

چگونه با کودکان درباره خبرهای «تلخ و سخت» صحبت کنیم؟

ترجمه مهراں بهروزفغانی¹

مقدمه

خبرهای ناگوار فقط کام مخاطبان را برای دقایقی تلخ نمی کنند، بلکه تاثیرات درازمدت و "عمیقی" بر ضمیر و روان آنها می گذارند. روانشناسان و روان درمانگرها برای این اثرات "مخرب" روحی و روانی، نام "زخم" گذاشته اند و معتقدند در بسیاری اوقات، این زخم و "تروما" از کودکی تا پایان عمر همراه انسان خواهد بود.

انتشار خبرهای تلخ و ناگوار و تکرار مداوم این خبرها در بخش های مختلف خبری، یکی از مهم ترین دلایل زخمی شدن روح و روان انسان است که از کودکی شروع می شود. به این ترتیب، کودکان به عنوان مخاطبان خبرهای ناخوشایند، همواره ناخواسته، در معرض آسیب های جدی خبرهای تلخ هستند.

روانشناسان با تمرکز بر مطالعات آسیب شناسی اخبار رسانه ها باور دارند با شدت گرفتن بمباران های اطلاعاتی توسط رسانه ها و پوشش گزارش های خبری حوادث "ناخوشایند" در همه حوزه های خبری سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و... کودکان بیشترین تشویش و نگرانی ها را متحمل می شوند؛ تشویش هایی که ناشی از خبرهای تلخ است. روانشناسان برای خبرهای تلخ، عنوان خبرهای "سخت" را مطرح می کنند.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی
<http://www.iaes.ac.ir>

¹ روزنامه نگار و پژوهشگر علوم ارتباطات

خبر سخت چیست؟

مهم ترین دلیل انتخاب عنوان خبر سخت، دشواری "درک" و "فهمیدن" همه عناصر، اجزا و اهداف پنهان در متن پیام یا همان خبرهاست. ریشه خبرهای سخت در "بدفهمی" اخبار توسط مخاطب کودک و نوجوان است. آنها خواسته یا ناخواسته خبرها را در رسانه ها می شنوند، می بینند و در رسانه های اجتماعی پیگیری می کنند ولی الزاماً آنچه را که دریافت کرده اند به درستی درک و هضم نمی کنند.

مطالعات آسیب شناسی پوشش های خبری بر این واقعیت تاکید می کند که کودکان به درستی قادر نیستند "هدف" های نهفته در متن خبرها و گزارش های رسانه ای را درک کنند. این وضعیت در خبرهای تلخ و ناگوار بیشتر دیده می شود چون رسانه ها همه عناصر خبری شش گانه را به درستی برای مخاطبان آشکار نمی کنند.

بسیاری اوقات حتی مخاطبان بزرگسال هم متوجه اهداف نهفته در متن خبرها و روند پوشش خبری نمی شوند؛ مخاطبان بزرگسال برای درک و هضم خبرهای سخت، نیازمند راهنمایی و مشاوره هستند، چه برسد به کودکان. پس این دسته از مخاطبان کم سن و سال همیشه با سوال های بی جوابی مواجه هستند .

استراتژی گفت و گو با کودکان درباره خبرهای سخت

○ محافظت از کودکان در برابر گزارش های خبری ناگوار، به راحتی امکان پذیر نیست و به جای آن، روانشناسان به خانواده ها و معلم ها توصیه می کنند بهترین کار این است که درباره اتفاق ها و رخداد های پیرامون زندگی روزانه ما و کودکان صحبت کنند. رسانه ها همیشه تشنه خبرسازی درباره این رخدادها هستند.

○ گفت و گو درباره خبرهای سخت، باید متناسب با سن و سال کودکان و به زبان خود بزرگسالان، یعنی بالغ گونه باشد. کودک ما در این وضعیت می فهمد که موضوع گفت و گو، کاملاً جدی است و باید همه دقت خود را برای درک وضعیت موجود به کار بگیرند.

