سلامة الصحفيين عند تغطية الصدمات النفسية والمِحَن

في السلسلة:

اتجاهات عالمية في حرية التعبير وتنمية وسائل الإعلام

اتّجاهات رئيسية:

- لقد زاد الضغط المُمارَس على الصحفيين لتغطية الصدمات النفسية والمِحَن التي يتعرّض لها الأشخاص ولتزويد منصّاتٍ متعددة بمحتوى مدفوع بعناصر معنوية.
- الأثر على الناجين: يؤدي النقص المستمر في التدريبات الصحفية المُدرِكة للصدمة إلى التعامل مع الناجين بطريقةٍ غير ملائمة أو غير مُطَّلعة، حتى أنَّ بعض الناجين يقولون إنَّ ذلك يزيد من صدمتهم أو يجعلهم أكثر 'غضباً' و'ألماً' و'إحباطاً'.
- الأثر على الصحفيين: قد تنجم الصدمة النفسية المباشرة أو الثانوية عن التعرُّض لأحداثٍ يُحتمل أن تكون صادمة وعن إعداد تقارير صحفية بشأن الأشخاص المتضررين منها.
- عوامل التوتر الحديثة: ارتفاع في الهجمات السامة على الإنترنت ضد الصحفيات؛ تغطية جائحة كوفيد-١٩ تحفّز 'أزمة صحة عقلية' و'مخاطرة مالية'.
- في سعيهم إلى تغطية الأخبار الهامّة والعاجلة في سوقٍ تتزايد فيها المنافسة، قد يمارس الصحفيون الضغط على الناجين، غير مدركين أو مُتجاهلين التوجيه التحريري ومدوَّنات قواعد السلوك.
- مواجهة المستقبل: سيعمل الصحفيون مع السكان المتأثرين بالـ 'الفقر المستمر'، والهجرة، وحالات الطوارئ الكبرى والكوارث، و'حالات عدم الاستقرار الخطيرة وفوضى المناخ'.

CI-2022/WTR/2

تغطية الصدمات النفسية والمِحَن

الأثر المترتب عن إعداد تقرير صحفي عن الصدمات

يُغطّي الصحفيون الطلب على الأخبار التي تنطوي على اهتماماتٍ إنسانية مدفوعة بعناصر معنوية، في ظلِّ منافسة متزايدة مع وسائل التواصل الاجتماعي لجذب انتباه القُرّاء، وقد يجدون أنفسهم يعملون بانتظام في مهلٍ زمنية ضيّقة وعلى نحوٍ وثيقٍ مع أشخاصٍ عاديين يمرّون بأوقاتٍ سيئة فوق العادة أو بأوقاتٍ عصيبة. وقد تتراوح هذه المآسي من المرض إلى التعرّض لجرائم وحوادث سير وعنف ونزوح وكوارث.

وغالباً ما تُنقَل الأخبار بفاعليةٍ أكبر من خلال الأشخاص المتضررين منها. فالصحفيون في حاجةٍ إلى 'تسمية الأشخاص' لإضفاء طابعٍ إنساني على الحدث.

«إننا نحاول فعلاً ونشارك على نحوٍ طبيعي في صناعة الخبر عبر متابعة المشاركين فيه الذين يتصارعون مع الحدث مباشرةً، ممّن قُلبَت حياتهم رأساً على عقب بفعل حدثٍ مؤثرٍ بعمق وصادمٍ بشدّة.» لويس ثيرو، مُعدّ أفلام وثائقية، إعداد تقارير صحفية عن الصدمات، دليل الصحفي لتغطية الأخبار الحساسة.

«كلّ ما نطلبه كناجين هو أن تتعاملوا معنا بكرامةٍ واحترام. عندما تتعاملون معنا أو مع قصصنا كَسِلعة، نستعيد الصدمة مرةً أخرى لأنَّكم تتحوَّلون إلى منتهكٍ آخر يستغلّنا.»

- لويز غودبولد، #MeToo ناجية من المُعتدي الجنسي هارفي واينستين

«إنّ مجرّد الاستماع إلى أشخاصٍ وهم يتكلّمون عمّا جرى لهم هو ما يساعد الناس على فهم فظاعة الحدث.» ريتشارد بيلتون، مُعدّ أفلام وثائقية

المصادر، والأشخاص الذين تجري مقابلتهم، والمشاركون قد يشيرون إلى أنفسهم على أنَّهم ضحايا أو ناجون. يُستخدم في هذا التقرير مصطلح 'ناجين' المفضَّل غالباً. ومن حيث التطبيق، من المهم أن يُسأل الأشخاص عن المصطلح الذي يفضّلونه.

يستند هذا الموجز إلى البحث الخاص بالمؤلف، وإلى النتائج الرئيسية من البحث الذي كُلِّف به من منظمة اليونسكو، ومفوضية الأمم المتحدة السامية لشؤون اللاجئين، واليونيسف، ومنظمة الصحة العالمية، ودراسة الحالات التي تعكس المنظور الجنساني والتنوُّع، والخبرات في الصدمة السريرية، ومواد من مصادر موثوقة بشأن الممارسة الصحفية السليمة الممزوجة بشهاداتٍ من الصحفيين والناجين.

أخبار حساسة

نادراً ما يختار الناجون أن يكونوا تحت عين وسائل الإعلام. وربما يكونون قد مرّوا بعدد من التجارب ناجمة عن الصدمات المُفجعة، والانتهاك الجنسي، والجرائم بدافع الكراهية، والعنف القائم على النوع الاجتماعي، إلى خسائر في الصحة وسُبُل العيش وفقدان أفراد الأسرة وخسارة الديار والأوطان. وهم ربما أشخاص يعانون أمراضاً عقلية، مع اضطرابات في تناول الطعام، وإدمان، وإعاقة، وفقر، وإهمال، وحرمان.

«لا تعاملني وكأنني شخصٌ لديه قصة يخبرها، بل تعامل معي باعتباري أمّاً ثكلى. أظهِر لي قليلاً من الاحترام والتعاطُف. ولا تخبرني أنَّك تعرف بما أشعر... فعندما تكون في هذه الدوّامة من الألم والأسى والصدمة، تكون هذه الكلمات عديمة الإحساس ولها وقعٌ مؤلم جداً.»

روز، في حديثها إلى المراسلين عن الوفاة المفاجئة لابنتها البالغة من العمر ٢٢ عاماً.

وأيّاً كان تخصُّص الصحفيين – سواء كان الأخبار العاجلة، أو الشؤون الدولية، أو الصحة، أو الجريمة، أو الشؤون الاجتماعية، وحتى السياسة أو الرياضة – فقد يجدون أنفسهم يعملون مع أشخاصٍ يواجهون فاجعة أو صدمة أو خوف أو يحاولون التعامل مع أوقاتٍ صعبة معنوياً.

قد تكون العلاقة المهنيّة مُجزية من الناحية الاجتماعية. فالتقارير الإخبارية أو البرامج الوثائقية أو البث الصوتي الرقمي أو برامج البث الإذاعي أو المقابلات أو المقالات قد تؤدي إلى تحوُّلٍ في وجهات النظر وسياسات الحكومة وحتى في حياة الأشخاص.

ولكنها عندما تُعالج بطريقةٍ سيّئة أو غير سليمة أو غير دقيقة، فقد يُخاطر الصحفيون بإيذاء المشاركين، ويضاعفون محنتهم، ويُخفقون في التأثير على الوعي العام. «لقد تسبّب لي تعاطي الإعلام مع جريمة القتل صدمةً موازية تقريباً.» أحد أفراد أسرة الضحية في جريمة قتل، الناجون من الصدمات والإعلام.

وفي المقابل، يخفق بعض الصحفيين في نقل تجارب الناجين، لأنَّهم في حد ذاتهم يشعرون بعدم القدرة على التعامل معهم، على النحو المُبيَّن في المنشور الصادر عن مكتب اليونسكو في نيودلهي، «العنف الجنسي ووسائل الإعلام الإخبارية».

وقال أكثر من ثلث الصحفيين البالغ عددهم ٢٥٧ شخصاً ممّن جرت مقابلتهم في الدراسة إنَّ عدم إمكانية الوصول إلى الناجين شكّل عقبة. ووجد الباحثون أنَّ «المعوقات الداخلية شملت التحفُّظ من جانب المُراسل إمّا بسبب الحاجة إلى مراعاة ظروف الضحايا أو بسبب شعورهم بأنَّهم غير مجهَّزين لهذه المهمة، بسبب الافتقار إلى التدريب لإجراء مقابلات معهم.»

