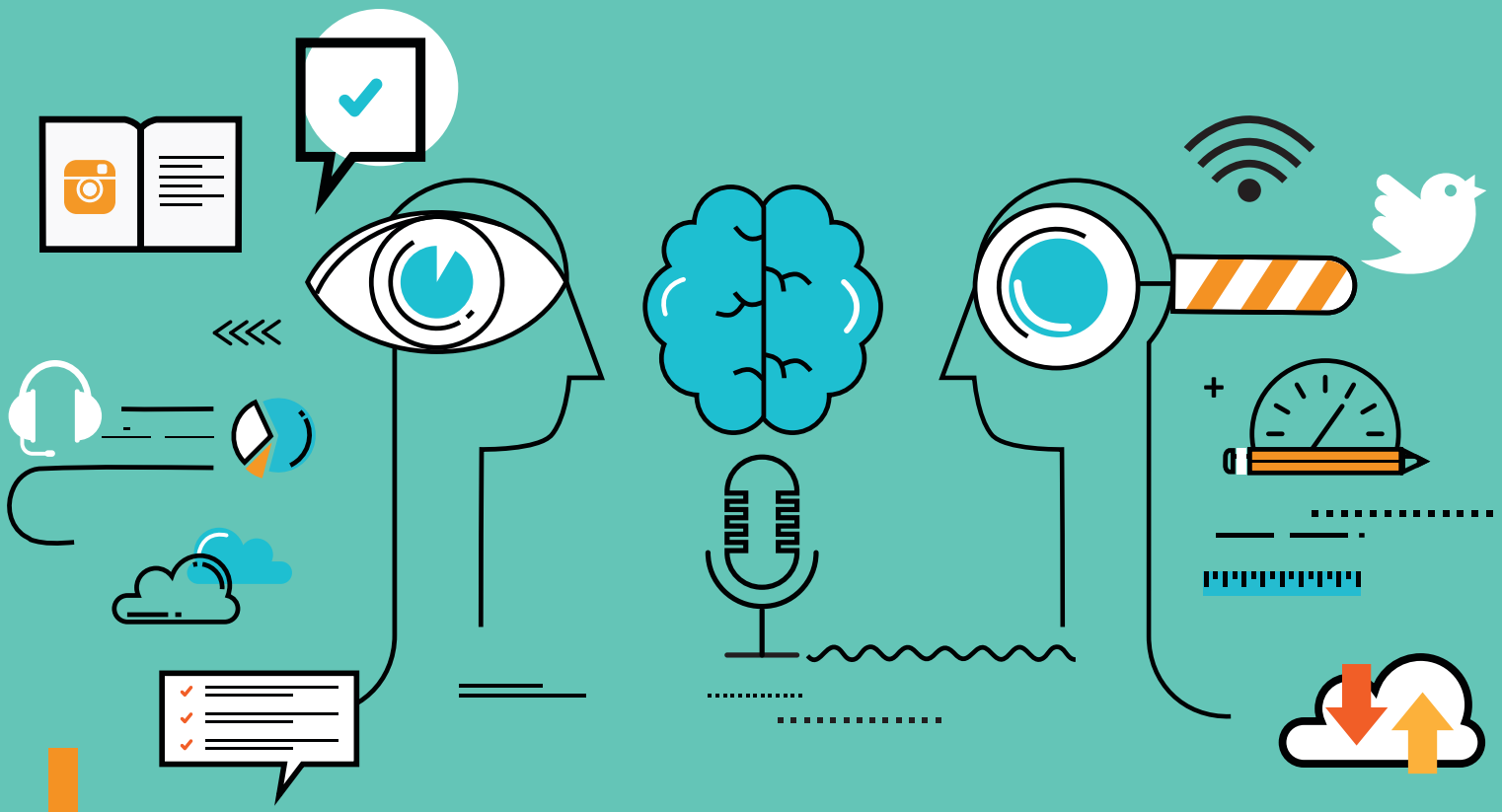


ПРИРУЧНИК ЗА ЕТИЧКО ИЗВЕШТАВАЊЕ МЕДИЈА О МЕНТАЛНОМ ЗДРАВЉУ МЛАДИХ

Министарство туризма и омладине
Република Србија

Национална асоцијација
Канцеларија за младе

PENS

NAPOR

KOMS
Krovna organizacija mladih Srbije

САВЕЗ ИЗВИЂАЧА СРБИЈЕ

Дарија Стјепић и Иван Суботић

ПРИРУЧНИК ЗА ЕТИЧКО ИЗВЕШТАВАЊЕ МЕДИЈА О МЕНТАЛНОМ ЗДРАВЉУ МЛАДИХ

Београд • 2024

ПРИРУЧНИК ЗА ЕТИЧКО ИЗВЕШТАВАЊЕ МЕДИЈА О МЕНТАЛНОМ ЗДРАВЉУ МЛАДИХ

Издавач:
Кровна организација младих Србије - КОМС

За издавача:
Миљана Пејић

Аутори:
Дарија Стјепић и Иван Суботић

Дизајн:
Ивана Зорановић

Припрема и штампа:
Досије студио, Београд

Тираж:
300 комада

ISBN 978-86-80578-26-2

Министарство туризма и омладине
Република Србија

„Ставови изражени у овим публикацијама искључива су одговорност аутора и његових сарадника и не представљају званичан став Министарства туризма и омладине."

Пројекат: "Унапређење менталног здравља младих кроз развој капацитета локалних актера 1.0"

спроводи: Национална асоцијација Канцеларија за младе, Омладински савез удружења – ОПЕНС, Национална асоцијација практичара/ки омладинског рада – НАПОР, Савез извођача Србије и Кровна организација младих Србије. финансира: Министарство туризма и омладине Републике Србије.

САДРЖАЈ

Увод 5

Извештаји са одржаних фокус група 7

- Фокус група: млади 7
- Фокус група: психолози 9
- Фокус група: школски психолози и педагози 13
- Фокус група: новинари 16
- Фокус група: институције и организације 18

Препоруке за медије 21

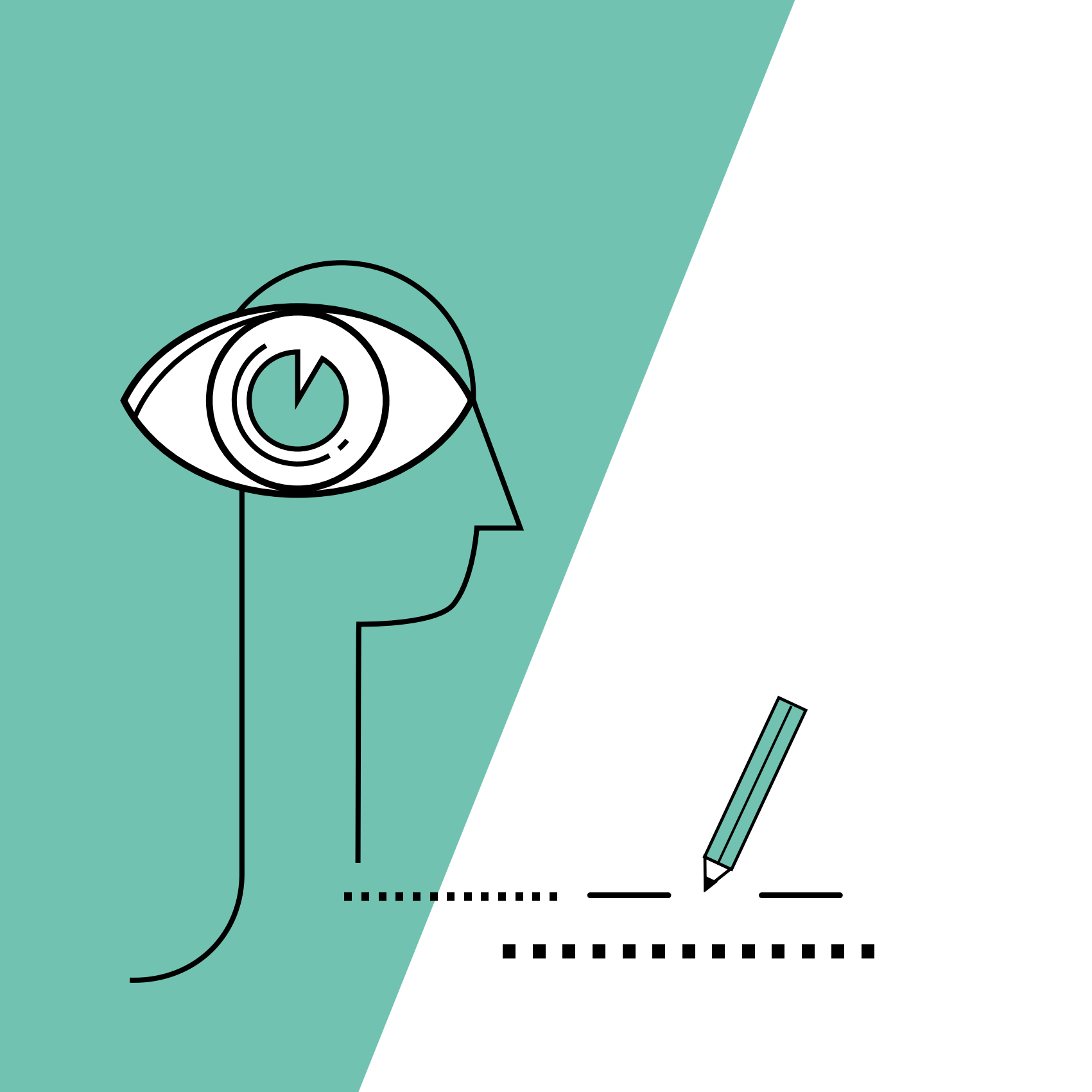
- О чему треба извештавати? 21
- Како не извештавати? 22

