

กลเม็ด 10 อย่างในการพูดคุยข่าวกับลูก

ข้อมูลจาก <http://www.talkingwithkids.org/television/twk-news.htm>

แปลโดย รุ่งนภา ศิริเลิศฤทัย โครงการยุทธศาสตร์สื่อเด็ก

1. ดูอายุของลูกให้เหมาะสมกับข่าวที่อนุญาตให้ดู

เด็กควรจะได้ดูข่าวหรือไม่และดูอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับตัวของเด็กเองและข่าวนั้น ๆ นำเสนออย่างไร ในฐานะที่เป็นพ่อแม่ควรรู้ด้วยว่าเด็กสมัยนี้โตเร็วมาก ข้อเท็จจริงคือว่าเด็กรุ่นนี้รับรู้ข้อมูล มากกว่าเด็กรุ่นก่อน ๆ เพื่อช่วยให้คุณเลือกสิ่งที่คุณต้องการเหมาะสมสำหรับลูกและผลกระทบจากสิ่งที่เห็นจากข่าว โดยคุยกับลูก มีการแบ่งกลุ่มอายุของเด็กออกเป็น 3 ช่วง แต่ควรพึงระลึกว่า วิธีนี้อาจจะใช้ไม่ได้กับเด็กทุกคน

เด็กวัยอนุบาล (อายุต่ำกว่า 6 ปี) มีความสามารถจำกัดในการแยกแยะระหว่างเรื่องที่ถูกสร้างขึ้นเพื่อความบันเทิงกับเรื่องจริงที่นำเสนอในข่าว ส่วนมากแล้วเด็กไม่รู้ข้อแตกต่างจริง ๆ ระหว่างสิ่งที่เสนออย่างจริงจังกับที่เห็นในข่าวโทรทัศน์กับในภาพยนตร์ และเด็ก ๆ ในวัยนี้ยังกลัวสิ่งที่เขาได้เห็นในข่าวเหมือนกับที่เขากลัวมังกร หรือกังวลต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เห็นจากภาพ ที่ถูกสร้างขึ้น ผู้เชี่ยวชาญจำนวนมากได้เตือนว่าการที่เด็กได้ดูข่าวหรือสื่อต่าง ๆ เป็นระยะเวลายาวนานสามารถทำให้เด็กกลายเป็น "เด็กที่มีภาวะเฉื่อยชา" นั่นหมายความว่าภาพอาชญากรรม และความรุนแรงที่เห็นจากข่าวและสื่อต่าง ๆ หรือแม้แต่ภาพที่สะท้อนอารมณ์จะกลายเป็นเรื่องธรรมดา ซึ่งจะปลดความรู้สึกในการตอบสนองทางอารมณ์ของผู้ดู พ่อแม่ควรรู้ให้ ความระมัดระวังในการให้ลูกวัยอนุบาลดูสื่อทุกชนิด เตือนลูก ๆ

ในวัยอนุบาลอย่างระมัดระวังว่าพ่อแม่ไม่อนุญาตให้ลูกดูข่าวตามลำพังโดยไม่มีพ่อแม่ดูด้วยในทางจิตวิทยาแล้ว เด็กในวัยระหว่าง 6-10 ปี จะรู้สึกอ่อนไหวมากต่อสิ่งที่ได้เห็นจากข่าว เด็ก ๆ รู้ความแตกต่างระหว่างเรื่องที่ถูกสร้างขึ้นกับความเป็นจริงแล้ว แต่พวกเขายังขาดความสามารถในการแยกแยะผิดถูก แทนที่พวกเขาจะกังวลปีศาจที่อยู่ใต้เตียง แต่พวกเขากลับกังวลอันตรายที่เกิดขึ้นจริงเช่น การลักพาตัว ทัศนพิฆาต และพายุทอร์นาโด ในช่วงเวลานี้เป็นช่วงที่สำคัญมากที่คุณต้องดูข่าวและสื่อต่าง ๆ ไปพร้อมกับลูก ๆ ของคุณ ถ้าคุณพบว่าเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้รบกวนจิตใจของลูก ก็ไม่ต้องดูข่าวนั้นซะ