وقد قال لهم أحد الصحفيين، «كيف يمكن للمرء أن يتحدَّث إلى ناجيةٍ من جريمة اغتصاب في مجتمعٍ كمجتمعنا؟ كيف تقول لها، 'كيف اغتُصبت؟'، لطالما واجهتُ صعوبات عند التحدُّث إلى أحد الناجين. لأنَّني لا أعرف أين يجب أن أرسم حدودي».

الصحفيون المُدركون للصدمات النفسية

إدراك الصدمات: التحديات

تدريب

«لسنا اختصاصيين في علم النفس، ولسنا مستشارين ولسنا مُدرَّبين، ونطلب منهم أن يعيشوا مرة أخرى اللحظات المروّعة في حياتهم.» سايمون، كبير مراسلي الأخبار التلفزية، إعداد تقارير صحفية عن الصدمات. خلافاً للمهنيين الآخرين الذين يعملون مع الضحايا والناجين، لا يحظى معظم الصحفيين بالتدريب اللازم بشأن كيفية التفاعل كما يجب مع الأشخاص المتأثرين بالصدمات النفسية أو المِحَن.

شهد التدريب الإعلامي في إدراك الصدمات نمواً في خلال السنوات الأخيرة في بعض أنحاء العالم، ويشكّل أهمية في كل مرحلةٍ من مراحل إعداد التقارير الصحفية: الاتصال بالناجين، وإنشاء علاقات مهنية معهم، ومقابلتهم، والتصوير معهم، والكتابة عنهم، ومتابعتهم أو إعادة النظر في القصص التي يروونها عن تجاربهم الصادمة أو المؤلمة.

يدور إدراك الصدمات حول الثقافة النفسية التي تمكّن الصحفيين من فهم التأثير المحتمل لعملهم على الفرد الذي يجرون معه مقابلة، وكذلك لفهم التأثير المحتمل على أنفسهم. وهذا الإدراك يُمكِّن الصحفيين من تعلُّم أنّ اختبار ردة فعل معنوية قوية وربما جسدية وقبولها هي استجابة بشرية طبيعية للصدمة.

أحداث صادمة

ينطوي الحدث الذي قد يخلِّف صدمةً نفسية على معاناة من توترٍ نفسي حاد. فعندما يتعرَّض الفرد أو العائلة أو المجتمع المحلي لتهديدٍ بالموت أو لموتٍ فعلي أو لإصابةٍ خطيرة أو لاعتداءٍ جنسي، قد يكون التوتُّر النفسي الحاد مفاجئاً أو مستمراً. ويشمل مشاهدة أمرٍ مُروّع يجري للمقربين في العائلة أو الأصدقاء أو السماع عنه. وقد يتعرَّض الناجون لما يلي، ويعتمد ذلك أحياناً على درجة المشاركة أو القُرب أو تجربة الخسارة. وبالنسبة إلى كثيرين منهم، قد يشمل ذلك تغييراتٍ هامة في معتقداتهم والافتراضات التي يحملونها تجاه أنفسهم والعالم.

استجابات شائعة في أعقاب الحدث. حالة الاضطراب ما بعد الصدمة: الوقائع

البدنية	النفسية
القلق، والخوف، والسأم، ومخاوف إزاء فقدان السيطرة	الارتعاش والارتجاف
يقظة مفرطة واضطرابات في النوم وكوابيس	التشنُّج والآلام العضلية
ذكريات متطفِّلة، مع أو بدون محفِّزات	الأرق والتعب والإرهاق
الشعور بالذنب، والندم للشعور بالعار بسبب 'ذنب الناجي'	خفقان، تنفُّس متسارع قليلاً
تغيُّرات في النظرة أو السلوك	دوار
حزن، ومزاج سيئ، ورغبة في البكاء	غثيان وقيء وإسهال
انفعال وغضب	
الخدر العاطفي والانسحاب وتجنُّب التواصل الاجتماعي	
الاهتياج والانفعال	

حارِب، اهرُب، تجمَّد: 'في الموقع'

يمثِّل الاقتراب من أي فردٍ لطلب مشاركة تجربةً صعبة على الصحفيين، ولكن قد تكون المراسَلة من مكان وقوع حادثة أو كارثة كُبرى، عندما تصل وسائل الإعلام العالمية، مسألةً حساسة خاصةً بالنسبة إلى المراسلين وكذلك الناجين الذين يريدون التحدُّث إليهم.

الأثر على الناجي:

قد يشعر الناجون بأنَّهم محاصرون بالمراسلين المتعطّشين لمعرفة ما جرى لهم وأنَّهم يتعرَّضون للضغط لرواية ما حدث.

«هذا الأمر سبَّب لي التوتر والقلق، وبات من الصعب بالنسبة إليّ أن أتابع حياتي اليومية. ولم أحظَ حتى بفرصةٍ لفهم ما جرى قبل أن أُستغَلّ للتكلُّم عن هذه الأمور.»

قادت مجموعة ناجون ضد الإرهاب مشروعاً بحثياً شارك فيه ١١٦ شخصاً من المصابين أو المتضررين من الإرهاب في المملكة المتحدة والخارج. وأظهرت النتائج التي نُشرت في تشرين الثاني/نوفمبر ٢٠٢١ أنَّ الثلثَين تقريباً قد تعرّضوا للتطفُّل من وسائل الإعلام ونقل التصاريح الكاذبة وانتهاك الخصوصية.

«اختلفت الطبيعة الدقيقة للتطفُّل اختلافاً كبيراً. من الاتصالات الهاتفية المزعجة والمتكررة إلى تكتيكاتٍ أكثر جرأةً وإزعاجاً..... ففي حين أنّ معظمنا قادرون على التعامل مع الاتصالات غير المرغوبة في الأوقات العادية، إلا أنَّ ورودها بكميةٍ هائلة قد يكون طاغياً في الوقت الذي يُدرك فيه المرء خسارته المُروّعة للتو أو عندما يبحث بكل يأسٍ عن معلوماتٍ بشأن مكان وجود طفلٍ فُقدَ في الهجوم.

ويشمل التقرير كذلك وصفاً للشعور بالاستهداف المتكرر والخداع والمطاردة، وفي بعض الحالات كان الصحفيون ينقلون خبراً مفاجئاً بموت أحد أفراد الأُسرة.

«فتحت ابنتي البالغة من العمر ١٦ عاماً الباب ظنّاً منها أنَّه ساعي البريد، ولكنَّ الطارق كان صحفياً يعزّيها بفقدان أخيها. لم يُخبرونا رسمياً بوفاته حتى المساء، بعد مرور اثنتي عشرة ساعة على التطفُّل. في وقت التطفُّل، كان ابني المتوفى لا يزال مسجّى على أرض الملعب.»

مع ذلك اعترف الناجون أيضاً بدور المنظمات الإعلامية وساندوها في كونها تنقل المصلحة العامة في أحداثٍ مثل الهجمات الإرهابية، وكان لدى أكثر من نصفهم تجارب إيجابية في العمل مع الإعلام.

الأثر على الصحفي:

في عام ٢٠١٥، قتلَ مُسلَّحون ومُفجّرون انتحاريون ١٣٠ شخصاً، وجرحوا مئات آخرين من الناس ضمن سلسلةٍ من الهجمات، بدءاً بمسرح باتاكلان.ولم تكُن هذه الأخبار العاجلة العنيفة غريبة على لوسي ويليامسون، مراسلة قناة بي بي سي الإخبارية في باريس، ذلك أنَّها عملت في الماضي في كل من غزة والعراق، وغطَّت الانقلابات والاضطرابات المَدَنية في آسيا، ولكن تجربة باتاكلان كانت فريدة من نوعها.

«أوَّلاً كان نطاق الهجوم في أوروبا كبيراً. فقد حدث في مواقعَ عدَّة وبلغت حصيلة الموتى عدداً مرتفعاً جداً، وأسلوب العنف كان سادياً جداً وشخصياً.»

وأضافت قائلةً «أظنُّ أنَّنا وجدنا الوضع صعباً جداً وأجرينا بعض تلك المقابلات خطّياً في الأيام والأسابيع اللاحقة، وغالباً من دون أي استراحة، مما جعل الأمر أكثر صعوبةً بالفعل. شعرنا بالرعب والخوف... ومن ثمَّ أجرَينا مقابلاتٍ مراراً وتكراراً مع الأشخاص بشأن تجاربهم.»

