

- دوشنبه ۱۲ خردادماه ۱۴۰۴**
- سال هفدهم - شماره ۳۱۳۶**

کشت گلخانه‌ای انگور، راهکاری برای تولید اقتصادی این محصول

مدیر امور باغبانی جهاد کشاورزی استان همدان؛ کشت گلخانه‌ای انگور فراهم‌کننده صادرات تازه خوری

سپهرغرب، گروه کشاورزی – طاهره ترابی‌مهوش، عضو هیئت‌علمی دانشگاه بوعلی سینا همدان گفت: با بهره‌گیری از کشت گلخانه‌ای انگور قادر خواهیم بود مدیریت بهتری بر عرضه محصول در بازار داشته باشیم؛ یعنی زمان برداشت را جلو انداخته و مثلاً یکی دو ماه زودتر محصول را به بازار عرضه کنیم، این کار خود باعث افزایش سود اقتصادی نسبت به کشت در فضای باز خواهد شد.

همدان روزگاری استان آبخیز زاگرس و هزار چشمه بود، اما در چند سال اخیر در برخی نقاط با خشک‌سالی دست و پنجه نرم می‌کند. بحران آب که به میان بیاید، حیات به خطر خواهد افتاد، بنابراین پرداختن به این موضوع که آیا ما برای حل این مشکل دیر اقدام کردیم یا زود فایده‌ای ندارد با باید به فکر چاره کار بود.

یک واقعیت موجود در این حوزه وابستگی مستقیم برخی شهرستان‌ها همچون ملایر به کشاورزی است که آن هم با آب ارتباط مستقیم دارد؛ بنابراین تا زمانی که مسئله مناسب و جایگزینی برای کشاورزی و تأمین غذای مورد نیاز جامعه پیدا نکنیم باید وضعیت را با شرایط موجود وفق دهیم.

با وجود تغییر اقلیم در همدان زمستان‌های این استان دچار کم‌بارشی شده و فروردین‌ماه خنکی را پشت سر می‌گذارد و از سوی دیگر با کاهش شدید سفره‌های زیرزمینی مواجه شده و این کاهش شدید سفره‌های زیرزمینی برای بخش‌های مختلف استان مسئله تأمین آب شرب و کشاورزی خسارت‌بار است.

حدود دو دهه پیش که تعدادی از کارشناسان متخصص در توسعه کشت گل و گیاه، از بخش کشاورزی استان دیدن کردند، این استان را به‌دلیل شرایط آب و هوایی، وجود خاک مناسب و از همه مهم‌تر میزان تابش مستقیم نور خورشید یکی از استان‌های مستعد کشت‌های گلخانه‌ای عنوان کردند.

در این راستا کارشناسان معتقدند با دنبال کردن این شیوه علاوه بر تحقق اقتصاد مقاومتی، افزایش تولید و اشتغال، میزان مصرف منابع آبی

نیز تا ۳۰ درصد کاهش و تولید تا ۱۰ برابر افزایش می‌یابد چراکه با این روش، تأثیر تغییرات ناگهانی آب و هوا بر میزان برداشت محصول به صفر می‌رسد.

از طرفی اخیراً در گفت‌وگو با مدیر جهاد کشاورزی ملایر مشخص شد: حمایت از این نوع کشت به‌عنوان یک اولویت در شهرستان دنبال شده و حتی برای سرمایه‌گذاران متقاضی ورود باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان همدان به این عرصه، بسته‌های حمایتی در قالب ارائه تسهیلات در نظر گرفته شده است.

بر این اساس با توجه به اهمیت موضوع برآن شدیم تا دراین‌باره را با محمد خاندجانی، پرفسور گیاه‌شناسی، عضوهیئت‌علمی دانشگاه بوعلی سینا و نیز مؤسس نخستین گلخانه دانش‌بنیان در استان همدان و حجت‌الله شهبازی، مدیر امور باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان همدان گفت‌وگویی ترتیب دهیم که در ادامه می‌خوانید:

عضو هیئت‌علمی دانشگاه بوعلی سینا همدان درخصوص اینکه کشت گلخانه‌ای برای محصول مثل انگور مناسب است؟ چه مزایایی دارد؟ آیا می‌توان به صرفه‌جویی در مصرف آب امیدوار بود؟ گفت: به‌نظر من این اقدام، گام بسیار مثبتی است. نه فقط برای انگور، بلکه برای بسیاری دیگر از محصولات باغی در استان، کشت در زیر پلاستیک یا در بخشی از فصل تحت پوشش گلخانه، مزایای بسیاری دارد.