พึงระลึกว่าเด็ก ๆ จะยังไม่เข้าใจความถี่ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้าเด็กได้ยินเกี่ยวกับเรื่องการปล้น การทำร้ายร่างกายและการฆาตกรรมในละแวกที่เขาอยู่ (ถึงแม้ว่าถิ่นที่อยู่อาศัยจะมีผู้คน เป็นล้านคน) อาจทำให้เด็กเชื่อว่าเหตุการณ์เหล่านี้เป็นเรื่องธรรมดา มาก ๆ คุณต้องช่วยให้ลูก ๆ พัฒนาความรู้สึกในเรื่องอันตรายที่เป็นเรื่องจริงและจำกัดสิ่งที่ลูก ๆ ได้เห็น ให้ลูกคิด ทบทวน อาชญากรรมและการทำร้ายร่างกายว่าเป็นเรื่องที่น่ากลัว

เด็กในช่วงวัยรุ่น (อายุตั้งแต่ 11 ปีขึ้นไป) โตพอที่จะรู้เท่าทันสื่อแล้ว พวกเขาสามารถเข้าใจเรื่องจริงกับเรื่องที่ถูกสร้างขึ้นได้ดีขึ้น และขยาย ความคิดในการแยกแยะผิดถูกจากชีวิตประจำวัน แต่การได้ดูสื่อเป็นประจำและการคบเพื่อนอาจทำให้เขาเกิดความขัดแย้งและ สับสนในข้อมูล ในฐานะที่เป็นพ่อแม่ที่มีลูกวัยรุ่น คงเป็นไปได้ที่คุณจะไปตรวจดูทุก ๆ อย่างที่ลูกดูแต่ก็เป็น เรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งที่คุณจะต้องตรวจดูว่าลูกของคุณได้ดูอะไรและเริ่ม มีประสบการณ์อะไรบ้างจากสื่อ

กลเม็ด 10 อย่างในการพูดคุยข่าวกับลูก

2. ดูหรืออ่านข่าวร่วมกับลูก

วิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้เด็ก ๆ มั่นใจว่าพวกเขาปลอดภัยคือการพูดคุยในสิ่งที่เขาได้เห็นหรือได้ยิน ถ้าเด็ก ๆ กังวลในเรื่องที่ประเทศจะเข้าสู่ภาวะสงคราม ให้พูดคุยกับพวกเขาถึงโอกาสที่จะเกิดขึ้นและวิธีที่จะทำให้พวกเขาปลอดภัย นอกจากนี้ควรบอกเด็ก ๆ ว่าอย่าอายหรือกลัวที่จะพูดคุยกับคุณเมื่อไรก็ตามที่เขาไม่เข้าใจสิ่งที่ เขาได้ดู ใช้ข่าวให้เป็นโอกาสในการพูดคุยประเด็นยาก ๆ กับลูก ๆ พวกเขาจะรู้ว่ามันเป็นสิ่งสำคัญในการพูดคุยประเด็นยาก ๆ กับเด็ก ๆ แต่ในแต่ละวันเราก็ไม่มีเวลาในการนั่งคุยยาว ๆ กับเด็ก และเด็ก ๆ ก็จะมีข้อสงสัยต่อการพูดคุยแบบเป็นทางการแบบนี้ด้วย เพราะพวกเขาจะรู้สึกว่าพ่อแม่กำลังจะเทศน์สั่งสอนพวกเขา แต่ถ้าเราใช้ "ช่วงเวลาของโอกาสในการพูดคุย" ในเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เด็ก ๆ ก็จะต่อต้านเราน้อยลง ยกตัวอย่าง เช่น หัวข้อข่าวในหนังสือพิมพ์ที่โรงเรียนให้นักเรียนที่พกปืนไปโรงเรียนออก ก็สามารถช่วยให้คุณเริ่มต้นในการพูดคุยเกี่ยวกับปืนและความรุนแรงได้