وتقول ويليامسون إنَّ الأولوية تكمن في التعاطُف مع الناجين. «الشخص يأتي أوَّلاً. فإذا كنت ستؤذي الشخص عقلياً أو عاطفياً باتخاذك فعلاً يُفيد الخبر ولكن يُضرُّ بالشخص، فامتنع عن ذلك. إذ ما مِن خبرٍ يستحقُّ الصحة العقلية لشخصٍ ما أو حياته، ولا حياتك ولا حياته.» إعداد تقارير صحفية عن الصدمات.

إعادة النظر في الأخبار الحساسة

كان جيف آخر طفلٍ أُنقِذَ من كارثة أبرفان في ويلز بالمملكة المتحدة عام ١٩٦٦، حيث انهار طرف منجم الفحم واجتاح مدرسة وتسبَّب في مقتل ١١٦ طفلاً و٢٨ شخصاً بالغاً.
«تُشفى الإصابات البدنية سريعاً نوعاً ما ولكن على المرء أن يعيش مع كوابيس تعود إلى ما جرى له في ذلك اليوم.... الفتاة التي فارقت الحياة على كتفي والنظر إلى وجهها وأيضاً الشعور بالذنب لأنني نجَوت.»

يتمثَّل التحدّي الإضافي بالنسبة إلى الصحفيين في أنَّهم يحتاجون بانتظام إلى إعادة النظر في التجارب المؤلمة للأشخاص من خلال فعاليات الذكرى السنوية، والمناسبات التأبينية، والدعاوى القضائية، والتحقيقات، والتحريات ولأسبابٍ أخرى كثيرة. وهناك اعتبارات رئيسية عند العمل مع الأشخاص الذين يختارون مشاركة ذكرياتهم وتجاربهم السابقة. وينبغي تطبيق إدراك الصدمة ومراعاتها على نحوٍ متساوٍ عند متابعة الأخبار لأشهرٍ وسنوات وحتى عقود بعد وقوع الحادثة.

«إذا أخبرتك بأنَّني زرتُ مشرحةً ورأيتُ ابنتي الجميلة البالغة من العمر ٢٢ عاماً ممدَّدة فوق لوحٍ من رخام، بل إنَّني أرى المشرحة في الواقع... أشعر بالبرد وأرتجف لأنَّ المشرحة كانت باردة جداً. وما إن تبدأ العائلة بالتحدُّث عن فقيدتها المحبوبة، يبدو الأمر وكأنَّ الوفاة حدثت للتوّ في تلك اللحظة بالذات، وينتاب الجميع شعور بالألم والصدمة.» روز، التي توفّيَت ابنتها فجأة.

وكذلك عندما يسترجع الأشخاص مُجرَيات الاعتداء الجنسي الذي تعرَّضوا له ويروون وقائعه قد يُصابون بتوتٍر شديد، علماً أنَّ الناجين قد يُعيدون اختبار المشاعر التي انتابتهم في أثناء الاعتداء «أبداً لا يهون سرد قصتك، بل تعيشها من جديد في كل مرةٍ ترويها.» نادية مراد، الناشطة الأيزيدية في حقوق الإنسان التي اختطفها تنظيم الدولة الإسلامية في العراق والشام وبيعت في الاسترقاق الجنسي.

تغطية الصدمات، المستقبل

يميل الصحفيون بشكلٍ متزايد إلى تغطية الأثر البشري للكوارث العالمية، الطبيعية منها والناتجة عن صنع الإنسان.

«بات مستقبلنا محفوفاً بمخاطر عدم الاستقرار وفوضى المناخ.» أنطونيو غوتيريش، الأمين العام للأمم المتحدة، مقترحاً تدابير تحويلية في فعالية «خطتنا المشتركة» في أيلول/سبتمبر ٢٠٢١.

«يتجذّر جزءٌ كبيرٌ من الاضطراب العالمي في الفقر المستمر والجوع والافتقار إلى سُبُل الرعاية الصحية والتعليم وضمان الدخل، وتزايُد أوجه عدم المساواة والظلم. ومعظم الأفراد في أسرتنا البشرية — ٥٥ في المائة أو ٤ مليار شخص — هُم على بعد خطوةٍ واحدة من العَوَز، من دون أي شكلٍ من أشكال الحماية الاجتماعية على الإطلاق.»

لقد أثارت ملاحظاته في الجمعية العامة احتمالات حدوث مواقف كثيرة حيث سيتعيّن على الصحفيين حول العالم أن يشهدوها وينقلوا أخبارها في الأشهر والسنوات المقبلة. وستتمحور أخبارهم حول الأُسَر والأفراد الذين يجابهون أثرها.

كما يضطلع الصحفيون بدورٍ مهم في إذكاء الوعي وتفنيد المحظورات والوصم بشأن الصحة العقلية. ومجدداً، ستتمحور تقاريرهم حول أشخاصٍ قد يحتاجون إلى تعامُلٍ دقيقٍ ومستنير ليتمكَّنوا من مشاركة تجاربهم. وهؤلاء هم الأشخاص الموجودون خلف جميع العناوين:

هناك مسائل رئيسية تتعلَّق بإعداد تقارير صحفية عن أشخاصٍ لديهم أمراض عقلية، لا سيَّما بطريقة كتابة الأخبار وتأطيرها وعرضها.

المبادرة الخاصة بالصحة العقلية من منظمة الصحة العالمية (2019-2023): التغطية الصحية الشاملة للصحة العقلية

- هناك ٨٠٠٠٠٠ حالة وفاة في السنة بسبب الانتحار، وهو السبب الرئيسي للموت عند الشباب.
- تتسبَّب أمراض الصحة العقلية في عيش سنةٍ واحدة من بين ٥ سنوات مع إعاقة.
- شائعة بين الأشخاص المتضررين من الأمراض السارية (ومنها فيروس العوز المناعي البشري والسل) والأمراض غير السارية (ومنها السرطان والأمراض القلبية الوعائية).
- تغطية العلاج منخفضة للغاية.
- شائعة خصوصاً بين المجموعات السكانية المتأثرة بالأزمات الإنسانية وأشكال أخرى من المِحَن (ومنها العنف الجنسي).
- الأشخاص الذين يعانون أمراضَ الصحة العقلية غالباً ما يتعرَّضون لانتهاكاتٍ جسيمة لحقوق الإنسان.

تُعدُّ وسائل الإعلام مؤهَّلة جيداً لإذكاء الوعي وبَلْوَرة الآراء وتحدي المفاهيم. ولكن على نحوٍ موازٍ، يمكن لإعداد التقارير الصحفية الرديئة والمفتقرة إلى المعلومات أن يعزز السلوكيات السلبية ويزيد من سوء الفهم.

المدوَّنات والأخلاقيات والمبادئ التوجيهية:

- المبادئ والأخلاقيات
- إعداد التقارير عن الانتحار
- دراسة حالة: العنف الجنسي

الأخلاقيات

«يضطلع الصحفيون بإعداد تقارير عن الصدمات بالعمل مع أشخاص مستضعفين – باعتبارهم مصادر لهم، ومنهم مَن يظهرون في أخبارهم، وفي سياقٍ أوسع باعتبارهم من جمهورهم – لذا من المهم جداً أن يستوعبوا معاييرهم المهنية ويتصرَّفوا بطريقةٍ أخلاقية.»

الدكتورة ساليان دونكان، إعداد تقارير صحفية عن الصدمات.

في عام ٢٠١٨، نشرت منظمة اليونسكو والمركز الدولي للصحفيين توجيهات بشأن الأخلاقيات الخاصة بالعصر الرقمي للصحفيين في أمريكا اللاتينية. واشتملت التوجيهات على الحد من التطفُّل، وتفادي إثارة العواطف، والتحقق من الوقائع، وحل المعضلات الأخلاقية، وإجلاء الحقيقة في أوقات العنف.

هناك أكثر من ٣١٠ مدوَّنة للصحافة حول العالم، وبعضها في البلدان التي تحظى بحيّزٍ محدودٍ من حرية التعبير.

ومع أنّ المدوَّنات قد تختلف حسب العوامل الخاصة بكلّ موقع، مثل الحوكمة والثقافة والمجتمع، إلا أنَّها تميل إلى الاستناد إلى أربع ركائز أخلاقية:

- إخبار الحقيقة وتوخّي الدقة؛
- تقليل الضرر إلى الحد الأدنى؛
- الاستقلالية والإنصاف والحياد؛
- الخضوع للمساءلة.

يُعرَف «إعلان مبادئ الاتحاد الدولي للصحفيين الخاصة بممارسة مهنة الصحافة» باسم «إعلان بوردو»، وقد اعتُمد في عام ٢٠١٩. بناءً على نصوصٍ هامّة من القانون الدولي، يُعرّف هذا الإعلان واجبات الصحفيين وحقوقهم من حيث الأخلاقيات.