پرفسور محمد خاندجانی با اشاره به مزایای بهره‌مندی از این نوع کشت برای محصولات باغی همچون انگور، اظهار کرد: نخست اینکه می‌توانیم عوامل آب‌وهوایی را کنترل کرده و از خسارت‌های ناشی از آن جلوگیری کنیم.

وی ادامه داد: علاوه بر این قادر خواهیم بود مدیریت بهتری بر عرضه محصول در بازار داشته باشیم؛ یعنی زمان برداشت را جلو بیندازیم و مثلاً یکی دو ماه زودتر محصول را به بازار عرضه کنیم

که این کار خود باعث افزایش سود اقتصادی نسبت به کشت در فضای باز خواهد شد.

وی با اشاره به اینکه با استفاده از این ظرفیت در مصرف نهاده‌های کشاوری مثل کود و سم

نیز صرفه‌جویی خواهیم داشت و مصرف آن‌ها

می‌خوانید:

■ **مشاچه والدین چه تأثیری بر احساس امنیت و آرامش روانی کودک دارد؟**

کودکی که شاهد مشاجرات والدین خود است، احساس ناامنی می‌کند. زیرا خانه و والدین برای او نماد عشق، اعتماد و حمایت هستند. هنگامی که اختلافات و درگیری‌ها رخ می‌دهد، دچار تنش و اضطراب می‌شود و آن حمایت مورد انتظار را دریافت نمی‌کند.

همچنین، توجه لازم به او نمی‌شود و این مسئله را به خود نسبت می‌دهد. کاهش اعتمادبه‌نفس و خودباوری است. در چنین شرایطی، آرامش کودک از بین می‌رود و این موضوع به‌طور مستقیم بر عملکرد تحصیلی و روابط او تأثیر منفی می‌گذارد. مشکلات رفتاری در او شکل می‌گیرد و مهارت حل مسئله‌اش تضعیف می‌شود.

■ **آیا کودکان در خانواده‌هایی با مشاجرات مکرر، بیشتر دچار مشکلات رفتاری یا تحصیلی می‌شوند؟**

بله، این کودکان به‌تدریج می‌آموزند که برای رسیدن به خواسته‌های خود باید به مشاچه و ایجاد تنش متوسل شوند، نه گفت‌وگو و حل مسئله. در نتیجه، در برقراری روابط سالم و بلندمدت ناتوان می‌شوند و به‌وضوح با مشکلات رفتاری و تحصیلی روبه‌رو می‌گردند. احساس تنهایی و انزوا در آن‌ها تقویت شده و با خود می‌اندیشند که کسی به آن‌ها توجه ندارد، او را دوست ندارند و نمی‌بینند. این مسئله به بی‌اعتمادی نسبت به والدین و مشکلات عاطفی منجر می‌شود.

تمرکز این کودک در زمان درس خواندن کاهش می‌یابد و با وجود تذکراتی مانند حواست کجاست؟ یا چرا این موضوع را نمی‌فهمی؟، ذهن او ناخودآگاه درگیر تنش‌های خانوادگی است و توانایی تمرکز را از دست می‌دهد. کودکان فرارگرفته در چنین محیط‌های ناامن و پرتنشی، به‌وضوح مستعد ابتلا به اضطراب و افسردگی هستند و این اختلالات بر روابط آن‌ها تأثیر می‌گذارد، به‌طوری‌که در بزرگسالی نمی‌توانند روابط موفق‌ی داشته باشند.

به‌عنوان مثال، زمانی که از فردی سؤال می‌شود آیا احساس اضطراب یا غم داری؟، ممکن است پاسخ دهد: بله، اما نمی‌دانم دلایلش چیست. از کودکی این حس را داشته‌ام. این فرد به‌خطر نمی‌آورد که ریشه این اضطراب و افسردگی به مشاجرات والدینش بازمی‌گردد، زیرا این خاطرات در ناخودآگاه او سرکوب شده‌اند.