Практични савети за креирање садржаја 24

- О менталном здрављу младих
  Пре почетка 24
- Уоквиравање приче 25
- Одабир саговорника 26
- Личне приче 26
- Тумачење истраживања 27
- Илустровање 28
- На крају 28

Корисни ресурси за унапређење извештавања о менталном здрављу младих 29

- Речник 30
- Приоритетни појмови 30
- Остали често коришћени појмови 31



УВОД

Проблеми које млади имају са менталним здрављем последњих година постали су далеко јаснији. Ова тема је постала делимично детабуизирана и присутнија у медијима и јавном говору. Међутим, већи степен заступљености теме менталног здравља младих у јавности са собом је донео и прегршт погрешних тумачења, лаичких савета и неетичког извештавања. Осим изразито негативне слике са којом се суочавају[1], млади су у медијима углавном ускраћени за адекватне и правовремене информације о могућностима које им се нуде у погледу побољшања њиховог менталног здравља. Због свега овога, они често окрећу леђа медијима и информишу се из других извора који их могу навести на још искривљеније схватање ове врло битне теме.

Поред истинитог, благовременог и избалансираног информисања, међу главне дужности медија спада и едукација публике. Због тога је један од циљева овог приручника управо да медијима пружи ресурс за адекватније едукативно извештавање о менталном здрављу младих. Такође, он представља збирку смерница за етичније извештавање о овој теми која је у досадашњој медијској пракси била обавијена плаштом сензације, погрешних тумачења и употребе неадекватних извора или саговорника. Тежња аутора била је да кроз овај приручник медијима открију шта млади од њих очекују у погледу извештавања о њиховом менталном здрављу, као и да им представе мишљење стручњака о тренутном извештавању и њихове препоруке за извештавање о овој теми у будућности.

Приручник за етичко извештавање медија о менталном здрављу младих сачињен је на основу фокусгрупног истраживања спроведеног крајем фебруара и почетком марта 2024. године. Одржано је пет фокус група са различитим актерима који су укључени у креирање програма или садржаја о менталном здрављу младих, односно оних који представљају стручњаке из ове области. Групни интервјуи одржани су са: психолозима, младима, представницима институција и омладинских организација, новинарима и школским психолозима и педагозима. Све фокус групе одржане су посредством Зум апликације.

1 Стјепић, Дарија, Суботић, Иван, ***Млади у медијском огледалу 2022***, Кровна организација младих Србије, 2023. Преузето са: https://koms.rs/wp-content/uploads/2023/03/Mladi-u-medijskom-ogledalu-2022-istrazivanje.pdf

Фокусгрупно истраживање представља квалитативну методу прикупљања података кроз дискусију на задату тему. Она истраживачима пружа могућност да открију информације и увиде о одређеном проблему помоћу низа пажљиво дизајнираних питања. За разлику од једносмерних метода за прикупљање информација попут анкета, фокус групе омогућавају стицање увида у мишљење учесника на основу њихове међусобне интеракције[2]. Пре спровођена групног интервјуа истраживачи дефинишу циљеве фокусгрупног истраживања и питања која ће бити постављена учесницима. Оптималан број учесника који се у различитим изворима наводи јесте 8 +/-2[3], односно 6 до 12 актера у фокус групи. Након обављања групног интервјуа истраживачи транскрибују и анализирају разговор учесника, а потом састављају извештај фокус групе у ком се сумарно наводе запажања, трендови, обрасци и теме које су настале током расправе[4].

2 Скоко, Божо, Бенковић, Ванеса, *Знанствена метода фокус група – могућности и начини примјене,* Политичка мисао, вол. 46, бр. 3, 2009, стр. 217-236. Преузето са: https://hrcak.srce.hr/file/78151

3 исто

4 Ђурић, Слађана, *Методологија фокусгрупног истраживања*, Социологија, вол. 47, бр. 1, 2005, стр. 1-26. Преузето са : https://www.sociologija.org/admin/published/2005_47/1/337.pdf

ИЗВЕШТАЈИ СА ОДРЖАНИХ ФОКУС ГРУПА

Фокус група: млади

Фокус група са младима одржана је 21. фебруара 2024. године, а у разговору је учествовало осморо младих старости од 15 до 25 година. Групни интервју са младима трајао је нешто краће од сат времена. Младима је током разговора постављено укупно 13 питања и сви учесници су подједнако учествовали у дискусији. Пред одржавање фокус групе истраживачи су поставили следеће циљеве:

1. Прикупити искуства младих у вези са конзумацијом медијских садржаја о менталном здрављу.
2. Прикупити препоруке за медијско извештавање о менталном здрављу младих.
3. Испитати укљученост младих у медијске садржаје о менталном здрављу младих.
4. Испитати утицај медија на ментално здравље младих.

Када су у питању искуства везана за конзумирање медијских садржаја о менталном здрављу младих учесници фокус групе, попут учесника из других група, истичу да се медији овом темом баве изузетно ретко – тек када се догоди нека трагедија, када се обележава дан менталног здравља, или поводом одређеног догађаја. У смислу повода истичу и да медији о менталном здрављу младих извештавају на основу псеудодогађаја, односно конференција или догађаја на које су позвани. „Почело се причати о менталном здрављу младих тек током и након пандемије коронавируса“, истиче једна од учесница.

На основу садржаја у медијима млади закључују да се о овој теми извештава без емпатије и разумевања, штуро и превише стручно што садржај чини незанимљивим за младе особе. Они такође истичу да медији у погледу ове теме често не испуњавају своју едукативну улогу и да се ослањају на извештавање о последицама, а не о узроцима. Као један од главних проблема виде уређивачке политике појединих медија који зарад профита клизе у сензационалистичко извештавање.

Говорећи о томе шта млади сматрају потребним како би се медијско извештавање о њиховом менталном здрављу унапредило учесници фокус групе истичу да је од изузетне важност адекватан рад регулаторних тела. Они додају да су обуке новинара битне, али да би биле корисне и чешће јавне критике лошег извештавања, како од стране грађана, тако и од стране организација, институција и других медија.

Фокусирајући се конкретно на медијске садржаје, млади су истакли потребу за више специјализованих емисија о менталном здрављу младих које би биле емитоване на најгледанијим телевизијама. Додали су да медији требају да креирају више феноменолошких прича о овој теми и да уз њих пласирају и практичне савете, односно да промовишу институције и организације које нуде помоћ у суочавању са проблемима везаним за ментално здравље младих. Такође, млади истичу да би се у медијским садржајима чешће требали налазити људи који су превазишли проблеме са менталним здрављем како би се више извештавало о позитивним примерима и решењима везаним за ову тему.

Став младих по питању њихове присутности у медијима када се говори о теми менталног здравља овог дела популације изричито је негативан. Они сматрају да уопште нису заступљени у таквим причама медија. Према њиховом мишљењу веће укључивање младих у приче о њиховом менталном здрављу и могућност да искажу сопствено мишљење о овој теми допринело би њеном бољем разумевању, али и атрактивности таквих садржаја за младе. „Чак и када би у макар 50% случајева млади учествовали у медијима и када би говорили о овој теми мислим да би ниво знања о менталном здрављу био побољшан“, навела је једна од учесница.

Као додатан проблем у смислу (не)присуства младих у медијима када се говори о њиховом менталном здрављу учесници фокус групе истичу и страх од осуда. Они примећују да је у медијима често присутан осуђивачки тон када се говори о овој теми и сматрају да је то један од разлога због ког су приче о менталном здрављу у којима сами млади учествују ретко у медијима.

Коначно, млади закључују да извештавање медија у великој мери утиче на њихово ментално здравље. Према њиховом мишљењу медији више доприносе појави стреса код младих него њиховој генералној информисаности. Због тога, они сматрају да већина младих тежи ка изолацији од медија јер они углавном имају узнемирујућ ефекат на њих.

Фокус група: психолози

Фокус група са психолозима и психотерапеутима спроведена је 7. марта 2024. године. У групном интервјуу учествовало је троје психолога који се овом темом истраживачки баве у државним институцијама, као и у организацијама цивилног друштва. Укупно је, за учешће у фокус групи, било позвано 13 учесника, али се десет њих није одазвало позиву. Овај податак у складу је са констатацијом из фокус групе одржане која је окупила медијске раднике и раднице, а која је гласила да психолози у Србији често нису доступни медијима или не желе да говоре за медије на тему менталног здравља. Ипак, узевши у обзир да је током овог истраживања спроведена и фокус група са школским психолозима и педагозима, процена истраживача је била да се фокус група са психолозима који раде у институцијама и организацијама може одржати упркос малом одзиву стручњака, те да је укупан број психолога који су учествовали у фокусгрупном истраживању задовољавајућ. Психолозима је постављено укупно 15 питања, а групни интервју трајао је око сат и по времена. Пред одржавање фокус групе постављени су следећи циљеви:

1. Стећи увид у то колико из угла стручњака медији квалитетно извештавају о менталном здрављу младих.
2. Испитати колико медији адекватно користе терминологију из области психологије када извештавају о менталном здрављу младих.
3. Стећи увид у то да ли лоше извештавање о менталном здрављу младих утиче на само ментално здравље ове популације.
4. Испитати какве препоруке стручњаци из области психологије имају за медије у погледу извештавања о менталном здравља младих.