وتُعنى الأخلاقيات بمحاولة القيام بما هو 'صحيح' في الظروف الصعبة. يضطلع الصحفيون بذلك عبر تطبيق القواعد ومراعاة واجباتهم ومسؤولياتهم والتفكير في نتائج أفعالهم ومن خلال سعيهم ليكونوا أناساً أفضل على الصعيدَين الشخصي والمهني. وهم عموماً ملزَمون بمعايير مهنية، وغالباً ما تنشأ من مدوَّنات خاصة بالأخلاقيات أو قواعد السلوك أو المهنة، وعادةً ما تُنظّمها هيئات مهنية مستقلة.

ينبغي للصحفيين إنشاء توازُنٍ بين المصلحة العامة في حرية التعبير وتوقُّعات الخصوصية المشروعة لدى الأشخاص.

يتمثّل ما هو أقل وضوحاً في مدى إدراك الصحفيين، الذين يتعرَّضون غالباً للضغط بُغية تقديم الخبر، بمدوَّنة قواعد الممارَسات أو تقيُّدهم بها؛ أو ما إذا كانت المدوَّنات الحالية تُجهّز الصحفيين للتعامُل مع التفاعُلات الحساسة مع الناجين.

إعداد التقارير عن الانتحار

في كل ٤٠ ثانية يفقد شخصٌ ما حياته انتحاراً في مكانٍ ما من العالم. وقد يؤدي إعداد تقارير إعلامية عن الانتحار إلى تبني سلوكياتٍ انتحارية مقلِّدة. وعند النظر في الحاجة إلى العمل على نحوٍ حساس، ينبغي للصحفيين أن يدركوا أنَّ الأشخاص ممّن فُجعوا بحالة انتحار معرَّضون لخطرٍ متزايدٍ بمحاولة إنهاء حياتهم أيضاً.

> «على الرغم من توافر مبادئ توجيهية كثيرة من المنظمات المهنية... لا تورِد بعض المنافذ الإعلامية تقاريرها بشأن الانتحار على نحوٍ مسؤول، أو لا تتبع المبادئ التوجيهية على نحوٍ مُتَّسق».
> (دونكان/لوس)

تقرُّ منظمة الصحة العالمية في تقريرها بعنوان منع الانتحار بأنَّ «...طريقة إعداد التقارير الصحفية عن الانتحار تختلف داخل البُلدان وفي ما بينها. فهناك اختلافات ثقافية تتعلَّق بما هو لائق لإيراده في الأخبار، وكيف يمكن الوصول إلى المعلومات بشأن حادثة انتحارٍ ما. »

تتضمَّن مجموعة أدوات التقارير الصحفية حول الانتحار مبادئ توجيهية عالمية لإعداد التقارير الإعلامية ضمن مهنة الصحافة لمساعدة الصحفيين في إعداد تقاريرهم مع الاهتمام بالأخلاقيات في أثناء التعرُّض لضغط الوقت المحدود. وفقاً لمجموعة الأدوات هذه، يُقترح على الصحفيين أن يطرحوا على أنفسهم ستة أسئلة رئيسية عندما يكتبون تقاريرهم:

- هل قلَّلتُ الضرر إلى الحد الأدنى بالنسبة إلى المتأثرين بحادثة الانتحار؟
- هل ذكرتُ الحقيقة وتجنَّبتُ التفاصيل الصريحة المتعلقة بالطريقة والموقع؟
- هل تنبَّهتُ إلى النبرة والعبارات؟
- هل استخدمتُ وسائل التواصل الاجتماعي بمسؤولية؟
- هل تجنَّبتُ القوالب النمطية والمحتوى المُضر والأخبار التي تنطوي على وصم؟
- هل قدَّمتُ الدعم عن طريق خطوط المساعدة الهاتفية؟

دراسة حالة: إعداد تقارير صحفية عن العنف في الهند

«تبيَّنَ عموماً في هذه الدراسة أنَّ الصحفيين الذين أجابوا بأنَّهم قد استندوا إلى «التوجيهات القانونية» كانوا أقل طلباً للاستشارة على الأرجح أو حتى للشعور بالحاجة إلى أي مبادئ توجيهية أخرى لإعداد تقارير صحفية عن العنف الجنسي. ونتيجةً لذلك، ركَّز كثير من الصحفيين على الأمور التي لا يمكنهم عملها في نقل الخبر (مثل تسمية الضحية أو الكتابة عن القضايا المعروضة أمام المحكمة) بدلاً من الأمور التي يمكنهم أو ينبغي لهم عملها.»
العنف الجنسي والإعلام الإخباري

كان هذا التقرير عبارة عن دراسة وطنية متعددة اللغات وشكَّل جزءاً من التحرُّك الإعلامي ضد الاغتصاب (MAAR) الذي نشره مكتب اليونسكو الجامع في نيودلهي لبنغلاديش وبوتان والهند ونيبال وملديف وسري لانكا. ونظرت الدراسة في إعداد تقارير إخبارية عن العنف الجنسي بالتركيز على المشاكل والتحديات والمبادئ التوجيهية التي يواجهها الصحفيون في الهند.

وفي القسم المتعلق بالقواعد والمدوَّنات والمبادئ الشخصية في الدراسة، وجد الباحثون نقصاً كبيراً في المبادئ التوجيهية التحريرية الرسمية في عموم غرف الأخبار في الهند، باستثناء عددٍ قليلٍ منها. وقد أجروا مقابلاتٍ مع ٢٥٧ صحافياً:

- حوالي ثُلثَي الصحفيين يفهمون عموماً المبادئ التوجيهية التحريرية على أنَّها مبادئ توجيهية قانونية للإعلام؛
- تحدَّث أقل من نصف الصحفيين عن إحاطاتٍ شفوية مِن قِبل مديريهم؛
- طوَّر عددٌ صغيرٌ نسبياً من الصحفيين مبادئ توجيهية غير رسمية خاصة بهم، بناءً على خبرتهم على مرّ السنين؛
- قال جزءٌ صغيرٌ منهم إنَّ السُبُل مُتاحة لهم للاطّلاع على مبادئ توجيهية خطّية؛
- قال عددٌ مماثلٌ إنَّهم لم يحظوا بأيّ نوعٍ من المبادئ التوجيهية على الإطلاق.

بالاستفسار عن مبادئهم الخاصة في أثناء تغطية العنف الجنسي:

- ركَّز حوالي الثلث فقط، معظمهم من النساء، على «الحساسية»؛
- تحدَّث جزءٌ صغيرٌ فقط عن دقة الوقائع؛
- تحدَّث عددٌ أقل عن تجنُّب إثارة الأحاسيس؛
- قال عددٌ صغيرٌ من المستجيبين، جميعهم من الرجال، إنَّ المبادئ التوجيهية الخاصة لا تلعب أي دور في عملية إعداد التقارير الصحفية.

تحدَّثت صحفيةٌ تعمل في دلهي عن عدم الاكتراث للأحاسيس التي يلجأ إليها كثير من الصحفيين عند مقاربة الضحايا، وكيف تقوم هي باتباع مسارٍ مختلف: «لقد رأيت صحفيين يدخلون ويقولون 'مرحباً يا شابانا، أخبرينا بما حدث لكِ'. إذاً هكذا يتحدَّث الأشخاص إليك. يا لها من عقلية بغيضة فعلاً. وأنا أفهم أنَّ هناك كثير على المحك عندما يتحدَّث الأشخاص فعلياً إلى صحفيٍّ بشأن تجربةٍ من هذا القبيل. لذا، أحاول أن أحترم ذلك وأن أحرُص على التأكُّد من رغبتهم في ما إذا كانوا يريدون التحدُّث من دون ذكر أسمائهم، أيّاً كانت الظروف. وأحرُص على عدم الاقتراب من الموضوع بطريقةٍ تجعلهم يشعرون بالإهانة أو الاستياء. كما أنَّني أحاول التحدُّث عن الأمر من منظور الاقتصاد الاجتماعي الأكبر، بدلاً من مجرَّد تسميتهم بضحايا العنف الجنسي.»

وقد طرح التقرير عشر توصياتٍ تنظيمية وسبع توصياتٍ وطنية، بما في ذلك إنشاء الميثاق الوطني لإعداد التقارير الإخبارية عن الاغتصاب والعنف الجنسي، بالإضافة إلى تدريب الصحفيين في التعامُل الحساس مع الضحايا والشهود.