○ والدین باید خیلی صریح و آشکارا به رخداد های ناگواری که از طریق رسانه ها منتشر شده است، اشاره کنند و از مواجه شدن با سوال های مختلف کودکان نترسند. باید دانست سکوت کردن و پاسخ ندادن به این سوال ها اول اینکه، بی فایده است و کودک کنجکاو ما به راحتی می تواند حدس بزند و پیش بینی کند که "حتماً یک مشکلی پیش آمده است." دوم اینکه، کودک دچار "بدفهمی" می شود. پس لازم است از همان ابتدای گفت و گو با کودکان، موضوع خبرهای دشوار را مطرح کنیم تا کودکان برای فهمیدن بخش های پنهان آن خبرهای سخت، سراغ

پیگیری های بیشتر نروند و همواره والدین خود را "منبع اطلاعات درست" بدانند و به آنها "اطمینان" کنند.

شرایط گفت و گو با کودکان درباره خبرهای سخت

○ والدین باید از قبل درباره موضوع گفت و گو، خوب فکر کرده و حتی اگر لازم است با مشاوران متخصص و افراد صاحب نظر مشورت کنند. داشتن "برنامه هدفمند" برای هدایت روند و مسیر گفت و گو خیلی مهم است.

○ والدین باید در "زمان مناسب" با کودک گفت و گو کنند. بعد از صرف شام که معمولاً همه اعضای خانواده هنوز دور هم هستند و برای جمع کردن و شستن ظرف ها، به همدیگر کمک می کنند، شاید زمان مناسبی باشد.

○ در زمان گفت و گو فقط روی موضوع تمرکز کنید و همه حواستان متوجه کودک باشد.
○ قبل از گفت و گو، خیلی زیرکانه بفهمید کودک شما درباره موضوعات خبرهای ناگوار که از رسانه ها شنیده، چه اطلاعاتی دارد و چه شایعاتی را شنیده است. تجربه بسیاری از والدین نشان می دهد وقتی خبر یک حادثه مثل بمبگذاری یا تیراندازی در مدرسه ای منتشر شده، کودک آنها؛ علاوه بر خبرهای رسانه ها، اطلاعات بیشتری را به شکل "شنیده ها و شایعه ها" هم از دوستان و همکلاسی های خود به دست آورده است. دانستن این اطلاعات به والدین کمک می کند تا بدانند در ذهن کودک شان چه می گذرد و آن شایعات چقدر ذهن او را مشغول کرده است.

○ قبل از گفت و گو، اجازه بدهید کودک شما همه حرف هایش را بزند و شما فقط سراپا گوش باشید. اصلاً لازم نیست وسط حرف هایش بپرید یا اظهار نظر کنید.

○ در روند گفت و گو، احساس خودتان را با بچه ها در میان بگذارید. مهم این است که کودک شما، واکنش و احساس شما را ببیند و بتواند آن را حس و لمس کند. هرگز آنها را دست کم نگیرید، چرا که کودکان به خوبی و بهتر از بزرگسالان می توانند بفهمند که شما هم مثل بقیه آدم ها، سرشار از احساسات هستید و به سهم خودتان از رخدادها و حوادث ناگوار که درک آنها سخت است، ناراحت می شوید.

○ لحظه طلایی دقیقاً همین جاست که شما احساسات خود را بروز می دهید و کودک شما هم آن را می بیند. الان زمان گفت و گوی اصلی درباره آن رخداد ناگوار است. لحظه طلایی را از دست ندهید و توجه و تمرکز کودکتان را در دست بگیرید.

گفتن حقیقت همیشه کارساز است

○ در لحظه طلایی گفت و گو، واقعیتها را کنار هم قرار دهید و درباره اتفاق و رخدادهای پیش آمده، در سطح و به زبانی که کودک متوجه شود، توضیح دهید. به گوشه هایی از خبرهای پخش شده از رسانه ها اشاره مختصری کنید ولی تاکید اصلی شما باید بر واقعیتها باشد، نه شایعات و حرف های مردم. لازم نیست برای توضیح دادن، فلسفه بافی کنید و جدول و نمودار نشان دهید.

