الفصل الرابع

التليفـزيون ومخـاوف الأطفـال

- مخـــاوف الأطفـــال
- الأطفـــال وأفـــلام الرعـــب
- مخـــاوف الأطفال بسبب التليفزيون ومراحل النمـــو
- التغلب على مخـــاوف الأطفال الناتجـــة عن التليفزيون

(أ) الاستراتيجيات غير المعرفية *noncognitive strategies*

(ب) الاستراتيجيات المعرفية *cognitive strategies*

الفصل الرابـــع

التليفـزيون ومخـاوف الأطفـال

نعرض في هذا الفصل مخاوف الأطفال وأفلام الرعب وكيف يخاف الأطفـــال منها بإختلاف مراحل نموهم وأساليب التغلب علي هذه المخاوف .

مخـاوف الأطفـال :

الخوف العادي هو الذي يدفعنا لحماية انفسنا والمحافظة عليها ، فـــإذا كنـــا لا نخاف النار مثلا فقد تحرقنا ، وإذا كنا لا نخاف الحشرات والحيوانات الضارية فقـــد تقتلنا، وانعدام الخوف بما يكون سببه قلة الفهم وسوء الإدراك ، وذلـــك كـــالطفل الذي يكون في سن الثانية ويري لأول مرة في حياته عقربا تجـــري فيظنـــها لعبـــة لطيفة يحسن أمساكها وهذا قد حدث بالفعل ، كذلك الطفل ضعيف العقـــل الـــذي لا يستطيع ادراك مواقف الخطر أو الضرر ، ويذكر القوصي (١٩٨١) من أمثلة ذلـــك إن طفلا ضعيف العقل قفز ذات مرة من الطابق الثاني إلي الطريق العام ، ونفـــس هذا الطفل أصيب في رأسه بجرح كبير أسال منه دم غزير لأنه كان يلعب ويمثـــل خروفا وأخذ يناطح درج سلم من الحجر مرات متوالية .

وتنشأ المخاوف المرضية الشاذة عند الأطفال بسبب عمليات التعلم المختلفـــة ، فيمكن مثلا أن تنتقل كثير من مخاوف الآباء الشاذة إلي الأبناء عن طريق عمليـــات التعلم بالقدوة ، فقد يشاهد الطفل أمه تخاف من النحله أو الصرصـــور أو الفراشـــة فيتعلم هذا الخوف منها بالتقليد ، ويصيبه ما يصيبها من هلع وفزع عـــن رؤيـــة أي من هذه الحشرات الصغيرة التافهة ، والأم التي تخاف علي أبنائها خوفا شديدا قـــد ينتقل خوفها إليهم فيصبحون عرضه للخـــوف الشـــديد علـــي أنفســـهم ، علـــي أن المخاوف لا تكتسب فقط عن طريق القدوة وإنما أيضا عن طريق التعلم بالإرتبـــاط

الشرطي كما هو مبين في الفصل الأول ، وسوف نوضح في هذا الفصل دور التليفزيون في مخاوف الأطفال وذلك وفقا لنتائج الدراسات التي تمت في هذا الصدد .

الأطفال وأفلام الرعب :

" كنت مستلقية علي السرير استعد للنوم وأمامنا جهاز التليفزيون أنا وأختي الصغيرة ، وكان عمري حينذاك ست سنوات ، وقد جذبت انتباهي موسيقي فيلم السهرة الذي كان يعرض وعنوانه "المرعب The Tingler" أو هكذا كانوا يطلقون عليه هذا الإسم في ذاك الوقت ، وهو عن منزل مسكون ، أي تسكنه روح شريرة في حي معروف بإحدي المدن الأمريكية" وكان من مشاهده التي لا أزال أذكرها : " أن ساكنا جديدا كان لا يعلم أن هذا المنزل مسكون قضي فيه عدة أيام وهو يقيم بمفرده ، وذات يوم دخل الحمام مساءا ليستحم ، وعندما أدار مفتاح الدش كي ينزل الماء فوجئ بتغير في لونه ، إذ أصبح لونه كلون الدم ، وإندهش الرجل لذلك ففتح صنبور المياه فنزلت منه دماء كذلك ، ثم ظهر علي ملامحه الرعب وهرع نحو باب الشقة بدون ملابس محاولا الهرب بكل قواه ولكنه فوجئ بأنه مغلق بإحكام ، وبينما كان منهمكا في محاولة فتحة رأيت يدا ضخمة تلمسه علي رأسه ، فنظر الرجل خلفه ليجد ماردا عملاقا له نابان بارزان ، وأذنان كبيران ، وعينه تسطع وتتوهج ، وشكله قبيح ومخيف ، ولم يمهل هذا الشبح الرجل إذ أمسك برقبته فسالت من أنفه الدماء بغزاره كما كانت تسيل من صنبور المياه .. ثم سقط في غيبوبه ..