کودکی که احساس می‌کند مورد توجه قرار نمی‌گیرد، برای دیده شدن به رفتارهای منفی روی می‌آورد. چون رفتارهای مثبت او مورد توجه

به شکل بیپنه مدیریت خواهد شد عنوان کرد: در بسیاری از کشورها که با محدودیت در تأمین نهاده‌های کشاورزی روبه‌رو هستند، محصولات باغی خود را در مناطق سرد، زیر پلاستیک کشت می‌کنند به‌طوری‌که بنده شخصاً در شهر «آربین چین» دیدم که انگور و گیلان را این‌گونه کشت می‌کردند و باغداران از نتیجه کاملاً رضایت داشتند؛ مخصوصاً برای مقابله با سرمای یباره که برای برخی محصولات مشکل‌ساز است.

این گیاه‌شناس در واکنش به این پرسش که یکی دیگر از نکاتی که کارشناسان در ضرورت استفاده از کشت گلخانه‌ای در بستر با‌ها مطرح می‌کنند، امکان چند بار برداشت در سال است. آیا این امکان برای انگور وجود دارد؟ ابراز کرد: بله، با مدیریت درست تغذیه می‌توان دوره برداشت را طولانی‌تر کرد.

خاندجانی ادامه داد: منظور من از مدیریت بازار هم همین است؛ یعنی تولید را به‌گونه‌ای تنظیم کنیم که بتوان چند مرحله برداشت انجام داد و از نظر اقتصادی هم به‌صرفه باشد.

■ **رهایی باغ‌های انگور از زنجره با کشت گلخانه‌ای**

وی در واکنش به این موضوع که یکی از مسائلی که همواره برای باغ‌های انگور و محصولات فراوری‌شده از آن همچون کشمش مطرح بوده و ما را در صادرات دچار مشکل کرده، باقی‌مانده سموم است، بنابراین این پرسش مطرح می‌شود که آیا کشت گلخانه‌ای می‌تواند راهی برای رفع مشکل باشد؟ اذعان کرد: در این باره نمی‌توان گفت گلخانه به‌تنهایی تمام آلودگی‌ها را از بین می‌برد اما کنترل آفات و بیماری‌ها ساده‌تر است، مثلاً امروز یکی از بزرگترین مشکلات باغ‌های انگور ملایر، آفت زنجره است که آن را در گلخانه‌ها، به‌دلیل فضای بسته، می‌توان تا حد زیادی کنترل کرد.

وی ادامه داد: البته حدود ۱۵ تا ۲۰ سال پیش بود که پیشنهاد دادم برای مدیریت بهتر تولید، چند پایلوت گلخانه‌ای در عرصه محصولات باغی ایجاد شود تا باغداران بتوانند از نزدیک مشاهده

کرده و آموزش ببینند چراکه ساختار سنتی تولید باید تغییر کند و به یک مدل آموزشی و الگویی تبدیل شود.

این گیاه‌شناس در واکنش به موضوع میزان صرفه‌جویی در آب با کشت گلخانه‌ای انگور گفت: یقیناً از کشت گلخانه‌ای این محصول صرفه‌جویی زیادی حاصل نمی‌شود، چون انگور نیاز آبی خاص خودش را دارد؛ اما نکته مهم این است که بارش‌های طبیعی نیز باید مدیریت شوند چراکه متأسفانه در بسیاری از گلخانه‌ها سیستم جمع‌آوری آب باران وجود ندارد و آب باران از نلادان به بیرون هدایت و از دسترس خارج می‌شود.

خاندجانی خاطرنشان کرد: بنابراین بهترین کار این است که اگر تصمیم گرفتیم کشت انگور را به‌صورت گلخانه‌ای انجام دهیم، حتماً باید سیستم جمع‌آوری آب باران را هم تعبیه کنیم تا بتوانیم از آب‌های طبیعی نیز برای آبیاری بهره ببریم.

وی با ابراز اینکه در شمال کشور، به‌ویژه در بخش‌هایی از مازندران برای محصولات باغی همچون لیمو این مدل اجرا شده و گلخانه‌ای کردن کشت، بهره‌وری را به‌شدت افزایش داده اذعان کرد: به عقیده من، اگر همه‌چیز درست انجام شود، می‌توانیم ۳۰ تا ۴۰ درصد بهره‌وری را در سطح افزایش دهیم.

در ادامه مدیر باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان همدان درباره چگونگی و چرایی حمایت از کشت گلخانه‌ای انگور در ملایر گفت: موضوع کشت‌های گلخانه‌ای در سطح استان، به‌ویژه در حوزه محصولات متنوع، ازجمله برنامه‌های مهم ماست اگرچه تاکنون عمدتاً محصولات صیفی و گل‌های شاخه‌پریه در گلخانه‌ها کشت می‌شدند، اما اکنون دنبال آن هستیم که تولید محصولات باغی را نیز در گلخانه‌ها عملیاتی کنیم.