○ بچه ها علاقه ای به دانستن فلسفی وجودی پدیده ها ندارند. مثلاً وقتی درباره مرگ و کشته شدن چند نفر در یک حادثه ناگوار صحبت می کنید، فقط تعریف مرگ را بگویید؛ اینکه شخص مُرده دیگر احساس ندارد، گرسنه و تشنه نمی شود، از چیزی نمی ترسد و... در همین حال بگویید که خانواده شخص فوت شده و یا حادثه دیده، حتماً خاطره های خوب و به یاد ماندنی از او دارند و این خاطره ها در ذهن و قلب همه دوستان او باقی می ماند.

"نمی دانم"، بهترین جواب است!

○ "برخی اوقات" جواب مناسب و شاید درست این باشد که بگویید "من نمی دانم". مثلاً بچه ها از شما می پرسند چرا آدم های بد این کارها را می کنند؟ جواب مناسب شما باید این باشد: "من نمی دانم".

○ "اطمینان بخشی" به کودکان یکی از کلیدهاست. جمله های آخر گفت و گو با بچه ها را "با اعتماد به نفس" تمام کنید و به آنها اطمینان بدهید که شما با همه قدرت از خانواده و بچه هایتان محافظت می کنید. بگویید که آنها همیشه در امنیت هستند و هیچ خطری آنها را تهدید نمی کند. برای بچه ها به زبان ساده توضیح دهید که اگرچه خبرها و گزارش هایی درباره رخدادهای ناخوشایند از رسانه ها منتشر می شود ولی شما همیشه مراقب خانواده و بچه هایتان هستید و آنها هر وقت سوالی داشتند می توانند از شما بپرسند.

مقابل رسانه ها کم نیاورید

گفت و گو با کودکان درباره خبرهای دشوار و سخت و تجربه های تلخ و غم انگیز منعکس شده توسط رسانه ها، خیلی طاقت فرساست و انرژی خیلی زیادی از والدین می گیرد؛ پس فراموش نکنید که اول از همه، باید مراقب سلامت روح و روان خود باشید. اخبار رسانه ها نباید باعث تضعیف روحیه خود شما بشود. شما می توانید:

♣ رادیو و تلویزیون را خاموش کنید.

♣ خبرهای تلخ و ناخوشایند را پیگیری نکنید.

♣ به روح و روان خودتان استراحت بدهید.

- ♣ ورزش کنید.
 - ♣ همراه با خانواده، کارهای گروهی انجام دهید.
 - ♣ از مشاوران و روان درمانگرهای متخصص کمک بگیرید.
- با استفاده از این استراتژی ها و راهکارها می توانید بچه ها را در زمان و روند بحران ها و رخدادهای ناگوار رسانه ای شده، از مشکلات "بدفهمی" نجات بدهید. وظیفه شما هدایت و مدیریت ذهن کودکان در برابر گزارش های خبری و اخباری است که باعث بدفهمی کودک شما و شکل گیری خبرهای سخت شده است. نباید فراموش کنیم مشاوران متخصص، همیشه می توانند به والدین برای انتخاب بهترین راهکارها و تقویت روحیه، کمک کنند.

منبع:

www.apa.org

- پروفیسور رابین گوریچ در نگارش متن انگلیسی این مقاله (نوامبر سال 2015) به مرکز مشاوره Help Center یاری رسانده است.



شیوه نگارش مقاله در فصلنامه روزنامه نگار الکترونیکی

عنوان در 1 یا 2 خط، با فونت 14 حروف B Titr

نویسنده اول 1، نویسنده دوم 2: (B Zar 14 pt, Bold)

1- سمت و ایمیل نویسنده اول (BZar 12 pt, Bold) و Email: Times 10 pt

2- سمت و ایمیل نویسنده دوم (B Zar 12 pt, Bold) و Email: Times 10 pt

با قراردادن ستاره بر روی نام خانوادگی، نویسنده مسئول * مشخص گردد.

چکیده

چکیده مقاله باید بین 150 تا 300 کلمه و به صورت مستقل بیانگر موضوع، اهداف، روش تحقیق و دستاوردهای مقاله باشد.

کلمات کلیدی: حداقل 3 و حداکثر 5 کلمه که با کاما از یکدیگر جدا شده باشند.

