

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

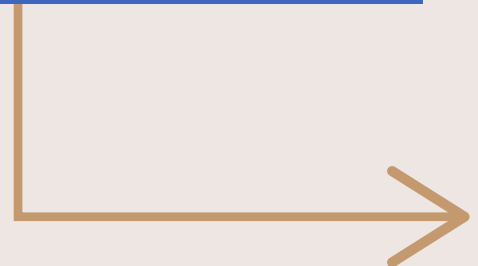
#8

Razmotrite
da stranice
štampe samo
u crno-belaj
boji

#5.

TRI OSNOVNA PRINCIPA ZA
BEZBEDNIJE INTERVJUISANJE

RAZUMITE DA
TRAUMA JMA
DUGOROČNI
UTICAJ NA
PAMĆENJE
I OSECANJA
BEZBEDNOSTI



#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

#5.

TRI OSNOVNA PRINCIPA ZA
BEZBEDNIJE INTERVJUISANJE

RAZUMITE DA TRAUMA IMA DUGOROČNI UTICAJ NA PAMĆENJE I OSEĆANJA BEZBEDNOSTI

Neka osnovna znanja o reagovanju na traumu mogu vam pomoći da bolje vodite zahtevne intervjuje i izbegnete greške u izveštavanju.

Ljudi će se verovatno uznemiriti kada se budu sećali užasavajućih događaja. Stres sam po sebi ne znači da nisu u stanju da pričaju, ali neke reakcije mogu da ukažu na to da se više ne osećaju bezbedno u razgovoru. Mogu se distancirati, gledati u vrata ili iskusiti fizičke reakcije slične onima koje su imali u vreme napada.

Trauma je složeno bio-psiho-socijalno iskustvo, i uznemirenost nije samo jedna stvar – to je mešavina različitih komponenti. Kao medijski profesionalac, nema potrebe da savladate neuronauku, ali vam neki osnovni, početni uvid može pomoći da donosite bolji sud o sledećem:

- Kako je vaš sagovornik i kada bi mu bila potrebna pauza u priči.
- Kako izbeći stilove postavljanja pitanja u kojima zvučite kao islednik i tako dodajete ulje na vatru kod ionako teških emocija kao što su krivica i stid.
- Koliko je razumno da se oslanjate na pouzdanost nečijeg sećanja traumatskog događaja i zašto ne bi trebalo da insistirate na prazninama u njihovom pamćenju.

Silovanje je jedno od najintenzivnijih traumatskih iskustava koje ljudsko biće može da doživi. Postoji mnogo razloga zašto preživeli imaju teškoća da nađu reči za ono što im se desilo. Stid i strah kako će drugi reagovati mogu biti krupan faktor u gubitku sposobnosti da govore. A pričanje o traumi može aktivirati intenzivna osećanja koja su ljudima previše bolna i iscrpljujuća da bi o njima pričali. Ponekad je ćutanje najbolji odgovor.

Ali reči često mogu biti teške iz raznih razloga koji su povezani sa tim kako ljudsko pamćenje funkcioniše u traumatskim situacijama.

Kada nas neko napada, ulazimo u mod za preživljavanje. Još uvek se registruju sećanja – često sa jasnim detaljima – ali ih um ne filtrira i ne pakuje obavezno prema istom redosledu kako bi ih obično raspoređivao (umesto toga, prioritet dobija osnovniji sistem preživljavanja). Uobičajeno je za osobe koje su bile seksualno napadnute da imaju problem sa fragmentiranim i neorganizovanim sećanjem. Mogu postojati praznine ili nedoslednosti u hronologiji. Neke stvari se mogu vratiti sa izuzetnom snagom, dok druge mogu biti prazne, toliko da čak uopšte nisu ni sačuvane u memoriji.^[a]

[a] Za korisni uvod u uticaj traume na pamćenje kod preživelih u seksualnom napadu vidite: G. Smit i S. Heke, "Od izveštaja do suda: Psihologija, trauma i zakon" (2010), dostupno [ovde](#).

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

U praktičnom smislu, za vas kao novinara to znači:

- Ne treba da očekujete od preživelog da vam pruži savršeno povezanu ili logičnu verziju onoga što se desilo. Nedoslednost nije dokaz nikakve namere da se neko obmane.
- Nije pošteno očekivati od vašeg izvora da sam raščisti protivrečnosti – pošto jednostavno možda nije to u stanju. Ako je precizna hronologija bitna, potražite drugi način da verifikujete događaje.
- Vratiti se i postaviti jednostavno pitanje za razjašnjenje obično je u redu ako se uradi suptilno. Ali ako naiđete na prazninu ili prepreku u nečijem pamćenju, ne pokušavajte uporno da iskopate informaciju. To bi moglo da izazove da se sagovorniku vrati sećanje koje mu je nepodnošljivo [više u nastavku].
- Drugi ljudi sa kojima radite – na primer, urednici i oni koji proveravaju činjenice – takođe treba da budu svesni ovih restrikcija.