كما أصدر مبادئ توجيهية بشأن تأطير الخبر وتصويره ومقابلة الناجين. وباختصار، هي كالتالي:

- الإقرار بآثار الاغتصاب والعنف الجنسي على الناجين.
- نقل الخبر بشفافية.
- وضع حدود مع الأشخاص الذين تُجرى مقابلات معهم.
- المرونة والتكيُّف مع احتياجات الناجين.
- مُراعاة أي تفضيلٍ قد يظهره الناجي للصحفي الذي يُجرى المقابلة.
- عدم الضغط على الناجين للغوص في تفاصيل الاعتداء.
- السماح للناجين بتحديد طريقة الإشارة إليهم.
- الحرص على عدم المساومة حول إغفال المصادر عن غير قصد.

الأطفال والشباب

وقد أعرب الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش في «خطتنا الجديدة» عن أهمية إعطاء الشباب فرصةً للتعبير عن آرائهم. وأصدرت منظمة اليونيسف مبادئ توجيهية لإعداد التقارير الإخبارية الشاملة والأخلاقية للأطفال والشباب.

ومن الضروري للصحفيين أن يحموا الأطفال وأن يلتزموا بسياسات حماية الطفل. وسيختلف الإطار القانوني حول العالم، ولكن ينبغي للصحفيين أن يتنبَّهوا إلى الحاجة إلى الحصول على موافقةٍ مستنيرة، والحفاظ على حدودٍ ملائمة، واحترام القضايا المتعلقة بالخصوصية، والإفصاح عند العمل على قضايا حساسة متعلقة بالأطفال.

الناجون: ممارسات سليمة

- مقابلات وتفاعُلات تُراعي حساسية الموقف
- دراسة حالة: إعداد تقارير بشأن اللاجئين

الناجون

يُنشئ كثير من الصحفيين علاقاتٍ مهنية قائمة على الاحترام والتعاطُف مع المشاركين.

«غالباً ما يظهر الفرق في مدى مشاركتنا مع الصحفيين بما يتضمَّن الاعتراف والتعاطُف والصدق والدقة والموافقة والتحكُّم.» نتائج جمعية Disaster Action الخيرية في المملكة المتحدة من العمل مع أعدادٍ كبيرة من العائلات العالقة أو المفجوعة في ٣٠ كارثة دولية، طبيعية ومن صنع الإنسان.

من المهم جداً أن يتفاعل المراسلون تفاعلاً ملائماً مع الناجين على المستوى الشخصي، كإنسانٍ يعمل إلى جانب إنسانٍ آخر يتعذَّب. وهذا الأمر مهم جداً على المستوى المهني. وغالباً ما تتطوَّر الأخبار عن القصص المأساوية، وأحياناً يستغرق التغيير سنواتٍ كثيرة. وغالباً ما يتوقَّع الجماهير والمتابعون أن يبقوا على اطّلاعٍ بكلّ جديد بشأن الأحداث الكُبرى، وفي سوقٍ تنافسي يريد الصحفيون من الناجين أن يكونوا مُنفتحين معهم مع تكشُّف قصصهم ومتابعة تبلوُرها.

إجراء مقابلة مُراعية للصدمة

> «ينبغي للصحفيين أن يتذكَّروا، عند إجراء مقابلة مع أُسر ضحايا جرائم القتل، أنَّهم يمرّون بوقتٍ عصيبٍ من جراء الصدمة النفسية في أكثر الظروف ترويعاً. فقد خسروا شخصاً عزيزاً جداً على قلوبهم وقد تكون بعض الأسئلة المطروحة باردة وغير مبالية لآلامهم.»
>
> أمٌّ فقدت ابنتها في جريمة قتل، إعداد تقارير صحفية عن الصدمات.

عندما تُجرى المقابلات بشكلٍ جيد، تتيح للناجين المسافة والأمان والاختيار والتحكُّم لمشاركة خبراتهم بوتيرتهم وطريقتهم الخاصة. ويمكن للمقابلات أن تعطي صوتاً للأشخاص الذين لم يحظوا بقدرٍ كافٍ من التمثيل.

وعندما تُجرى المقابلات بشكلٍ سيّئ قد يكون الاستجواب المُتخذ على نحوٍ استقصائيّ، العديم الإحساس والبالغ الصعوبة، من دون الاكتراث للاعتبارات الثقافية ومهارات الاستماع والتحيُّز اللاواعي، أمراً مُضرّاً.

دراسات حالة عن الناجين: إعداد تقارير بشأن اللاجئين

وفقاً لمفوضية الأمم المتحدة السامية لشؤون اللاجئين، هناك ٨٤ مليون شخص مهجَّر حول أنحاء العالم، منهم ٣٥ مليون طفل.

وقد عقدت المفوضية شراكةً مع الاتحاد الوطني للصحفيين في الأمم المتحدة لإنتاج «إعداد التقارير بشأن اللاجئين». وركَّز هذا الدليل على إعداد التقارير بدقة وأخلاقية، باستخدام المصطلحات والعبارات الصحيحة، وذكر أنَّ التعليقات غير الدقيقة قد زادت من الغموض، مما يزيد من التحامُل.

> «من المهم أن يفهم المحررون والمراسلون والمحررون الفرعيون والمصوّرون أنَّنا عندما نقوم بعملنا على نحوٍ خطأ يتعذَّب الأشخاص مباشرةً. وقد أخبرتنا المجتمعات المهاجرة (التي تشمل الآن بعض زملائنا الصحفيين) كم أدَّت المقالات الصحفية غير الدقيقة أو برامج البث حتى إلى العنف ضدهم، في بعض الحالات. ودائماً ما يؤدي العمل غير المُتقَن وغير المهني حول هذه المواضيع إلى إيلام المُستضعَفين بشكلٍ ما.

كما تعاون مؤلف هذا الموجز الصادر عن منظمة اليونسكو مع جمعية الصليب الأحمر البريطاني الخيرية والبروفيسور ستيفن ريغل لإنتاج توجيهاتٍ إعلامية للعمل الأخلاقي والتأمُّلي، ولكن أيضاً للتفاعل على نحوٍ حساس مع اللاجئين مع محاولتهم الاستقرار في بلدانٍ جديدة:

نصائح إعلامية للعمل مع اللاجئين:

قبل خوض المقابلة، فكِّروا في التأثير الناجم عن خسارة كل ما نملك: العائلة والبيت والوطن وسُبُل العيش والمقتنيات والمال والأصدقاء والرفاه.
بعض الإجابات المحتملة:
التجرُّد من الإنسانية
الخوف
القلق الشديد

قبل المقابلة:

الرابط: اعترفوا بما يمرّون به. اجلسوا معهم وتحدَّثوا إليهم بدفءٍ وإنسانية. تؤثر الصدمة الإنسانية على الأشخاص بطُرُقٍ مختلفة، لذا، لا تبنوا أي افتراضاتٍ بشأن كيف ينبغي لهم أن يجيبوا.

الصدق: كونوا واضحين في ما يتعلَّق بكم، من أنتم، من أين أتيتم، لماذا تريدونهم أن يتحدَّثوا إليكم. شاركوهم صوراً عن منشوراتكم أو إصداراتكم إذا كان هذا الأمر سيريحهم. تفادوا إقناعهم بأنَّ المادة التي تُعدّونها كفيلة بمساعدتهم.

الموافقة: كونوا واضحين بشأن ما يوافقون عليه معكم، تحدَّثوا إليهم بشأن أي مخاطر محتملة. بادِروا بإدارة التوقعات بعناية حول المكان الذي قد تُشاهَد فيه المادة أو يُستمع إليها، وكيف يمكن استخدامها، خاصةً إذا كانت ستظلُّ متوفرة على الإنترنت. واحترموا دائماً رغبتهم في إغفال أسمائهم.

الكرامة: تعاملوا معهم بتعاطُفٍ واحترامٍ ولياقةٍ وعناية. تنبَّهوا إلى لغة جسدكم، كونوا منفتحين واتَّسِموا بالوداعة. كونوا متواضعين واجلِسوا معهم على نفس المستوى.

التحكُّم: فكِّروا كيف يمكنكم أن تمنحوا الأشخاص المُستضعَفين من جراء الصدمة بعض القدرة على التحكُّم بطريقة عملكم معهم. اعطوهم فرصة المشاركة واشرَحوا لهم واستمِعوا إلى آرائهم. امنحوهم فرصة اختيار الموقع والأشخاص الذين يرغبون في حضورهم. فمثلاً، قد لا يرغبون في استماع الأطفال إلى حديثهم.

