

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

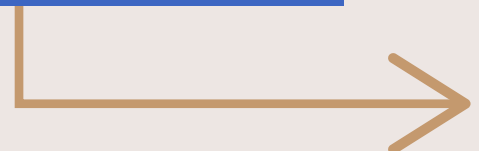
#8

#5.

Рассмотрите
возможность
печати только
серых страниц

ТРИ ГЛАВНЫХ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО
ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕРВЬЮ

ПОНИМАНИЕ
ДОЛГОСРОЧНОГО
ВОЗДЕЙСТВИЯ
ТРАВМЫ НА
ПАМЯТЬ ЧЕЛОВЕКА
И ВОСПРИЯТИЕ
БЕЗОПАСНОСТИ



#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

#5.

ТРИ ГЛАВНЫХ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО
ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕРВЬЮ

ПОНИМАНИЕ ДОЛГОСРОЧНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ ТРАВМЫ НА ПАМЯТЬ ЧЕЛОВЕКА И ВОСПРИЯТИЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Некоторые базовые знания о реакции на травму могут помочь вам ориентироваться в сложных ситуациях во время интервью и избежать ошибок при создании репортажа.

Воспоминания о тяжелых событиях, как правило, расстраивают людей. Сами по себе эти переживания не означают, что люди не в состоянии говорить о них. Но определенные реакции могут указывать на то, что люди больше не чувствуют себя в безопасности во время разговора. Они могут отвлекаться от разговора, искать глазами дверь или испытывать физические реакции, схожие с теми, которые они испытывали во время нападения.

Травма — это сложный биопсихосоциальный опыт; страдание никогда не проявляется только одним способом, это комплекс различных компонентов. Профессиональный журналист не обязан быть экспертом в психологии, но некоторые базовые знания помогут вам лучше понять:

- Как ваш собеседник справляется с интервью и когда ему может понадобиться перерыв в разговоре?
- Как избежать стиля ведения интервью, похожего на допрос следователя, способного вызвать у пострадавших такие тяжелые эмоции, как чувство вины и стыда?
- Насколько обоснованно полагаться на точность воспоминаний человека о травмирующем событии и почему не следует делать акцент на пробелах в его воспоминаниях?

Изнасилование — одно из самых сильных травматических событий, которые может пережить человек. Существует множество причин, по которым пережившие изнасилование люди могут испытывать трудности с тем, чтобы найти слова для своих переживаний. Стыд и страх перед реакцией окружающих могут быть серьезными факторами, которые мешают людям говорить. Разговор о травме может вызвать сильные чувства, которые могут показаться респондентам слишком болезненными и выматывающими, чтобы говорить о них. Иногда молчание — лучший ответ.

Но часто найти слова может быть трудно по другой причине, связанной с тем, как функционирует человеческая память в травмирующих ситуациях.

Во время нападения люди переходят в режим выживания. Воспоминания все еще регистрируются, часто — в ярких деталях, но мозг не обязательно фильтрует и откладывает их в соответствии с теми же

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

принципами упорядочивания, которые он обычно использует (вместо этого он отдает приоритет более фундаментальным системам выживания). Обычно у людей, подвергшихся сексуальному насилию, возникают проблемы с фрагментарной и дезорганизованной памятью. В хронологии могут быть пробелы или несоответствия, которые им трудно осмыслить. Некоторые воспоминания могут быть исключительно сильными, другие могут быть стерты или вообще не отложиться в памяти.^[a]

На практике для вас как для журналиста это означает:

- Вам не стоит ожидать, что пострадавший предоставит вам абсолютно последовательный или логичный рассказ о том, что произошло. Непоследовательность не является доказательством намерения обмануть.
- Было бы неверно ожидать, что ваш источник сможет сам разъяснить любые несоответствия в рассказе, поскольку он может быть просто не в состоянии этого сделать. Если важна точная хронология, ищите другие способы проверки информации.
- Несколько раз задавать простые уточняющие вопросы – вполне нормальная практика в случае, если делать это не слишком настойчиво. Но если вы наткнулись на пробел или камень преткновения в памяти человека, не стоит делать на этом акцент и добиваться ответа. Это может привести к тому, что воспоминания захлестнут человека с новой силой [смотрите раздел ниже].
- Другим людям, с которыми вы работаете, – например, редакторам и фактчекерам, – тоже необходимо знать об этих нюансах.

Как реагировать на переживания

Пережившие горе не всегда проявляют свои чувства так, как мы ожидаем. Вы можете встретить людей, которые могут показаться безэмоциональными и говорят о самых ужасных вещах ровным, спокойным тоном, или людей, которые снимают напряжение смехом там, где такая реакция может показаться странной и неуместной. Все это – естественные, хорошо задокументированные реакции, которые возникают у людей после травмы. Относитесь к каждому человеку, с которым вы встречаетесь, открыто, и будьте осторожны, чтобы не показать, будто существует правильный способ реагирования.