(B Zar 9pt Bold)

1-مقدمه (با 2 خط 9pt فاصله از کلمات کلیدی)

رعایت این ضوابط برای همه نویسندگان محترم اجباری است. برای نگارش مقالات فارسی ضروری است از نرم افزار Word استفاده شود. از فونت فارسی B Mitra 13pt و فونت انگلیسی Times new roman 10pt و فاصله خطوط معمولی Single در تهیه متن اصلی مقاله استفاده شود.

2-متن کامل مقاله

کلیدیه مقالات کامل مطابق با ضوابط این راهنما تهیه شده از طریق وبسایت و یا پست الکترونیکی به نشانی:

info@roznamenegarielectronic.ir

ارسال شود. فایل مورد نظر باید حاوی متن مقاله و کلیدیه اجزای آن شامل شکلها و جدولها باشد.

3-تعداد صفحات

تعداد صفحات مقاله که شامل متن و کلیدیه اجزای آن نظیر شکلها و جداول است، حداقل 5 و حداکثر 21 صفحه با احتساب منابع و ضمایم.

4- زیرنویس

در صورت نیاز به استفاده از زیرنویس، از فونت (B Zar9pt) استفاده گردد.

5- روابط ریاضی و آماری

همه روابط در مرکز خط و با فونت Times New Roman و اندازه مناسب (در حد امکان فونت 10) نوشته شوند. شماره هر رابطه به صورت ترتیبی و در داخل پرانتز و در انتها الیه سمت راست ذکر گردد.

6- شکل ها

کلید شکل ها و ترسیمات باید در داخل متن مقاله و بلافاصله پس از اولین طرح در متن قرار گیرند. شکل ها باید از کیفیت کافی برخوردار بوده و واضح و شفاف ترسیم گردند. حروف، علائم و عناوین باید به اندازه ای انتخاب گردند که خوانا و قابل تفکیک باشند. هر شکل دارای یک شماره ترتیبی مستقل است که حتماً باید در داخل متن به آن ارجاع شده باشد. همچنین هر شکل دارای عنوان مستقلی است که با فونت (Bzar 9pt Bold) در زیر شکل نوشته می شود.

7- جدول

کلید جداول باید در داخل متن مقاله و بلافاصله پس از اولین طرح در متن قرار گیرند. حروف، علائم و عناوین باید به اندازه ای انتخاب گردند که خوانا و قابل تفکیک باشند. هر جدول دارای یک شماره ترتیبی مستقل است که حتماً باید در داخل متن به آن ارجاع شده باشد. همچنین هر جدول دارای عنوان مستقلی است که با فونت (Bzar 9pt Bold) در بالای جدول نوشته می شود. یک خط خالی در بالا و پایین جدول آنرا از بقیه متن جدا می کند.

8- نتیجه گیری

هر مقاله باید با ارائه توضیحات مشخص به جمع بندی نتایج تحقیق ارائه شده در بخش نتیجه گیری پردازد.

9- منابع و مراجع

فهرست مراجع به عنوان آخرین بخش مقاله با فونت (Times New Roman 10pt) نوشته می شوند. کلید مراجع مورد استفاده به ترتیب ارجاع در متن آورده می شوند. در متن با ارجاع به صورت شماره ای این کادر صورت می گیرد [1]. برای مراجع فارسی، از فونت (BMitra13pt) استفاده گردد. منابع مورد استفاده در متن به چهار صورت در مراجع نوشته می شوند: کل

کتاب- بخشی از کتاب- مقالات ارائه شده در همایش‌ها- مقالات منتشر شده در نشریات تخصصی. موارد زیر نحوه ارائه این اطلاعات را نشان می‌دهند:

1. احمدی، حسن و بخارائی، امیرمهدی؛ نگارش مقاله برای همایش، انتشارات جاویدان، تبریز، 1372
2. حسین خانی، هما، توسعه پایدار کشاورزی، مجله نشریه تخصصی کشاورزی، شماره 7، بهار 1387، صفحات 25-27

Art, Zé O. et al, how to organize conference materials - A manual for proceedings design, Pacific Press, London, 2005

Santos, Michael S., GIS for the 21st Century, in Proc. Geo2005 - Rediscovering the World through GIS, Vol. II, Paris, September 7-11, 2005, pp. 111-126