Психолози наводе да медији о менталном здрављу младих извештавају много чешће након масакра у школи у Београду, Малој Дубони и Орашју, што оцењују као лошу праксу будући да је контекст таквог догађаја врло широк. Тему менталног здравља не треба, према њиховим речима, везивати за један догађај. Надаље, наводе да се о менталном здрављу у домаћим медијима извештава често када неко треба да се таргетира, па се за ту прилику злоупотребљавају одређене проверене или непроверене дијагнозе. Саговорници подсећају да постоје и случајеви када психолози који дају изјаве за медије процењују познате личности и приписују им дијагнозе у медијима, што представља кршење етичког кодекса. Из угла психолога, новинари, али и саговорници у медијима треба да избегавају приписивање дијагноза. Још једна лоша пракса на коју учесници скрећу пажњу јесте давање инстант савета за ментално здравље у медијима. Проблем са таквим

приступом у медијима јесте поједностављивање и релативизација решавања проблема у области менталног здравља.

Када је реч о томе да ли новинари у медијским извештајима треба да узимају изјаве од особа које имају проблем са менталним здрављем или тренутним менталним стањем, психолози наводе да нема конкретног и тачног одговора. Истичу да је то добра пракса како би се заједница сензибилисала да прихвати особе са психолошким проблемима, али да то потенцијално може бити проблем за конкретну особу о којој се говори. Ово је посебно осетљива тема када су у питању малолетне особе, па саговорници истичу да новинари у таквим ситуацијама или морају бити изузетно опрезни или да их требају избегавати. „Чак и ако особа жели да буде јавно представљена, она данас-сутра може да осети последице те одлуке, рецимо, приликом запошљавања, јер је наше друштво и даље високо стигматизујуће. Са друге стране – то је један од начина како се смањује стигма – тако што упознајемо те људе", наводи учесница фокус групе. Психолози саветују да је таквим саговорницима у медијским садржајима потребно сакрити идентитет кад год је то могуће, поготово када је у питању млада особа и уколико особа то жели. Такође, оваквог саговорника потребно је упознати са последицама до којих јавно излагање потенцијално може довести.

Лоша је пракса у медијима и када се извештава о томе кроз које све фазе особа са психолошким потешкоћама пролази, те када се ставља акценат на непријатне емоције током депресивне епизоде. Надаље, извештавање медија о фармаколошкој терапији такође треба избегавати чак и у случају када сама интервјуисана особа наводи сопствену терапију. То може довести до погрешног тумачења терапије и узимања лекова „на своју руку".

Када је реч о саговорницима приликом извештавања о менталном здрављу младих, психолози наводе да треба избегавати оне стручњаке који 'имају мишљење на сваку тему', будући да нису сви психолози стручни за сваку област у оквиру менталног здравља. У домаћој медијског пракси постоји проблем јер немали број саговорника говори о менталном здрављу иако за њега нису стручни. У ту групу саговорника спадају, рецимо лајфкоучеви (енг. life coach), који често симплификују комплексне психолошке термине и феномене и дају инстант савете. Пре позивања за интервју или изјаву, потребно је проверити образовање психолога или психијатра. Није искључено ни то да неко са релевантним образовањем износи неутемељене тврдње, па је потребно и додатно анализирати досадашње медијске и друге јавне наступа потенцијалног саговорника и консултовати се са више истакнутих стручњака.

Саговорници у фокус групи наводе да се у медијима често греши када се извештава о депресији и анксиозности јер се неретко свако осећање туге карактерише као депресија или анксиозност. Такође, претерује се у проценама заступљености депресије међу ста-

новништвом што је резултат погрешног тумачења научних истраживања. Психолози наводе да подаци о процентуалној заступљености депресије нису корисни и да се они најчешће у медијима употребљавају само у служби шокирања јавности. Како би се избегли овакви пропусти, медији треба да консултују стручњаке који ће им помоћи у тумачењу резултата истраживања и њиховој презентацији у јавности.

У истраживањима се често говори о депресивности као пролазном стању, што се не односи на клиничку депресију, али медији та два појма поистовећују. Још је компликованији случај са појмом анксиозност, будући да се исти термин користи и кад се говори о пролазном стању и када се говори о клиничком стању. Када је реч о ова два стања медији не презају од тога да спомињу симптоме или чак објављују тестове за самодијагностификовање. Овакви садржаји могу довести до тога да појединци покушају самостално да одреде себи или некоме из свог окружења дијагнозу.

Када извештавају о суициду, медији често наводе детаље о томе како је он извршен, што је врло опасно јер може послужити као идеја особама које имају суицидалне мисли. Такве информације нису од јавног значаја и не би се требале налазити у медијима. У оваквим ситуацијама често се крши приватност особа које су преминуле од суицида – говори се о њиховој породици, о контексту који је, наводно, довео до суицида, објављују се опроштајна писма, фотографије са места самоубиства, слике тела, или се чак злоупотребљавају детаљи из истраге за извлачење закључака о догађају.

Потпуно је неконструктивна и пракса испитивања пролазника и комшија у вези са њиховим ставовима или искуствима о особи која је преминула од суицида. Једини ефекат тога јесте шокирање јавности уколико такви, ирелевантни, саговорници закључе да особа није имала разлог да то учини, зато што је, рецимо, била одличан ученик или лепа девојка. Додатно, ирелевантне су информације о томе да ли је особа која је преминула од суицида имала одређену дијагнозу или била хоспитализована. Медији ово често наводе у својим извештајима, што ојачава стигматизацију особа са сличним искуствима. Једна од препорука психолога у вези са темом суицида јесте да треба онемогућити коментарисање на сајту медија и друштвеним мрежама испод вести које се односе на суицид јер притисак јавности и негативни коментари могу бити штетни по особе које имају суицидалне мисли.

Када је реч о извештавању о поремећајима личности медији често употребљавају термине погрешно. Епитети нарцисоидан, психопата или социопата користе се за било какво одступање од типичног понашања. Понекад се у медијима објављују садржаји са насловима попут „како да знате да ли сте у вези са нарцисом“. „То је лоша пракса, јер не само да је патологизујућа, него ће особа посматрати свог партнера очекивајући да он има неки поремећај личности”, појашњава учесница фоксу групе.

Што се тиче неадекватне употребе термина, поред већ наведених појмова – депресивност/клиничка депресија, анксиозност, психопата, социопата, нарцис – често се погрешно интерпретира и значење појма узрочност из научних истраживања у медијима. „Када се користе подаци из научних истраживања, говори се о узрочности иако то што је нешто повезано, не мора да значи да узрокује одређени догађај. Ако је одређена црта личности повезана са одређеним догађајем, то не мора да значи та црта личности узрокује то одређено понашање. Постоји повезаност, али не можемо да говоримо о узрочностима", наводи једна учесница.

Надаље, појам шизофрен, користи се да опише баналне ствари или појединце који се таргетирају, а погрешно се употребљавају и термини као што су неуротичан, интровертан (који се користи као опис за било какву тенденцију повлачења). Последица оваквог извештавања јесте стигматизација особа које имају везе са свим досада наведеним појмовима јер се термини у том облику користе тако да се односе на целокупну личност, а не на стање или један аспект личности.

Уместо коришћења било каквих термина којима се описује особа, а не стање, психолози препоручују коришћење термина као што су психосоцијални проблеми или психолошки проблеми. „Уколико о томе (различитим менталним стањима прим. аут.) говоримо као о психосоцијалним проблемима, који се дешавају у неким системима, да и породице доприносе томе да се нека млада особа осећа лоше, да и вршњаци могу томе да доприносе, да особа има неке карактеристике које доприносе томе, да има мањак механизама – то оставља доста више простора да је промена могућа и да особа треба да се активира у томе да ту промену постигне", наводи једна учесница.

Препорука психолога је да медији када извештавају о менталном здрављу, не треба да користе превише стручних термина. Уз помињање одређених термина из области менталног здравља увек треба да дају контекст или појашњење.

Говорећи о утицају медијских садржаја на младе, учесници фокус групе наводе да је последњих година приметан тренд контекстуализација себе кроз садржаје из медија који говоре о психолошким проблемима. Дешава се да млади себе самодијагностификују, конзумирајући садржаје који упрошћавају психолошке проблеме излиставајући могуће симптоме одређеног проблема. Млади на основу тога приписују сами себи одређене поремећаје личности попут, рецимо аутизма или поремећаја АДХД (поремећај недостатка пажње или хиперактивности). То је поготово приметно у контексту друштвених мрежа на којима дијагнозе готово да постају трендови.

Када је реч о илустрацији садржаја психолози наводе да медији, за илустровање прича о менталном здрављу младих, али и иначе, најчешће користе "сток" (енг. stock) фотографије које су углавном мрачне и са негативном конотацијом. Није добра пракса ни коришћење симбола мозга за илустровање прича о менталном здрављу. Такве илустрације импли-

цирају да је то како се особа осећа везано искључиво за њено биолошко стање и неуроне, а заправо зависи од много више фактора, као што су окружење, друштвени контекст, животни период и сл. Још једна штетна пракса пракса у медијима је фотографисање без дозволе особа које су видно узнемирене и потресене, у стању психолошке кризе.

