

ہے کہ کچھ دن ہفتے، مہینے یا سال لگ جائیں گے۔ ہو سکتا ہے کہ جو صحافی بظاہر بالکل نارمل نظر آتے ہوں وہی سب سے زیادہ کسی حادثے سے متاثر بھی ہوں۔ یہ بات دیکھنے میں آئی ہے کہ کچھ صحافی حادثات یا المیوں سے بٹھنے کے لئے اپنے گرد ایک ذہنی دیوار بنا لیتے ہیں اور کسی حادثے کا ایسے صحافیوں پر سب سے کم اثر ہوتا ہے۔ آپ کے ذاتی مسائل کا آپ کے رد عمل پہ اثر ہوتا ہے۔ مثلاً آپ کے عملے کا وہ رکن جو کہ اپنی ذاتی زندگی میں طلاق جیسے مرحلے سے گزر رہا ہے وہ کسی بھی حادثے کے درد کو بہت زیادہ محسوس کرے گا۔ جب آپ کے عملے کے ارکان چڑ چڑاپن - تھکان اور چھوٹی چھوٹی باتوں پہ غصے کا مظاہرہ کریں تو سمجھ جائیں کہ انہوں نے کسی حادثے کا بہت زیادہ اثر لے لیا ہے۔ ایسی صورت حال میں ان کے افسر یا نگران سے کہیں کہ وہ ان پر نظر رکھیں اور ان کا خیال رکھیں۔

۲. ایک شخص کو مقرر کریں جو آپ کو اپنے عملے کی فلاح و بہبود کے متعلق رپورٹس اور مشورے دے سکیں۔

۳. اپنے عملے میں شامل لوگوں پر انفرادی طور پر توجہ دیں۔ مزید یہ کہ گروپ میٹنگز کا انعقاد کریں تاکہ آپ کے عملے کو معلوم ہو کہ ان کے لئے کون سے وسائل دستیاب ہیں۔ کسی معاملے کی کوریج کیسے کرنی ہے۔ عملے میں شامل لوگ ایک دوسرے کی مدد کب اور کیسے کر سکتے ہیں وغیرہ۔ اپنے عملے سے یہ امید مت رکھیں نہ ہی ان پر زور دیں کہ وہ اپنے خانگی معاملات کی باریکیاں ایسی میٹنگز میں ظاہر کریں۔

۴. میمو اور ای میلز کے ذریعے اپنے عملے کی تعریف اور حوصلہ افزائی کریں۔ انہیں بتائیں کہ ان کے کام کی وجہ سے کیونٹی پہ کون سے مثبت اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ انہیں بتائیں آج کے دن اور تاریخ کی کیا خصوصیات ہیں۔ ان کو ذہنی دباؤ کم کرنے کی موثر ہدایات دیں۔ قارئین کی جانب سے بھیجے گئے تعریفی کلمات انہیں دکھائیں۔ مثال کے طور پر New York Times کے William E. Schmidt Managing Editor اور White Plains News York کے The Journal News کے ایڈیٹر نے اپنے میمو میں لکھا تھا کہ: ہم ہر خبر کی رپورٹنگ کریں گے اور صحافت کے اعلیٰ ترین معیار کے مطابق کریں گے۔ ہمارے قارئین کو اس وقت ہماری ضرورت سب سے زیادہ ہے۔ ہم اس وقت کیا کرتے ہیں وہ سب سے زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ مگر اس بات کا بھی خیال رکھیں کہ آپ خود پر توجہ دیں۔ اپنا اور دوسروں کا خیال رکھیں۔ مجھے اس بات پر فخر ہے کہ میں آپ کا ایڈیٹر ہوں۔

۵. اپنے عملے کی حوصلہ افزائی کریں تاکہ وہ اپنی مدد آپ کے تحت کام کریں۔ مشکلات سے نپٹنے کے متعلق ہدایات بلٹن بورڈز، میمو اور ای میلز کے ذریعے اپنے عملے تک پہنچائیں۔

صحافی بطور امدادی کارکن:

مانک ہیگن جو کسی بھی ہنگامی صورتحال (Hazard) سے نپٹنے میں ماہر تصور کیا جاتا ہے۔ جس نے اکیسویں صدی کی ایک بڑی حقیقت کی تصدیق و توثیق کی ہے کہ پولیس، فائر فائٹرز اور اب صحافی تینوں ہی کسی بھی قسم کی ہنگامی صورتحال میں جائے وقوع پر پہنچنے والے سب سے پہلے لوگ ہوتے ہیں۔ لاس اینجلس پولیس کے ایک افسر نے Home land Terrorism: A Prime from first - responder Journalists نامی کانفرنس ۲۰۰۳ میں کہا تھا کہ صحافی عموماً یا تو پہلے یا پھر پولیس اور دیگر امدادی کارکنوں کے ساتھ یا ان کے بالکل بعد کسی بھی حادثے کی جائے وقوع پر پہنچتے ہیں۔ ایک تجربہ کار صحافی یا فوٹو گرافر کے لئے یہ حقیقت شاید نئی نہ ہو کیونکہ وہ اکثر کسی پر تشدد واقعے کی جگہ پر سب سے پہلے پہنچتے ہیں۔ تاہم چونکہ آج کی دنیا میں دہشتگردی کے واقعات ہونے کے امکانات میں اضافہ ہو چکا ہے اس لئے صحافیوں اور ان کے افسروں کو چاہیے کہ وہ اپنی اخلاقی ذمہ داریوں اور اپنی حفاظت پر خاص توجہ دیں۔

