



چگونه از ابتلا کودک به «سندرم باربی شدن» پیشگیری کنیم

سیدغلامرضا فلسفی

کارشناس ارشد علوم ارتباطات اجتماعی و
کارشناس دفتر تألیف



کلیدواژه‌ها: رسانه، سبک زندگی، سندرم باربی شدن

در عصر ارتباطات که مرزهای زمانی و مکانی به سرعت به مدد مرکب فناوری درنوردیده می‌شوند و تحولاتی شگرف در عرصه جهانی رقم می‌خورد، رسانه در مقام ابزاری تعیین کننده به فرد کمک می‌کند تا با استفاده از آخرین دستاوردهای علمی به زندگی دلخواه نزدیک تر شود. این در حالی است که اگر این ابزار نابخردانه و یا با سوءنیت به کار گرفته شود، کارکردی ویران کننده و مصیبت بار می‌یابد. اولین محل ظهور کژتابی‌های ناشی از کاربرد نادرست فناوری، خانواده و تجلی بروز آن در کودکان است که آسیب پذیرانه در معرض آثار منفی فرهنگ رسانه‌ای قرار دارند.

مرور احوالمان نشان از آن دارد که خانواده‌های ایرانی چندی است تلویزیون‌های ماهواره‌ای فارسی زبان را به فرزند پدیده پذیرفته‌اند. این عضو به ظاهر صمیمی که قصه گویی قهار نیز هست، تمام سعی خود را به بازمهندسی کیان خانواده با محوریت کودک معطوف کرده، به تممیل سبک زندگی مورد نظر خود در مسیری مغایر با باورهای مذهبی و ملی مبادرت ورزیده است؛ تا آنجا که روح غالب سپهر گفتگمانی کودک در مراکز پیش دبستانی را بازگویی روایت‌های نازل برنامه‌های سطحی تلویزیون‌های ماهواره‌ای و بازنمایی زوایای شخصیت‌های بی‌هویت آن برنامه‌ها تشکیل می‌دهد.

به طور طبیعی، یکی از دغدغه‌های اصلی والدین در چنین فضایی باید تأمین سلامت معنوی و روانی فرزندشان باشد. اینکه چگونه نسل جدید را از انواع آسیب‌های دوران مصون نگه دارند و آن‌ها را براساس تعالیم ملی و دینی تربیت کنند تا در نهایت رفتارهایشان در جریان زندگی روزمره به سبک زندگی ایرانی اسلامی نزدیک تر شود و از عطف توجه به موضوعاتی چون ظاهر اندام و ابعاد بدن بپرهیزد.

در این مقال مراد از سبک زندگی الگویی از اندیشه‌ها، احساسات، شناخت‌ها و کنش‌ها است که در مجموع، هویت اجتماعی و شخصی فرد را می‌سازد و از این منظر، نحوه ساماندهی زندگی برای تحقق نیازها و خواسته‌ها با به کارگیری مجموعه‌ای از رفتارها را شامل می‌شود. نحوه صرف زمان، پول و چگونگی گذران اوقات فراغت، انتخاب اشیای مصرفی، انتخاب علائق و ترجیحات (سلیقه) و نظایر آن سبک زندگی افراد را نشان می‌دهد. رسانه به‌دنبال تغییر تدریجی سبک زندگی کودک از طریق اشاعه و تبلیغ رفتارهایی است که مورد نظر حامیان مالی آن است. رسانه، زندگی را براساس فرض‌های خود به کودک معرفی می‌کند و الگوهای فرهنگی و هویتی مورد نظر خود را در اختیار او قرار می‌دهد. سبک زندگی سلامت‌محور از جمله موضوعاتی است که رسانه در چارچوب آن به جای پرداختن به پیشگیری از مشکلات مربوط به سلامت و تضمین سلامت فرد، با رویکردی ناراست

توجه کودک را به ظاهر اندام و ابعاد بدن خود جلب می‌کند. لذا تلقی ایجاد شده در ذهن کودک از خویش ظاهرمدارانه، سطحی و توأم با وسواسی فراوان است که از طریق الگوهای چون عروسک‌های باریکی و کن و دیگر شخصیت‌های شناخته‌شده کارتون در مقام الگوهای زنانه و مردانه تشدید می‌شود.

آغاز زود هنگام تصویرسازی پیرامون اندام و تقویت آن در ذهن کودک از سنین پیش‌دبستانی می‌تواند تفاوتی معنی‌دار را در مورد چگونگی احساس وی نسبت به خود رشد دهد. آمارهایی نگران‌کننده حاصل از نظرسنجی‌های جهانی حکایت از آن دارد که کودک براساس تصویری که رسانه از اندام و کارکردش از سنین پیش‌دبستانی در ذهن او ایجاد نموده است، چه در همان ایام و چه روزگار جوانی اندام خود را نمی‌پسندد. در عین حال، شواهدی نیز در دست است مبنی بر اینکه والدین به موازات رسانه در شکل دادن این تفکر و تقویت نابآوری کودک نسبت به اندام خود نقشی مهم و مؤثر دارند.