Препорука психолога за медије у том смислу јесте да се, при илустровању теме менталног здравља, користи више фотографија са позитивном конотацијом, односно фотографије које указују на подршку – стручну, али и социјалну, односно ону која долази из заједнице.

Фокус група: школски психолози и педагози

Фокус група која је окупила школске психологе и педагоге одржана је 26. фебруара 2024. године и у дискусији је учествовало петоро чланова школских педагошко-психолошких служби. Постављено је укупно девет питања, а разговор је трајао нешто краће од сат времена. Пред одржавање фокус групе постављени су следећи циљеви:

1. Прикупити информације о томе како психолози и педагози процењују етичност при медијском извештавању о менталном здрављу младих.
2. Прикупити информације о томе како психолози и педагози процењују утицај медија на едукацију и информисаност младих о теми менталног здравља.
3. Прикупити информације о томе како психолози и педагози сматрају да је потребно извештавати о менталном здрављу младих да би медији допринели бољем разумевању ове теме међу младима.

Психолози и педагози процењују да медији у Србији недовољно извештавају о менталном здрављу младих, а да је о томе неопходно говорити како би се ова тема дестигматизовала у јавности. „До сада у медијима није био у довољној мери заступљен разговор на ову тему, путем медија се не пружа довољно информација о менталном здрављу, а медији јесу ресурс који има моћ да побољша стање на плану менталног здравља међу младима", наводи једна учесница. Додају да је ова тема у медијима присутнија од пандемије вируса корона, а онда још више од масакра у Основној школи „Владислав Рибникар" у Београду, али да се и даље не обрађује тако да свима буде доступна и јасна. Наиме, када је реч о поводу извештавања, учесници групе примећују да се у медијима о менталном здрављу извештава „од случаја до случаја", како тврди једна учесница.

Учесници наводе да су, према истраживањима која су спровели у оквиру школа младима потребне информације и едукација о теми менталног здравља, те да их они, у недостатку садржаја у традиционалним медијима, траже на интернету. „Медији имају моћ и да едукују јавност, медији обликују сазнања, емоције, понашања јавности, па је важно кроз медије ову тему приближити свим актерима у друштву", наводи учесница фокус групе. Према мишљењу педагога и психолога било би корисно да постоје специјализоване емисије које би се бавиле темом менталног здравља младих, али исто тако процењују да су млади данас највише присутни на друштвеним мрежама, поготово на Тиктоку и да садржаји из традиционалних медија ретко долазе до њих.

Саговорници фокус групе истичу значај указивања медија на проблем урушавања менталног здравља. Такође, сматрају да би медији требали да истичу стручњаке који би давали опште савете, и да одговарају на питања коме се млади могу обратити у случају да осете одређене психолошке проблеме у свакодневног функционисању или уколико желе да побољшају своје ментално здравље. „Медији могу да пруже подстицај да особе потраже помоћ и подршку у својој локалној средини уколико имају проблем ове природе", наводи једна учесница фокус групе и додаје да медији могу да допринесу и стабилности у јавности, односно да учврсте осећај поверења јавности у институције које се баве менталним здрављем.

Као један од циљева медијског извештавања о менталном здрављу младих, учесници фокус групе истичу едукацију јавности. „Медији могу да допринесу разумевању проблематике менталног здравља, а кроз разговоре које би водили стручњаци, може се помоћи просветним радницима, али и широј јавности, да препознају симптоме, који могу указати на проблем менталног здравља или ризично понашање", наводи учесница.

Када је реч о (не)етичности медија, психолози и педагози истичу да је у досадашњој медијској пракси било приметно оптерећивање садржаја детаљима који нису релевантни за конкретан проблем, као што је, на пример, описивање злочина или повезивање насиља са психолошким проблемима насилника или жртве. Саговорници у фокус групи то виде као генерализацију и погодно тло за развој стереотипа и предрасуда о особама са психолошким проблемима. „Не можемо генерализовати и рећи да насилна особа увек има проблем са менталним здрављем, или да је особа која има неке проблеме са менталним здрављем увек насилна", наводи једна учесница.

Додају и да медијски садржаји не треба да буду лична интерпретације, већ објективно извештавање уз консултовање релевантних извора, и без сензационализма будући да се таквим извештавањем ствара паника и страх у јавности. Саговорници сматрају да је потребно развити сензибилисаност медијских радника на ову тему с обзиром на то да се због медијског извештавања у јавности могу створити потпуно погрешне перцепције о менталном здрављу.

Стручњаци који говоре за медије треба да формулишу своје изјаве сажето и концизно, без употребе стручне терминологије кад год је то могуће. Уз то, психолози и педагози саветују медијима да чешће консултују младе у прилозима који се односе на њихово ментално здравље и да чешће говоре афирмативно о менталном здрављу, односно да указују на то да се различите менталне потешкоће могу превазићи.

Додатно, учесници наводе да помињање дијагноза и њихово приписивање одређеним особама, најчешће познатим у јавности, може, такође, довести до генерализације и створити конфузију у јавности, а да не може допринети бољем разумевању ове теме међу младима. „Ако у медијима неку дијагнозу вежете за неку особу која је присутна у јавности, медијска публика ће неко слично понашање, сличне симптоме или искуство особе из окружења да повеже са том дијагнозом, а ту се не узима у обзир личност сваког појединца", закључује једна учесница. Овде ваља поменути и наводе из друге фокус групе – са психолозима. У њој је појашњено да другачију ситуацију представља отворен разговор неке познате личности о сопственој дијагнози, те да то може бити изузетно корисно и да може допринети нормализацији проблема или понашања као што су одлазак код психотерапеута. Додатно, учесница из фокус групе са психолозима наводи и да је тада задатак медија да укажу на то да се искуства могу разликовати и да се проблем неће код сваке особе испољити на исти начин.

Када је реч о терминологији из области менталног здравља која се погрешно интерпретира у медијима, психолози и педагози наводе да су то често појмови анксиозност и депресија, који се паушално користе без појашњење да је понекад реч само о епизодама и пролазним стањима, а не о трајном стању. Такође, термини као што су шизофрен или психотична, али и дебил, кретен, идиот, хиперактиван, користе се за свако минимално одступање од учесталог понашања или како би се неко увредио или таргетирао.

Фокус група: новинари

Фокус група са новинарима организована је 27. фебруара 2024. године. У разговору је учествовало шест новинара који су се током свог рада бавили темом менталног здравља и у појединим случајевима били награђивани за своје приче о овој теми. Групни интервју са новинарима трајао је око сат времена током којих је учесницима постављено девет питања. Пред одржавање фокус групе постављени су следећи циљеви:

1. Прикупити информације о томе колико често и са којим поводом медији извештавају о менталном здрављу младих.
2. Прикупити информације о томе колико су медији етични приликом извештавања о менталном здрављу младих.
3. Пикупити информације о изазовима са којима се новинари сусрећу приликом извештавања о менталном здрављу младих.
4. Сазнати који су позитивни примери праксе и каквим стандардима се воде новинари који адекватно извештавају о овој теми.

Када су у питању поводи за извештавање медија о менталном здрављу младих и учесталост оваквих медијских садржаја новинари су се усагласили у процени да се медији овом темом баве врло ретко, те да су поводи за извештавање углавном догађаји, а најчешће они трагичног карактера. „Мој лични утисак је да је та тема најчешће заступљена у рубрици црне хронике и то је заиста трагично", навела је једна од учесница фокус групе. Друга учесница додаје да се медији овом темом баве површно, паушално и на основу догађаја везаних за њу, те да се више прича везаних за ментално здравље младих појављује тек у тренуцима када се распише конкурс за награђивање таквих садржаја.

Оно што новинари додатно истичу као проблем везан за повод и учесталост извештавања медија о менталном здрављу младих јесте измишљање повода. Према њиховом мишљењу до овога долази услед неадекватног схватања ове теме које налаже да мора постојати одређени повод како би се извештавало о менталном здрављу младих. То доводи до лошег тумачења или чак измишљања одређених статистичких података везаних за ментално здравље младих како би се оправдало писање о њему.

Говорећи о етичности извештавања о менталном здрављу младих новинари истичу да су кршења Кодекса новинара Србије приликом бављења овом темом изузетно честа. „Мислим да нема кодекса који се не крши када је о овоме реч" примећује једна од учес-

ница. Као највеће проблеме новинари истичу: откривање идентитета особа које имају потешкоће са менталним здрављем; паушалне претпоставке медија да одређене особе имају проблеме са менталним здрављем; лоше процену медија које информације везане за ову тему су од јавног значаја; детаљно извештавање о суицидима које 'корак по корак' објашњава како је до њега дошло; лошу интерпретацију истраживања о менталном здрављу; неадекватан одабир саговорника на ову тему; паушално давање дијагноза од стране медија; креирање садржаја који делују као савети особама са потешкоћама везаним за ментално здравље без консултовања адекватних извора или стручњака.

Новинари истичу да у оквиру извештавања о менталном здрављу младих, али и менталном здрављу генерално наилазе на поједине препреке и изазове. Оно што се на основу разговора са новинарима истакло као један од највећих изазова јесте проналажење адекватних стручњака који би говорили о овој теми. Учесници истичу да често не успевају да остваре контакт са стручњацима који би говорили о овој теми. Новинари претпостављају да до тога долази и због лоших искустава стручњака са појединим новинарима који их позивају да говоре на теме које излазе из оквира њихове експертизе.