Dr. frank Ochberg کے مطابق پولیس فائر فائٹرز اور طبی امداد کے عملے کو کسی بھی ہنگامی صورتحال سے نپٹنے کے لئے موثر ٹریننگ اور آلات سے لیس کیا جاتا ہے۔ مگر صحافی جب کسی جائے حادثہ پر پہنچیں تو انہیں وہاں سے زرا دور منتقل کرنا چاہیے۔ کیونکہ وہ متاثرین کی مدد نہیں کرتے اور صرف اپنی پیشہ ورانہ ذمہ داریاں ہی نبھاتے ہیں تو ایسے میں عوام انہیں بے رحم سمجھے گی۔ زخمیوں کی مدد کرنے کی اخلاقی ذمہ داری کے علاوہ صحافیوں اور فوٹو گرافر کو کسی پر بھی تشدد واقعے کی کوریج کرتے ہوئے اس واقعے سے جڑے خطرات کا ادراک ہونا چاہیے۔

چونکہ وہ کسی جائے حادثے پر سب سے پہلے پہنچے ہوتے ہیں اس لئے انہیں اپنی حفاظت اور ارد گرد کے حالات کی خبر ہونی چاہیے۔

آپ کی ذمہ داریوں سے جڑے چند خطرات:

- کسی مجرم کا آس پاس موجود ہونا
- پر تشدد کاروائیوں کا جاری رہنا یا کسی خطرناک چیز کا آپ کے قریب ہونا۔
- جائے حادثہ پر مضر صحت چیزوں کا موجود ہونا۔
- دہشت گردوں کی جانب سے فوری دوسرا حملہ۔

Rodnoy جو کہ انٹرنیشنل نیوز سیفٹی انسٹیٹیوٹ کے ڈائریکٹر ہیں، جس نے جیکا میں UNESCO سے خطاب کرتے ہوئے کہا تھا کہ صحافیوں کو چاہیے کہ وہ اپنی حفاظت کے لیے موثر ٹریننگ حاصل کریں تاکہ وہ جسمانی اور ذہنی زخموں سے بچ سکیں ”انہوں نے مزید کہا کہ آج بھی صحافی خطرے سے بے پرواہ اپنی اور اپنے ماتحت لوگوں کی زندگیوں کو خطرے میں ڈال دیتے ہیں“ افسران اور نگران افسران کو بھی چاہیے کہ وہ صحافیوں اور فوٹو گرافرز، خاص طور پر نا تجربہ کار لوگوں کو خطرناک صورتحال کی رپورٹنگ کے لئے نہ بھیجیں۔ انہیں اپنے صحافیوں کو تحفظ فراہم کرنے کی ہر ممکن کوشش کرنی چاہیے۔ اور انہیں حفاظتی تدابیر سے آگاہ کرنا چاہیے۔

مارچ ۲۰۰۳ میں James T. Madore نے اپنی ایک سٹوری میں لکھا کہ Newsday اور واشنگٹن پوسٹ نے اپنے صحافیوں کے لئے، جو خطرناک حالات کی رپورٹنگ کرتے ہیں انہی کی حفاظت کے لئے انہیں حفاظتی سامان مہیا کر دیا ہے۔ مزید یہ کہ Homeland Terrorism نامی کانفرنس میں شامل بہت سے صحافیوں نے بتایا کہ وہ اپنی حفاظت کے لئے خصوصی ٹریننگ حاصل کر چکے ہیں۔

Howard A Tyner Tribune co. Publishing Division کے ایڈیٹوریل وائس پریزیڈنٹ نے Madore کو بتایا کہ ان کے اخبار سمیت Los angeles times, Chacago Tribune اور Newsday اپنے کسی صحافی کو خطرناک حالات کی رپورٹنگ کے لیے مجبور نہیں کرتے اور اپنے صحافیوں کو مکمل حفاظتی تدبیر کے بارے میں ہر وقت آگاہ رکھتے ہیں۔

Tyner نے کہا تھا کہ یاد رکھیں کہ کوئی بھی کہانی یا واقعہ کسی صحافی کی زندگی سے زیادہ اہم نہیں ہوتا کیونکہ اپنی جان سے ہاتھ دھو بیٹھنے والا رپورٹر کچھ بھی رپورٹ کرنے کے لائق نہیں رہے گا۔ سب سے آخر میں اور شاید سب سے زیادہ ضروری بات یہ ہے کہ صحافیوں اور ان کے افسران کو ان کے کام سے متعلق نفسیاتی اثرات کا اندازہ ہونا چاہیے۔ کسی بھی جائے حادثہ پہ سب سے پہلے پہنچنے کی وجہ سے ہونے والے ذہنی بے سکونی کا بہترین علاج Debriefing اور کسی ماہر نفسیات کے ساتھ مشاورت ہو سکتا ہے۔ آفسیئر Hagen کے مطابق آج کے صحافیوں کو اس بات کا اندازہ ہونا چاہیے کہ سب سے پہلے کسی حادثے کی جگہ پر پہنچنا اپنے آپ میں ایک خطرہ ہے جو کہ آپ کو ذہنی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا کر سکتا ہے۔