وبعد هذه الليلة التي شاهدت فيها ذلك الفيلم كنت أخشي أن أدخل الحمام بمفردي خوفا من أن يظهر لي ذلك الشبح المخيف قبيح الشكل المسمي بالمرعب، وذلك بالرغم من أن أخوتي الأكبر مني وأمي قد قالوا لي مرارا بأن المرعب هذا لا وجود له علي الإطلاق" .

وقد لازمني هذا الخوف ما يقرب من ٤ سنوات ، وكان أهلي يمنعونني خلال هذه الفترة من مشاهدة الأفلام التليفزيونية التي كانوا يعتقدون أنها يمكن أن تخيفني" هذه القصة تحكيها علي لسان طالبة جامعية عالمة النفس "جوان كانتور" Joane Cantor (١٩٩٦) ، وهي استاذة دكتوره تعمل في فنون الأتصال الإعلامي

في جامعة "ويسكونسن - ماديسون" Wisconson-Madison ولها ما يقرب من ٦٠ بحثا علميا وفصلا من كتاب عن تأثير وسائل الإعلام الجماهيرية علي الأطفال والمراهقين والراشدين ، وهي تقول "أن البحوث التي قامت حول ظهور الخوف لدي بعض الأطفال بسبب وسائل الإعلام ترجع إلي زمن بعيد نسبيا قبل مجيء التليفزيون، وقد انصب معظمها حول تأثير السينما كعامل ثانوي علي زيادة بعض المخاوف المرضية أي الفوبيا Phobia عند الإطفال، إذ كان البعض يعتقدون أن السينما يمكن أن تزيد من حدة المخاوف المرضية التي سبق أن تعلمها الطفل بالإرتباط الشرطي، فإذا ما سبق أن تعلم الطفل مثلا الخوف من الحيوانات ثم شاهدها أو شاهد شخصا يخاف منها في فيلم سينمائي إزدادت مخاوفة. وقد أنصبت معظم الدراسات القديمة والتي بدأها "بلومر" Blumer (١٩٣٣) "وكانترل" Cantrill (١٩٤٠) -حول علاقة طول الفترة الزمنية التي يقضيها الطفل في مشاهدة الأفلام السينمائية بوجه عام ووجود أعراض الفوبيا عنده، ولم تحدد هذه الدراسات برامج سينمائية معينة يمكن أن تسبب الخوف عند الأطفال، ثم تجاهل الباحثون هذا الموضوع نهائيا في الفترة من خلال عام (١٩٦٠) وحتى عام[١] (١٩٧٠)" ثم عاد اهتمام الباحثون مرة أخرى بمحاولة دراسة مخاوف الأطفال التي يمكن أن تنتج عن وسائل الإعلام خلال عام (١٩٧٢) وما بعده، بإنتشار أجهزة التليفزيون وظهور بعض الأفلام التليفزيونية الملينة بالمشاهد المخيفة والتي آثارت أنتباه الناس في كثير من بلدان العالم مثل "الفك المفترس" Jaws وطرد الأرواح الشريره The Exorcist وانديانا جونز ومعبد الهلاك Indiana Jones and Temple of Doom وغيرها، كذلك المشاهد التليفزيونية التي صورت القتل والدمار في حرب الخليج عام (١٩٩١).

وبالرغم من أن المحللين النفسيين يعتقدون أنه لا ضرر إطلاقا من مشاهده الأطفال[٢] لأفلام الرعب فإن كثيرا من الباحثين المعاصرين قد اكتشفوا تعرض الأطفال لأضرار عديده بسبب هذه الأفلام. ومن هذه الأضرار الكوابيس الليلية المزمنة ومعاناه الطفل من التخيلات المزعجة ، وقد أثبت "سارافينو" Sarafino

---

(١) لم تكن نظرية التعلم بالقدوه - " البرت باندورا" - قد ظهرت في ذلك الوقت.

(٢) حيث اعتقد بعض الباحثين أن كثرة مشاهدة الطفل للأفلام السينمائية يمكن أن تزيد من أعراض الفوبيا عنده.