Још један изазов који новинари издвајају јесте проблем са илустровањем тема о менталном здрављу младих. Оно је проблематично јер ова тема често не може бити адекватно илустрована фотографијама или видео-снимцима због осетљивости садржаја или заштите приватности. Ипак, очекивања публике налажу да сви садржаји буду илустровани на неки начин. Изазов за новинаре представља и креирање садржаја у којима су саговорници управо млади који имају потешкоћа са менталним здрављем. У таквим садржајима нужно је наћи баланс између информативне вредности приче и заштите саговорника од потенцијалних нежељених последица које носи објављивање приче. Коначно, многи новинари у Србији суочавају се са лошим уређивачким политикама сопствених медија. Поједини текстови новинара који имају овакав проблем можда су изворно професионално написани али након уредничких интервенција добијају сензационалистичке наслове и губе на квалитету зарад привлачења публике.

Учесници наводе да ће се извештавање о менталном здрављу младих унапредити тек у тренутку када постојећи медијски закони буду адекватно спровођени јер ће тада бити онемогућен тренутни проблем непрофесионалног извештавања о овој теми који не крши само кодексе већ и законе. Такође, истичу потребу да се институције и цивилни сектор чешће оглашавају поводом примера лоше праксе извештавања о овој теми.

Када су у питању примери позитивне праксе извештавања о теми менталног здравља младих новинари су навели да омладински портали углавном адекватно креирају садржаје фокусиране на ову тематику. Поред њих, споменули су тек неколико портала и недељника. Говорећи о стандардима на које се ослањају новинари који професионално об-

рађују ову тему учесници фокус групе истакли су да ови новинари о менталном здрављу младих извештавају феноменолошки и уз пажљиву употребу бројки.

Такође, учесници су сугерисали да новинари треба да доводе у питање мотив саговорника који дају изјаве везане за ову тему како би били сигурни да не постоји одређена зла намера односно политички, комерцијални или неки трећи интерес саговорника, чак и уколико је у питању стручњак. Ако је саговорник особа са потешкоћама везаним за ментално здравље потребно је понудити му комплетну заштиту идентитета и информисати га о целокупном контексту приче. У смислу илустровања прича, новинари сматрају да иако оно представља изазов треба тежити ка проналажењу илустрације која приказује излазак из проблема, а не сам проблем.

Фокус група: институције и организације

Фокус група са представницима институција и организација које се баве питањима младих одржана је 11. марта 2024. године, а у групном интервјуу разговарало је укупно 10 учесника. У дискусији су учествовали представници Министарства туризма и омладине и Министарства просвете, док се позиву нису одазвали представници Министарства информисања и телекомуникација и Министарства здравља, као ни представници Регулаторног тела за електронске медије и Света за штампу. Поред њих, у разговору је учествовала представница УНИЦЕФ-а и представник Националне асоцијације Канцеларија за младе, као и више представника савеза омладинских организација. Групни интервју трајао је нешто краће од сат времена. Истраживачи су пред одржавање фокус групе припремили сет од девет питања и поставили следеће циљеве:

1. Стећи увид у то колико медији и институције или организације сарађују у погледу унапређења медијског извештавања о менталном здрављу младих.
2. Стећи увид у то како институције и организације утичу на извештавање медија о менталном здрављу младих.
3. Испитати да ли и какву сарадњу институције и организације остварују са новинарима током креирања прича о менталном здрављу младих.
4. Испитати где институције и организације виде простор за сопствени утицај на унапређивање извештавање о менталном здрављу младих.

Говорећи о сарадњи са медијима у погледу унапређивања извештавања о менталном здрављу младих представници министарстава истакли су организују обуке, издају приручнике или настоје да унапреде извештавање кроз програме и пројекте. Међутим сама сарадња са медијима није увек била адекватна. Представнице Министарства просвете навеле су током дискусије да су на обуке које је њихова институција организовала редакције углавном послале младе и неискусне новинаре који нису били упућени у тему нити су до тада извештавали о менталном здрављу младих.

„Само једна медијска кућа променила је начин извештавања након тога (обуке прим. аут.) јер очигледно да они који су били послати да учествују у радионици и који су били врло конструктивни уопште и не извештавају о томе“, навела је представница Министарства просвете.

У погледу утицаја институција на извештавање медија о менталном здрављу младих учесници су поново подвукли да раде на едукацији новинара, али додали и да настоје да утичу на медије директно кроз кампање различитих врста. Представници Омладинског савеза удружења ОПЕНС скренули су пажњу и на то да њихова организација новинарима додељује награду за етичко извештавање о менталном здрављу младих као и да кроз своје програме подстичу младе да сами креирају садржаје на ову тему који би били пријемчивији њиховим вршњацима.

Представница УНИЦЕФ-а истакла је да је ова организација након трагедија у Основној школи „Владислав Рибникар“ прошле године одржавала брифинге са уредницима медија како би непосредно утицала на њихово извештавање о менталном здрављу младих у кризној ситуацији. Међутим, „медији који су жута штампа, остају жута штампа и ту искрено говорећи помоћи нема“ објашњава представница УНИЦЕФ-а. Из ове организације напоменуто је и да је она покушала да кроз своје програме утиче на рад Регулаторног тела за електронске медије (РЕМ) али да до промене у функционисању овог тела ипак није дошло.

Када се говори о сарадњи медија са институцијама или организацијама током саме израде медијских садржаја, поједини савези омладинских организација истичу да их медији не консултују готово никад. Исто важи и за Националну асоцијацију Канцеларија за младе. С друге стране, организације попут УНИЦЕФ-а и Омладинског савеза удружења ОПЕНС наводе да их медији контактирају када се баве темом менталног здравља младих. Из ОПЕНС-а поручују да новинари од њих најчешће траже статистичке податке везане за ову тему, као и експерте који се њом баве у оквиру рада у ОПЕНС-у. Представница УНИЦЕФ-а наводи да их медији контактирају, али да се то

знатно чешће догађа тек након што дође до неке трагедије или догађаја везаног за ментално здравље младих.

Нешто другачије своју сарадњу са медијима током израде садржаја о менталном здрављу младих имају Министарство туризма и омладине, односно Министарство просвете. У Министарству туризма и омладине наводе да нису досада имали контакте с новинарима када је у питању ова тема, док у Министарству просвете напомињу да су имали лоша искуства с медијима због којих понекад избегавају сарадњу са њима.

Институције и организације које се баве питањима младих простор за сопствени утицај на унапређивање извештавање о менталном здрављу младих углавном виде у наставку спровођења пројеката и програма на којима тренутно раде. Представница Уницефа нагласила навела је како је потребно бити проактивнији и обратити пажњу на приче младих који су се изборили са потешкоћама везаним за ментално здравље. Према њеном мишљењу то би допринело смањењу стигматизације младих са оваквим проблемима.

Из савеза омладинских удружења поручују да је потребно утицати на људе да не придају пажњу примерима лоше праксе извештавања и тако оснаживати заједницу, а у Националној асоцијацији Канцеларија за младе своју улогу виде у спуштању препорука везних за ове теме са националног на локални ниво. Министарство туризма и омладине сматра да је потребно наставити са расписивањем конкурса везаних за ову тему и креирањем акционих планова. С друге стране, у Министарству просвете напомињу да тренутни медијски контекст не оставља пуно простора за унапређивање медијског извештавања о менталном здрављу младих, те да је сама едукација новинара недовољна јер је потребно мењање комплетног друштвеног контекста.

ПРЕПОРУКЕ ЗА МЕДИЈЕ

О чему треба извештавати?

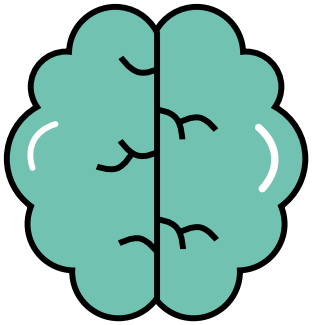
- Кроз медије, младе треба упутити на то где могу да пронађу бесплатну, али и сваку другу врсту психолошке подршке, као и где могу да се едукују о овој теми.
- Медији треба да потенцирају приче о ресурсима доступним и корисним за превазилажење одређеног менталног стања.
- У медијским прилозима и текстовима не треба стављати акценат на симптоме неког менталног стања, већ на њихово превазилажење и опоравак.
- Новинари треба да промовишу примере саосећања и емпатије у заједници. Тиме се остатак заједнице може мотивисати на исте или сличне поступке.
- У медијима не треба говорити само о томе да је важно обратити се за помоћ стручним лицима већ и о томе шта учинити и како препознати ако та помоћ није адекватна или одговарајућа.Медији треба да оснажују младе да препознају злоупотребе моћи и неетично понашање стручњака у области менталног здравља.
- Медији темом менталног здравља младих треба да се баве и кроз специјализоване емисије или рубрике у новинама и на порталима, а не само у информативним програмима и рубрици црне хронике.
- Медији треба да извештавају о условима у институцијама које се баве менталним здрављем младих, што треба да доведе до побољшања њиховог функционисања.
- Новинари треба да теже да дестигматизују младе с менталним потешкоћама кроз креирање личних прича о њима, али да им притом гарантују анонимност уколико је они траже, као и да их јасно упуте у могуће последице јавног излагања.
- Медији треба да консултују младе када извештавају о њиховом менталном здрављу. То може допринети бољем разумевању ове теме међу младима, али и оснаживању других младих особа да потраже подршку.
- О теми менталног здравља треба говорити превентивно и феноменолошки, а не само када се извештава о кривичним делима или трагедијама у којима су актери млади.