اعتبارات ثقافية: أهناك شيء يمكنكم اتخاذه لتجعلوا التفاعل مريحاً أكثر بالنسبة إليهم؟

المقابلة:

إذا كنتم تتحدَّثون إليهم عبر مترجمٍ فوري، وجِّهوا كل انتباهكم إلى ضيفكم – رغم أنَّ الوضع قد يبدو أحياناً أقلَّ رهبةً للضيف إذا وزعتم تواصلكم البصري بين الشخصَين.

اعطوا ضيوفكم فكرة عن الأسئلة التي قد تُطرَح عليهم، وطمئنوهم إلى أنَّهم غير مُلزمين بالإجابة إلا عن الأسئلة التي تعجبهم. كونوا واضحين عندما تكون الإجابات مسجَّلة.

قد تؤدي الصدمة النفسية إلى تشتيت الأفكار وتعيد بعض الأمور إلى الذاكرة، فلا تستعجلوا، وتوقَّعوا بعض الارتباك. اطرَحوا أسئلةً توضيحية 'هل يمكنك أن تخبرني أكثر...' 'ماذا جرى بعد ذلك...'
الصدمة النفسية مُرهقة، اسمحوا لضيوفكم بالاستراحة. استعدوا للاستماع، فأنتم أيضاً قد تتأثَّرون بالقصة.

اجعَلوا أسئلتكم مفتوحة من دون أن تُشكِّل أي تحدٍّ بالنسبة إلى الضيف. فكِّروا في نبرتكم ووتيرة الحديث. وأصغوا إلى الضيف بدلاً من توجيه الحديث إليه. ويمكنكم على سبيل المثال أن تطرحوا سؤالاً مفيداً على الشكل التالي: 'بما أنَّ قراءة هذه المادة أو الاستماع إليها أو مشاهدتها سيفيد الآخرين في فهم ما جرى لكم، هل يمكنكم أن تساعدوني في فهم كيف كانت هذه التجربة بالنسبة إليكم/وإلى عائلتكم؟'

يُمكنكم أن تدعموا ضيوفكم من خلال دوركم كصحفيين. فالأسئلة التي تُطرَح ببراعةٍ وعناية قد تُشكِّلُ إقراراً بمعاناتهم وبالتجربة التي مرّوا بها.
وإذا انهار الشخص أو جلس صامتاً، اسألوه عما إذا كان يحتاج إلى لحظةٍ ليتمالك نفسه ودعوه يخبركم بما إذا كان يرغب في إكمال المقابلة.

بعد المقابلة:

قد يشعر ضيوفكم بالامتنان ويشاركون قصصهم باستفاضة، لذا تأكَّدوا من أنَّ لا مانع لديهم في استخدام ما يخبرونكم به. ادعوهم للمشاركة في صناعة المادة، واحموا سلامتهم. ولأي مخاوف تتعلَّق بالمخاطر، تحقَّقوا معهم

وراجعوا المنظمة ذات الصلة.

توجَّهوا إليهم بالشكر. قد يكون من المفيد أن تتعلَّموا كلمة شكراً في لغتهم.

وتجنَّبوا عرض الحلول، إذ أنَّ أفضل ما يمكنكم فعله هو القيام بعملكم على أكمل وجه المتمثّل في نقل قصتهم. فتأكَّدوا من صحة الوقائع بعناية، وتفادوا إثارة الحساسيات المتعلقة بتجربتهم. كونوا واضحين في مصطلحاتكم. وأخبروهم بما سيجري في ما بعد وأين ستُنشر قصَّتهم. وأخبروهم بِمَن يتَّصلون إذا كانت لديهم أي مخاوف بشأن المقابلة، بما في ذلك في ما يتعلَّق بما قالوه.

واعتَنوا أيضاً بأنفسكم، ذلك أنَّ تغطية هذه القصص قد تكون صعبة. تحدَّثوا إلى شخصٍ تثقون به بعد وقتٍ قصيرٍ من المقابلة. ناقشوا ما جرى.

صَدَرَ عن سلسلة اليونسكو الخاصة بتعليم الصحافة «إعداد تقارير صحفية بشأن المهاجرين واللاجئين: دليل التدريس والتدريب في مجال الصحافة» تولّت مجموعةٌ متعددة الثقافات من باحثين ومدرّبين ومهنيين إعلاميين دوليين إعداد هذا الدليل الذي يقدّم منهجاً شاملاً يتألَّف من ١٣ وحدة تركّز على تغطية الهجرة.

قد يتألَّم الصحفيون أيضاً

- التعرُّض للصدمة النفسية بصورةٍ مباشرة وغير مباشرة
- حماية الذات

القدرة على التحمُّل

> «كانوا ضليعين بتزويد الصحفيين بستراتٍ واقية تحميهم بدنياً، ولكن غالباً ما كان هناك غيابٌ فادح لما أُسمّيه 'سترةً واقية للمشاعر' – التحضير والأدوات العملية المطلوبة لمساعدة الصحفيين على فهم الطريقة التي يمكن لعملهم أن يؤثر بها على سلامتهم النفسية.»
>
> هانا ستورم، مدافعة عن الإعلام والصحة العقلية.

يتمتَّع معظم الصحفيين بقدرةٍ على التحمُّل، ولكن تغطية الصدمات النفسية قد تستنزف عافيتهم العقلية. وقد أصدر التحالف المَعني بثقافة السلامة (ACOS) ومركز دراسات آسيا والمحيط الهادئ دليلاً للمحررين. يولي الدليل تركيزاً خاصاً إلى العمل مع الصحفيين المستقلين، ولكن المشورة الرئيسية تنطبق على جميع العاملين في مجال الصحافة.

وينصُّ الدليل على أنَّ الصحفيين قد يتعرَّضون مباشرةً لأحداثٍ تنطوي على صدمةٍ نفسية عند تغطية أخبارٍ تشمل:

- الحروب والنزاعات
- مشاهدة حوادث الموت
- مشاهدة اعتداء جسدي أو جنسي أو الوقوع ضحيته
- الاحتجاز / الخطف
- الكوارث الطبيعية
- الكوارث غير الطبيعية
- حوادث تحطّم وسائل النقل
- الهجمات الإرهابية

يمكن للصحفيين أيضاً أن يتأثروا بصورةٍ غير مباشرة بما يُعدُّ صدمةً نفسية 'ثانوية' أو 'بالإنابة'، وهي عبارة عن تعرُّض غير مباشر لجميع الأحداث المذكورة أعلاه. وقد تؤثر هذه الأحداث على الصحفيين بصورةٍ مماثلة كالتعرُّض المباشر.

> «كنتُ أعاني من صدمةٍ نفسية بالإنابة ومن الإجهاد المتكرر، وأصبح من الصعب جداً بالنسبة إليّ أن أتابع عملي من دون معالجة ذلك.»
>
> الناجون من الصدمة النفسية والإعلام.

قد تنتج الصدمة النفسية بالإنابة بسبب:

- الاستماع إلى قصص الناجين أو ضحايا الأحداث الصادمة؛
- مشاهدة المواد أو تحريرها (تعديل أو مونتاج المواد المصوَّرة)؛
- مشاهدة الصور / مقاطع الفيديو على وسائل التواصل الاجتماعي؛
- تغطية الدعاوى القضائية المروّعة.

هناك عدد من عوامل الخطر التي قد تُفاقم الضعف إزاء ظهور عواقب مستمرة للصدمة النفسية، سواء كان التعرُّض مباشراً أو بالإنابة. وهي تشمل:

- التعرُّض لعددٍ أكبر من الأحداث الصادمة نفسيا؛
- الفترة الزمنية للتعرُّض لهذه الأحداث؛
- الأحداث الصادمة في المجتمع المحلي الخاص بالشخص؛
- عوامل الإجهاد الموجودة مسبقاً؛
- الأفكار السلبية المرتبطة بالانتشار؛
- الرابط الشخصي بالحدث الصادم نفسياً.

معظم الأشخاص، ومنهم مُجمّعو الأخبار، لا يختبرون أي آثار سلبية على المدى الطويل نتيجة التعرُّض لصدمةٍ نفسية. ولكن قد يشعر بعض الأشخاص بردود فعلٍ مستمرة بسبب التعرُّض لصدمةٍ نفسية. وإذا لم تُعالَج ردود الفعل هذه، يصبح الشخص معرَّضاً لخطر المشاكل في الصحة العقلية.

