



Ce înseamnă pentru tine televizorul?

Citind cu atenție următoarele rânduri, vei avea prilejul să afli ce reprezintă televizorul în viața ta. Pentru aceasta, pentru fiecare situație dată, trebuie să notezi cu 2 puncte afirmația care ți se potrivește cel mai mult, cu 1 punct cea de pe locul doi și cu 0 puncte celelalte afirmații.

1 Tocmai s-a terminat o zi de școală în care am făcut o mulțime de lucruri. Intru în casă, iau masa și apoi:

- a) Aleg să deschid televizorul pentru că este cel mai bun mod de a mă bucura de timpul meu liber;
- b) Prefer să îmi fac temele și apoi să ies la joacă;
- c) Mă așez în fața televizorului pentru a uita o vreme de temele pentru a doua zi;
- d) Încerc să-mi termin temele până la emisiunea preferată, iar după vizionare ies la joacă;
- e) M-aș simți bine cu prietenii mei, dar, fiindcă ei nu sunt aproape, aleg să deschid televizorul.

2 Atunci când vreau să mă distrez:

- a) De obicei nu aleg televizorul;
- b) Invit la mine un prieten și urmărim împreună emisiunile preferate;
- c) Aleg o emisiune pe care o consider distractivă și o urmăresc o dată pe săptămână, în rest mă distrez fără televizor;
- d) Aleg să vizionez desene animate sau alte emisiuni distractive de la televizor;
- e) Prefer să mă uit la televizor întrucât este singurul mod de a uita de treburile pe care le am de făcut.

3 De obicei, în familia noastră:

- a) Televizorul se aprinde doar când cineva își dorește să vadă o anumită emisiune în timp ce ceilalți se ocupă cu altceva;

- b) Televizorul este cel mai bun mod de relaxare după o zi încărcată;
- c) Preferăm să facem lucruri care nu cer deschiderea televizorului;
- d) Seara, ne reunim cu toții în jurul televizorului;
- e) Avem mai multe televizoare care stau mai tot timpul aprinse.

4 Timp de două zile a fost întrerupt curentul electric. Lipsa emisiunilor de la televizor m-a făcut să mă simt:

- a) Singur, întrucât n-am mai avut emisiuni despre care să discut cu prietenii mei;
- b) La fel ca în celelalte zile, deoarece am găsit alte activități care au înlocuit privitul la televizor;
- c) La fel ca într-o zi obișnuită, deoarece oricum nu m-aș fi uitat la televizor;
- d) Îngrijorat de toate problemele care, în fața televizorului, ar fi fost uitate;
- e) Îngrozitor de plictisit.

5 Trebuie să am grijă de un frățior mai mic timp de 3 ore.

- a) Mi se pare foarte greu să mă ocup de el, așa că îl pun în fața televizorului;
- b) Cred că se va distra cel mai bine la desene animate;
- c) Mă ocup cât pot de bine de el, ne jucăm și ne uităm la TV nu mai mult de 30 min;
- d) Aleg să ne uităm împreună la televizor;
- e) Nu deschid televizorul. Ne place să ne petrecem timpul cu alte activități.

În tabelul de mai jos vei pune pentru fiecare situație (de la 1 la 5) punctajele acordate de tine mai sus. Aceste punctaje vor fi trecute în căsuțele libere din dreapta. La sfârșit vei aduna scorurile de pe aceeași linie și le vei scrie în coloana TOTAL. Poți cere ajutorul unui frate mai mare sau al părinților dacă vrei să fii sigur că ai înțeles.

PENTRU TINE TELEVIZORUL ESTE:	1	2	3	4	5	TOTAL
Modul preferat de a petrece timpul liber	a	d	e	e	b	
O modalitate de a uita de probleme	c	e	b	d	a	
O cale prin care relaționezi cu ceilalți	e	b	d	a	d	
Un instrument utilizat cu moderație	d	c	a	b	c	
Un obiect căruia nu i-ai simțit lipsa	b	a	c	c	e	

Analizând ordinea (de la mare la mic) a punctajelor totale din ultima coloană îți poți da seama ce reprezintă televizorul pentru tine. Cele mai mari două scoruri totale îți arată categoriile în care te situezi și a căror descriere o găsești mai jos:

Televizorul este modul tău preferat de a petrece timpul liber. Deși timpul liber poate fi petrecut în foarte multe moduri, se pare că în cazul tău el a fost invadat de televizor. Ocupându-ți timpul liber, televizorul îți răpește posibilitatea de a te distra cu adevărat, de a te bucura de aer liber, de natură, de mișcare și de ceea ce ți-a dăruit Dumnezeu. Este de dorit să înlocuiești timpul liber petrecut în fața televizorului cu activități mai interesante și aducătoare de adevărate bucurii. Poți începe prin a face o listă cu astfel de activități pe care să le treci în agenda ta pentru timpul liber. Mult succes!

Televizorul este o modalitate de a uita de probleme. Televizorul este cel care te face să evadezi și să uiți grijile pe care le ai. Deși este normal să ne dorim un timp în care să ne gândim și la altceva decât la teme, televizorul este o alegere riscantă. Și asta întrucât vom fi tentați să ne uităm tot mai mult la televizor și să amânăm momentul rezolvării problemelor. Vom ajunge în cele din urmă oboșiți și încărcați cu o mulțime de treburi nerezolvate. Poți începe prin a limita timpul petrecut în fața televizorului pentru a descoperi satisfacția care apare în momentul în care problemele sunt rezolvate una câte una. O rugăciune te poate însoți și ajuta în mod tainic în acest efort al tău.

Televizorul este o cale prin care relaționezi cu ceilalți. Relațiile tale cu ceilalți și comunicarea cu ei sunt afectate de televizor. Televizorul este cel care îți furnizează subiecte de discuție cu cei apropiați și, uneori, îți creează falsa impresie că ai parte de comunicare doar pentru că vă găsiți împreună în fața ecranului. Este de dorit să depășești această stare apropiindu-te cu adevărat de ceilalți, ascultând și discutând problemele voastre reale, ajutându-vă și bucurându-vă împreună.

Televizorul este pentru tine un instrument utilizat cu moderație. Cu ajutorul televizorului obișnuiești să îți ocupi timpul liber, să îți dezvolti relațiile cu ceilalți și, uneori, să fugi din fața problemelor. Însă, spre deosebire de alte persoane, ai puterea de a controla timpul pe care îl petreci în fața televizorului și de a rezista tentației de a te lăsa controlat de televizor. Este bine să rămâi atent ca televizorul să nu câștige teren în viața ta și a celor din jurul tău.