- Новинари треба да консултују стручњаке када извештавају о менталном здрављу, уз обазривост при избору саговорника и његове релевантности за тему о којој се извештава.
- Када траже изјаве, интервјуе или гостовања, медији стручњацима требају да се обраћају на време како би успели да обезбеде адекватне саговорнике за своје садржаје.
- Медији требају да правилно поставе теме када извештавају о менталном здрављу младих и да увеже сугестије стручњака уколико они примете да начин на који је новинар планирао да се бави одређеном темом може резултирати у неадекватном извештавању о тој теми.
- Резултати научних истраживања могу бити добар повод за извештавање о менталном здрављу, али медији треба да буду обазриви како их интерпретирају и да, по потреби, консултују стручњаке при њиховом тумачењу.

Како не извештавати?

- Новинари, као и саговорници у медијима, не треба да приписују или паушално процењују дијагнозе јавних личности или актера неког актуелног догађаја.
- У медијима не треба давати инстант савете за побољшање менталног здравља, јер се тиме релативизује ова проблематика.
- Новинари треба да избегавају помињање медикаментне терапије када извештавају о лечењу психолошких поремећаја, као и описивање 'до детаља' како особе успевају да набаве медикаменте, јер то може довести до узимања лекова „на своју руку".
- Медији не треба да доприносе стигматизацији особа са психосоцијалним проблемима тако што ће узрок за насилне догађаје тражити у менталном стању починилаца. Тиме се алудира да су особе са психолошким проблемима опасне по своје окружење. У вези са тим, не треба било шта што се у друштву сматра непожељним или нетипичним тражити нужно у менталном здрављу, или истицати ограничења која услед менталног здравља могу да постоје.
- медији не треба да преносе детаље и методе извршења суицида, као ни коментаре комшија или случајних пролазника.
- При извештавању о суициду, не треба да спомињу да ли је особа која је преминула имала одређену дијагнозу или је била хоспитализована.
- Уместо епитета којима се указује на комплетну личност неке особе – депресиван, нарцисоидан, болесник - релевантније је користити синтагме као што су особа са психосоцијалним или психолошким проблемима, или особа са дијагнозом.
- Коришћење превише стручних термина у медијима може довести до конфузије публике. Уместо тога, треба говорити што једноставним језиком и добро појаснити стручне термине.
- Фокус медијских прича не треба увек да буде на последицама до којих је, потенцијално, довело нечије угрожено ментално здравље, већ на узроцима и друштвеним условима који могу утицати на урушавање менталног здравља младих.
- Приче о менталном здрављу не треба илустровати тамним фотографијама или видеима са негативном конотацијом, који симболизују проблем, већ садржајима који приказују проналажење излаза из проблема, подршку и заједницу.

ПРАКТИЧНИ САВЕТИ ЗА КРЕИРАЊЕ САДРЖАЈА



О менталном здрављу младих

! Пре почетка...

Уколико сте добили задатак или напросто желите да креирате садржај који се бави менталним здрављем младих размислите о следећим саветима пре почетка израде приче:

- У реду је писати о менталном здрављу младих с поводом, али он није увек нужан за причу – не морате по сваку цену имати повод да бисте писали о овој теми!
- Уколико се темом менталног здравља младих бавите феноменолошки не морате тражити повод за објављивање приче у новим научним истраживањима или недавним догађајима.
- Неко од читалаца или пријатеља вам је сугерисао да бисте требали да се бавите одређеним аспектом менталног здравља младих? Добро промислите о томе који су мотиви те особе за сугестију. Они могу бити добронамерни, али могу представљати и покушај да се злонамерно утиче на јавност.
- Желите да се бавите овом темом јер ви, или неко вама близак имате проблема са менталним здрављем? Припазите на то да лична искуства и емоције не утичу на вашу пристрасност током израде приче.
- Благовремено контактирајте стручњаке за ментално здравље и консултујте се са њима и пре него што почнете да радите на причи! Тема коју сте одабрали можда није од јавног интереса или може нашкодити особама које имају потешкоће са менталним здрављем.
- Имате ексклузиву која се тиче менталног здравља младих? Брзина објављивања приче не сме вам бити битнија од последица које она може да изазове. Добро размислите о каквој се причи ради и како она може утицати на јавност!
- Пре него што почнете да креирате садржај обавезно размислите о томе која би требала да буде његова порука и како ће он утицати на перципирање ове теме у јавности. Не желите

да доприносите стигматизацији особа које имају потешкоће с менталним здрављем или погрешном разумевању ове теме.

- Бавите се конкретним и специфичним темама темељно, а не уопштеним темама нашироко. Тешко је обухватити све аспекте теме менталног здравља младих, али уколико ваљано објасните један специфичан сегмент овог проблема допринећете бољем извештавању о целокупној теми.

! Уоквиравање приче

Након што сте дефинисали вашу тему време је да је уоквирите односно да одредите какву ће она поруку о менталном здрављу младих послати у јавност. Ево неколико савета:

- Уколико се ваша тема бави менталним потешкоћама код младих, припазите на то да она шаље охрабрујућу и подржавајућу поруку. Не желите да млади из вашег текста или прилога ишчитају како није могуће превазићи потешкоће с менталним здрављем.
- Обратити пажњу да не претерате са позитивним примерима како се неко ко акутно пролази тешкоће не би осетио неадекватно. Позитивни примери превазилажења проблема су одлични, али важно је назначити да уколико неко не успева да превазиђе проблем то никако не значи да је мање способан или вредан.
- У реду је писати о менталним поремећајима, али избегните да говорите о њиховим симптомима кроз таксативно набрајање понашања, осећања и критеријума који се доводе у везу са њиховим дијагнозама. Уместо тога, пробајте да ставите акценат на превазилажење таквих стања.
- Бавите се одговором институција на проблем менталног здравља младих? Иако је у реду да критикујете и указујете на проблеме, припазите на то да ваш садржај не звучи као да не постоји решење.
- Креирате садржај о менталном здрављу младих поводом недавног трагичног догађаја? Потрудите се да фокус ваше приче буде на превенцији и решењима проблема, а не на детаљима о самом догађају.
- Припазите да не створите садржај који ће о потешкоћама са менталним здрављем говорити као о нечему неуобичајеном или чудном. Са овим проблемима може се суочити свака млада особа.

! Одабир саговорника

Када сте одредили какву поруку желите да ваша прича пренесе у јавност, време је да одредите саговорнике за своју причу! Нека вам следећи савети помогну у томе:

- Чак и уколико ваш садржај не подразумева узимање било каквих изјава, консултујте се са стручњацима у области менталног здравља пре објављивања приче.
- Уколико креирате садржај који се бави догађајем са трагичним исходом, сведоци дешавања, комшије и друга нестручна лица дефинитивно нису прави саговорници за тумачење било чијег менталног здравља.
- Покушајте да у оквиру своје приче пружите више перспектива различитих стручњака али и младих особа. Добар одабир саговорника подразумевао би неколико стручњака, младу особу и/или особу која се бави проблемима младих. Добру праксу представљало би и консултовање особе која је имала личних искустава са проблемом о ком пишете и његовим решавањем.
- Припазите на експертизу стручњака ког узимате за саговорника. Није сваки психолог или психијатар уједно и експерт за ментално здравље! Такође, различити психолози и психијатри баве се различитим аспектима менталног здравља. Потрудите се да потражите стручњака чија експертиза одговара вашој теми.
- Чак и након што сте обратили пажњу на експертизу стручњака, прегледајте и његове раније медијске наступе - и експерти са завидном биографијом могу пружати неадекватна тумачења и кршити етичка начела сопствене професије.
- Експерти који предају на факултетима, имају објављене научне радове у релевантним часописима и вишегодишње искуство у пракси могу бити добар саговорник за вашу причу!

! Личне приче

Уколико је сврха ваше приче да пренесете лично искуство младе особе која има потешкоће са менталним здрављем имамо неколико савета и за вас:

- Добро се упознајте са контекстом особе чије искуство желите да пренесете пре него што кренете са постављањем питања. Било би добро да са њом обавите разговор пре него што је будете интервјуисали у оквиру израде приче.
- Изучите ментално стање од ког особа о којој правите причу пати пре него што кренете у израду приче. Консултујте релевантну литературу и стручњаке.
- Упознајте особу о којој креирате садржај са свим потенцијалним последицама објављивања њене приче у медијима и понудите јој потпуну анонимност.

- Уколико препознате да је особа чију причу преносите током интервјуа рекла нешто што не би требало да се нађе у причи (због последица које може изазвати по њу или друге особе које имају сличних проблема), избаците те делове из финалне верзије приче.
- Пре него што се прича објави поделите је са особом о којој она говори. Тражите од ње коментаре и сугестије. Исто можете учинити и са релевантним стручњацима.