3. สร้างบทสนทนาที่เปิดกว้าง

วิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้เด็ก ๆ มั่นใจว่าพวกเขาปลอดภัยคือการพูดคุยในสิ่งที่เขาได้เห็นหรือได้ยิน ถ้าเด็ก ๆ กังวลในเรื่องที่ประเทศจะเข้าสู่ภาวะสงคราม ให้พูดคุยกับพวกเขาถึงโอกาสที่จะเกิดขึ้นและวิธีที่จะทำให้พวกเขาปลอดภัย นอกจากนี้ควรบอกเด็ก ๆ ว่าอย่าอายหรือกลัวที่จะพูดคุยกับคุณเมื่อไรก็ตามที่เขาไม่เข้าใจสิ่งที่ เขาได้ดู ใช้ข่าวให้เป็นโอกาสในการพูดคุยประเด็นยาก ๆ กับลูก ๆ พวกเขาจะรู้ว่ามันเป็นสิ่งสำคัญในการพูดคุยประเด็นยาก ๆ กับเด็ก ๆ แต่ในแต่ละวันเราก็ไม่มีเวลาในการนั่งคุยยาว ๆ กับเด็ก และเด็ก ๆ ก็จะมีข้อสงสัยต่อการพูดคุยแบบเป็นทางการแบบนี้ด้วย เพราะพวกเขาจะรู้สึกว่าพ่อแม่กำลังจะเทศน์สั่งสอนพวกเขา แต่ถ้าเราใช้ "ช่วงเวลาของโอกาสในการพูดคุย" ในเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เด็ก ๆ ก็จะต่อต้านเราน้อยลง ยกตัวอย่าง เช่น หัวข้อข่าวในหนังสือพิมพ์ที่โรงเรียนให้นักเรียนที่พกปืนไปโรงเรียนออก ก็สามารถช่วยให้คุณเริ่มต้นในการพูดคุยเกี่ยวกับปืนและความรุนแรงได้

4. แลกเปลี่ยนความรู้สึกของคุณเกี่ยวกับข่าวที่ได้ดู

ในฐานะที่เป็นพ่อแม่ คุณเป็นบุคคลแรกที่จะแทรกซึมความรู้สึกของคุณในเรื่องค่านิยมและหลักศีลธรรม ให้กับลูก ๆ คำอธิบายของรายงานข่าวที่ว่า "เป็นข้อเท็จจริง" อาจทำให้เด็ก ๆ สับสนในเรื่องของความถูกต้องและผิด ขอให้จำไว้ว่าจากงานวิจัยพบว่าเด็ก ๆ ต้องการแนวทางด้านศีลธรรมจากผู้ที่เป็นพ่อแม่ พยายามเริ่มต้นพูดคุยในลักษณะว่า รายงานข่าวที่เกี่ยวกับปืน และความรุนแรงรบกวนจิตใจพ่อแม่ เพราะพ่อแม่ไม่เชื่อว่าหากปืนถูกเก็บไว้ดีแล้ว และลูกจะสามารถไปหยิบเองได้"

5. ควรให้ลูกได้รู้เกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างข่าวกับความจริง

ข่าวคือเรื่องจริงหรือ ถ้าคุณหมายความว่าข่าวเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นที่ใดที่หนึ่งบนโลกนี้แล้วละก็ ถูกต้อง ข่าวก็เป็นเรื่องจริง แต่สื่อเกี่ยวกับข่าวสามารถทำให้คนเชื่อว่าเรื่องที่รายงานนั้นเกิดขึ้นใกล้ ๆ กับบ้านของตน หรืออาจเกิดขึ้นได้บ่อยครั้งมากกว่าที่เป็นจริงในชีวิต ความรุนแรงในโรงเรียนเป็นตัวอย่างที่ยอมรับโดยทั่วไปของข่าว ผู้ปกครองและเด็กต่างมีความกลัวทำนองเดียวกัน คือกลัวว่าความรุนแรงจะต้องเกิดขึ้นอย่างแน่นอนในโรงเรียนของตน อย่างไรก็ตามความจริงก็คือ มีการเปิดเผยให้เห็นว่ามีโอกาสน้อยมากเพียงหนึ่งในสองล้านที่เด็ก ๆ จะได้รับบาดเจ็บ อันตรายหากมีความรุนแรงเกิดขึ้นที่โรงเรียน คุณต้องทำให้เด็ก ๆ มั่นใจว่าการที่ได้เห็นจากข่าวไม่ได้หมายความว่าเรื่องนี้จะเกิดขึ้นจริง ๆ กับพวกเขา