(١٩٨٦) أن تكرار رؤية بعض الأطفال الصغار للمشاهد المخيفة كالغيلان مثلا أو الحيوانات المتوحشة أو العنف يمكن أن يسبب لهم هذه الكوابيس أو التخيلات، ومتى ظهرت مثل هذه الأعراض يجب أن يتوقف الطفل عن استمرار مشاهدته للأفلام المخيفة كي لا يصاب بالفوبيا المزمنة أو عصاب ما بعد الصدمه television- induced posttraumatic stress والذي قد يستمر لعدة أسابيع (كانتور و أوليفر Cantor Oliver ١٩٩٦) .

ومن الملاحظ في هذا الصدد أن إجراء الدراسات التجريبية في المعمل عن مخاوف الأطفال لا يحبذها بعض الباحثين لأعتبارات خلقية ، لأنهم يرون أن إجراء مثل هذه التجارب علي الأطفال الصغار وتعريضهم للمشاهد المخيفة قد يصيبهم بأضرار نفسية يصعب علاجهم منها ، لذا فهم يكتفون بدراسة حالة كل طفل علي حده وما فيها من تقرير عن السيرة الذاتية له أو إجراء الدراسات المسحية ، وذلك بغرض البحث عن الأسباب التي أدت إلي ظهور المخاوف علي مجموعات كبيرة من الأطفال ، لهذا فقد تظل المتغيرات الدخيلة غير مسيطر عليها إلي حد ما في بعض الدراسات التي تجري عن علاقة المشاهد التليفزيونية بظهور الفوبيا عند الأطفال ، وهذا لم يمنع من وجود دراسات تجريبية تجري حاليا بها بعض المشاهد المخيفة ولكن بصورة مخففه ، ويهدف أصحابها إلي محاولة السيطرة علي مخاوف الأطفال الناشئة عن التليفزيون أو منعها ، وقد لوحظ في حالات كثيرة أن الآباء لا يدركون المخاوف التي يتعرض لها أطفالهم الصغار بسبب التليفزيون بل لا يصدقون أحيانا أن المشاهد التي يعتبرها الصغار مخيفة يمكن أن تكون كذلك بالفعل .

وبالرغم من الآثار السلبية للمشاهد المخيفة علي الأطفال فهم يحبون مشاهدتها وبخاصة من هم في مرحلة الطفولة المتأخرة لأنها تبعث علي الأثارة في نفوسهم، كما أنهم يجدون متعة في أن يقصوا ما رأوه من مناظر مرعبة علي زملائهم في المدرسة.

مخاوف الأطفال بسبب التليفزيون ومراحل النمو :

قد يخاف الطفل من بعض المشاهد التليفزيونية، ويرجع الجانب النفسي كسبب لهذا الخوف إلي عمليات وعوامل معقدة كالتعلم بالقدوة والمشاركة الوجدانية وتوحد الطفل مع الشخصية التي تواجه الشئ أو الموقف المخيف في المشهد التليفزيوني، علي أن أكثر العوامل التي تعرض لها علماء النفس المتخصصون في هذا المجال هو طبيعة المشاهد التي يمكن أن تسبب الخوف للأطفال واختلافها من سن لآخر تبعاً لمراحل نمو الطفل، وترى "جوان كانتور" Joanne Cantor (١٩٩٤) أن المثيرات (الأشياء أو الأحداث) التي يخاف الأطفال منها في حياتهم الواقعية يمكن أن تولد ايضاً الخوف عند بعضهم عند ما يشاهدونها في البرامج التليفزيونية وذلك عن طريق ما يعرف بتعميم المثير[1] stimulus generalization، ويختلف الأطفال في مدي خوفهم من هذه المشاهد باختلافها وأيضا باختلاف خصائصهم أو سماتهم الشخصية، ولعل أكثر هذه الخصائص فاعلية في تحديد نوع المخاوف بالنسبة للطفل هو السن أي العمر الزمني له ومستوى نموه، فكل سن له أشياء تخيفه، كما أن هناك فروقا فردية بين الأطفال فيما يمكن أن يخافون منه ترجع إلي الخبرات التي سبق أن مروا بها، لأن الفرد يتعلم كثيرا من مخاوفه، فمثلا هجوم حيوان مفترس علي شخص ما يخيفه بطريقة تلقائية طبيعية، لأن الأقتراب السريع لذلك الحيوان من الشخص وتحركاته الفجائية وصوته العالي هي أشياء يخاف منه أي إنسان، أما التهديد بحرب نووية فقد لا يخيف إلا الشخص الذي عاني في الماضي من أهوال حرب ما بالإضافة إلي أن يكون لديه قدرا لا بأس من المعلومات عن القوة التدميرية للسلاح النووي وغير ذلك من خبرات ومعلومات .