! Тумачење истраживања

Желите да своју причу поткрепите научним истраживањем, али се плашите да га не интерпретирате погрешно? Такве грешке заиста су честе у медијима. Следећи савети ће вам можда помоћи да их избегнете:

- Пажљиво са бројкама! Изношење квантитативних података о менталним поремећајима звучи примамљиво и чини се привлачним за публику али се њиховим објављивањем резултати истраживања често извлаче из контекста. Пробајте да избегнете непотребно и неадекватно објављивање било каквих бројки или процената. Податке покушајте да представите описно.
- Не ослањајте се на резултате само једног истраживања. Проверите да ли постоје и друга истраживања која су се бавила истом темом и упоредите њихове резултате. Ослањање на резултате више студија увек је боље од креирања приче на основу једне студије.
- Пазите на то како интерпретирате резултате истраживања и у који контекст их стављате. Увек прочитајте цело истраживање па тек онда доносите закључке.
- Уколико нисте сигурни шта резултати истраживања заиста значе и да ли сте их адекватно протумачили контактирајте аутора студије и питајте га све што вам није јасно. Тако ћете добити још једног релевантног саговорника за причу!
- Пазите на то да ли сте адекватно протумачили стручне термине који се користе у истраживању. У томе вам можда може помоћи и речник који ћете наћи на крају овог приручника.
- Проверите колико су релевантни аутори истраживања које цитирате. Где раде, чиме су се још бавили, има ли негативних коментара на њихов научни рад? Такође, проверите и релевантност научног часописа у ком је истраживање објављено.

! Илустровање

Након што сте завршили и проверили вашу причу вероватно ће вам бити потребна и одговарајућа илустрација за ваш садржај. Представљамо вам и неколико савета за адекватно илустровање приче о менталном здрављу младих:

- Уколико извештавате о догађају са трагичним исходом избегните приказивање фотографија актера догађаја или места на ком је дошло до трагедије.
- Уместо фотографија које илуструју како изгледају људи који имају проблема с менталним потешкоћама, пробајте да пронађете оне које приказују излаз из проблема.
- Чак и уколико преносите личну причу особе с менталним потешкоћама покушајте да избегнете њено илустровање фотографијом те особе. Ако вам је особа експлицитно дозволила да користите њену фотографију, скрените јој пажњу на последице до којих то може довести.
- За илустровање прича о менталном здрављу немојте користити слике мозга. Такве фотографије имплицирају да је ментално здравље везано искључиво за наш мозак. Оно је заправо везано за низ различитих фактора попут окружења, друштвеног контекста и животног периода.
- Користите ведре фотографије са охрабрујућом и подржавајућом конотацијом. Оне које указују на подршку заједнице, стручњака и окружења генерално.

! На крају

Када сте завршили своју причу поставите себи још неколико питање пре него што она буде објављена. Уколико је одговор на већину следећих питања "да", ваш садржај се највероватније адекватно бави темом менталног здравља младих.

- Да ли ваш садржај демистификује и дестигматизује тему менталног здравља младих?
- Да ли ваша прича хуманизује проблем и особе које се са њим суочавају?
- Да ли је порука коју шаљете охрабрујућа и подржавајућа?
- Да ли ваш садржај укључује и уважава перспективу младих као релевантну и једнако важну?
- Да ли ваш садржај подстиче на тражење подршке и нуди конкретне механизме за њен проналазак?
- Да ли ваша прича не гламуризује, романтизује или мистификује тему менталног здравља младих?
- Да ли у свом садржају нудите више перспектива, различитих извора података и саговорника?
- Да ли сте својим садржајем уважили комплексност ове теме и различитост индивидуалних искустава?

КОРИСНИ РЕСУРСИ
ЗА УНАПРЕЂЕЊЕ ИЗВЕШТАВАЊА О МЕНТАЛНОМ ЗДРАВЉУ МЛАДИХ

На следећим линковима можете пронаћи и корисне публикације и/или смернице на српском и енглеском језику које се тичу извештавања о менталном здрављу.

- „Психолошке смернице за медијско извештавање након кризних догађаја“ Одељења за психологију Филозофског факултета Универзитета у Београду - https://www.f.bg.ac.rs/files/PS-2023-5-9-212617.pdf
- Приручник за новинаре и новинарке „Како извештавати о менталном здрављу“ организације MentalHub - https://www.mentalhub.org/wp-content/uploads/2023/04/Kako-izvestavati-o-mentalnom-zdravlju-2023.pdf
- „Мрежа психолога за боље медијско извештавање о менталном здрављу“ организације MentalHub - https://www.mentalhub.org/wp-content/uploads/2023/01/MREZA-PSIHOLOGA-_-MEDIJSKO-IZVESTAVANJE-O-MENTALNOM-ZDRAVLJU.pdf
- „Смернице за етичко медијско извештавање о самоубиству“ реализован од стране Програма Уједињених нација за развој (УНДП) - https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-05/Smernice%20za%20izvestavanje%20o%20samoubistvu%20-%20web.pdf
- Речник термина из области менталног здравља организације Mental health Europe (eng) - https://www.mentalhealtheurope.org/wp-content/uploads/2023/10/MHE-Glossary-of-terms-and-Definitions.pdf
- Ресурси за новинаре који извештавају о депресији и другим менталним поремећајима Светске здравствене организације (енг) - https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/resources-for-journalists
- „Одговорно извештавање о менталном здрављу, менталним обољењима и смрти услед самоубиства“, приручник за новинаре Националног удружења новинара Велике Британије (енг) - https://www.nuj.org.uk/resource/nuj-guidelines-for-reporting-mental-health-and-death-by-suicide.html
- „Водич за новинарске ресурсе о извештавању о менталном здрављу“ Картер центра (енг) - https://mentalhealthjournalism.org/wp-content/uploads/2024/03/CC-Mental-Health-Program_J2_final-r.pdf

РЕЧНИК[5]

Пред вама се налази преглед психолошких термина које медији често користе приликом извештавања о менталном здрављу младих. Упамтите да дефиниције које следе свакако нису потпуна објашњења стања и поремећаја из области менталног здравља. Ради се о врло комплексним појмовима и за њихово јасније тумачење се требате консултовати са стручњацима. Подсећамо вас и да експерти у области менталног здравља препоручују да у медијским садржајима што мање користите стручну терминологију и потрудите се да је што боље објасните.

Приоритетни појмови

Ментално здравље - представља искуства у распону од оптималног благостања до исцрпљујућих стања велике патње и емоционалног бола. Оно није дефинисано присуством или одсуством менталног поремећаја. Иако је већа вероватноћа да ће људи са менталним здравственим проблемима доживети ниже нивое менталног благостања, то није увек случај. Као што неко може имати проблема са физичким здравственим стањем и бити физички способан, тако и људи који имају проблема са менталним здрављем могу имати висок ниво менталног благостања.

Поремећај - карактерише га клинички значајан поремећај у спознаји, регулацији емоција или понашању појединца. Он одражава дисфункцију у психолошким, биолошким или развојним процесима који су у основи менталног функционисања. Пожељно је избегавати овај термин и пре користити изразе попут **проблем менталног здравља** и **тешкоћа са менталним здрављем**.

5 Речник често коришћених психолошких појмова у медијима сачињен је на основу дефиниција са сајта Америчке психолошке асоцијације, Светске здравствене организације и Уједињених нација. Линкови: https://dictionary.apa.org/, https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338, https://humanrights.gov.au/our-work/disability-rights/united-nations-convention-rights-persons-disabilities-uncrpd

Психосоцијална (по)тешкоћа/проблем - представља искуство људи са проблемима који се тичу менталног здравља. Ови проблеми у интеракцији са различитим друштвеним баријерама "ометају" остваривање њихових права. Треба нагласити да није особа са проблемом менталног здравља та која је узрок проблема или инвалидитета, већ препреке у друштву онемогућавају ту особу и стварају инвалидитет или потешкоћу.

Дијагноза - класификација појединаца на основу болести, поремећаја, абнормалности или скупа карактеристика