> «أدرك أنَّني أفكر في الموت والاحتضار أكثر من معظم الأشخاص الذين أعرفهم. وأعرف أنَّني لا أستطيع أن أتنشَّق رائحة الحريق في المخيَّم من دون التفكير في الجثث المتحللة» أحد المراسلين ممّن يتمتعون بخبرةٍ تفوق ١٥ عاماً الناجون من الصدمات النفسية والإعلام

الإشارات المحتملة للتعرُّض للصدمات النفسية التي لم تُعالَج (التحالف المَعني بثقافة السلامة (ACOS) / مركز دارت)

- إعادة التجربة بصورةٍ تطفُّلية - ذكريات الماضي وكوابيس
- ردود الفعل الجسدية - خفقان وارتجاف ودوار
- انخفاض التركيز، والانفعال، وغضب، وشعور بالذنب / العار / صعوبة في النوم
- الاجتناب، العواطف المفرطة
- الخدر العاطفي
- الانفصال / عدم الارتباط
- الانسحاب، مزاج سيئ / اكتئاب
- العلاج الذاتي - كحول / مخدرات

الصحفيون أيضاً

أصبح الأثر المحتمل أكثر تعقيداً على خلفية الانتهاكات التي تُمارس على الإنترنت ذات الضرر المتزايد، خصوصاً بالنسبة إلى الصحفيات.

شارك مؤخَّراً ٩٠١ صحفي من ١٢٥ بلداً في دراسةٍ هامة أجراها المركز الدولي للصحفيين، بتكليفٍ من منظمة اليونسكو، وأُطلق عليها اسم 'التجربة المروّعة' (The Chilling). «تتكرر التهديدات بالعنف الجنسي والقتل وتمتدُّ أحياناً لتطال عائلاتهم.»

> «يجب ألا تتركوا أي مجال لكراهية النساء والعنف في الصحافة. وينبغي لمنصات التواصل الاجتماعي والحكومات أن تحمي الصحفيات من العنف الذي يمارَس ضدَّهن على الإنترنت.» أنطونيو غوتيريش، الأمين العام للأمم المتحدة، آذار/مارس ٢٠٢١

وتهدف الهجمات ضد الصحفيين، على الإنترنت وخارجه، إلى إلحاق الضرر بالمُستهدفين وزملائهم وأُسرهم والجمهور. فمنع الجُناة وحمايتهم وملاحقتهم القضائية هي أمر أساسي لتخفيف الصدمة النفسية ذات الصلة. تقدم خطة عمل الأمم المتحدة بشأن سلامة الصحفيين ومسألة الإفلات من العقاب إطاراً شاملاً للحلول الكلّية.

الصحفيون أيضاً

> «لم أُغطِّ يوماً خبراً كهذا، عندما يكون المرء قد ركّز لفترةٍ طويلةٍ جداً على قضيةٍ واحدة أو على حدثٍ عالميٍّ واحدٍ دون توقُّف... كان العمل ضاغطاً جداً أيضاً ولا هوادة فيه... خبر لا مثيل له، إذ يؤثر على حياة المرء الشخصية والمهنية معاً.» نظرة مراسلة من إعداد التقارير الصحفية حول جائحة كوفيد-١٩: الصدمة النفسية على عتبة بابنا

ساهمت الجائحة في زيادة الاعتراف المُتنامي بالحاجة إلى دعم الأفرقة الإخبارية، خصوصاً في ظلّ ممارسة أعمالها بمزيدٍ من العُزلة. ووصفت البحوث المبكرة الأثر المزعج على العافية المعنوية للصحفيين دولياً:

> «...يتعاطى الصحفيون والمنظمات الإخبارية مع أزمة الصحة العقلية والخطر المالي وتهديدات السلامة البدنية والهجمات على حرية الصحافة، ويحاربون في الوقت نفسه مستويات التضليل الإعلامي المرتبط بالجائحة» مشروع الصحافة والجائحة، مع إجاباتٍ من أكثر من ١,٤٠٠ صحافي من ١٢٥ بلداً. وقد اعتبر حوالي ثلاثة أرباع المشاركين أنَّ تأثير تغطية الجائحة على الصحة العقلية هو التحدي الأصعب.

> «يبدو الصحفيون محاصرين من جميع الجهات وخائفين على مستقبلهم، فقد أصيب كثير منهم بالتعب والإحباط بسبب ساعات العمل الطويلة في أثناء جائحة كوفيد-١٩.» الصحافة في زمن كوفيد-١٩.

> «...كان للجائحة أثرٌ حاد على الصحافة ووسائل الإعلام الخاصة والحقوق الاجتماعية والمهنية للعاملين في هذا المجال.» آثار جائحة كوفيد-١٩ على الصحفيين وقطاع الإعلام في العالم العربي والشرق الأوسط.

> «أبلغ حوالي ١١ في المائة من المستجيبين في التقرير عن أعراضٍ بارزة لحالة الاضطراب ما بعد الصدمة، وتشمل أفكاراً وذكريات تطفُّلية متكررة لحادثةٍ صادمة متعلقة بفيروس كوفيد-١٩، ورغبتهم في تفادي استرجاع مجريات الأحداث، وشعورهم بالذنب والخوف والغضب والرعب والعار».
> كما أظهرت دراسةٌ استقصائية شملت ٧٣ صحفياً أجراها معهد رويترز لدراسة الصحافة وجامعة تورونتو أنَّ حوالي ثلاثة أرباع المستجيبين «يعانون من بعض مستويات التوتر النفسي.»

اعتناء الصحفيين بأنفسهم

يختلف الإجهاد النفسي عن الصدمة النفسية. عادةً ما يخوض الصحفيون مهاماً تنطوي على تحدياتٍ ومهلٍ زمنية ضيّقة وضغط البث المباشر. ولكن عندما تتجاوز متطلبات حياتهم اليومية مواردهم الداخلية، يبدأ الإجهاد. فإذا كانت مستويات الإجهاد مرتفعة لديهم، يمكنها أن تستهلك قدرتهم على التحمُّل. فعوامل الإجهاد المزمنة والممتدة في المهنة والتي تتفاقم بفعل الجائحة قد تؤدي إلى استنزافهم.

تشمل بعض الأدوات الخاصة بالصحفيين:

- قبل المهمة: حضّروا بدقة واستفيدوا من الدعم الاجتماعي الجيد. ثبت أنَّ التمارين الذهنية والتأمُّل واليوغا تُساعد في تخفيف آثار ما بعد الصدمة.
- في أثناء المهمة: ركّزوا على المهمة التي تقع على عاتقكم، واستخدموا تقنيات الصفاء الذهني والتنفُّس.
- دعم الأقران: يتمثَّل أحد أهم الجوانب في الشفاء من الصدمة النفسية في تلقّي مساندة اجتماعية جيدة من الزملاء والمديرين والأصدقاء. تزيد قدرتكم على التحمُّل إذا تحدثتم عن يومكم. قدّموا الدعم للآخرين، وكونوا خير زملاء.
- قد تساعدكم التمارين النشِطة في التخفيف من استثارة العواطف بعد الصدمة النفسية. خُذوا قسطاً من الراحة وبعض الوقت للتفكير في يومكم. قد تفيدكم أيضاً كتابة يومياتكم.
- ارسموا الخط الفاصل: حافظوا على الخط الفاصل بين حياتكم المهنية وحياتكم الشخصية. انتبهوا إلى المحفّزات ولا تترددوا في طلب المساعدة.

> «عندما تقضون سنوات تُرسَلون فيها إلى أمكنةٍ تخوِّلكم رؤية أفضل ما في البشرية وأسوأ ما فيها، فإنكم تدفعون في نهاية المطاف ثمناً ما، ولذلك يجب عليكم أن تعتنوا بصحتكم العقلية وتتعاملوا مع المشاكل التي تعترضكم، ويجب أن تتحدَّثوا دائماً عمّا يخالجكم من مشاعر وتشاركوا تجاربكم مع زملائكم. لا تدعوا الأمور تتراكم في داخلكم.»
>
> جيريمي بووين، محرر قناة بي بي سي لمنطقة الشرق الأوسط، صحفي مُحنَّك في عددٍ كبير من النزاعات والحروب والكوارث والأزمات الإنسانية.

إعداد تقارير صحفية عن الصدمات: بعدسة مراعية للمنظور الجنساني

- إعداد تقارير صحفية عن العنف ضد النساء والأطفال

الصحفيون أيضاً

> «يمكن لوسائل الإعلام، عبر وضع مكافحة العنف ضد النساء في صميم عملها، أن ترعى التغيير في الرأي والسلوك العام. وقد نجحت عدّة تقارير بشأن العنف ضد النساء في تغيير المواقف وتحفيز تغييراتٍ تشريعية واجتماعية.»
>
> إعداد تقارير صحفية عن العنف ضد النساء والفتيات

يقدّم الدليل الصادر عن اليونسكو بعنوان «إعداد التقارير عن العنف المرتكب ضد النساء والفتيات: كتيب موجه للصحفيين» توصيات وأمثلة عن الممارسات الأخلاقية في عشرة مجالاتٍ، من التحرُّش بالصحفيات على الإنترنت، إلى تشويه الأعضاء التناسلية الأنثوية، والزواج القسري، والاتّجار، وأعمال العنف في النزاعات، والاغتصاب، وجرائم القتل الأُسرية.

