

5 lépés a traumaérzékeny tartalomgyártáshoz

- 1. Tisztázd magadban, hogy miért foglalkozol az üggyel!** A traumaszenzitivitás alapja, hogy nem használod ki és fel a másikat; a célod nem lehet önös érdek. Lehet, hogy az adott témáról éppen sokan és sokat beszélnek, de ez ne befolyásolja azt, hogy te milyen traumaszenzitív szempontokat gondolsz át, mielőtt elkészítesz egy anyagot.
- 2. Mindig a „traumalencsén” keresztül nézd az ügyet! Egyszerre figyelj az érintett sérülékenységre, és próbáld megmutatni az erőforrásait.** A traumaérzékeny látásmód abban is megjelenik, ha a rendszerszintű problémákra is felhívod a figyelmet
- 3. A szavaknak erejük van. A nyelvhasználat nagyon fontos.** Kerüld azokat a szavakat, amelyek az érintettet stigmatizálják, vagy úgy tüntetik fel a bántalmazást, mintha ő is közrejátszott volna benne. Ne használj megbélyegző, obszcén, durva vagy trágár megfogalmazást, akkor sem, ha tudod, hogy az figyelemfelhívó, és ezáltal akár több emberhez eljuthat a tartalom!
- 4. A do no harm alapelv szerint az érintett/áldozat/túlélő jólléte alapvető fontosságú. Nem okozhatsz neki kárt.** Ezen kívül figyelj arra, hogy a közönségedben a közvetlen érintetten és az ő családján, barátain kívül más, hasonló ügyek érintettjei is ott lehetnek. Az ő esetükben az ismételt traumatizáció kockázata mindig magasabb. Használj trigger warningot: hívd fel a figyelmet arra, hogy milyen tartalom következik. Segítsd az esetleges érintetteket abban, hogy hova fordulhatnak, ha beszélni szeretnének, ha segítségre van szükségük. Fokozatosan építsd fel a tartalmadat, hogy akinek sok, amit lát, ki tudjon lépni menet közben anélkül, hogy emiatt rossznak vagy gyengének érezné magát. Mások reakciójáért, hozzászólásaiért nem tudsz felelősséget vállalni, de a tartalom létrehozására és közlésére vonatkozó saját döntéseidnek felelősnek kell lennie.
- 5. A tartalomgyártás egy folyamat, ahogyan a traumaérzékeny működés is.** Az áldozat magánéletének védelme fontos alapelv, amelynek jóval szélesebb a tartalma annál, mint hogy ne legyen felismerhető. Az érintett/áldozat/túlélő jogainak védelme nem csupán annyit jelent, hogy a nevét nem hozod nyilvánosságra, és az arcát eltakarod. Joga van ahhoz, hogy megfelelő és teljes körű tájékoztatást kapjon. Joga van ahhoz, hogy elmondhassa a véleményét, és az számítsa is. Joga van ahhoz, hogy ne érje bántás, visszaélés vagy kihasználás. Ezt a folyamat egészében tartsd szem előtt.