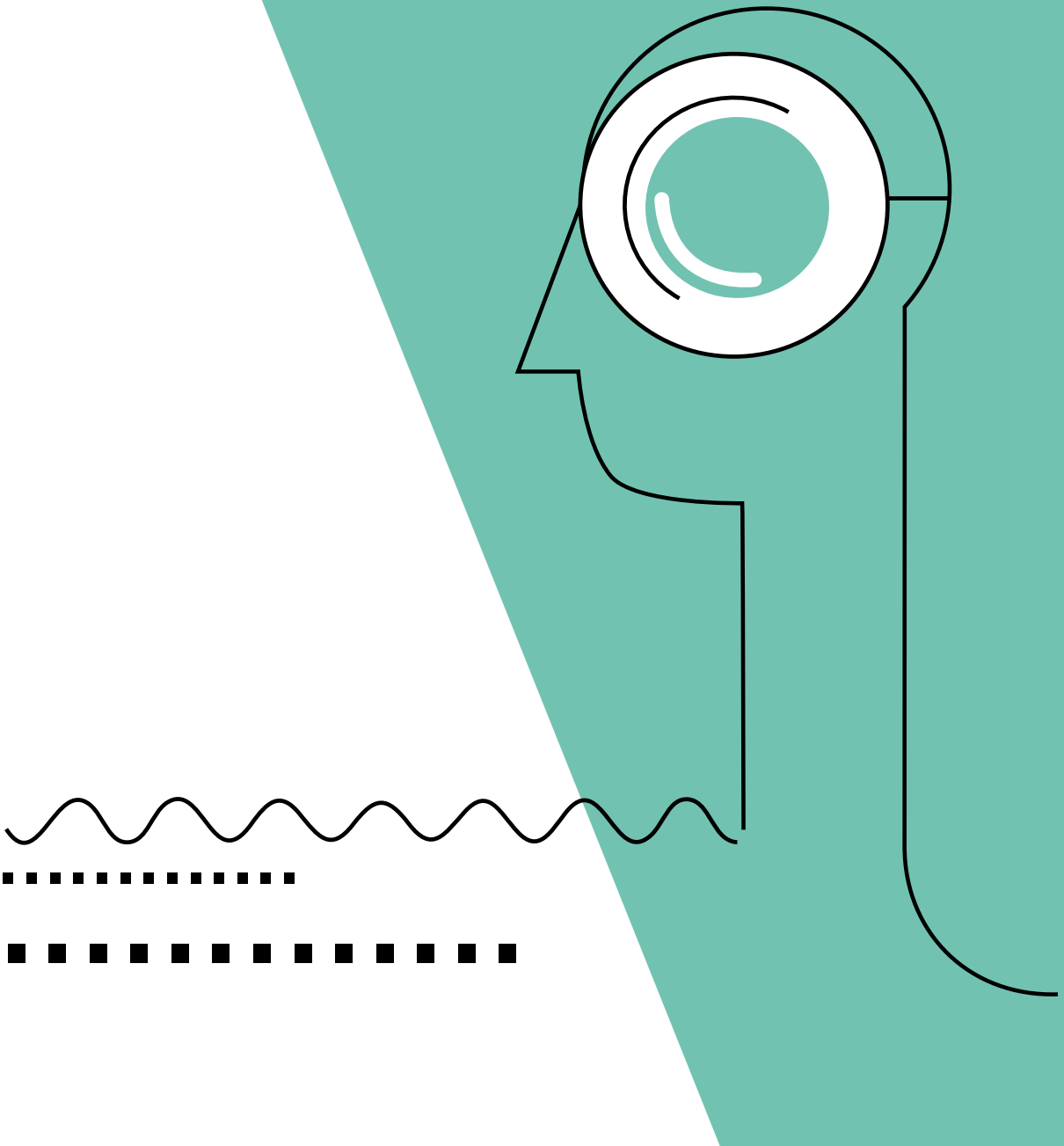
Остали често коришћени појмови

АДХД	(поремећај недостатка пажње/хиперактивности) - синдром понашања који се карактерише упорним присуством шест или више симптома који укључују: непажњу (нпр. неуспех у извршавању задатака или потешкоће у концентрацији), или импулсивност односно хиперактивност (нпр. нестрпљење, немир, врпољење, потешкоће у организовању посла...)
Анксиозност	емоција коју карактерише стрепња и соматски симптоми напетости у којима појединац предвиђа (реалну или непостојећу) предстојећу опасност, катастрофу или несрећу.
Анксиозни поремећаји	било који из групе поремећаја за које је карактеристично емоционално стање страха, бриге или претеране стрепње. Ова категорија укључује, на пример, панични поремећај, различите фобије и генерализовани анксиозни поремећај који представља претерану анксиозност и забринутост због низа брига.
Асоцијалност	недостатак осетљивости или поштовања према друштвеним вредностима или нормама. Асоцијални људи. Одбијају да се укључе или нису у стању да се укључе у друштвену интеракцију.

Биполарни поремећај	озбиљна ментална болест у којој уобичајене емоције постају интензивне и често непредвидиво снажне. Појединци са биполарним поремећајем могу брзо да пређу од екстрема среће и енергије до туге, умора и конфузије.
Депресија	(депресивни поремећаји) – један од поремећаја расположења који карактеришу туга, испразно или раздражљиво расположење као преовлађујући симптоми. Категорија депресивних поремећаја укључује велики депресивни поремећај, дистимични поремећај, поремећај регулације расположења, упорни депресивни поремећај и друге.
Депресивност	негативно афективно односно емоционо стање, у распону од несреће и незадовољства до екстремног осећаја туге, песимизма и малодушности, које омета свакодневни живот.`
Дисоцијативни поремећај личности	карактерише га присуство два или више различита идентитета или стања личности код једне особе од којих сваки периодично преузима контролу над понашањем појединца. Често се меша са шизофренијом.
Екстровертност	црта личности коју карактерише оријентација нечијих интереса и енергије према спољашњем свету људи, живих бића и предмера, а не према унутрашњем свету субјективног искуства.
Интровертност	представља тип личности која се осећа угодније фокусирајући се на своје унутрашње мисли и идеје, а не на оно што се дешава споља.
Манија (манијак)	стање узбуђења, прекомерне активности и психомоторне узнемирености, често праћено преоптимизмом, грандиозношћу или поремећеним расуђивањем. Манијак је лаички термин за ментално или емоционално поремећену особу, посебно ону која се сматра опасном за друге и застарело име за особу која доживљава манију.

Нарцисоидни поремећај	Карактеришу га, између осталог: дугогодишњи образац осећаја велике самоважности и претераног осећаја за таленат и достигнућа; фантазије о неограниченом сексу, моћи или лепоти; егзибиционистичка потреба за пажњом и дивљењем; или хладна равнодушност или осећај беса, понижења или празнине као одговор на критику, равнодушност или пораз.
Неуротичност/ неуротицизам	представља црту личности која је код људи биолошки одређена и релативно трајна. Особе са високим нивоом неуротицизма су мање толерантне на стрес и у стресним ситуацијама могу реаговати анксиозно, депресивно, импулсивно или чак агресивно. Битно је нагласити да сви људи поседују ову црту личности само је код неких она наглашенија.
ОЦД (**опсесивно-компулсивни поремећај**)	карактеришу га понављајуће наметљиве мисли (опсесије) које подстичу извођење ритуала неутрализације (компулзије). Типичне опсесије укључују теме контаминације, прљавштине или болести.
Параноја (параноичан)	бивша дијагноза за релативно редак поремећај, различит од параноидне шизофреније, у којој особа исправно расуђује из погрешне премисе и развија упоран, добро систематизован и логички конструисан скуп заблуда о томе да је прогоњена, трована или се кује завера против ње.
Поремећај личности	било који у групи поремећаја који укључују прожимајуће обрасце опажања, односа и размишљања о окружењу и себи који ометају дугорочно функционисање појединца и нису ограничени на изоловане епизоде. У њих, између осталих спадају: параноични, шизоидни, антисоцијални, гранични нарцисоидни и други поремећаји
Психопатија (психопата)	синоним за антисоцијални поремећај личности (погледајте под социопатија). Психопата је термин који се раније употребљавао за било који психолошки поремећај или ментално обољење. Више није у употреби.

Шизофренија	комплексан ментални поремећај са неколико различитих клиничких облика у којем људи имају проблема са тумачењем стварности. Шизофренија може подразумевати комбинацију халуцинација, заблуда и крајње поремећеног размишљања и понашања које нарушава свакодневно функционисање.
Социопатија (социопата)	представља термин који се раније употребљавао за **антисоцијални поремећај личности**. Овај поремећај представља присуство хроничне и свеприсутне склоности према занемаривању и кршењу права других.
Суицид, **суицидалне мисли**	чин самоубиства. Често се самоубиство дешава у контексту велике депресивне епизоде, али се може десити и као резултат употребе супстанци или другог поремећаја, а може се десити и уколико особа није имала никакав ментални поремећај.
Траума (трауматично)	било које узнемирујуће искуство које резултира значајним страхом, беспомоћношћу, дисоцијацијом, конфузијом или другим ометајућим осећањима која су довољно интензивна да имају дуготрајан негативан ефекат на ставове, понашање и друге аспекте.



CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд
316.774:613.86-053.6(497.11)
070.11(497.11) (035)

СТЈЕПИЋ, Дарија, 1997–

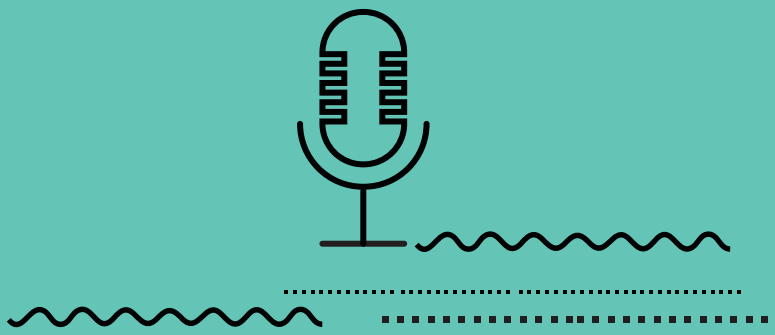
Приручник за етичко извештавање медија о менталном здрављу младих / Дарија Стјепић и Иван Суботић. – Београд : Кровна организација младих Србије, 2024 (Београд : Досије студио). - 34 стр. : илустр. ; 23 x 23 cm

Тираж 300. – Речник: стр. 30–34. – Напомене и библиографске референце уз текст.

ISBN 978-86-80578-26-2

1. Суботић, Иван, 1997- [аутор]

а) Масовни медији -- Ментално здравље -- Млади б) Новинарска етика -- Приручници -- Србија

COBISS.SR-ID 143079433

ISBN 978-86-80578-26-2