

# CALCULATORUL aliat sau inamic?



Calculatorul, fiind un mijloc de informare, a devenit indispensabil în procesul de învățare, dar și un mijloc de relaxare. Comunicarea a fost influențată și ea, mesajele și informațiile putând fi transmise mult mai ușor.

Uneori petrecem în fața calculatorului foarte mult timp neglijând alte îndatoriri. Trebuie avut în vedere faptul că timpul petrecut în exces la calculator poate dăuna sănătății noastre ducând la dependență față de acesta. Află cât de mult depinzi de calculator rezolvând testul de mai jos:

## 1. Ai ajuns acasă de la școală, după o zi solicitantă și obositoare:

- deschizi repede calculatorul să vezi ce s-a mai întâmplat, verifici e-mailul, facebook-ul sau alte site-uri;
- te odihnești, iar înainte de a începe temele joci câteva reprize din jocul preferat;
- te odihnești, îți faci temele pentru ziua următoare, apoi ieși afară cu prietenii.

## 2. Ai de făcut un proiect pentru școală:

- cauți pe internet un proiect gata făcut și îți rămâne mai mult timp pentru jocuri;
- mergi la bibliotecă, cauți informații și pe internet, apoi treci la rezolvarea proiectului;
- cauți informații și articole pe diverse site-uri, pe care apoi le prelucrezi adaptându-le la proiectul tău.

## 3. În timpul tău liber:

- ieși în parc cu bicicleta împreună cu colegii;
- invii un prieten acasă, ascultați muzică, vizionați un film la calculator;
- preferi să rămâi la calculator pe chat, să navighezi pe internet sau să joci un joc pe calculator.

## 4. Colegii tăi vor să mergeți la teatru:

- respingi de la început ideea, nu vrei să pierzi partida de joc de pe internet;
- mergi, dar te gândești că puteai să vezi și pe net despre ce este vorba în piesă;
- ești încântat să mergi cu colegii, să discutați împreună despre piesă.

## 5. Ești în weekend la țară, la bunici:

- te bucuri de reîntâlnirea cu bunicii, de natură, mergi prin pădure, te relaxezi;
- ești plictisit, e cam monoton fără calculator, încerci să-ți ocupi timpul până la întoarcerea acasă;
- ești stresat, nu ai acces la calculator, abia aștepti să te întorci acasă.

## 6. Situația ta școlară de când folosești calculatorul:

- este la fel deoarece nu ai prea accesat site-urile adecvate;
- este mult mai bună, calculatorul îți este un ajutor în rezolvarea temelor;
- rezultatele școlare sunt în scădere, pentru că din cauza calculatorului neglijezi învățătura.

## 7. Calculatorul nu mai funcționează:

- le spui părinților și aștepti ca ei să rezolve problema;
- apelezi la un prieten încercând să rezolvi problema cât mai rapid;
- cauți un internet-cafe apropiat unde poți accesa internetul.

## 8. Părinții îți spun că petreci prea mult timp la calculator:

- te irită îngrijorarea lor, iar dacă aceștia insistă să închizi calculatorul devii furios;
- le ignori sfaturile și continui să te joci sau să stai pe chat, spunându-le că-ți pregătești temele;
- te gândești că au dreptate, ar fi bine să îi ascuți și să ieși împreună cu prietenii la o plimbare.

## Rezultate

Calculează-ți rezultatul adunând punctele corespunzătoare răspunsurilor tale.

întrebare răspuns	1	2	3	4	5	6	7	8
a	3	3	1	3	1	2	1	3
b	2	1	2	2	2	1	2	2
c	1	2	3	1	3	3	3	1
<b>total</b>								



**20 - 24 puncte:** Exagerezi cu folosirea computerului. Pentru tine toată lumea se învârtă în jurul acestuia. Petreci foarte mult timp în mediul virtual. Nu-ți scapă nici o noutate de pe internet, ți-ai creat o lume imaginată, intri în panică atunci când nu ai acces mai multe ore la calculator, devii irascibil când cineva încearcă să te îndepărteze de acesta. Toate acestea au un efect negativ asupra ta pe plan fizic, psihologic și social. Folosirea excesivă a calculatorului duce la o stare de izolare, la scăderea interesului față de prieteni, față de lumea reală. Începe prin a reduce timpul pe care îl petreci în fața calculatorului, înlocuindu-l cu alte activități: plimbări în aer liber, ieșiri în parc, la patinoar, cu bicicleta, citirea cărților.



**14 - 19 puncte:** Calculatorul este un prieten de nădejde la ajutorul căruia apelezi mereu: poți să vorbești cu cineva, să ascuți muzică, să urmărești o emisiune, să joci un joc, să trimiți e-mailuri prietenilor și să intri pe internet folosind un singur dispozitiv. Întrucât ai crescut în era calculatorului și a internetului, ți se pare normal să le folosești tot timpul. Ești tentat să petreci din ce în ce mai mult timp în fața calculatorului pe diferite site-uri și din ce în ce mai puțin făcând mișcare sau întâlnindu-te cu prietenii. Ține o evidență a timpului pe care îl petreci folosind mijloacele de comunicare electronică, nu ignora remarcile prietenilor sau sfaturile părinților dacă îți spun că folosești în exces calculatorul. Nu permite tehnologiei să ridice un zid între tine și familia sau prietenii tăi.



**8 - 13 puncte:** Calculatorul face parte din viața ta, îl folosești în mod rațional și reușești să menții un echilibru între școală și joacă. Pentru că îl folosești eficient, învățarea se transformă pentru tine într-o activitate distractivă, interesantă, înțelegi mai ușor materia, rezolvi rapid exercițiile și problemele. Prin folosirea corespunzătoare a calculatorului îți vei însuși noțiuni noi, îți vei dezvolta gândirea logică, perspicacitatea, creativitatea, puterea de concentrare, îndemânarea, abilitățile de rezolvare a unor probleme mai dificile. Alternează activitățile de învățare cu cele relaxante, petrecute și la calculator dar și împreună cu familia sau prietenii, în acest fel te vei bucura de rezultatele muncii tale.

Folosit cu înțelepciune calculatorul ne poate fi de un real folos, ne poate ajuta în procesul de învățare, mai ales în condițiile în care este folosit corect. Dacă nu este folosit cum trebuie, când trebuie și cât trebuie, el se poate transforma din aliat în inamic.

**Toate îmi sunt îngăduite, dar nu toate îmi sunt de folos.  
Toate îmi sunt îngăduite, dar nu mă voi lăsa biruit de ceva.**  
(1 Corinteni 6,12)