کسی صدمے کے بعد پیدا ہونے والی کیفیت

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)

کولمبیا یونیورسٹی گریجویٹ اسکول آف جرنلزم نے ایک کیس سٹڈی آن لائن شائع کی تھی جس میں Mclaughlin Chantal نے لکھا تھا کہ:

امریکن سائیکاٹریک ایسوسی ایشن کی جانب سے PTSD کی علامات یہ ہیں۔

کسی حادثے یا صدمہ پہنچنے کے بعد کے ایک ماہ تک اس واقعے کو یاد کرنا، بے وجہ جذبات ہیجان ہو جانا، جذبات کو بالکل محسوس نہ کرنا اور ہر اس شخص اور چیز سے اجتناب برتنا جو کہ اس حادثے یا صدمے کی یاد تازہ کر دے۔

PTSD کی دوسری عام علامات ہیں تھکان کے آثار پیدا نہ ہونا جس کی وجہ سے متاثرہ شخص کا چڑچڑاپن، بنا کسی وجہ کے پریشان اور اداس رہنا ہے۔ مزید یہ کہ متاثرہ شخص کسی کام پر توجہ نہیں دیتا، کم سوتا ہے اور خود کو غیر محفوظ تصور کرتا ہے کسی صدمے سے گزرنے والے لوگ اکثر اداس رہتے ہیں۔ اپنا کام ٹھیک طریقے سے نہیں کرتے اور اپنے خاندان والوں سے ان کے تعلقات بھی ٹھیک نہیں رہتے ہیں۔ جو شخص اس کیفیت سے گزر رہا ہوتا ہے یا اس بیماری

کا شکار ہوتا ہے اسے خود سمجھ نہیں آتا کہ یہ سب کیوں ہو رہا ہے اس لئے وہ کسی ڈاکٹر یا ماہر نفسیات سے رجوع نہیں کرتے۔ نتیجتاً ان کی بیماری کی تشخیص نہیں ہو پاتی اور وہ خاموشی کے ساتھ شاید برسوں تک اس بیماری کے ہاتھوں پر مغال بنے رہتے ہیں۔

کسی بھی پر تشدد واقعہ یا کسی انسانی ایسے کے بعد ذہنی دباؤ محسوس کرنا اور اداس رہنا ایک عام اور نارمل رد عمل ہے لیکن ہم صحافیوں سے وابستہ ایک انوکھی بات یہ ہے کہ ہم سمجھتے ہیں کہ ہمارا رد عمل غیر معمولی ہے تشدد اور اس سے وابستہ جذبات کسی جائے حادثہ پر پہنچنے والے ہر شخص کو متاثر کرتے ہیں چاہے وہ پولیس ہو پٹی امداد پہنچانے والے ہوں یا پھر صحافی۔

رپورٹر، پولیس افسر یا ہنگامی امداد فراہم کرنے والے سے مختلف نہیں ہوتے کیونکہ وہ بھی صرف اپنے کسی افسر یا اپنے پیشے سے تعلق رکھنے والے کے سامنے ہی اپنے دل کی بات کرتے ہیں۔ ایک کافی شاپ یا چھوٹا سا چائے کا ہوٹل شاید آپ کو یہ موقع فراہم کر دے کہ آپ کس حد تک اپنے جذبات کا اظہار اپنے کسی ہم پیشہ دوست یا جاننے والے سے کر دیں مگر مکمل سچائی ہم پھر بھی نہیں بتاتے کیونکہ یہ ہماری مردانگی کے خلاف ہے۔ یہ بات انسانی رویوں کے معروف تحقیقدان Mark Pedelty نے اپنی کتاب War stories the culture of foreign Correspondent میں کہی ہے،

کسی بھی بڑے سانحے، جیسے کسی اسکول میں دہشتگردی کے واقعہ یا مینا بازار جیسے سانحے کے بعد Debriefing یا کسی ماہر نفسیات سے رجوع کرنے کی خواہش یہ ظاہر نہیں کرتی کہ آپ کمزور ہیں۔ افسوس کہ اکثر صحافی ایسا سوچتے ہیں، حالانکہ کسی ماہر کی نگرانی میں کی جانے والی Debriefing آپ کی ہمت اور ذہنی استطاعت میں اضافہ کرتی ہے۔ لکھائی، تصویر کشی، باتوں کے ذریعے آپ کسی صدمے کو اپنے ذہن اور سوچ پر ہادی ہونے سے روک سکتے ہیں۔ گو تیمالا سے لے کر بوسنیا تک جنگوں سے متاثر ہونے والے بچے اکثر تصویر کشی کے ذریعے اپنے ذہن پر مرتب ہونے والے منفی اثرات کا نہ صرف اظہار کرتے ہیں بلکہ ان کا علاج بھی کرتے ہیں۔ ایسا وہ اس لیے کرتے ہیں، کیونکہ اکثر دیکھنے میں آیا ہے کہ غم کے اظہار کے مختلف طریقے خصوصی طور پر وہ طریقے جن کے ذریعے آپ اپنے غم کو کم کر سکیں مستقبل میں آپ کو ایسے واقعات سے بٹننے میں مدد کرتے ہیں اور گزرے ہوئے واقعات کا غم بھی کم کر دیتے ہیں۔

oklahoma کے اسٹاف رائٹر Penny Cockerell کے مطابق صحافی بھی اپنی لکھائی کے ذریعے ایسا ہی کرتے ہیں، مگر کچھ باتیں ایسی ہوتی ہیں جنہیں آپ بیان نہیں کر سکتے یا جن کو بیان کرنا مناسب نہیں ہوتا۔