Reagovanje na uznemirenost

Uznemirenost se ne ispoljava obavezno onako kako bismo očekivali. Možete naići na ljude koji deluju neemotivno i govore o najstrašnijim stvarima ravnim, ujednačenim tonom, ili na druge koji se oslobađaju napetosti smejanjem na mestima koja vam se čine čudnim ili neprikladnim. Sve su to prirodne, davno dokumentovane reakcije koje pojedinci imaju posle traume. Odnosite se prema svakoj osobi koju sretnete otvoreno i budite pažljivi da ne kažete da mislite kako postoji jedan pravi način reagovanja.

Kada ljudi govore o prošlosti, oni možda ponovo proživljavaju elemente istih emocija i fizičkih osećaja koje su imali u vreme (ili vremenima) kad su bili napadnuti. To može biti blago i jedva primetno, ali i dovoljno snažno da gurne ljude preko njihovih kapaciteta da i dalje tolerišu ta osećanja.

Ako neko burno reaguje – na primer, postaje veoma uzrujan, počinje da plače i slično – usporite stvari u svojoj glavi pre nego što požurite da nešto uradite. Užurbano isključivanje kamere ili prekidanje intervjua može nehotice da posrami nekoga tako što sugeriše da je pogrešno imati takva osećanja. Budite pažljivi sa korišćenjem fizičkog dodira: to može biti preteće i detabilizujuće, naročito ako je neočekivano. Umesto toga, možete uraditi sledeće:

- Ponašajte se mirno.
- Recite koliko vam je žao što im se to dešava.
- Podsetite ljude da su bezbedni tu u prostoriji sa vama – da im se to ne dešava sada.
- Pitajte ih šta bi im pomoglo u tom trenutku. Da li bi želeli pauzu u intervjuu? Šta obično rade kada se tako osećaju?

Kada neko odluta u sećanju

Disocijacija je uobičajena odbrambena reakcija koja se uključuje tokom seksualnog nasilja. Kada je situacija nepodnošljiva i nema realnog načina za beg, mozak može načiniti iznenadni automatski poziv da sve isključi i dopusti umu da se odvoji kao da se napad ne dešava stvarno.

Prepričavanje doživljenog može vratiti ljude u osećaj da im se nasilje ponovo dešava. Nije uvek lako primetiti kada se neko ne oseća bezbedno i na ivici disocijacije. Ali u toj situaciji osobe mogu da:

- Postanu odsutne, izgledaju pospano ili prestanu da odgovaraju na pitanja.
- Žale se da im je toplo ili se iznenada preznoje.
- Žale se na glavobolju ili fizički bol.

#1

#2

#3

#4

#5

#6

#7

#8

- Traže pogledom izlaz iz prostorije.

Keti Robdžant, klinička psihološkinja koja radi sa izbeglicama i preživelim CRSV u Kongu i drugde, savetuje novinarima šta da čine ako se to dogodi:

Radite predvidive stvari... Uvek je najbolje tražiti dozvolu ili staviti osobi do znanja šta ćete sledeće da učinite... Najbolje je da brzo probate da ih preorijentirate. Nastavite da pričate. Pitajte ih o nečemu što je sada i ovde, kao što je: "Možete li mi reći gde ste? Možete li da opišete ovu sobu?" Takva pitanja će više pomoći nego opštija pitanja tipa: "Da li ste dobro?" [b]

Stid i uverljivost

Važno je razumeti koliko je lako da se jaka osećanja stida i krivice pojave u razgovoru o seksualnom nasilju. To se može desiti iznenada i delovati nesrazmerno onome o čemu se priča u tim trenucima. Nije neobično da ljudi krive sebe za ono što im se desilo i što nikako nije moglo da bude njihova greška.

I tu nije uvek samo u pitanju psihologija seksualnog napada – osobe koje su preživele silovanje često moraju da se bore sa porodicom i članovima zajednice koji im ne veruju, minimalizuju ono što su doživeli ili ih optužuju da su na neki način sami krivi za to.

Zato budite veoma pažljivi i izbegavajte jezik koji bi mogao da nagovesti da ili ne verujete sagovorniku, ili da su oni sami na neki način odgovorni za ono što im se desilo. Iz tog razloga, pitanja "zašto" mogu biti rizična. Islednici im daju prednost jer je na njih teško odgovoriti i impliciraju krivicu. Na primer, pitati nekoga: "Zašto ste u to vreme bili tamo?" zvuči kao da osoba nije uopšte ni trebalo da bude tamo.

Pitanja koja se odnose na informacije o osećanjima kao: "Kako ste se osećali kada...?" takođe je najbolje izbegavati jer mogu da ožive i aktiviraju komplikovane, nestabilne emocije.

I kao što je već navedeno, vodite računa da ne postavljate radoznala pitanja koja se tiču intimnih ili fizičkih detalja o onome što se desilo.

Ako je preživeli ubeđen u nešto za šta znate da nije istina ili se sa tim ne slažete i hteli biste da osporite, zapitajte se da li ste zaista prava osoba da to čini i kakvu bi svrhu imalo. Ponekad se ljudi drže nekih ubeđenja jer su im ona odbrana protiv aspekata iskustva koje je prejako da bi ga priznali.



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