با عنایت به موارد یاد شده، پنج راهکار پیشنهادی برای ایمن ساختن کودک در برابر تصویرسازی منفی از اندام خود به شرح زیر به مربیان و والدین ارائه می‌شود.

۱. از شکل‌گیری کلیشه‌های جنسیتی که رسانه سعی در ایجاد آن‌ها در ذهن کودک دارد، از طریق گفت‌وگو جلوگیری کنیم. رسانه‌هایی چون تلویزیون تصاویری را به نمایش درمی‌آورند که در آن‌ها بدن شخصیت‌های مورد علاقه کودک به گونه‌ای اغراق‌آمیز متناسب است و یا خطوط داستان دارای تأکیدات پررنگ حول ویژگی‌های ظاهری بدن و یا قالب‌هایی است که دختران را با چهره‌هایی بزرگ کرده و پسران را دارای نیروی جسمی ویژه نشان می‌دهد. یکی از آغازین راه‌ها برای شکستن قالب‌های جنسیتی و اصلاح نگاه مخاطب به اندام در دوره پیش‌دبستانی طرح سؤال‌هایی ساده از این دست است: بچه‌ها، به نظر شما صدف برای هدیه روز تولدش

از کامیون بیشتر خوشش می‌آید یا عروسک؟ همچنین به هنگام گفت‌وگو با کودک باید تا حد امکان از ضمائر یا اسم‌های جنس خنثی استفاده کنیم. برای مثال، به جای عبارت جنسیتی «آن گربه ماده» به عبارت «آن گربه» اکتفا شود.

۲. با کودک هنگامی که کلیشه‌های جنسیتی را در رسانه مشاهده می‌کند، درباره آن‌ها گفت‌وگو کنیم. در ابتدا تا آنجا که ممکن است او را از دیدن نمایش کلیشه‌های جنسیتی زنانه و مردانه برحذر بداریم ولی اگر زمانی کودک با این قبیل موارد روبه‌رو شد، از وی درباره چگونگی به تصویر کشیده شدن مرد و زن از منظر ارزشی و سرگرمی سؤال کنیم. زمانی که کودک در رسانه به این قبیل قالب‌ها برمی‌خورد - برای مثال، هنگام تماشای کارتون وینکس - در مورد آن با وی صحبت کنیم. همچنین با بهره‌مندی از مهارت‌های سواد رسانه‌ای به بچه‌ها توضیح دهیم که در رسانه‌هایی مانند تلویزیون و مجله که به‌طور تام و تمام در خدمت تبلیغات‌اند، چگونه به یاری نرم‌افزارهای رایانه‌ای پوست افراد را صاف، موهایشان را براق و چشم‌هایشان را تأثیرگذار می‌کنند.

۳. با جلب توجه کودک به مواردی چون اندازه‌های مختلف اسباب‌بازی‌ها از جمله کوتاهی و بلندی و کلفتی و نازکی آن‌ها، وی را به تأمل درباره اندازه طبیعی اندام‌های افراد در زندگی واقعی ترغیب کنیم.

در این باره از وی سؤال کنیم و بگوییم که بدن افراد به‌طور خداداد شکل‌ها و اندازه‌های متنوعی دارد و این تنوع به عمد در رسانه نادیده گرفته می‌شود. کودک باید درک کند آنچه درباره بدن حائز اهمیت است، طبیعی بودن آن در عین سلامت است. برای باورپذیر شدن این نکته مهم باید در دوره پیش‌دبستانی توانایی کودک را برای همدلی با شخصیت‌هایی که در برنامه‌های تلویزیونی به‌دلیل اندامشان تحقیر می‌شوند، افزایش دهیم و از وی بپرسیم: اگر کسی شما را سرزنش کند چه احساسی دارید؟





یکی از دغدغه‌های اصلی والدین در عصر ارتباطات این است که چگونه در چارچوب فرهنگ ملی و شعائر دینی، کودک را از انواع آسیب‌های رسانه مصون نگه دارند و فعالیت‌های وی را در جریان زندگی روزمره به سبک زندگی ایرانی اسلامی نزدیک‌تر کنند

مجموعه‌ای مشتمل بر ۵۰ داستان تصویری مربوط به تجربه‌های تلخ و شیرین و تخیلات کودکان گردآوری شده که چون از جهاتی می‌تواند برای اولیا، مربیان و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت کودکان مفید باشد. در ابتدای این مجموعه سخنی با والدین است که گاهی اوقات خود را در بازی و دنیای کودکان شریک کنند تا آن‌ها نیز لذت ببرند و خود را در جای کودکان تصور کرده که چرا این‌گونه فکر می‌کند یا بازی می‌کند یا سخن می‌گوید چرا دلیل‌های کودکان گاهی خنده‌دار به نظر می‌آید کمی تأمل و تفکر نیاز داریم گویا دنیای دیگری است اما ما نمی‌خواهیم این دنیا را درک کنیم و از ایشان می‌خواهیم که هرگونه ما سخن می‌گوییم یا تفکر می‌کنیم نیز شوند. در زیر نمونه‌ای از آن‌ها را ملاحظه بفرمایید.

