

# نگاهی به مواجهه کودکان با اخبار منفی و نقش والدین در این خصوص؛ والدین، دروازه بانان اخبار منفی برای کودکان

هدی رضوانی پور

گزارش

کنند اما برای یک کودک زمانی که حتی مدادش را گم می‌کند یا جوجه‌اش می‌میرد همین مقدار استرس ایجاد می‌شود که نمی‌تواند آن را کنترل کند. یک اتفاق کوچک و گم شدن یک پاک‌کن همان میزان استرسی که یک خبر بسیار بحرانی و بزرگ به فرد بزرگسال وارد می‌کند را به کودک منتقل می‌کند. الزاماً در کودکان، بزرگ بودن خبر منجر به استرس و رفتار هیجانی نمی‌شود بلکه روزانه و به طور مکرر در معرض خبر بد بودن، آن حالت استرسی که ما در بزرگسالی تجربه می‌کنیم را به کودک منتقل می‌کند.

این کارشناس، وارد شدن استرس به کودک را صرفاً مربوط به زمان بحران نمی‌داند و می‌گوید: وقتی کودک در معرض استرس و غم از دست دادن قرار می‌گیرد خانواده سالم با بچه همدلی می‌کند و می‌گوید من متوجه شدم، احساست را فهمیدم، جوجه‌ای را که خیلی دوست داشتی از دست دادی و ناراحت هستی؛ یعنی من با غم تو همراهی می‌کنم و تو را درک می‌کنم و کنارت هستم. دقیقاً مثل این است که وقتی فرد بزرگسالی عزیزش را از دست می‌دهد با او همدلی می‌کنیم. همانطور که بزرگسال در زمان بحران نیاز به همدلی دارد، کودک هم نیاز به همدلی دارد و خانواده سالم می‌داند چگونه به کودک کمک کند. عدم همدلی باعث می‌شود کودک در آن شوک باقی بماند. وی تصریح می‌کند: بچه‌ها نسبت به بزرگترها آسیب‌پذیرتر هستند. فرد بزرگسال وقایع را عاقلانه بررسی می‌کند و پیامد آن را می‌سنجد و متناسب با پیامد آن اتفاق واکنش عاطفی-احساسی نشان می‌دهد اما کودکان قدرت تجزیه و تحلیل ندارند و هر اتفاق بزرگ و کوچکی که بیفتد واکنش احساس-هیجانی نشان می‌دهند.

## نقش مهم والدین در انتقال اخبار منفی به کودک

زمانی، شرایط روحی والدین را عامل اصلی تأثیرگذاری بر کودک می‌داند و می‌گوید: در خانواده‌هایی که بلد نباشند همدلی کنند، بچه‌ها دائم در معرض نوسانات روحی و اضطراب هستند و خانواده ممکن است به آن‌ها استرس وارد کند. اما خانواده سالم در کنار کودک است و کمک می‌کند از این اخبار و وقایع ناگوار عبور کند. حالا اگر شرایط خاصی ایجاد شود و اتفاق بدی در جامعه پیش بیاید (مثل شرایط جنگ و...)، مثل این است که بچه‌ها روی شانه والدین نشسته‌اند.

اگر حال والدین در مواجهه با این اخبار و اتفاقات بد خراب شود؛ کودکان که روی شانه آن‌ها نشسته‌اند از آن بالا محکم‌تر سقوط می‌کنند. این جامعه‌شناس اضافه می‌کند: زمانی این شرایط می‌تواند برای کودکان خطرناک باشد که اولاً بلد نباشیم همدلی کنیم و با استرس مقابله کنیم - که در همان شرایط معمول زندگی هم به بچه آسیب می‌زنیم - ممکن است یک خبر کوچک هم به بچه آسیب برساند. دوم در شرایطی که اخبار منفی هجوم می‌آورد (مثل یک ماه گذشته) اگر والدین آگاه نباشند، این شرایط را تشدید می‌کنند و کودک بیشتر آسیب می‌بیند. خانواده‌هایی که در شرایط معمول می‌توانند به کودکانشان کمک و با آن‌ها همدلی و همراهی کنند؛ وقتی شرایط بحرانی شود هم مهارت کنترل اوضاع را دارند. اما برخی خانواده‌ها واکنش عصبی نشان می‌دهند و به بچه آسیب می‌رسانند.

دنیای کودکی دنیای حساسی است و کودکان در دنیای کوچک خود با مسائل و چالش‌های بسیاری روبرو هستند و روزانه با آن‌ها دست و پنجه نرم می‌کنند؛ به ویژه اگر دنیای بیرون آن‌ها درگیر ناملایماتی شده باشد، این ناملایمات می‌تواند بر کودکان و دنیای امن آن‌ها تأثیر گذاشته و آن‌ها را دچار تنش کند. چیزی که این روزها در جامعه تسری پیدا کرده، اعلام اخبار منفی و مسائلی است که ممکن است ذهن کودک را درگیر خود کرده و امنیت دنیای کودکی او را دچار اختلال نماید، به ویژه اخباری که از کشتار کودکان در جنگ‌ها منتشر می‌شود و یا تصویری که در این زمینه در معرض دید کودکان قرار می‌گیرد. مهم است که والدین، هنگام بروز حوادث ناگوار و انتشار اخبار منفی در جامعه همانطور که طی یک ماه گذشته با آن روبه‌رو بوده‌ایم کشتار کودکان در غزه و... چه راهکارهایی ارائه دهند تا کودک بتواند همچنان در دنیای امن خود زندگی کرده و این اخبار منفی ذهن آرام او را دچار تلاطم نکنند. چرا که مواجهه کودک با اخبار منفی و درگیر شدن با استرس‌هایی که به دنبال دارد، می‌تواند تأثیرات مخربی بر روح و روان او بر جای بگذارد.

## تکرار اخبار منفی، روان کودک را متشنج می‌کند

مریم زمانی دکترای جامعه‌شناسی و پژوهشگر، در خصوص قرار گرفتن کودکان در معرض اخبار منفی می‌گوید: صرفنظر از بزرگ و کوچک بودن فرد، زمانی یک خبر بد و آسیب‌زننده تلقی می‌شود که بتواند روی فرد تأثیر عاطفی-هیجانی شدید بگذارد؛ یعنی فرد نتواند مسئله را تحلیل و حل و فصل کند و در مجموع دریافت این اخبار و واکنش استرس هیجانی که بروز می‌دهد نشان می‌دهد یک میزان از استرس به او وارد شده. وی اضافه می‌کند: مسئله، خبرهای بد نیست؛ مسئله این است که افراد بزرگ در جامعه ممکن است برای از دست دادن عزیزانشان مقداری استرس دریافت کنند و بتوانند آن را کنترل