صحافی بھی ایک انسان کی طرح درد اور غم کو محسوس کرتا ہے چاہے وہ غم اس کا اپنا ہو یا نہ ہو۔ اپنے جذبات کو دبائے رکھنا کسی بھی مسئلے کا حل نہیں ہے کیونکہ آپ جتنی دیر انہیں دبائے یا چھپائے رکھیں گے آپ کا درد غم اتنا ہی بڑھے گا۔ کسی بھی بڑے سانحے کے بعد اس کے اثرات سے جتنا جلد ہو سکے چھٹکارا حاصل کر لیں اور ایسا کرنے کے لیے اگر کسی پیشہ ورانہ ماہر کی خدمات حاصل کر لی جائیں تو بہت بہتر ہے۔ ملازمت کے ساتھ اعلیٰ معیار کی Debriefing کی سہولت فراہم کرنا آپ کے ادارے کے صحافت کے معیار میں اضافہ کرے گا۔ کل وقتی یا جزوی صحافیوں کو چاہیے کہ وہ اپنے افسران یا ماہرین کی جانب سے فراہم کردہ کونسلنگ سے بھرپور فائدہ حاصل کریں۔

اس بروشر کی تیاری میں ہم ڈارٹ سنٹر فار جرنلزم اینڈ ٹراوما

یورپ کی تحقیق پر مشتمل ہے، سنٹر نے نہ صرف ہمیں ترجمہ کی اجازت دی بلکہ اسکو پاکستان کی ضرورت کے مطابق ڈھالنے کی اجازت بھی دی۔ مختلف موضوعات پر بروشر کے چناؤ میں مدد کے لئے بھی ہم DART CENTER EUROPE کے مشکور ہیں۔

مزید معلومات کیلئے رابطہ کیجئے

پروفیسر ڈاکٹر الطاف اللہ خان

ڈیپارٹمنٹ آف جرنلزم اینڈ ماس کمیونیکیشن

یونیورسٹی آف پشاور

Hotline: 091-9222099

journalismdepartmentuop@gmail.com

ڈیپارٹمنٹ آف سائیکالوجی

یونیورسٹی آف پشاور

Hotline: 091-9216369

psychologydepartmentuop@gmail.com

سانحات اور صحافی

زیادہ موثر کوریج کے لئے ایک گائیڈ



رپورٹر، ایڈیٹرز، فوٹو جرنلسٹ اور نیوز کا عملہ اپنی صحافتی زندگی کے دوران ان گنت ہولناک سانحات کی کوریج کرتے ہیں۔ جنگوں سے لے کر دہشت گردی تک، ہوائی جہاز کے حادثات سے لے کر قدرتی آفات تک، جلاؤ گھیراؤ سے لے کر قتل تک، ہر سانحہ کسی نہ کسی کو متاثر کرتا ہے۔ ہر سانحہ اپنی ایک یاد چھوڑ جاتا ہے۔



For More Information Visit CTCJ Facebook Page

<https://www.facebook.com/CTCJPeshawar>

تعارف:

۱۶ دسمبر ۲۰۱۳ء اور ۲۸ فروری ۲۰۰۹ء پوری دنیا جانتی ہے کہ ان تاریخوں پر کیا ہوا تھا۔ مگر ان دو دنوں کے علاوہ اور بھی ایسے دن ہیں جو بھلائے تو نہیں بھولتے۔ وہ دن جب ایک تباہ کن طوفان نے کئی گھراڑ دیے وہ دن جب بہت سے معصوم بچوں کو ایک خوفناک آگ نے اپنی لپیٹ میں لے لیا۔ وہ دن جب آپ کے کسی جان پہچان والے کو ناحق قتل کر دیا گیا۔

رپورٹر، ایڈیٹر، فوٹو جرنلسٹ اور نیوز کا عملہ اپنی صحافتی زندگی میں ایسے بہت سے المیوں کی کورتج کرتے ہیں۔ جنگوں سے لے کر دہشت گردی تک، ہوائی جہاز کے حادثات سے لے کر قدرتی آفات تک، جلاؤ گھراؤ سے لے کر قتل و غارت، ہر سانحہ کسی نہ کسی کو تو متاثر کرتا ہے۔ ہر سانحہ اپنی ایک یاد چھوڑ جاتا ہے۔

۱۶ دسمبر ۲۰۱۳ء کو وقوع پذیر ہونے والے واقعات آہستہ آہستہ نیوز روم کے کلچر میں تبدیلی لارہے ہیں۔ اسی لئے کسی بھی بڑے سانحے کو رپورٹ کرنے سے پہلے صحافیوں کو مندرجہ ذیل چیزوں پہ خصوصی توجہ دینی چاہیے۔