حجت‌الله شهبازی با اشاره به اینکه این کار مزایای فراوانی دارد؛ ازجمله اینکه می‌توانیم محصولی را که معمولاً در فصل یا شرایط خاصی به‌عمل می‌آید، زودتر وارد بازار کرده و هم نیاز بازار را پاسخ دهیم و هم درآمد قابل توجهی برای می‌گیرند. زمانی که این الگوها به شکل ناسالم و از طریق مشاچه ارائه شود، کودک در آینده با مشکلات جدی در برقراری روابط مواجه خواهد شد. این امر می‌تواند به مشکلات ارتباطی به نوبه خود منجر به مشکلات عاطفی می‌شود که ریشه در اضطراب، افسردگی و عزت نفس پایین دارد. چنین افرادی معمولاً در مواجهه با چالش‌ها خود را ناتوان می‌پندارند و اعتماد به‌نفس لازم برای مقابله با مشکلات را ندارند.

این گروه از کودکان غالباً برای جلب توجه به رفتارهای افراطی روی می‌آورند. افرادی که دارای ویژگی‌های خودشیفتگی یا اختلالات نمایشی هستند، اغلب از همین دسته‌اند. آن‌ها یاد گرفته‌اند که تنها از طریق رفتارهای افراطی یا حتی ضداجتماعی می‌توانند توجه دیگران را جلب کنند.

احساس ناامنی از دیگر پیامدهای رشد در محیط‌های پرتنش است. کودکانی که در معرض مشاجرات مکرر قرار گرفته‌اند، به‌دلیل عدم ثبات عاطفی در خانواده، همواره احساس ناامنی می‌کنند. این احساس به حدی قوی است که در روابط آینده آن‌ها نیز تأثیر می‌گذارد؛ به گونه‌ای که حتی در روابط سالم نیز نمی‌توانند احساس امنیت کنند و پیش از این‌ها رابطه خارج می‌شوند تا از آسیب‌های احتمالی جلوگیری کنند. این افراد معمولاً نسبت به پایداری روابط خود بدبین هستند.

از نظر هیجانی نیز این افراد از ثبات کافی برخوردار نیستند. الگوهای رفتاری آن‌ها اغلب شبیه به اختلال شخصیت مرزی است که با نوسانات خلقی شدید همراه است. رفتارهای آن‌ها معمولاً غیرقابل پیش‌بینی است و ممکن است به‌صورت ناگهانی دچار فروپاشی هیجانی شوند. این بی‌ثباتی ریشه در تجربیات نامطلوب دوران کودکی و قرار گرفتن در معرض محیط‌های پرتنش خانوادگی دارد.

■ **آیا در بین انواع مشاچه (لفظی، فیزیکی و خاموشی)، شدت آسیب روانی کودک تفاوتی وجود دارد؟**

والدین در هنگام بروز تعارضات از شیوه‌های مختلفی استفاده می‌کنند که هر یک به‌طریقی خاص بر روان کودک تأثیر می‌گذارد. نخست مشاجرات لفظی است که شامل فحاشی، توهین و بی‌احترامی مستقیم است و آثار روانی مانند ایجاد اضطراب پایدار، بروز مشکلات رفتاری، احساس افسردگی، کاهش احساس امنیت، تضعیف عزت نفس بر کودک را در پی داشته و در بلندمدت پیامدهایی چون شکل‌گیری احساس بی‌ارزشی و درونی‌سازی الگوهای ارتباطی خصمانه را به‌دنبال دارد.

دوم رفتارهای خاموش با به‌کارگیری سکوت و قهر، قطع کامل ارتباط و ایجاد فضای سرد عاطفی است. این رفتار آثار روانی مانند درونی‌سازی این

تولیدکنندگان ایجاد کنیم، ابراز کرد: علاوه بر این استفاده از این بستر باعث تنوع بیشتر در سبد محصولات تولیدی استان خواهد شد. وی ادامه داد: به‌دلیل اینکه شهرستان ملایر قطب تولید انگور در استان همدان است، در نظر داریم کشت گلخانه‌ای انگور را نیز در این منطقه آغاز کنیم که خوشبختانه این طرح هم‌اکنون در دستور کار ما قرار گرفته است.