والطفل يستطيع وفقا لقدراته المعرفية أن يميز المواقف التي تخيفه من تلك التي لا تخيفه، وهذا لا يعني أنه كلما نما الطفل قلت معاناته من المشاهد التليفزيونية التي يمكن أن تسبب له الخوف، بل يعني أنه مع نموه تختلف نظرته أو أختياره للأشياء والمواقف التي يمكن ان تسبب له الخوف، فهو لا يخاف من الموضوعات التي كانت تخيفه في الماضي بل تحل محلها موضوعات أخري تصبح محورا لخوفه .

---

(١) أنظر فصل التعلم والصحة النفسية صفحة (١٤).

وقد اتضح نتيجة للعديد من الدراسات تنوعت فيها طرائق البحث العلمي أن الأطفال من سن ٣ وحتى ٨ سنوات يخافون من الحيوانات والظلام والكائنات غير المألوفة كالأشباح والعفاريت والغيلان (جمع غول) والسحره كذلك من أي شئ ما يبدو أن شكله غريبا أو يتحرك فجأة، أما من سن ٩ وحتى سن ١٢ سنة فتتصب مخاوف الطفل حول تعرضه لخطر الإصابة أو الهلاك هو أو أبوية أو أقاربه[١].

فمخاوف الأطفال الصغار تعتمد علي الخبره الأدراكية أو المثير كشئ مدرك ماثل أما مهم بشكله المخيف سواء كان حقيقيا أم خياليا: حيوان مفترس مثلا أو غول أما الأطفال الأكبر سنا. فتتميز مخاوفهم بأنها أكثر موضوعية حيث تتمركز حول الأشياء التي يمكن أن تضر بالإنسان مثل الأختطاف أو الحوادث او الدمار ويتفق هذا القول مع رأي- كل من "بياجيه" (١٩٦٢) "وفلافل" Flavell (١٩٦٣) "وبرونر" Bruner (١٩٦٦) -الذين يرون بأن الأطفال الصغار يستجيبون للمثيرات وفقا لخصائصها المدركة perceptible characteristic، أما الأطفال الكبار فهم يستجيبون للمثيرات وفقا لما يمكن أن يفهمونه عنها أو تبعا لجوانبها المفهومه conceptual aspects stimuli ، لأن الأطفال الصغار يمرون في سن من ٢-٧ سنوات بمرحلة النمو المعرفي المعروفة بالعيانية (وهي مرحلة ما قبل العمليات عند بياجية) حيث يستجيبون للأشياء كما تبدو لهم أو تبعا لشكلها ومظهرها ، وهم أيضا يميلون إلي تصنيف الأشياء أو يقارنون بينها ويتذكرونها تبعا لخصائصها المدركة، أما فيما بعد هذه السن فينمو لديهم الميل إلي تصنيف الأشياء وفقا لخصائصها الوظيفية أو تبعا لما يفهمونه عنها، فمثلا عندما طلب من مجموعة من الأطفال أن يصنفوا عددا كبيرا من الصور المتضمنة مواقف اجتماعية إلي مجموعات تبعا لأوجه التشابه بينها كان الأطفال الأصغر يصنفونها تبعا للشكل أو اللون أما الأكبر سنا فقد تم تصنيفهم لها تبعا لمعني كل موقف أو خصائصه الوظيفية (مثلا مواقف اللقاء بين الأصدقاء صنفت مجموعة ، ومواقف التعاون مجموعة ومواقف العدوان مجموعة وهكذا) .

---

(١) وجد أيضا أن الكوابيس الليلية التي يتعرض -الأطفال الصغار تتضمن في الغالب حيوانات تهاجمهم كالقطط أو الفئران أو الكلاب. بينما قد تشمل كوابيس الأطفال الأكبر سنا مواقف بها أخطار مثل خطر السقوط من علي ارتفاع شاهق أو الغرق أو الاختطاف بواسطة اللصوص.

وتميز كانتور (١٩٩٦) بين مخاوف الأطفال الصغار والكبار بقولها: (أن الأطفال الصغار من سن ٣ إلي ٥ سنوات يخافون من الأشياء التي يبدو شكلها مخيفا ولكنها غير مؤذيه أكثر من خوفهم من الأشياء التي يبدو شكلها جذابا ولكنها في واقع الأمر مؤذية، أما الأطفال من سن ٩ إلي ١١ سنة فتقل في رأيهم أهمية مظهر الشئ أو الشخص كمسبب للخوف مع أزدياد أهتمامهم بمدي خطورة سلوكه إنسانا كان أم حيوانا " .

