjesto pasivnog konzumiranja televizije.
- **Gledati televiziju ciljano.** Zajednički izbor prikladne emisije i jasan dogovor o vremenskom okviru stvara medijsku kompetenciju. Kao smjernica važi:
  - 3–5 godina: ca. 30 minuta dnevno**
  - 6–8 godina: najviše 1 sat**
  - 9–10 godina: najviše 1,5 sati**
- **Televizija, jedna dnevna točka između ostalih.** Pripazite da televizija ne bude određujući faktor u dnevnom tijeku. Djeci su potrebna i druga iskustva za zdravi razvoj, npr. kretanje u prirodi, zajedničko igranje, vršenje zadataka i još mnogo toga.
- **Posuđivanje ili snimanje filmova ima mnoge prednosti:** Nema fiksnog vremena, ima jasan kraj, nema reklama, mogu se gledati češće, nema prebacivanja na druge programe.
- **Mjesto televizije.** Televizija po mogućnosti ne bi trebala stajati na centralnom, uvijek dobro vidljivom mjestu u dnevnom boravku. Ako se televizija nalazi u dječjoj sobi, gotovo je nemoguće kontrolirati dijete pri gledanju televizije.
- **Zajedničko gledanje televizije povezuje.** Kad otac skupa s djecom s oduševljenjem gleda njihovu omiljenu emisiju ili svi skupa u subotu večer zajedno gledaju obiteljsku/porodičnu zabavnu emisiju, to može biti lijepi zajednički doživljaj.
- **Izdržati dosadu.** Dosada smije biti te nije razlog za uključivanje televizije. Gledajući televiziju djeca propuste šansu da sama nešto izmisle i postanu aktivna. I razmislite: Nakon završetka emisije, dosada i neraspoloženje se ionako opet vraćaju.
- **Zabrana televizije kao kazna.** Jednostavno je i ponekad djelotvorno, ali daje televiziji preveliku važnost.