6. ยอมรับความกลัวของลูก

ถึงแม้ว่าเรื่องราวต่าง ๆ มากมายที่เป็นข่าวอาจไม่เกิดขึ้นจริงในชีวิตของคุณและลูก แต่ความกลัวในเรื่องเหล่านี้สามารถเป็นจริง

กลเม็ด 10 อย่างในการพูดคุยข่าวกับลูก

ได้มาก นี่จึงเป็นเหตุผลว่าทำไมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่ต้องทำให้ ้เด็ก ๆ มั่นใจว่ามีคนกลุ่มหนึ่งทำงานเพื่อรักษาโลกที่ปลอดภัยให้กับพวกเขา พยายามพูดคุยกับลูก ๆ อายุ 6-10 ปีในทำนองว่า "พ่อ/แม่รู้ว่าหนูรู้สึกกลัวบ้างจากสิ่งที่หนูได้เห็นในข่าว แต่หนูจะปลอดภัยเพราะพ่อ/แม่จะอยู่ที่นี้คอยปกป้องและดูแลหนู" ถ้าเป็นเด็กที่โตแล้วอาจพูดให้สบายใจด้วยคำพูดสองสามประโยคนี้ "ไม่ได้มีเพียงพ่อกับแม่ที่คอยดูแลลูก ๆ ยังมีเพื่อนบ้านของเรา ตำรวจและคุณครูที่จะคอยระวังความปลอดภัยให้กับลูก"

7. ค้นหาความจริงพร้อม ๆ กับลูกของคุณ

ในช่วงเวลานั้นอาจจำเป็นที่คุณต้องให้ข้อมูลที่จริงกับลูกของคุณมากกว่าข้อมูลที่มีในข่าว ยกตัวอย่างเช่นมีรายงานข่าวเกี่ยวกับจำนวนผู้ป่วยเอชไอวี/เอดส์เพิ่มมากขึ้น คุณอาจต้องหาข้อมูล ที่เป็นจริงเพิ่มเติมในการอธิบายอย่างเหมาะสมเกี่ยวกับโรคนี้ หาข้อเท็จจริงร่วมกันกับลูก ๆ ว่าโรคนี้ติดต่อกันได้อย่างไรและสามารถป้องกันได้อย่างไร คุณต้องแน่ใจว่าคุณได้ใช้วิธีการที่ ปลอดภัยในการแสวงหาข้อมูลในเรื่องนั้น ๆ ด้วย

8. ยอมรับในความซับซ้อนของข่าว

ถึงแม้ว่าพ่อแม่จะอธิบายได้อย่างยากลำบากว่าทำไมผู้คนถึงต้องทำสงครามกัน หรือทำไมนักการเมืองถึงไม่พูดความจริง ถึงแม้ว่าเมื่อเราอธิบายแล้ว เด็ก ๆ ก็ยังคงไม่เข้าใจ แต่ก็เป็นเรื่องสำคัญ ในฐานะของผู้ที่เป็นพ่อแม่ที่ต้องให้เด็ก ๆ ได้รู้ว่าข่าว และโลกนี้มีความซับซ้อน และความสามารถในการแยกแยะผิดถูกจะดีขึ้นเมื่อพวกเขาอายุที่เหมาะสมและมี การสื่อสารอย่างต่อเนื่อง