- کسی کی ناگہانی موت یا زخمی ہونے کی صورت میں کئی اور لوگ بھی متاثر ہوتے ہیں
- ایک ایڈیٹر نے ایسے واقعات پر تبصرہ کرتے ہوئے کہا کہ جاں بحق ہونے والے زیادہ تر لوگ بالکل ہمارے جیسے تھے۔ ”انکی بھی ہماری طرح اچھی اور معیاری زندگی تھی۔ جاں بحق ہونے والے بچے معاشرے کے باصلاحیت شہری تھے۔
- صحافیوں کی جانب سے جس طرح کسی سانحے کی کورتج کی جائیگی۔ کیونہی بالکل اسی طرح اپنے جذبات کا اظہار کرے گی۔

ہر صحافی ایک درد مند انسان بھی ہوتا ہے۔

صحافی درد ناک المیوں کی کورتج کے دوران غیر معمولی مشکلات کا سامنا کرتے ہیں۔ کبھی ایسے بھی ہوتا ہے کہ وہ کسی جائے حادثہ پہ سب سے پہلے پہنچ جاتے ہیں۔ وہ ان متاثرین کے ساتھ بھی گھل ملتے ہیں جو کسی درد ناک حادثے کا سامنا کر چکے ہوتے ہیں۔ وہ صحافی جو عموماً خون خرابے والی نیوز کی رپورٹنگ کرتے ہیں وہ اکثر خود کو ایک ذہنی دیوار کے پیچھے چھپا لیتے ہیں۔ مگر ایسا ہرگز نہیں کہ صحافی کسی کے درد یا غم کو محسوس نہیں کرتے۔ یہ دیوار وہ اسی لئے بناتے ہیں تاکہ وہ اپنے جذبات پر قابو رکھ سکیں۔ پالیمر انسٹیٹیوٹ فار میڈیا سٹڈیز سے تعلق رکھنے والے Al Tompkins نے poynter.org کے لئے لکھا کہ:

رپورٹرز، فوٹو جرنلسٹ، لیکررز، ساؤنڈ کنٹینیشنرز اور فیلڈ پروڈیوسرز اکثر امدادی کارکنوں کے ساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کام کرتے ہیں۔ پولیس آفیسرز یا فائر فائٹرز کا سامنا اکثر ہنگامی صورتحال سے ہوتا رہتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ صحافیوں میں بھی کسی بھی صدمے سے نمٹنے کی صلاحیت ان سے کم نہیں ہوتی۔ افسوس کی بات یہ ہے کہ صحافیوں کو پولیس آفیسرز یا فائر فائٹرز جیسا سپورٹ نہیں ملتا۔ جہاں فوری ہنگامی امداد فراہم کرنے والے لوگوں کو debriefing کی سہولت اور ڈاکٹر سے مشاورت فراہم کی جاتی ہے وہی صحافیوں کو اگلی نیوز پہ کام کرنے کا کہہ دیا جاتا ہے۔ قوی امکان ہے کہ مستقبل میں بھی صحافی مزید بڑے المیوں کا سامنا کریں گے، کئی اور ایسی تاریخیں آئیگی جو صحافیوں، حادثے کے متاثرین اور کمیونٹی کے ذہنوں پہ ان مٹ نقتوش چھوڑ جائیں گی۔ اس کتناچے میں درج عملی تجاویز آپ کو کسی ایسی صورت حال کا سامنا کرنے اور اس سے بہتر انداز میں نبرد آزما ہونے میں مدد فراہم کریں گی۔

کسی بھی حادثے کے متاثرین سے انسٹرویو کے لئے اہم ہدایات:

۱. اپنے آپ کو متاثرین کی جگہ پہ رکھیں اور پھر ان سے اسی احترام اور اچھے اخلاق کے ساتھ پیش آئیں جس طرح کی آپ کو خود کے لیے توقع ہے۔ متاثرین کے ساتھ بات چیت صحافیوں کی پیشہ ورانہ ذمہ داری کا حصہ ہے۔ مگر اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کسی بھی طرح ان کے جذبات کو مجروح نہ کریں اور اگر وہ سوالوں کا جواب نہیں دینا چاہتے تو انہیں اکیلا چھوڑ دیں۔ واضح طور پر اپنی شناخت کروائیں۔ مثلاً میرا نام احمد ہے۔ میں ایک ادارے سے منسلک ہوں اور کاشف کی زندگی پر لکھ رہا ہوں۔

اگر کسی سخت رد عمل کا سامنا ہو تو پریشان مت ہوں، خاص طور پر کسی متاثرہ بچے کے والدین سے۔

۲. آپ یہ تو کہہ سکتے ہیں میں آپ کے اس نقصان پہ معذرت خواہ ہوں، مگر یہ کبھی مت کہئے گا کہ میں آپ کا غم سمجھتا ہوں یا مجھے احساس ہے کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں۔ حیران مت ہوئے، خاص طور پر اگر آپ کسی پر تشدد یا سیاسی حادثے کی رپورٹنگ کر رہے ہیں اور کوئی آپ سے یہ کہہ دے کہ ہمیں آپ کی معذرت کی ضرورت نہیں تو ادب اور احترام ملحوظ خاطر رکھیں۔

۳. کبھی بھی سب سے تکلیف دہ سوال سے شروعات نہ کریں، ”آپ مجھے شہزاد کی زندگی کے بارے میں کیا بتا سکتے ہیں؟“ یا ”شہزاد کو کیا چیز سب سے زیادہ پسند تھی؟“ یا ”شہزاد کے پسندیدہ شوق کیا تھے؟“ جیسے سوالات سے انٹرویو شروع کریں۔