ويتناول الدليل كيفية تغطية وتأطير أخبار العنف ضد النساء والفتيات ليشمل:

- الموافقة المستنيرة
- ضمان الكرامة والسلامة والثقة
- الإصغاء باستجابة
- تقديم الخيار
- مراعاة الاعتبارات الثقافية

كما أنَّه يلقي الضوء على الممارسات السيئة، لا سيَّما في ما يتعلق بالصحفيين الذين يقومون بتغطية جرائم الاغتصاب. «بعض الصحفيين لا يعتبرون أنفسهم معنيين بالأخلاقيات، حتى أنَّ المسؤولين التنفيذيين في ميدان

الإعلام قد يُشجّعونهم أحياناً على تبنّي هذا السلوك. وتصبح الرغبة أكثر قوة عندما تكون ميادين العمليات بعيدة، حيث قد يشعر الصحفيون بأنَّهم سيفلتون من العقاب تماماً.»

يشارك التقرير النصائح الـ ١٥ التالية لتغطية أعمال العنف الممارَسة ضد النساء.

- تحدَّثوا عنها!
- تعاملوا مع العنف القائم على النوع الاجتماعي باعتباره انتهاكاً لحقوق الإنسان، ولا تنظروا إليه كحادثةٍ معزولة بعد الآن.
- اشرحوا السياق.
- اختاروا تعابيركم بعناية.
- اهتمّوا بالعناوين.
- حلِّلوا الإحصاءات والدراسات الاستقصائية بحذر.
- صِفوا الحقيقة مع تفادي إثارة العواطف.
- استخدموا عدداً محدوداً من أجهزة الكاميرا الخفية وأساليب أخرى متخفية.
- ارفضوا اللهجة التي تنطوي على 'محاضرة' أو التي قد تحرّض على إصدار الأحكام.
- تجنَّبوا الإيذاء الثانوي وقدّموا الناجين بوصفهم قادرين على الصمود.
- فكِّروا في ترتيب المواضيع والروابط والسياقات.
- مارسوا عمل الصحافة القائم على تقديم الخدمات والحلول.
- خُذوا الوقت اللازم.
- استَوْعِبوا الموضوع لتساعدوا الآخرين على الفهم.
- أعيدوا التوازن بين المعلومات لتحسين المساواة الجنسانية.

توصيات

توصيات للصحفيين، ووسائل الإعلام، والمنظمات الدولية، والمدرّسين والمدرّبين في مجال الصحافة، والناشرين، والمحررين.

٧-١ ينبغي أن يكون التدريب في مجال إعداد تقارير صحفية عن الصدمات متاحاً على نطاق واسع، ويجب أن يتمكَّن جميع الصحفيين العاملين على الصعيد الدولي من الاستفادة منه، مع التركيز على التفاعلات المدركة للصدمات مع المشاركين، بالإضافة إلى تقديم أدوات للصحفيين من أجل حماية عافيتهم النفسية.

٧-٢ ينبغي تنظيم ورش عمل مُدركة للصدمات وموجَّهة للقيادة العليا وكبار المحررين من أجل دعمهم ودعم أفرقتهم بفاعليّة. وقد تساعد ورش العمل هذه في اقتراح السياسات المتعلقة بإعداد تقارير صحفية عن الصدمات، من أجل توسيع برامج دعم الأقران وإتاحة مساحات آمنة للتحاوُر بشأن الصحة النفسية وكذلك العناية بالمشاركين.

٧-٣ ينبغي أن يُدرَج التثقيف بموضوع الصدمة النفسية كجزءٍ من منهج الصحافة الذي يُدرَّس للطلاب والمبتدئين والعاملين في مجال الإعلام في مرحلةٍ مبكرة من مشوارهم المهني. ويستدعي ذلك تزويد المدرّسين والمدرّبين في مجال الصحافة بأدواتٍ لتعليم كيفية إعداد تقارير صحفية عن الصدمات.

٧-٤ تطوير مجموعة أدوات لإعداد تقارير صحفية عن الصدمات، بحيث تكون بسيطة ومتاحة على نحو عريض جاهز وتكون مُخصَّصة للطلاب والصحفيين العاملين وجميع مَن يمارسون مهنة الإعلام. ينبغي تسجيل الموارد وإتاحة الوصول إليها بالكامل لجميع المستخدمين.

٧-٥ وضع مدوَّنة الممارسات الجيدة والتوقُّعات الخاصة بالصحفيين للتفاعل بحساسية مع الضحايا والناجين والضيوف المُستضعفين. ينبغي أن تشمل الإصغاء النشط، والسلوكيات والإجابات الملائمة والمُدركة للصدمات النفسية، بالإضافة إلى توجيهاتٍ بشأن كتابة الأخبار وتأطيرها وترويجها، لا سيَّما على منصات التواصل الاجتماعي.

بدعمٍ من
البرنامج المتعدد الجهات المانحة المكرس لحرية التعبير وسلامة الصحفيين (MDP) التابع لليونسكو

نبذة عن هذا الموجز

يُشكّلُ هذا الموجز جزءاً من سلسلة الاتجاهات العالمية في حرية التعبير وتنمية وسائل الإعلام الصادرة عن منظمة اليونسكو. ويدرس القضايا التي يواجهها الصحفيون حول العالم، الذين يُغطّون أخباراً يومية عمّا يعانيه الأشخاص من صدماتٍ نفسية ومِحَن. ويوصي بتدريب الصحفيين لإدراك الصدمة وتقديم الدعم لهم في هذا المجال، وذلك في عملهم مع الناجين وكذلك لرعاية أنفسهم عند تعرُّضهم لمواقف معنوية قاسية. وقد صُمِّمَ هذا الموجز ليُشكّل مرجعاً للدول الأعضاء في منظمة اليونسكو، والمنظمات الإعلامية، والمنظمات غير الحكومية، والأوساط الأكاديمية، وشركات الإنترنت. وقد وضعت جو هيلي محتوى هذا الموجز.

نبذة عن المؤلفة

جو هيلي هي مؤلفة دليل إعداد تقارير صحفية عن الصدمات، دليل الصحفي لتغطية الأخبار الحساسة. وعلى امتداد عملها لثلاثة عقود بصفة صحفية في الجرائد والقنوات الإذاعية وبدرجةٍ كبيرة في قناة بي بي سي التلفزيونية، غطَّت جو هيلي المئات من الأخبار عن الصدمات النفسية والمِحَن التي واجهها الأشخاص. وهي مدرِّبة ومستشارة متخصصة للصحفيين والمنظمات الإعلامية على الصعيد الدولي إذ تتناول أفضل الطُّرُق للعمل مع الضحايا والناجين والأشخاص الضعفاء الذين تُجرى معهم مقابلات، وكيف يعتني الصحفيون بأنفسهم في أثناء قيامهم بذلك.

صورة الغلاف: Shutter ŝtock

نُشر في عام ٢٠٢١ بواسطة منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة.
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 7, place de Fontenoy, 75352 Paris 07 SP, France.
© حقوق الطبع والنشر محفوظة لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو). هذه الوثيقة متوفرة ضمن الانتفاع الحُرّ (Open Access) بموجب نَسب المُصنَّف - الترخيص بالمثل 3.0 منظمة حكومية دولية (CC-BY-SA 3.0 IGO) ويقبل المستفيدون، عند استخدام محتوى هذا المنشور، الالتزام بشروط الاستخدام الواردة في مستودع الانتفاع الحر لليونسكو. إنّ التسميات المستخدمة في عرض المواد من هذا المنشور لا تشير إلى التعبير عن أي رأيٍ من أي نوع كان من جانب اليونسكو بما يتعلّق بالوضع القانوني لأي بلدٍ أو إقليمٍ أو مدينةٍ أو منطقةٍ أو لسلطاتها أو بشأن ترسيم حدودها أو تخومها. الأفكار والآراء المُعبَّر عنها في هذا المنشور هي أفكار وآراء المؤلفين؛ ولا تعبّر بالضرورة عن أفكار وآراء منظمة اليونسكو، ولا تُلزم المنظمة بأي شيء.