ويؤكد هذا القول دراسة مسحية أجراها هذا الباحث سأل فيها الآباء عن البرامج والأفلام التي يخاف منها أطفالهم، حيث قرر آباء الأطفال الذين هم دون السادسة أن غرابة الشكل وعدم واقعيته هي التي يمكن أن تخيف أبنائهم إذا ما تعرضوا للخوف من هذه البرامج أو الأفلام، ويظهر هذا مثلا في مسلسل المارد الخرافي The Incredible Hulk أو فيلم ساحرة الأوقية The Wizard of OZ، أما آباء الأطفال من سن التاسعة فأكبر فقد قالوا بأن أطفالهم يخافون أحيانا من فيلم الرعب الخفي The Amityville Horror، وهو فيلم لا يعتمد في أخافته للأطفال علي شكل أو مظهر وإنما علي مخاطر وتهديد وقتل، كما أنه يحتاج إلي قوة فهم وتخيل من الطفل كي يستطيع فهمه .

كما أجري "سباركس وكانتور" Sparks & Cantor(١٩٨٦) دراسات علي الأطفال في المعمل لتحديد المشاهد الموجودة في فيلم " المارد الخرافي" التي تخيف الأطفال بالفعل وذلك بقياس تغيراتهم الفسيولوجية خلال مراحل عرض الفيلم عليهم، ومن هذه المشاهد التي ميزت بين الأطفال مشهد تحول بطل الفيلم ذا الطباع الحسنة اللطيفة إلي وحش ضخم الجثة غريب الشكل، حيث بدت تغيرات الخوف تظهر علي الأطفال الصغار عند عرض ذلك المشهد، أما الاطفال الكبار فلم يبدو عليهم أي أثر للخوف وقالوا بأنهم يعلمون بأن هذا المارد هو في حقيقته شخص طيب حسن السلوك يستخدم قوته الخارقة في مساعدة الضعفاء ويحافظ علي النظام والقانون .

وفي دراسة أخري لـ"هوفنر وكانتور" Hoffner & Cantor (١٩٨٥) علي ثلاث مجموعات من الأطفال:- الأولي من سن ٤-٥ سنوات والثانية من سن ٦-٧ سنوات أما الثالثة فكانت من سن ٩-١٠ سنوات- أختبر أيضا هذان الباحثان تأثير المظهر علي أحكام الأطفال علي الشخصيات التي تظهر أمامهم في المشاهد

التليفزيونية، وقد تم في هذه الدراسة تقديم أربعة مشاهد لسيدتين كل منهما في عمر الجده (كبيرة السن) أحداهما تبدو جميلة حسنه المظهر أما الأخري فكانت قبيحة غريبة المظهر إلي حد ما، وكان لكل منهما مشهدان مسجلان علي شريط للفيديو كي يظهر أمام الأطفال، في واحد منهما تبدو وهي تحمل قطة (كانت تحوم في المنزل) حيث تعاملها معاملة حسنة (ترتب علي ظهرها كما هو في شكل (٥)، أما في الآخر فتبدو وهي تعامل القطة معاملة سيئة، أي أن كل شخصية منهما ظهرت مرة وهي تعامل القطة معاملة حسنة ومرة أخرى وهي تعاملها معاملة سيئة.

Figure 4.2. Manipulation of Character's Appearance and Behavior in the Experiment by Hoffner and Cantor (1985)

SOURCE: Reprinted from Hoffner, C., & Cantor, J. (1985). Developmental differences in responses to a television character's appearance and behavior. *Developmental Psychology, 21*, 1065-1074. (Copyright 1985 American Psychological Association.)

NOTE: Upper left: attractive-kind; upper right: ugly-kind; lower left: attractive-cruel; lower right: ugly-cruel.

شكل رقم (٥)

وقد عرض علي كل طفل مشهد واحد فقط من هذه المشاهد الأربعة ، ثم اخبر الأطفال جميعهم بأن هذه السيدة تسكن بمفردها بالمنزل ، وقد نسيت بابه مفتوحا فدخل فيه طفلان ومعهما هذه القطة ، واكتشفت السيدة وجودهما وهي تحوم بالمنزل ، أما الطفلان فما زالا بالمنزل ولكنهما مختبئين فيه ولم تكتشفهما بعد ، ثم طلب من كل طفل أن يجيب عن تساؤلين هما :

(١) ما رأيك في هذه السيدة هل هي طيبة أم شريرة ؟ وكيف ؟

(٢) ماذا تعتقد أنها سوف تفعل مع الطفلين عندما تكتشف وجودهما بالمنزل ؟

وقد تأثرت أحكام الأطفال الأصغر سنا بشكل السيدتين بصرف النظر عن تصرفاتهما ، فكانوا مثلا يحكمون علي السيده قبيحة المنظر بأنها شريرة سواء عاملت القطة معاملة حسنة أم سيئة ، ويرون أن السيده جميلة المظهر بأنها حسنة الطباع، أما الأطفال الأكبر سنا (من سن سبع سنوات فأكثر) ، فكانت أحكامهم تتم وفقاً لتصرف كل سيده منهما بصرف النظر عن الجمال أو القبح .