۴. اسکے علاوہ سب سے بڑی غلطی جو ایک صحافی کر سکتا ہے وہ ہے ضرورت سے زیادہ بولنا۔

۵. اگر آپ کسی ایسے شخص یا خاندان کا انٹرویو کر رہے ہیں جس کا کوئی قریبی عزیز لاپتا ہو گیا ہو تو اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ آپ ان پہ واضح کر دیں کہ آپ گمشدہ شخص کی زندگی کے بارے میں کچھ لکھنے کی کوشش کر رہے ہیں نہ کہ اسکی موت کی خبر۔ اگر کسی متاثرہ شخص سے رابطہ ممکن نہیں تو اس کے کسی قریبی عزیز یا مردہ خانے سے رابطہ کریں تاکہ آپ ان کا انٹرویو کر کے مزید معلومات حاصل کر سکیں۔ اگر آپ کو سخت رد عمل کا سامنا کرنا پڑے تو اپنا فون نمبر یا وزنگ کارڈ چھوڑ جائیں اور انہیں یہ بتادیں کہ اگر انہیں کوئی بھی بات کرنی ہو تو آپ سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ یہ طریقہ اکثر بہترین کہانیوں کا سبب بنتا ہے۔

متاثرین کے بارے میں لکھنے کے لئے چند تجاویز:

۱. کسی بھی متاثرہ انسان کے بارے میں لکھتے وقت اپنی توجہ کو اس کی زندگی پر مرکوز رکھیں۔ معلوم کریں کہ اس انسان کی خاص بات کیا تھی؟ مثلاً اس کی شخصیت اس کی سوچ، وہ جس ماحول میں وقت گزارتا تھا (شوق، دوست احباب، خاندان) اور اس کی پسند اور ناپسند۔ جس طرح ایک فوٹو گرافر مکمل احتیاط کے ساتھ تصویر کشی کرتا ہے بالکل اسی طرح آپ بھی اسی شخص کی زندگی کے بارے میں احتیاط برتیں۔

۲. حقائق کے بارے میں انتہائی احتیاط برتیں۔ متاثرہ شخص یا خاندان سے نام، حقائق کبھی گئی باتوں وغیرہ کی مکمل تصدیق کریں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ جب کسی متاثرہ شخص سے بات کریں گے تو ممکن ہے کہ وہ کسی الجھن کا شکار ہو یا اس نے آپ کے سوال پر توجہ نہ دی ہو۔ ہر چیز کی مکمل تصدیق کریں۔ ایسا کرنے سے آپ کو مزید معلومات ملنے کا بھی قوی امکان ہے۔

۳. کسی بھی متاثرہ شخص کے بارے میں لکھتے وقت اس سے جڑی مزید تفصیلات کا استعمال کریں تاکہ آپ ان کی زندگی کی لفظوں کے ساتھ تصویر کشی کر سکیں۔ مثلاً شہزاد کو شام کے وقت اپنے خاندان کے ساتھ وقت گزارنے کا بے حد شوق تھا۔ وہ ایسا اس لئے بھی کرتا تھا تاکہ پولیس میں نوکری کی وجہ سے پیدا ہونے والے ذہنی دباؤ سے نجات حاصل کر سکے۔

۴. متاثرین کی اموات کے بارے میں غیر ضروری یا ہولناک تفصیلات لکھنے سے گریز کریں۔ اپنے آپ سے یہ سوال کریں کہ کیا ایسی تفصیلات آپ کے پڑھنے، سننے، دیکھنے والوں کی معلومات میں اضافہ کریں گی یا ان کے ذہنوں پر صرف منفی اثرات مرتب کریں گی؟ - مزید یہ کہ ”Closure“ - ”Will rest in peace“ یا ”پورا ملک سوگوار ہے“ جیسے لفظ یا جملوں کا استعمال نہ کریں تو بہتر ہے۔ کسی بھی اچھے ادیب کی طرح آسان اور واضح الفاظ کا استعمال کریں۔

۵. کسی متاثرہ شخص یا مقتول کے بارے میں بتاتے وقت اس کے دوست احباب یا خاندان والوں کی جانب سے کبھی جانے والی باتوں کا استعمال کریں۔ خاص طور پر وہ بتائیں جو پڑھنے، سننے یا دیکھنے والوں کو بتاتی ہوں کہ کس طرح مقتول نے اپنی زندگی میں مشکلات کا مقابلہ کیا تھا۔ اگر آپ متاثرہ شخص کے خاندان والوں سے اس کی تصویر لیں تو اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ انہیں وہ تصویریں جتنا جلد ہو سکے واپس بھی کر دیں۔ اس طرح

آپ کو یہ معلوم ہو جائیگا کہ وہ شخص کیسا دکھتا تھا۔

آپ کی برادری میں رونما ہونے والے المناک حادثات کی کورتج کے بارے میں چند ہدایات:

۱. یہ بات آپ کو پتہ ہونی چاہیے کہ آپ جب بھی کسی ایسے یا حادثے کی رپورٹنگ کرتے ہیں تو وہ آپ کے قارئین، دیکھنے والوں اور سننے والوں پر اثر انداز ہوگی۔ یاد رکھیں کہ جیسا انداز آپ کی رپورٹنگ کا ہوگا کم و بیش ویسا ہی ردِ عمل برادری کا ہوگا۔ اسی لئے اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس کورتج کے حوالے سے موثر پالیسیز موجود ہیں۔ مثلاً حادثے سے متاثرہ کسی شخص کی پرائیویٹ نمازِ جنازہ کو کور کرنے کے بجائے اسکی پبلک نمازِ جنازہ کو کور کریں اور اگر ایسی کسی پرائیویٹ سرگرمی کو کور کرنا ضروری ہو تو پہلے اجازت لیں تاکہ ناجائز دخل اندازی کا کوئی امکان باقی نہ رہے۔

۲. متاثرین کی زندگی اور کمیونٹی پر ان کے اثرات کے بارے میں لکھیں۔ متاثرین کی زندگی کے خاص پہلو، ان کے شوق، ان سے منسلک مخصوص باتیں اور ان کی وجہ سے ان سے جڑے دوسرے لوگوں کی زندگی پر ان کے اثرات کے بارے میں لکھیں۔ ایسا اکثر ہوتا ہے کہ کسی متاثرہ شخص کے لواحقین اس صحافی سے بات کرنا چاہتے ہیں جو اس طرح کوئی کہانی لکھ رہا ہو۔ ایسی کہانیاں چونکہ چھوٹی ہوتی ہیں اسی لئے روزانہ کی بنیاد پر شائع کی جاسکتی ہے، جب تک کے تمام متاثرین کے بارے میں لکھا نہ جا چکا ہو۔ ایسی کہانیاں اکثر بڑی خبروں کی وجہ بھی بنتی ہیں۔ ایسی کہانیوں کو مختلف عنوانات کے تحت شائع کیا جائے تاکہ انکا واقعہ کے ساتھ تسلسل قائم رہے۔ انکو "Profiles of Life" یا غم کی حالت میں "Portraits of Grief" یا تعریف اور قربانی کی احساس مندی کے تناظر میں "Tribute" جیسے عنوانات کے تحت شائع کیا جاسکتا ہے۔

۳. ایسے عوامی فورمز کے بارے میں لوگوں کو بتائیں جہاں لوگ مثبت اور تخلیقی باتیں کرتے ہیں اور ایسی موثر تاریخوں کے بارے میں بتائیں جو لوگوں کے لئے مفید ثابت ہو چکے ہیں۔ Dart Center Executive Committee کے چیئر مین Emeritus Frank M. Ochberg, M.D کہتے ہیں۔ کہ صحافی اور معالج اس وقت ایک جیسی ہی دشواری کا سامنا کرتے ہیں جب متاثرین کو مزید ذہنی چوٹ یا دباؤ کا خطرہ ہوتا ہے ان کے طور طریقوں میں تو فرق ہو سکتا ہے مگر دونوں کا مقصد ایک ہی ہے؛ مدد کے ذریعے خبر پہنچانا۔

۴. متاثرین کی صحت یابی کے دوران ایسے واقعات کو رپورٹ کریں جن کی وجہ سے کمیونٹی میں امید کی نئی کرن پیدا ہو سکے۔

۵. اپنے آپ سے مسلسل یہ سوالات کیجئے: عوام کیا جاننا چاہ رہی ہے اور آپ کی کورتج کی حد کیا ہونی چاہیے؟ کیا آپ خود اس حادثے سے عوام سے زیادہ متاثر تو نہیں ہو گئے؟ اس بات کو یاد رکھیں کہ آپ کی کمیونٹی کسی بھی حادثے یا ایسے سے کہیں عظیم تر ہے۔ آپ کی کورتج میں یہ بات نظر آنی چاہیے۔

آپ کی پیشہ ورانہ سرگرمیوں کے متعلق چند ہدایات:

۱. آپ ہر قسم کی نیوز کور نہیں کر سکتے۔ اگر کوئی ایسا اسائنمنٹ آپ کے سپرد کر دیا گیا ہے جسے پورا کرنے میں آپ کو مشکلات کا سامنا ہے یا پھر آپ اسے تندہی سے پورا نہیں کر پارہے تو اپنے نگران افسر کو شائستگی کے ساتھ اپنے خدشات کے متعلق آگاہ کریں اور اسے بتائیں کہ کیوں آپ اس اسائنمنٹ کے لئے آپ بہترین انتخاب نہیں ہیں۔

۲. کچھ دیر کے لئے آرام کریں۔ ذہنی دباؤ میں کمی کے لئے چند منٹ یا چند گھنٹوں کے لیے اپنے کام کو چھوڑ دیں۔

۳. دل ہلکا کرنے کے لئے اپنے کسی قریبی دوست یا عزیز کے ساتھ بات کریں۔ وہ دوست آپ کا ایڈیٹر یا افسر بھی ہو سکتا ہے۔ مگر اس کو احساس ہونا ضروری ہے تاکہ وہ آپ کی بات کو سمجھنے اور آپ کا دکھ یا پریشانی بانٹے۔

۴. اپنے ذہنی دباؤ کو کم کرنے کے طریقوں پر غور کریں۔ کوئی اچھا سا شوق، ایگر سائز یا عبادت، اپنے شوہر بیوی یا گھر والوں کے ساتھ وقت گزارنا ہو یا ان سب کے ساتھ خوش رہنے کا کوئی موقع ضائع مت کریں۔ The Eastern Connecticut Health Network کے مطابق ۵ تک گئیں، گہری اور لمبی سانس لیں۔ یہ سوچیں کہ آپ تازہ ہوا اندر اور ساری ٹینشن باہر نکال رہے ہیں۔ ایسا کرنا آپ کے ذہنی اور جسمانی سکون کے لئے بہت کارآمد ہے۔