این مقام مسئول درخصوص حمایت‌های پیش‌بینی‌شده برای سرمایه‌گذاران اذعان کرد: در مرحله نخست، تسهیلات یارانه‌دار برای احداث گلخانه ارائه می‌شود؛ البته دانش فنی مورد نیاز که در این حوزه اهمیت زیادی دارد، با همکاری مراجع تخصصی به سرمایه‌گذاران و متقاضیان انتقال خواهد یافت تا تولید مورد انتظار تحقق یابد.

شهبازی با اشاره به اینکه در حال حاضر، برای شروع کار، واحدهایی در ابعاد چند هزار مترمربع پیش‌بینی شده، اما در سال‌های آینده به‌دنبال گسترش و افزایش تنوع محصولات خواهیم بود تصریح کرد: به علاوه، در گلخانه‌ها از ارقام جدید و بازاری‌سند انگور استفاده خواهد شد؛ ارقامی که هم کیفیت بالاتری دارند و هم از نظر اقتصادی برای تولیدکننده توجیه‌پذیرتر هستند.

وی با اشاره به ظرفیت صادراتی این طرح ابراز کرد: نکته این است که ایران از تولیدکنندگان اصلی انگور در جهان است، اما تاکنون تنها در زمینه صادرات کشمش جایگاه مشخصی داشته‌ایم؛ بنابراین ما توسعه ارقام تازه‌خوری یا اصطلاحاً «رومیزی»، به‌ویژه از طریق کشت گلخانه‌ای، می‌توان در فصول غیرمتعارف نیز محصول انگور را تولید و وارد بازارهای صادراتی کرد که این اقدام می‌تواند جایگاه ایران را در صادرات انگور تازه نیز ارتقا دهد.

وی با اشاره به اهمیت موضوع صرفه‌جویی در آب و کنترل آفات از طریق گلخانه در محصولات باغی، خاطرنشان کرد: از مهم‌ترین مزایای کشت گلخانه‌ای، صرفه‌جویی در مصرف آب است چراکه ذاتاً انتقال کشت محصولات باغی به گلخانه، موجب کاهش مصرف آب به میزان قابل توجهی

می‌کند.

یک روان درمانگر خانواده مطرح کرد:

مشاچه والدین؛ ویرانگر اعتماد و امنیت کودک

باور که سکوت تنها راه حل است و یا گرایش به انزوا و گوشه‌گیری که کاهش شدید عزت نفس را به‌دنبال آیدن را شامل می‌شود؛ همچنین در بلندمدت پیامدهایی چون شکل‌گیری الگوی اجتنابی در روابط و مشکلات شدید در ایجاد و حفظ روابط صمیمانه و تمایل مزمن به‌تنهایی مانند آرزوی زندگی در انزوا را به‌دنبال خواهد داشت.

سوم خشونت فیزیکی است که در درگیری‌های جسمانی و رفتارهای خشونت‌آمیز آثار فوری چون ایجاد ترس و وحشت شدید، شکل‌گیری احساس ناامنی عمیق، بروز نشانه‌های اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) را بر کودک دارد. این آثار با تظاهرات بالینی چون اجتناب از موقعیت‌های trauma، اختلالات خواب مثل دیدن کابوس‌های مکرر، بازتجربه خاطرات آسیب‌زا حتی در بزرگسالی و واکنش‌های شدید اضطرابی در مواجهه با محرک‌های مرتبط خود را نشان می‌دهد.

با توجه به اینکه تمامی این الگوهای تعارضی منجر به معرومیت عاطفی کودک می‌شوند، کودک در هر سه حالت، توجه مثبت لازم را دریافت نمی‌کند و این تجربیات به شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی ناایمن می‌انجامد و در نتیجه تأثیرات این آسیب‌ها اغلب تا بزرگسالی تداوم می‌یابد.

والدین باید آگاه باشند که حتی در صورت اجتناب از خشونت فیزیکی، شیوه‌های دیگر تعارض نیز می‌تواند آسیب‌های جدی و ماندگاری بر رشد روانی کودک وارد کند. یادگیری مهارت‌های حل تعارض سالم و مدیریت خشم، سرمایه‌گذاری ضروری برای سلامت نسل آینده است.

