



# کودکان و خشونت‌های تلویزیونی

ترجمه :

دکتر مجید حضرتی زاده

پزشک (تهران)

می‌کنند و تماشای بعضی از برنامه‌های تلویزیون به همراه کودکان‌شان.  
۲- قرار دادن محدودیت‌هایی در مدت زمان‌هایی که کودکان به تماشای تلویزیون می‌پردازند در این راستا از گذاشتن تلویزیون در اتاق خواب کودکان خودداری کنند یا در زمان خواب کودک، تلویزیون را از اتاق خوابش بیرون بیاورند.

۳- کودک را متوجه سازند که اگرچه هنرپیشه واقعا صدمه ندیده است یا کشته نشده است اما این گونه خشونت‌ها در زندگی واقعی باعث درد و رنج و مرگ می‌شود.

۴- خودداری از اجازه دادن به کودکان در دیدن صحنه‌های خشونت‌بار با عوض کردن کانال تلویزیون و یا خاموش کردن تلویزیون در صورتی که آن برنامه دارای خشونت ادامه دار باشد. و البته برای کودک توضیح داده شود که چه مشکلی در آن برنامه بوده است.

۵- ترد کردن خشونت در برابر کودکان و روشن کردن این عقیده که این گونه رفتارها بهترین راه‌حل مسایل و مشکلات نیستند.

۶- از بین بردن فشارهای این چنینی بین دوستان و همکلاسی‌ها و ایجاد ارتباط و تشویق دیگر خانواده‌ها (والدین) به برقراری قوانین مشابه در مدت زمان دیدن برنامه‌ها و نوع برنامه‌هایی که کودکان ممکن است نگاه کنند.

۷- خانواده‌ها همچنین می‌توانند این روش‌ها را جهت جلوگیری از اثرات مخرب سایر زمینه‌ها در تلویزیون مانند مسایل جنسی و نژادی هم به کار ببرند.

۸- مقدار زمان تماشای تلویزیون برای کودکان بدون در نظر گرفتن محتوا باید تعدیل شود تا زمان لازم جهت فعالیت‌های مفید چون مطالعه و بازی با دوستان و پیشرفت مهارت‌های زندگی محدود نشود.

۹- و در آخر تذکر این نکته ضروری است که اگر والدین مشکلات جدی و ناتوانی شدید در کنترل کودکان‌شان در استفاده از تلویزیون دارند و خودشان نمی‌توانند از عهده این مهم برآیند بهتر است که با یک روانپزشک اطفال مشاوره کنند.

منبع :

۱- آکادمی روانپزشکی کودکان و جوانان آمریکا سال ۲۰۰۵.

1-The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2005.

بچه‌های آمریکایی حدود سه تا چهار بار، هر بار ساعت‌ها در طول روز تلویزیون نگاه می‌کنند. تلویزیون می‌تواند یک تاثیر قوی در شکل‌گیری رفتارها و رشد و نمو داشته باشد. متأسفانه بسیاری از برنامه‌های امروزی تلویزیون خشونت‌بار هستند.

**صدها مطالعه در مورد اثرات خشونت تلویزیونی بر روی کودکان (در سنین قبل از بلوغ و بعد از آن) نشان می‌دهد که :**

۱- بچه‌ها نسبت به احساس ترس و فشار روانی حاصل از خشونت حالت ایمنی پیدا می‌کنند به عبارت بهتر این احساس خشونت برایشان عادی می‌شود و کم‌کم به این باور می‌رسند که خشونت راه‌حل مسایل و مشکلات‌شان است.

۲- به عنوان یک الگو خشونت را که در تلویزیون می‌بینند دنبال می‌کنند و خودشان را در احساس آن خشونت با شخصیت‌های داستان، به کسی که مورد خشونت واقع شده و به کسی که خشونت را انجام داده است شریک می‌دانند و به عبارت بهتر خودشان را به جای آنها می‌گذارند.

۳- توجه و تماشای زیاد خشونت تلویزیونی به وسیله بچه‌ها باعث عصبانیت‌های بیشتر و بزرگ‌تر می‌شود، بعضی وقت‌ها تماشای یک برنامه خشن باعث افزایش عصبانیت می‌شود. بچه‌هایی که برنامه‌هایی را می‌بینند که در آنها خشونت خیلی واقعی و به صورت مکرر تکرار شده، یا بدون مجازات است، به آنچه می‌بیند بیشتر تشویق می‌شود.

۴- کودکان با مشکلات هیجانی و رفتاری و یا یادگیری و یا مشکلات کنترل هیجان و خشم ممکن است خیلی آسان‌تر و راحت‌تر تحت تاثیر خشونت‌های تلویزیون قرار بگیرند.

۵- اثرات مخرب خشونت تلویزیونی ممکن است سریعاً رفتارهای کودک را تحت تاثیر قرار دهند یا اینکه سال‌ها بعد خود را نشان دهند و جوان‌هایی را می‌تواند بیشتر تحت تاثیر قرار دهد که بررسی جو خانوادگی و سابقه خانوادگی‌شان هیچ‌گونه میل و جهت‌گیری به سمت خشونت را نشان نمی‌دهد.

۶- و در آخر اگرچه خشونت تلویزیونی تنها عامل خشونت یا عصبانیت نیست اما به طور روشن و واضح یک عامل مهم است.

**و اما خانواده‌ها می‌توانند به روش‌های زیر فرزندان‌شان را از خشونت تلویزیونی مصون بدارند :**

۱- توجه و علاقه نشان دادن به برنامه‌هایی که فرزندان‌شان تماشا