وبالإضافة إلي تركيز الأطفال الصغار علي الشكل في حكمهم علي شخص ما (أي فهمهم له) أو كمسبب للخوف - إذا ما تعرضوا للخوف منه - فإن مخاوفهم أيضاً تنصب علي الأشياء الخيالية ، وذلك كحالات خوف بعضهم مثلا من المارد أو العفريت ذو الشكل الغريب المخيف ، وتشير الدراسات إلي أنه مع نمو الطفل تتحول موضوعات خوفه تدريجياً من الأشياء أو الأشخاص ذات الشكل المخيف إلي تلك التي تتميز بالخطورة وأيضاً المواقف المسببة لتلك الخطورة ، وهي مخاوف يمكن اعتبارها أكثر موضوعية عن ذي قبل ، ومن الملاحظ أن الطفل يمتلك تدريجياً مع نموه القدرة علي التمييز بين الواقع والخيال fantasy- reality distinction، ومتي وصل إلي السن التي تمكنه من هذا التمييز استطاع أن يدرك أن الأشياء الخرافية لا يمكن أن تسبب له أي تهديد (كانتور وزملاؤها ١٩٩٣)

التغلب على مخاوف الأطفال الناتجة عن التليفزيون

توجد عدة أساليب للتغلب علي هذه المخاوف أو الحد منها ، وهي تختلف باختلاف مرحلة النمو التي يمر بها الطفل ، ويقسم علماء النفس المتخصصون هذه الأساليب إلي نوعين هما :

أ - استراتيجيات غير معرفية noncognitive strategies

ب- استراتيجيات معرفية cognitive strategies

وتصلح الاستراتيجيات غير المعرفية لأطفال ما قبل المدرسة وهم الذين تقل أعمارهم عن ست سنوات ، أما الأطفال من سن ٦ سنوات فأكثر فيصلح معهم النوعين المعرفي وغير المعرفي ، ولو أن هؤلاء الأطفال الكبار يفضلون النوع المعرفي، ويمكن أن نوضح كل منهما كالآتي :

أ- الإستراتيجيات غير المعرفية

ويقصد بها الأساليب التي لا تعتمد علي محاولة نصح الطفل واقناعه كي يتخلص من مخاوفه ، كما أنها تتم بطريقة آلية، ومنها أسلوب التطمين التدريجي desensitization ، والذي ثبت فاعليته مع الأطفال في مراحل نموهم المختلفة، فمثلا كان التعرض التدريجي لمشاهد تليفزيونيه تصور آثار سير الثعابين علي الرمال - والمصحوبة بالموسيقي التي يحبها الأطفال - له فاعلية في تقليل مخاوف بعضهم التي نشأت عن فيلم المغامرات " مهاجمي الفلك المفقود" Raiders of the Lost Ark، كما أمكن في عدة دراسات تقليل الأثر الإنفعالي أو الخوف الذي يمكن أن ينشأ عند بعض الأطفال بسبب رؤيتهم للأشياء التي تخيفهم في أفلام تليفزيونية معينة بعرض نماذج مسالمة من هذه الأشياء قبل مشاهدتهم للفيلم، فمثلا عندما عرض علي الأطفال مشاهد تليفزيونية لعناكب من المطاط لم تبدو عليهم أي آثار للخوف عندما شاهدوا فيلما يخاف الأطفال عادة منه هو " مملكة العناكب" kingdom of the spiders ،كما قل أيضا خوف الأطفال من فيلم " الضفادع" Frogs- وتظهر فيه سحالي ضخمة تبدوا وكأنها تهاجم المشاهدين عندما شاهدوا بعض السحالي الميتة قبل رؤيتهم للفيلم (ولسن Wilson ١٩٨٩) .

ومن الأساليب غير المعرفية أيضا تلك التي تعتمد علي أنشغال الطفل بشئ ما أثناء عرض الفيلم المخيف ، مثل تناوله لأطعمة أو شراب يحبه أو إعطائه لعبة مفضلة ، وقد ثبت فاعلية هذه الطرق مع الأطفال الصغار أكثر من الكبار، لأن الأطفال الصغار يسهل تشتيت انتباهم .