9. เลือกแหล่งข่าวที่ไม่เป็นภัยให้กับลูก

ข่าวทั้งหมดถูกสร้างขึ้นมาจากแตกต่างกัน จงใส่ใจในการเลือกแหล่งข่าวที่ดีให้กับลูก พูดอย่างกว้าง ๆ คือ ข่าวโทรทัศน์โดยเฉพาะข่าวท้องถิ่นมีแนวโน้มมุ่งไปในเรื่องของอาชญากรรม และความรุนแรง หนังสือพิมพ์ดูจะเป็นแหล่งข่าวที่ดีกว่าในการให้ข้อมูล ปุ่มหลังและเนื้อหาในเชิงลึก ข่าวเครือข่ายจะเน้นเรื่องอาชญากรรมและความรุนแรงน้อยกว่าข่าวท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม ยังมีสถานีข่าวท้องถิ่นที่น่าเสนอข่าวที่ไม่เป็นภัยกับครอบครัวซึ่งรับผิดชอบต่อการนำเสนอข่าว ให้เสาะหาแหล่งข่าวนี้จากท้องถิ่นที่คุณอาศัยอยู่ และขอให้จำด้วยว่ายังมีแหล่งข่าวที่สร้างขึ้นมา เพื่อเด็ก ๆ สถานีเครือข่ายนิคเกอโลเดียนผลิตข่าวของนิคเพื่อเด็ก ๆ (Nick News on the children's network Nickelodeon) เป็นรายการที่สร้างขึ้นมาโดยคำนึงถึงเด็ก ๆ เพื่อให้เด็กสามารถเข้าใจได้ ยังมีนิตยสารและเว็บไซต์อีกมากมายที่สร้างขึ้นเพื่อเด็ก ๆ สำหรับเด็กวัยรุ่น ขอให้พิจารณาบริบทนิตยสารที่เน้นข่าว และประเด็นที่สำคัญที่เหมาะสมกับวัยของลูก

10. ให้ลูกบริโภคข่าวอย่างเหมาะสม

พ่อแม่บางคนก็ให้ลูกบริโภคข่าวดังแต่อย่างพอเหมาะ ให้คิดว่าลูกของคุณก็ต้องบริโภคข่าวอย่างพอเหมาะเช่นเดียวกัน วิธีที่ดีที่สุดที่จะประสบความสำเร็จคือการที่คุณต้องรู้สภาพแวดล้อม ของข่าว เกิดขึ้นเมื่อไร ที่ไหน และข่าวประเภทใดที่ลูกคุณดู ลูกสาวของคุณฟังข่าววิทยุตอนที่คุณขับรถไปส่งลูกหรือเปล่าหรือได้ดูข่าว อาชญากรรมหลังจากดูการ์ตูนเรื่องโปรดช่วงบ่ายหรือไม่

กลเม็ด 10 อย่างในการพูดคุยข่าวกับลูก

ไม่ว่าจะเป็นกรณีใดก็ตาม คุณควรสร้างสมดุลในการบริโภคข่าวอย่างพอเหมาะโดยจำกัดเวลาให้แน่ชัด บอกให้ลูกชายรู้ว่า เขาสามารถดูข่าวได้ต่อเมื่อคุณอยู่ในห้องนั่งดูกับเขา ด้วย หรือจำกัดให้เขาดูเฉพาะข่าวของเครือข่ายที่มีความรุนแรงน้อยกว่า จงสร้างประสบการณ์ด้านการข่าวร่วมกับลูก ๆ และสร้างสมดุลในการดูข่าวโดยการพูดคุยกับลูกจากสิ่งที่เขาได้เห็น

ในการทำงานเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่มีโภชนาการ คือการทานข้าวที่เต็มไปด้วยผักและผลไม้จะช่วยให้เด็ก ๆ เจริญเติบโต การสร้างความสมดุลการบริโภคข่าวคือการสื่อสาร และความสามารถในการแยกแยะผิดถูกที่พ่อแม่ให้กับลูก ๆ ได้เต็มที่ เพื่อส่งเสริมการเจริญเติบโตด้านจิตใจ ตอนนี้คุณก็เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการข่าว สิ่งนี้คือกลเม็ดที่คุณจะพูดคุย กับลูกเกี่ยวกับ หัวข้อข่าว ได้อย่างเป็นธรรมชาติที่สุด