۵. یاد رکھیں کہ آپ کے مسائل کسی بھی وقت آپ پر غالب آسکتے ہیں۔ اپریل ۱۹۴۵ میں اپنی موت سے کچھ دیر قبل جنگوں کی کوریج کرنے والے صحافی Erine Pyle نے لکھا تھا کہ میں ایک طویل عرصے سے یہ سب کر رہا ہوں۔ میری روح زخمی اور میرا ذہن الجھا ہوا ہے۔ میرا درد اب حد سے زیادہ بڑھ چکا ہے۔ اگر آپ کبھی بھی ایسا محسوس کریں تو فوراً کسی ماہر ڈاکٹر یا ماہر نفسیات سے رابطہ کریں۔

فوٹو جرنلسٹ کے لئے چند اہم تجاویز:

۱. قوی امکان ہے کہ آپ کسی جائے حادثہ پر پہنچنے والے پہلے شخص ہوں۔ تو آپ کو خطرناک صورتحال اور قانون نافذ کرنے والے اداروں سمیت عوام کی جانب سے بھی سخت رد عمل کا سامنا کرنا پڑیگا۔ اپنے اعصاب پر قابو رکھیں اور اپنی توجہ مرکوز رکھیں۔ یاد رکھیں کہ آپ کا کیرمہ اپکو زخمی ہونے سے نہیں بچا سکتا اس لئے کسی بھی خطرناک صورتحال سے دور ہونے میں ہچکچائیں مت۔ آپ کے افسر یا ایڈیٹر کو یہ بات یاد رکھنی چاہیے کہ ایک انسانی زندگی کسی بھی سٹوری یا تصویر سے بہت زیادہ اہم ہے۔

۲. ہر ایک متاثرہ شخص سے عزت و احترام اور خلوص کے ساتھ پیش آئیں۔ کسی بھی سخت رد عمل کی صورت میں آپ کا رویہ ہرگز سخت نہیں ہونا چاہیے۔ شائستگی کے ساتھ پہلے اپنی شناخت کروائیں پھر سوال پوچھیں۔

۳. کسی بھی ناخوشگوار حادثے کے بعد کھینچی گئی تصویریں اس کی ہولناکی کا پتہ دیتی ہیں۔ یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ ان تصویروں کو تاریخ کا حصہ بنانا چاہیے اور یہ آپ کے پڑھنے، سننے اور دیکھنے والوں کے لئے مناسب بھی ہیں یا نہیں۔

۴. کسی بھی متاثرہ شخص کے سوگ یا تکلیف کے نئی لمحات میں دخل اندازی کرنے سے مکمل پرہیز کریں۔ اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ آپ عوامی مقامات پر کئے جانے والے جذبات کے اظہار کی رپورٹنگ نہ کریں۔ مگر اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کسی کی عزت ملکیت یا سکون میں دخل اندازی نہ کریں۔

۵. یاد رکھیں کہ آپ بھی انسان ہیں اور آپ کو بھی ذہنی سکون کی ضرورت ہے۔ اپنے جذبات کو تسلیم کریں۔ اپنی پیشہ ورانہ ذمہ داریوں کے دوران جو کچھ ہو سکے اس بارے میں اپنے کسی دوست شوہر/بیوی یا بھروسہ مند ساتھی کے ساتھ بات کریں۔ اس کے بارے میں لکھیں مگر ناگوار یا خوفناک تصویروں کے بجائے اچھی تصویروں کا استعمال کریں۔ اپنے روزمرہ کے معمولات میں صحت مندانہ سرگرمیوں کو شامل کریں۔ Dr. Elana Newman جو کہ ایک سند یافتہ کلینکل سائیکالوجسٹ ہیں اس نے ۸۰۰ فوٹو جرنلسٹ کے سروے کے بعد نیشنل پریس فوٹو گرافرز ایسوسی ایشن کے کونشن میں کہا تھا کہ زخمیوں اور موت کو بار بار اتنے قریب سے دیکھنے کی وجہ سے انسانی ذہن پہ بہت گہرا اثر پڑتا ہے۔ اور یہ اثر وقت کے ساتھ ساتھ بڑھتا رہتا ہے۔ فوٹو جرنلسٹ جتنے زیادہ ایسی کہانیوں پہ کام کریں گے اتنا ہی زیادہ ان کا ذہن متاثر ہوگا۔ اگر آپ محسوس کریں کہ یہ سب چیزیں آپ کی سوچ پہ غالب آرہی ہیں تو فوراً کسی ماہر نفسیات سے رابطہ کریں۔

حادثات و سانحات رپورٹ کرنے والوں کو Manage کرنے کیلئے چند اہم ہدایات:

۱. یاد رکھیں:

آپ کے نیوز روم میں موجود لوگوں کو مختلف خبریں مختلف انداز میں متاثر کر سکتی ہیں، کچھ لوگ فوری طور پر متاثر ہونگے جبکہ کچھ لوگوں کو متاثر ہونے میں ہو سکتا