سلام ما یک خانواده شاد و صمیمی هستیم. من و مامان و بابا همراه آقاجون و مامان جون زندگی می‌کنیم. مامان همیشه سرش توی کتاب‌های رنگارنگ است. او عاشق کتاب خواندن است. آقاجون آدمی است که به بعضی از وسایلی حساس است؛ مثل تسبیح و کلاهش یا حتی خودکاری که تقویمش را با آن خط می‌زند. مامان جون هم تا یاد دارم همیشه در حال خواندن قرآن است و زمانی که بازی‌هایم سر و صدا دارند، از زیر عینک نگاهی به من می‌اندازد امان از آن نگاه‌ها. بابای کلم مرد خوب و زحمت کشی است. او بیشتر ساعت‌های روز سر کار است و همیشه آخر شب‌ها وسط خواندن قصه‌های شبانه برای من به خواب قشنگی می‌رود، اما من دختری هستم که مامان همیشه موهایم را از کنار گوش‌هایم با دو تا گل سر می‌بندد اما آخر شب دوست دارم مرا ببیند. آقاجون اسم مرا گذاشته آتیش پاره. مامان جون می‌گوید دلت می‌آید؟... چراغ خونه است، مامان اسم مرا گذاشته همراه همیشگی مامان. بابا همیشه و همه جا می‌گوید دختر من دانشمند کوچک خانواده است.

کنیم و یا با طرح این موضوع که با مصرف مواد غذایی سالم در بدن خود احساس انرژی فراوان می‌کنیم، وجه سلامت بدن را برجسته سازیم.

۵. هنگام بحث در مورد شخصیت‌های داستانی، افراد مشهور، دوستان و خانواده با رویکردی اخلاقی بر صفات رفتاری، استعدادها، و شخصیت آن‌ها به جای اندازه فیزیکی و یا ظاهرشان تأکید کنیم و آنچه را انجام می‌دهند مورد توجه قرار دهیم نه چیزی را که به آن شبیه‌اند. کودک باید درک کند که صفاتی چون راست‌گویی، مهربانی، کمک به هم‌نوع، کنجکاو و پشتکار بیش از ظاهر افراد ارزش دارد. این ذهنیت با ایجاد فضای گفت‌وگوی بر مبنای سؤال‌هایی از جمله اینکه چگونه می‌توان برای والدین یک فرزند خوب و یا برای هم‌کلاسی خود یک دوست خوب بود و یا اینکه چگونه تمرین طولانی مدت باعث افزایش مهارت کودک در نقاشی شده است، شکل بگیرد.

در عین حال، باید طفل را برای زمانی که با اظهار نظر، مقایسه و یا انتقاد دیگران از اندام و یا ظاهر خود یا افراد دیگر روبه‌رو می‌شود، آماده کرد تا کودک در چنین شرایطی با پاسخ‌هایی در خور، نقش‌آفرینی کند. پاسخ‌هایی مانند این‌که: «برای من مهم نیست که او مثل چه به نظر می‌رسد. آنچه برای من حائز اهمیت است، اخلاق و رفتار دوستانه اوست.»

در ضمن، باید از گفت‌وگوهای بی‌مورد درباره رژیم‌های لاغری در حضور کودک بپرهیزیم. والدین، به‌ویژه مادران، به‌طور معمول در حضور کودک از نامتناسب بودن اندام خود شکایت می‌کنند و درصد استفاده از رژیم‌های لاغری، آن هم از انواع غیراصولی آن، برمی‌آیند. این امر در نحوه تأمل کودک نسبت به ویژگی‌های بدنی‌اش تأثیری فراوان دارد. واقعیت این است که رسانه هم به‌طور مستقیم و هم به‌واسطه خانواده حس و تصویری خاص حول ویژگی‌های ظاهری بدن به کودک منتقل می‌کند؛ تا جایی که کودک ۵ تا ۸ ساله با نارضایتی مادر از اندامش احساس این همانی می‌کند. همچنین دخترانی که پدرانشان نسبت به وزن آنان ابراز نگرانی می‌کنند بیش از دخترانی که پدرانشان به این مسئله توجهی ندارند، به وضعیت جسمی خود اهمیت می‌دهند.

باید بچه‌ها را تشویق کنیم که نسبت به بدن خود، به‌خصوص آنچه بدن آن‌ها توان انجام دانش را دارد، نگرش مثبت داشته باشند. باید فضای ذهنی کودک را از بحث درباره وزن و ابعاد بدن به سمت خدادادی بودن آن و اهمیت سلامت آن سوق دهیم. برای طراحی فضای گفت‌وگو پس از آنکه پاسخ کودک را به این پرسش که وقتی ورزش می‌کند چه احساسی نسبت به بدن خود دارد، دریافت کردیم؛ از احساس خوب بدنی پس از ورزش با او صحبت