■ **کودکان در مواجهه با مشاجرات والدین، معمولاً چه واکنش‌های هیجانی یا رفتاری از خود نشان می‌دهند؟**

کودکانی که شاهد مشاجرات والدین هستند، ابتدا احساس ناامنی عمیقی را تجربه می‌کنند. این کودکان خانه را به‌عنوان پناهگاه امن از دست داده و دچار اضطراب مزمن می‌شوند. این اضطراب خود را به شکل نگرانی دائمی، دلشوره و انتظار وقوع اتفاقات ناگوار نشان می‌دهد. بسیاری از این کودکان احساس گناه ناچایی داشته و خود را مسئول اختلافات والدین دانسته و این وضعیت منجر به سردرگمی عاطفی و ناتوانی در پردازش صحیح احساسات می‌شود.

این کودکان اغلب دچار اختلالات خواب مانند کابوس‌های شبانه، بی‌خوابی یا خواب‌آلودگی مفرط می‌شوند. علائم روان‌تنی مانند شب‌ادراری، سردرد و دل‌دردهای بدون علت پزشکی در آن‌ها شایع است. از نظر تحصیلی، کاهش توجه و افت عملکرد محسوس را تجربه می‌کنند.

واکنش‌های دفاعی آن‌ها شامل جابجایی خشم

چون پرخاشگری با همسالان به جای والدین و رفتارهای تخریبی عمدی است.

برخی کودکان به سمت پرخاشگری فعال گرایش پیدا می‌کنند که شامل نزاع با همسالان، نافرمانی عمدی و تخریب وسایل می‌شود. گروه دیگری به انزوا و کناره‌گیری روی می‌آورند که با کاهش تعاملات اجتماعی، از دست دادن علاقه به فعالیت‌ها و تظاهر به درون‌گرایی کاذب همراه است. رفتارهای جلب توجه نیز در این کودکان شایع است و به شکل نمایش‌های افراطی، خودزنی عاطفی و رفتارهای نامتناسب با سن بروز می‌کند.

این کودکان دچار تحریف‌های شناختی مانند شخصی‌سازی («تقصیر من است») و پیش‌بینی فاجعه‌آمیز («حتماً اتفاق بدی می‌افتد») می‌شوند. رشد مهارت‌های حل مسئله، تنظیم هیجان و ایجاد روابط پایدار در آن‌ها مختل می‌شود. یک چرخه معیوب از اضطراب، افت عملکرد، سرزنش والدین، تشدید احساس گناه و افزایش اضطراب در آن‌ها شکل می‌گیرد.

■ **چه راهکارهایی می‌تواند تأثیر منفی مشاچه بر کودکان را کاهش دهد و یا جبران کند؟** والدین می‌توانند با ایجاد فضای امن برای بیان احساسات کودک و یا استفاده از بازی‌درمانی برای تخلیه هیجان، در تقویت عزت نفس با تأکید بر بی‌تقصیری کودک اقدام کنند؛ همچنین در صورت بروز مشکلات جدی‌تر می‌توانند با استفاده از مداخله حرفه‌ای با کمک روان درمانی کودک و خانواده‌درمانی در جهت آموزش مهارت‌های سازگاری متناسب با سن فرزند، اقدام کنند.

همچنین والدین می‌توانند عبارات توضیح‌دهنده به‌کار ببرند مانند اینکه؛ این موضوع مربوط به بزرگترهاست و یا پس از هر مشاچه، زمان آرامش بخشی با کود داشته باشید. والدین باید توجه داشته باشند که حتماً مراقب پیام‌های غیرکلامی مانند حالت چهره و تن صدا باشند و در صورت تداوم نشانه‌ها، حتماً از روان‌شناس کودک کمک بگیرند.

مشاجرات والدین می‌تواند منجر به اختلالات روان‌شناختی (اضطراب، افسردگی، PTSD)، مشکلات رفتاری (پرخاشگری، بزهکاری) و آسیب‌های بلندمدت (اختیار و اختلالات شخصیت) در کودکان شود. راهکارهای اساسی شامل مدیریت تعارضات به شیوه سالم، حمایت عاطفی از کودک، مداخلات تخصصی و پیشگیری از آسیب‌های بلندمدت است. به یاد داشته باشیم که کودکان از رفتارهای ما الگو می‌گیرند و سلامت روان آن‌ها سرمایه‌ای ارزشمند برای آینده جامعه است. در صورت نیاز، مراجعه به روان‌شناس کودک و مشاور خانواده می‌تواند کمک‌کننده باشد.