ب- الاستراتيجيات المعرفية

وتختلف هذه الاستراتيجيات عن السابقة في أنها تحتاج إلي أساليب أيضاحية لإقناع الطفل بأنه لا ضرر مطلقا لخوفه من الشئ الذي يخاف منه في الفيلم ، ومنها

أيضاح أن هذا الشئ غير حقيقي ، وهذه الطريقة لا تصلح مع الأطفال صغار السن الذين هم أقل من ست سنوات لأنهم لا يملكون قدرة التمييز بين الواقع والخيال fantasy-reality distinction ، وقد أفادت هذه الطريقة في منع خوف أطفال المرحلة الإبتدائية من سن ٧-٩ سنوات من أحداث فيلمين هما : "ساحرة الأوقية" و"مصاص الدماء" عندما أخبروا بأن ما يرونه من مشاهد ليست حقيقية ، ولكنها كانت غير مجدية مع أطفال الروضة .

ويستخدم بعض الأخصائيين النفسيين طريقة الحديث الذاتي مع النفس ، وهي طريقة العلاج العقلاني ، حيث يطلبون من الطفل عندما يتعرض لمشهد يخيفه بأن يحدث نفسه بأن ما يراه هو غير حقيقي، حيث يقول مثلا لنفسه عبارة " اللي انا شايفه ده مش حقيقي" ، وقد ساعدت أيضا هذه الطريقة الأطفال الكبار في الحد من تعرضهم للخوف مما يمكن أن يخيفهم من المشاهد التليفزيونية. أما بالنسبة للأطفال صغار السن فلم تفدهم هذه الطريقة حتى مع بداية قدراتهم علي تصنيف الأشياء إلي ماهو حقيقي وخيالي، وفي هذا يذكر أحد المعالجين النفسيين القدامي أن طفلا كان يتعرض لكوابيس ليلية عبارة عن حيوانات تزعجه، فنصحه المعالج النفسي بعدم الإهتمام بها لأنها أشياء خيالية ليست حقيقية. وعليه أن يردد العبارة السابقة. وعندما زار الطفل المعالج النفسي مرة أخري قال "ظهرت لي في الحلم بقرة مخيفة ، قعدت أقول لها انتي حلم ومش بقرة حقيقية لكنها ما مشيتش وفضلت واقفة تخوفني" .

ويبدو أن هذا الأسلوب المعرفي المبني علي اقناع الطفل أو محاولة طمأنته والذي يفيد الأطفال الأكبر سنا قد يزيد - في حالات معينة - من مخاوف الأطفال صغار السن بدلا من تخفيفها لأنه يذكرهم بموضوع الخوف أو يبرز أمامهم أخطارا لا يعرفونها ، ففي فيلم " مهاجمي الفلك المفقود" والذي تبدو فيه ثعابين ضخمة وكأنها تهاجم المشاهدين كان من العبارات المطمئنة التي أعطيت لبعض الأطفال من أعمار مختلفة "أن معظم هذه الثعابين غير سامة"، وقد قللت هذه العبارة من مخاوف الأطفال الكبار من الفيلم ، أما بالنسبة للأطفال الصغار فقد إزدادت مخاوف الذين سمعوا هذه العبارة - أثناء عرض الفيلم عن أولئك الذين لم يسمعوها ، وربما يرجع هذا إلي أنهم لم يكونوا يعرفون شيئا عن سموم هذه الأفاعي من قبل، ويبدوا أنهم أدركوا وفهموا جيدا ماذا تعنية كلمة سموم ولكن لم تمكنهم حالتهم الإنفعالية من استقبال أو إدراك عبارة إنهم " لن يصابوا بأذي أو أن معظم الأفاعي غير سامة" ، ويوضح شكل (٦) نتائج هذه الدراسة .

ويمكن أن نرجع عدم استفادة الأطفال الصغار من الاستراتيجيات المعرفية إلي ضعف قدراتهم علي الفهم وعدم كفاية المعلومات المخزونة في ذاكرتهم عما يمكن أن يوضح حقيقة الشئ المسبب للخوف بالإضافة إلي عجزهم النسبي حتى عن الاستفادة من هذه المعلومات المخزونة لتفسير ما يعرض أمامهم من مشاهد تليفزيونية تخيفهم، لذلك يفضل بعض الباحثين عند استخدام هذه الاستراتيجية مع الأطفال الصغار اللجوء إلي وسائل إضافية تعينهم علي الفهم مثل عرض المشاهد المبينة بأنه لا أساس لمخاوفهم، مع طلب منهم أن يكرروا العبارات المطمئنة عدة مرات كمجموعة بصوت عال، وقد اتبع هذا الأسلوب أحد السيكلوجيين حيث طلب من الأطفال أن يرددوا عبارة " العناكب لا تؤذي الناس" قبل عرض فيلم " مملكة العناكب" وقد اتضح فاعليته إلي حد ما (ويلسن Wilson ١٩٨٧ وكانتور وأوليفر Cantor & Oliver ١٩٩٦) .

