01

O que fazer quando as crianças perdem-se na Internet e nos jogos de computador

A Internet é um recurso extraordinário, apesar de trazer muitos benefícios para o aprendizagem e a diversão, ao mesmo tempo, provoca muitos problemas que são uma fonte de preocupações para os pais, nomeadamente quando as crianças perdem-se na Internet e nos jogos de computador. Quando verificar que as crianças passam muito tempo na Internet, a ponto de afectar a sua vida quotidiana ou aprendizagem, que dedicam tanto tempo ao uso da Internet que ultrapassam o limite máximo autorizado pelos pais, ou que prolongam o tempo de participação em outras actividades na Internet, então, tem-se de considerar que as crianças estão viciadas e em risco de perder-se na Internet.

Para combater o vício alguns pais usam métodos como desligar a fonte de alimentação, arrumar o equipamento para acesso à Internet, ou até fechar o computador no armário, a fim de impedir que as crianças percam-se na Internet. No entanto, muitas vezes, os efeitos são contraproducentes pois, não só afectam as relações entre pais e filho, como alguns jovens vão aos cafés Internet, e navegando na internet fora de casa torna-se mais difícil aos pais controlar a situação.

A fase juvenil é um período importante para desenvolver a personalidade e estabelecer as relações sociais, e também para aprender a lidar com dificuldades, nomeadamente, os problemas emocionais, o auto-isolamento, a pior capacidade social (autodisciplina), assim é fácil surgir o fenómeno do vício, principalmente quando se perdem no mundo virtual, bem como quando trazem o personagem do mundo virtual para o real, muitas vezes, este comportamento conduz à falta de adaptação social, tornam-se as juventudes "autistas", com grandes dificuldades de adaptação à vida real.
Para ser forte na tecnologia e informática, não só é preciso cultivar a capacidade de autocontrole dos filhos como também são precisos o auxílio e as atenções dos pais e professores. Na escola, quando têm aula de informática, os professores têm de ensinar os conhecimentos relativos ao uso correcto de computadores e a segurança da Internet, podem, por exemplo, tomar como referência a " Cyber Ethics for Students and Youth" de Education and Manpower Bureau de Hong Kong, website : http://www.emb.gov.hk/. Além disso, a educação familiar adequada e boa relação entre pais e filhos também são pontes importantes para prevenir que os seus filhos se percam na Internet. Os pais podem considerar as seguintes sugestões :

Coloque o computador num local frequentado por toda a família

Normalmente, como a sala de estar é um local onde todos têm acesso, os pais podem aproveitar este espaço aberto, tornando as explorações da Internet numa actividade da família, ao mesmo tempo, também é uma oportunidade de evitar que os seus filhos escondam-se para navegarem nos maus sítios.

Se o seu quarto for o outro local onde todos tenham acesso, então, também podem colocar o computador e os dispositivos de acesso à Internet, porque se você e os seus filhos estiveram no mesmo espaço, é fácil de conhecer a situação de utilização do computador e quando se encontram os problemas, podem tratar deles imediatamente.

Estabelece um conjunto das regras com os seus filhos.

Antes de comprar o computador ou instalar os dispositivos de acesso à Internet, deverá aproveitar esta oportunidade para discutir com os seus filhos e estabelecer um conjunto de regras razoáveis. Ex: Quando pode utilizar a Internet? Quantas horas por dia? À noite, quando desliga o computador, etc. Ao mesmo tempo, deixar que eles saibam quais sítios que são inadequados, que quando encontram uma página de maus anúncios, devem encerrá-los imediatamente.

Conhece a situação dos seus filhos na Internet

O que é que as crianças fazem na Internet? Jogos, conversam com outras pessoas, mandam e-mails, ou fazem downloads de música / vídeo / software? Os pais devem-nos compreender iniciativamente, o que não só pode permitir conhecer os seus hábitos online, a fim de promover as relações entre pais e filhos, mas também pode sugerir as recomendações de segurança para Internet.

Além disso, depois de conhecerem as regras dos jogos online, quando os obrigam a parar o jogo para tomar banho, comer, rever os trabalhos de casa, ir para a cama e outras necessidades diárias, etc. As crianças ficam mais fáceis em aceitar os seus conselhos, o ponto-chave é que, devem-lhes solicitar as suas necessidades, antes de início ou final do jogo, durante o jogo não devem pedir a cessação da actividade, pois assim, provavelmente, provocam as suas insatisfações.

Incentiva a participar em actividades diversificadas

As várias actividades podem reduzir a oportunidade das crianças perderem-se na Internet. Em termos de saúde, os jovens em desenvolvimento, sentados na frente do computador onde passam muito tempo, isso não só cansa os seus olhos como pode até provocar danos. Também, muitas vezes, a má postura provoca as dores de ombros e pescoço. Portanto, os pais devem incentivar os filhos a aproveitar bem o tempo de lazer, participando em outras actividades juvenis e melhores para a saúde.

Técnico Informática
Extracto de "Pais Perfeitos", No. 19, Maio de 2007