

De ce trebuie să fim atenți la sănătatea mintală a copiilor și a adulților care-i îngrijesc

Aceste recomandări au fost sintetizate din primul webinar din seria Early Childhood Reporting, parte a programului Early Childhood Initiative, creat de Dart Center. Webinarul a fost moderat de Irene Caselli iar experții invitați au fost:

- Tanmoy Goswami, jurnalist specializat pe sănătate mentală și fondator al organizației Sanity by Tanmoy, India
- Chandra Ghosh Ippen, psiholog specializat pe traumă la copii și director asociat al Child Trauma Research Program, de la University of California, San Francisco, SUA
- Anya Kamenetz, reporter pe educație, NPR, SUA

Înțelege fundamentele traumei. Fă-i pe copii să simtă că au și ei un rol în procesul narativ. Nu construi povestea din perspectiva unui adult. Protejează-le identitatea.

Înțelege cum îi poate afecta pe copii expunerea la traumă

Copiii consideră că adulții sunt cei care îi pot apăra de pericole. Este un element fundamental al teoriei atașamentului. Când această credință este distrusă ori contrazisă, copiii pot experimenta sentimentul de abandon, din partea celor care ar fi trebuit să-i protejeze. Iar jurnaliștii trebuie să fie conștienți de posibilitatea acestei reacții la copii și că, fiind adulți, pot fi percepuți de copii ca făcând parte din grupul celor care nu i-au protejat.

Fă-i pe copii să simtă că au și ei un rol în procesul narativ

În primul rând, explică-le în termeni cât mai simpli de ce vrei să le spui povestea. Și încearcă să-i faci să simtă că sunt parteneri în acest proces. O tactică este să folosești întrebări deschise de interogare. De exemplu, dacă vorbești cu un copil care a trecut prin experiența de a fi refugiat, ai putea întreba: „Știi că vii de foarte departe. Oare cum e să călătorești atât de mult?” Acel „oare cum e” nu este o solicitare directă, ci le permite copiilor să se gândească și să colaboreze.





Monitorizează simptomele fizice în timpul interviului

Asigură-te că ritmul și durata interviurilor reflectă vârsta copilului cu care vorbești. Pentru copiii mai mici, e nevoie de interviuri mai scurte și fragmentate și, dacă par distrași sau atenția lor deviază în mijlocul conversației, trebuie să faci pauză. Asta nu înseamnă că nu își vor reveni, dar trebuie să le acorzi timp să-și reguleze emoțiile înainte să se întoarcă la discuția voastră.

Evită să construiești povestea din perspectiva unui adult

Deseori, poveștile despre copii sunt spuse din perspectiva adulților. Chiar dacă este util să obții și să incluzi opiniile celor care au grijă de ei, încearcă să te concentrezi pe experiențele și sentimentele copiilor.

Încearcă să-i cunoști în afara cadrului tragediei

La fel ca toți oamenii, copiii sunt mai mult decât suma lucrurilor rele care li s-au întâmplat. Încearcă să descoperi cine sunt dincolo de trauma pe care au experimentat-o. Ce jocuri le plac? Ce îi animă? Întreabă-i (pe ei și pe adulții care îi îngrijesc) ce îi face să râdă. Află care sunt mecanismele lor de coping. Pornește și încheie interviurile într-o notă pozitivă.

Protejează-le identitatea

Chiar dacă un copil sau adultul responsabil de siguranța lui îți oferă un acord informat de a le folosi numele și imaginea, s-ar putea ca cei mici să regrete asta când devin adulți. Tinerii au „dreptul de a fi uitați”. Ca regulă, încearcă să folosești doar prenumele lor, atunci când scrii despre copii, și gândește-te cum le-ai putea oferi un anumit grad de anonimitate și în înregistrările audio-video.

Aceste webinare au fost posibile prin sprijinul oferit de Bernard van Leer Foundation (Olanda), the Maria Cecilia Souto Vidigal Foundation (Brazilia) și The Two Lilies Fund (Statele Unite).

Materialul original, în limba engleză, este disponibil aici:

<https://dartcenter.org/resources/why-we-need-pay-attention-mental-health-children-and-caregivers>.