

## MALALTS DE TELE

Segur que molts recordareu un programa de TV3 conduït per Toni Soler que es deia “Malalts de Tele”. Un espai tipus *revival* que repassava el bo i millor- o si més no el més divertit-de la televisió del nostre país. Allò que més em cridava l’atenció del programa -després del nas d’en Toni Soler-era el títol: “Malalts de tele”; aquesta és una expressió que s’utilitzava no fa pas tant per qualificar els nens i nenes que badaven hores davant de la *caixa tonta*. Passats uns quants anys, i després d’haver estudiat psicologia, sé que dir a algú que “està malalt de tele” és molt més que una frase feta. Per ser més precisos, i atès el món d’avui, també podem estar malalts de mòbil, d’internet, de videojocs...i, qui sap si, en un futur, d’un munt de pantalles més, encara per inventar.

Defugint els alarmismes, crec que és necessari adonar-se que les hores que passem davant de la televisió deixen empremta. Una empremta que ens altera el sistema de valors, així com la capacitat cognitiva.

Segons els experts en educació en l’entorn audiovisual, la influència que exerceix la televisió és com la túnica de Penèlope. Si recordem la mitologia grega, Penèlope va decidir que esperaria el retorn d’Ulisses només fins que hagués acabat de teixir una túnica. La teixia tot el dia, però com que l’espòs no arribava, la desfeia durant a nit. Doncs bé, amb els mitjans de comunicació s’esdevé, si fa no fa, una cosa semblant. Tots aquells valors que es “teixeixen” pacientment a l’escola o en família els desfà la programació televisiva amb els seus continguts nefastos. En molts espais televisius-els anomenats teleporqueria-s’hi promouen la violència, el sexisme, el consumisme abusiu o la pornografia emocional, la qual cosa afecta els nostres criteris morals. La qüestió s’agreuja pel fet que molts d’aquests programes (com *Aquí hay tomate*, *A tu lado* o *El diario de Patricia*) s’emeten en franja horària infantil i són consumits de manera extensiva i intensiva pels menors .

D’altra banda, la programació actual també té una influència negativa sobre la capacitat d’atenció. Per posar exemples concrets, espais com *Barri Sèsam*, pel seu ritme pausat i el seu contingut educatiu afavorien l’atenció ; per contra, sèries accelerades i cridaneres com *Shin Chan*, la perjudiquen. Aquest és un dels molts factors que podrien explicar l’augment dels problemes d’atenció que es presenten a les aules.

La corrosió dels valors morals i l’impacte sobre l’atenció només són dos dels múltiples efectes psicològics que pot tenir la programació televisiva sobre nosaltres. Convé

recalcar que és la programació televisiva, i no pas la televisió en si mateixa, la causa de tot plegat, ja que aquesta podria ser un mitjà molt digne, si se'n fés l'ús adequat.

Existeix diversitat d'opinions sobre qui té la responsabilitat que es doni aquesta situació: són els pares, que no posen límits a allò que miren els seus fills? Són els programadors de televisió, que no tenen escrúpols i només vetllen pels beneficis econòmics? És l'escola, que no educa en el consum televisiu responsable? O és el govern, que no es preocupa de fer complir les lleis de protecció dels menors?

Independentment de qui hi tingui més pes, és evident que cal promoure una actitud més crítica i participativa de tota la societat respecte els mitjans de comunicació. A Catalunya ja existeixen associacions com ara Drac Màgic, Teleduca o Mitjans, i revistes virtuals, com AulaMèdia, que treballen en aquesta direcció. A Itàlia, s'han dut a terme iniciatives exitoses com la d'associar el consum televisiu amb la nutrició. S'han fet tallers amb grups d'adolescents als quals es demanava que elaboressin una "dieta televisiva" equilibrada; aquesta consistia en una proposta ben articulada de programes d'informació i d'entreteniment, evitant el consum de teleporqueria igual que s'evitaria el menjar tipus *fast food*, que no és bo per a la salut.

La televisió presideix les nostres cases, i els seus continguts ens acompanyen dia rere dia. No podem seure davant de la petita pantalla i passar per alt l'evidència que la televisió també educa i, tal i com assenyalen els experts, no pas en la millor direcció. Si seguim l'exemple italià, hauríem d'agafar el suplement televisiu del diari com si fós la carta d'un restaurant i escollir el menú del dia. Com a "xef", els en suggeriré un: d'entrant, una sèrie d'entreteniment amb alt contingut educatiu, de segon, un informatiu baix en sensacionalisme. Evitarem els anuncis en la mesura del possible i ho amanirem tot amb bones dosis d'esperit crític. Per acabar, i de postres, la informació del temps. No abusin de la quantitat en cap d'aquests plats, i dialoguin extensament sobre què els ha semblat l'àpat. És bo saber si el proper dia desitjaran repetir. Que vagi de gust.

Clara Esquena i Freixas

Psicòloga

Col. 10.711

claraesq@hotmail.com