

## Kaip kalbėtis su vaikais apie žiniasklaidoje pateikiamą informaciją

Pastaruoju metu vaikai mato, girdi žinias per televiziją, radiją, laikraščiuose, žurnaluose ar internete. Matydami ar girdėdami informaciją apie vietinės ar pasaulinės reikšmės įvykius, kaip pavyzdžiui, stichinės nelaimės, katastrofos, kriminaliniai įvykiai, - vaikai gali patirti daugiau streso, nerimo ir baimių.

Sąraše esančios žinių pateikimo formos gali neigiamai paveikti vaikų savijautą:

- Televizijos kanalais ir internete publikuojamos žinios – pvz. yra internetinių puslapių, kurie praneša naujienas 24 valandas per parą
- TV kanalai, transliuojantys tiesioginius įvykius
- Pernelyg detalizuojamas gali būti viešų asmenų, garsenybių asmeninis gyvenimas
- Pranešime jaučiama pramogų pasauliui būdinga įtampa ir konkurencingumas
- Detaliai pateikiama vaizdo ir garso medžiaga, parodanti stichines nelaimes ir smurtinius veiksmus

Ilgą laiką buvo viešai diskutuojama būtinybė tėvams pasirūpinti smurto ir sekso temų demonstravimu TV programose, tačiau tik neseniai šiai kategorijai buvo priskirtos žinios, ypač šiuo metu, kai skelbiama itin daug informacijos apie krizinę susidariusią situaciją dėl Corona viruso paplitimo visame pasaulyje. Vaizdai apie nevaldomą epidemiją, baimė ir nerimas dėl nežinomybės - tai veikia ne tik suaugusius, bet ir vaikus.

Tyrimai rodo, kad vaikai ir paaugliai yra linkę kartoti tai, ką mato ir girdi žinių metu, - naujienos tampa tarsi „užkratu“. Ilgalaikis nuolatinis susidūrimas su šios formos smurtu gali tapti priežastimi baimių, atsiribojimo ir mažesnio jautrumo, taip pat gali paskatinti kai kurių vaikų agresyvumą bei smurtinį elgesį. Tyrimai atskleidžia, kad žiniasklaida ne visuomet objektyviai atspindi vietines ar valstybines naujienas.

Statistika teigia, kad nusikaltimų mažėja, tačiau pranešimų apie nusikaltimus žiniose padaugėjo 240%. Vietinės žinios dažnai yra pateikiamos kitų programų metu, ir apie 30% eterio laiko yra susiję su detalia informacija apie nusikaltimus.

Galimą neigiamą žinių efektą vaikams galime sumažinti mes - tėvai, mokytojai ir kiti suaugę žmonės, - jei žiūrėsime žinias drauge su vaikais ir aptarsime, ką matėme ir girdėjome. Vaiko amžius, brandumas, išsivystymo lygis, gyvenimo patirtis ir pažeidžiamumas leidžia mums, suaugusiems spręsti, kiek laiko ir kokias žinias vaikas gali žiūrėti.

Kaip sumažinti neigiamą žinių poveikį vaikams?

- Stebėkime, kiek ilgai vaikas žiūri žinias.
- Įsitikinkime, kad skiriame pakankamą laiką ramioje vietoje pasikalbėti su vaiku, jei numatome, kad žinios gali vaiką suneraminti ar nuliūdinti.
- Žiūrėkime žinias drauge su vaiku.
- Paklauskime vaiko, ką jis ar ji girdėjo ir kokie klausimai kilo.
- Patikinkime jį ar ją, - pasakykime paprastais žodžiais, - jog būsim šalia, kad vaikas jaustųsi saugus.

- Stebėkime, ar žinios nesukėlė vaiko baimių, nerimo, ar miego problemų, nuolatinio baimingumo, verkimo arba kalbų, kad yra baisu, neramu ir t.t.

Mes, tėvai, suaugusieji, turime žinoti, kad yra svarbu kalbėtis su vaikais ir paaugliais apie tai, ką jie matė ar girdėjo. Pokalbis padeda sumažinti potencialų neigiamą žinių poveikį, ir aptarti mums, suaugusiems, esamojoje situacijoje kylančias problemas bei svarbias vertybes. Kadangi negalime apsaugoti vaikų nuo visų išorinių įvykių, mes turime padėti jiems suprasti supantį pasaulį ir jaustis saugiai.

Svarbu būti būti sąžiningiems, nemeluoti, bet tinkamai, pagal vaikų amžių, padėti jiems suprasti, kas vyksta šalia mūsų, išlaikant pusiausvyrą - nei per daug baiminantis, nei „žiūrint pro pirštus“. Tad suaugusieji patys turi žinoti patikimą informaciją, nepanikuoti, elgtis adekvačiai situacijai ir rodyti pavyzdį, kaip išlikti ramiems net ir tokiomis aplinkybėmis, kokios yra šiandien.

Parengė psichologė I. Polikevičiūtė ir Daiva Karkockienė

Šaltiniai

[https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Guide/Children-And-The-News-067.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-And-The-News-067.aspx)

<http://www.svietimonaujienos.lt/kaip-su-vaikais-kalbetis-apie-korona-virusa/>