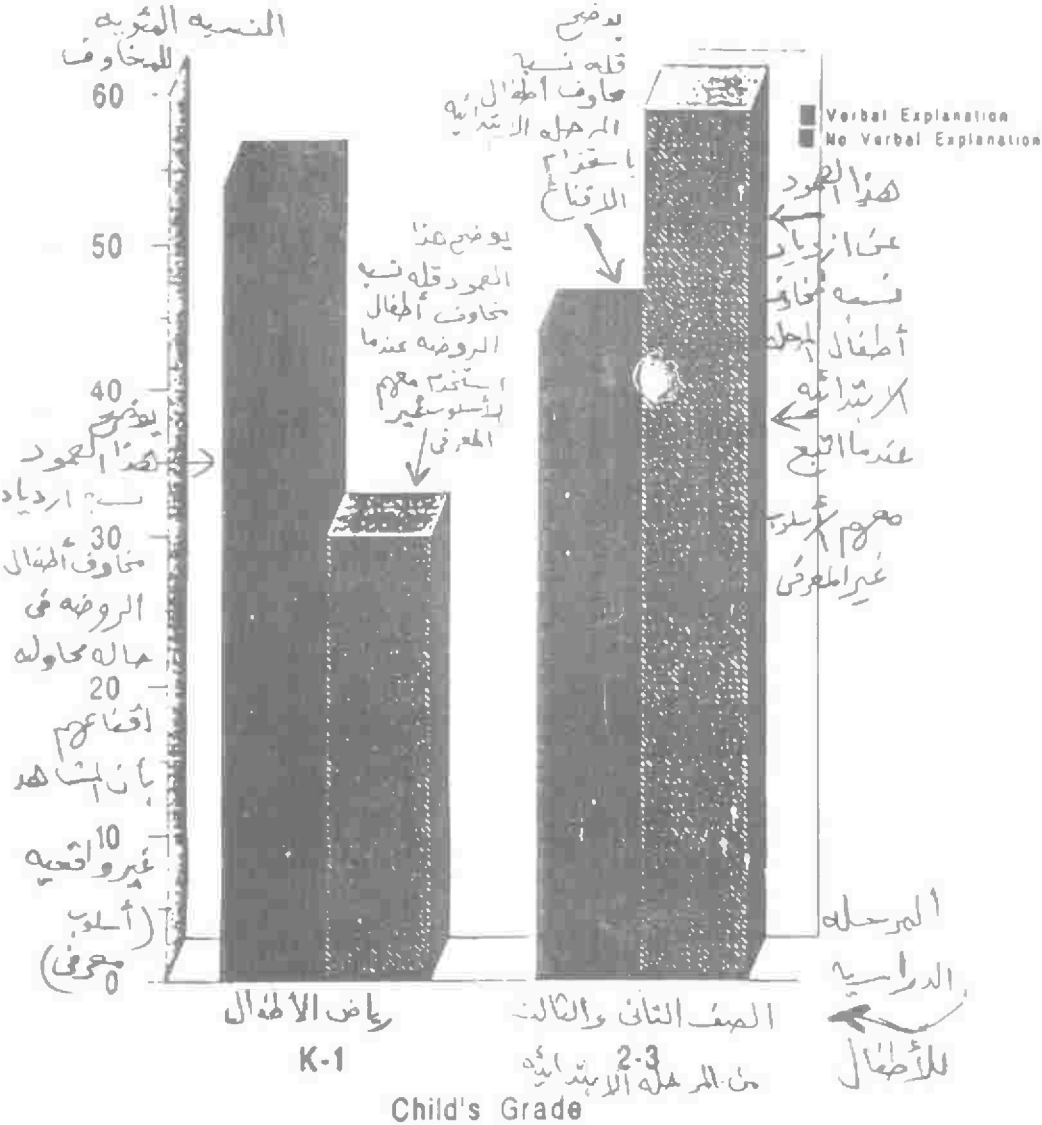

Figure 4.4. Percentage of Children Reporting Negative Emotional Reactions to the Snake Pit Scene in the Movie *Raiders of the Lost Ark*

شكل (٦)