Когда люди рассказывают о прошлом, они могут заново переживать те же эмоции и физические ощущения, которые они испытывали во время (или в случаях) нападения. Это может быть легкой и едва заметной эмоцией – или же настолько сильным чувством, что человек не в состоянии больше терпеть эти переживания.

Если у человека возникла сильная реакция (например, он разволновался или плачет), сделайте паузу, прежде чем что-либо предпринимать. Поспешное выключение камеры или остановка интервью может непреднамеренно пристыдить человека, подразумевая, что он неправ, испытывая такие чувства. Будьте осторожны с прикосновениями: они могут быть восприняты как угроза и способны дестабилизировать человека, особенно если неожиданны. Вместо этого вы можете:

- Своим видом демонстрировать спокойствие;
- Сказать собеседнику о том, как вам жаль, что с ним это произошло;
- Напомнить людям, что они в безопасности здесь, с вами, что ничего подобного случившемуся в данный момент не происходит.
- Спросите, что может помочь собеседникам в данный момент. Хотели бы они сделать перерыв в интервью? Что они обычно делают, когда испытывают подобное чувство?

[a] Смотрите <https://dartcenter.org/resources/reporting-refugees-tips-covering-crisis>.

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

Когда ваш собеседник теряется в воспоминаниях

Диссоциация — это распространенная реакция выживания, которая включается во время сексуального насилия. В экстремальной и безвыходной ситуации мозг может внезапно автоматически отключиться и перевести сознание в режим отстранения от действительности, как будто нападения на самом деле не происходило.

Пересказ пережитого может вернуть людей к ощущению, что насилие происходит снова. Не всегда легко определить, когда человек чувствует себя небезопасно и находится на грани диссоциации. Но люди могут начать вести себя примерно так:

- отключаться от разговора, выглядеть сонными или переставать отвечать на вопросы;
- жаловаться на жар или внезапно покрываться потом;
- жаловаться на головную или другую физическую боль;
- искать глазами выход из помещения.

Katy Robjant, клинический психолог, работавшая с беженцами и жертвами CRSV в Демократической Республике Конго и других стран, дает журналистам совет, что делать в таких случаях:

«Действуйте предсказуемо... Всегда лучше спросить разрешение или дать человеку понять, что вы собираетесь делать дальше... Лучше всего быстро попытаться переориентировать человека. Продолжайте говорить. Спрашивайте о том, что происходит здесь и сейчас, например: «Можете ли вы сказать мне, где вы находитесь? Можете ли вы описать, как выглядит комната?». Такие вопросы будут более полезны, чем общие вопросы типа «Вы в порядке?»^[b].

Чувство стыда и правдоподобность

Важно понимать, как легко в разговоре о сексуальном насилии может возникнуть сильное чувство стыда и вины. Это может произойти внезапно и показаться несоразмерным тому, что обсуждается в данный момент. Нередко люди винят себя в том, что произошло с ними, хотя в этом не могло быть их вины.

И дело не только в психологии сексуального насилия: пережившим изнасилование часто приходится сталкиваться с тем, что члены семьи и общества не верят им, преуменьшают перенесенное ими насилие или считают их самих отчасти виноватыми.

Поэтому будьте очень осторожны, избегайте использования любых формулировок, которые могут подразумевать, что вы не верите собеседникам или считаете, что они несут какую-либо ответственность за то, что с ними произошло. По этой причине вопросы «почему...» могут быть рискованными. Дознаватели на допросах предпочитают их, потому что на них трудно ответить и они подразумевают наличие вины. Например, если спросить человека: «Почему вы оказались там именно в то время?», — это будет звучать так, как будто его вообще не должно было там быть.

Также лучше избегать вопросов о чувствах — например, «Что вы чувствовали, когда...?», так как они могут заставить вновь пережить и усилить сложные и взрывоопасные эмоции.

И, как уже говорилось ранее, старайтесь не задавать вопросов, которые касаются интимных или физических деталей произошедшего.

[b] Смотрите <https://dartcenter.org/resources/reporting-refugees-tips-covering-crisis>.

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

Если пострадавший убежден в чем-то, что, как вы знаете, не соответствует действительности или с чем вы не согласны, и вам хочется возразить ему, спросите себя, действительно ли вы тот человек, который вправе это сделать, и зачем вам это. Иногда люди придерживаются определенных убеждений для того, чтобы защититься от аспектов пережитого, которые кажутся слишком подавляющими, чтобы их принять.

ПОДЕЛИТЕСЬ
СТАТЬЕЙ:

