

மனநல விடயங்கள் தொடர்பில் நேர்த்தியற்ற அல்லது ஒழுங்கற்ற அறிக்கையிடலை சவாலுக்கு உட்படுத்தல் சார்ந்த சிறந்த பயிற்சிகள்

தூரதிருஷ்டவசமாக, இலங்கையில் உள்ள சில ஊடகவியலாளர்கள் தற்போதும் மனநலப் பிரச்சினைகள் குறித்து எதிர்மறையாக அல்லது உணர்ச்சிபூர்வமாக அறிக்கையிட்டு வருகின்றனர். மனநலப் பிரச்சினைகளுடன் உள்ள மக்கள் தொடர்பில் ஏற்கனவே இருக்கும் தப்பெண்ண நிலையை இது மேலும் அதிகரிப்பதாக உள்ளது.

ஒழுங்கற்ற மனநல அறிக்கையிடலை எதிர்கொள்வதற்கான சிறந்த வழியாக, முறைசார் முறைப்பாடு அல்லது எதிர்ப்பினை ஊடக நிறுவனத்திற்கு கேள்வியாக சமர்ப்பித்தல் உள்ளது. அவர்களுடைய செய்தியொன்றினை செவிமடுக்கும் போது அல்லது தொலைக்காட்சி/வானொலி நிகழ்ச்சியொன்று பராமரிப்பவர்கள் மீது அல்லது மனநோய் கொண்டவர்கள் மீது எதிர்மறையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துமாயின், ஊடக அமைப்புகள் மீண்டும் அடுத்த முறை மனநல விடயங்களை கையாளும் போது மிகவும் அவதானமாக நடந்து கொள்வதற்கான தூண்டுதல் வழங்கப்படல் வேண்டும்.

இந்த எதிர்ப்பினை பயனுறுதி மிக்க வகையில் முன்னெடுப்பதற்கு பல வழிகள் உள்ளன.

நேர்த்தியின்மையை திருத்தல்

செய்திகளில் நேர்த்தியற்ற அறிக்கைகள் அல்லது தகவல்கள் என்பன எப்போதும், மனித தவறினால் ஏற்படக் கூடியவை. அத்துடன், பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் ஒழுங்கின்மை என்ற வகையில் அது உள்ளடங்காது. எனினும், தவறு இடம்பெறும் போதே அதனை நீங்கள் அடையாளம் கண்டு கொள்ள முடியும்.

அச்ச (பத்திரிகைகள்)

பெரும்பாலான ஊடகவியலாளர்கள் தமது அறிக்கையிடலில் நேர்த்தி இருக்க வேண்டும் என அவதானமாக இருப்பர். ஆனால், சில விடயங்களை நீங்கள் தவறாக குறிப்பிடலாம். இந்த தவறுகள் தொடர்பில் அரிதாகவே கலந்தாராயப்படுகின்றது. பத்திரிகை நிருபருக்கு நீங்கள் என்ன கூறினீர்கள் என்பதன் அர்த்தம், தெளிவாக சென்றடைந்துள்ளதா என்பது தொடர்பில் நீங்கள் அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும். மிக அதிகமாக, கூறப்படும் அதே பதங்கள் அறிக்கையிடலில் பயன்படுத்தப்படுவதில்லை. நிருபர் முக்கியமான கருத்தை முழுமையாக தவற விடுவாராயின், அதனை நிருபரின் கவனத்திற்கு கொண்டு செல்லுங்கள் (இயலுமான வரையில் உங்களுக்கு பயனுள்ளதாக).

நீங்கள் வழங்கிய கருத்துக்கள் அல்லது உண்மைகள் மிகவும் தீவிரமாக தவறாக அர்த்தப்படுத்தப்பட்டுள்ளது என நீங்கள் கருதினால், குறித்த பத்திரிகையின் ஆசிரியரிடம், தவறினை திருத்தி அச்சிடுமாறு நீங்கள் கோரலாம்.

தொலைக்காட்சி மற்றும் வானொலி

தொலைக்காட்சி அல்லது வானொலியில் நேர்காணப்படும் போது பொதுவாக ஏற்படும் தவறாக இருப்பது, திருத்தப்படாது இருப்பதற்கு நிருபர் பிழையான அல்லது நேர்த்தியற்ற கருத்துக்களை அனுமதிப்பதாகும். தெளிவாக கதைக்கவும். கேள்விக்கு பிழையான அர்த்தம் கற்பித்தலை (அனுமானம்) நிருபர் உருவாக்கினால், அந்த அனுமானத்தை முதலில் திருத்துங்கள். அந்த கேள்வியை சரியான விதத்தில் மாற்றியமைத்து, பதில் கூறுங்கள்.

உதாரணம்:

உங்களுக்கு பரிச்சயமில்லாத தகவல் அல்லது புள்ளிவிபரங்களை நிருபர் குறிப்பிட்டால், அவர்கள் சரியாக அறிக்கைப்படுத்துகின்றனர் என அனுமானிக்க வேண்டாம். அந்த தகவல் உங்களுக்குத் தெரியாது என வெளிப்படையாக கூறுங்கள்.

நேர்காணலின் பின்னர், நீங்கள் சிந்திக்கக் கூடிய வேறு விடயங்கள் குறித்து தொடர்பு கொண்டு தெரிவிக்க முடியுமா என ஊடகவியலாளரிடம் கேளுங்கள். நல்ல ஊடகவியலாளர்கள் அனைத்து உண்மைகளையும் அறிந்து கொள்வதில் ஆர்வமாக இருப்பர்.

‘செய்தி ஆசிரியருக்கான கடிதம்’

நேர்த்தியின்மையை திருத்தல், மனநோய் குறித்த தப்பான எண்ண வெளிப்பாடுகளுக்கு பதிலளித்தல் அல்லது பதிப்பில் உள்வாங்கப்பட்ட விடயங்கள் குறித்து கருத்து தெரிவித்தல் என்பவற்றுக்கு பத்திரிகைகள் மற்றும் சஞ்சிகைகளின் ஆசிரியருக்கான கடிதங்கள் மிகவும் சிறந்த வழியாகும். குறிப்பிடத்தக்க மட்டுப்படுத்தப்பட்ட எண்ணிக்கையிலான கடிதங்களே பிரசுரத்திற்காக உண்மையில் தெரிவு செய்யப்படுகின்றன. ஆசிரியருக்கான கடிதம், பரந்தளவிலான வாசகர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதற்கான எளிமையான வழியாக உள்ளது.

ஆசிரியருக்கான கடிதத்தை சமர்ப்பிப்பதில் பெரும்பாலான பிரசுரங்கள் விசேட வழிகாட்டிகளைக் கொண்டுள்ளன. அதில் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட சொற்களின் எண்ணிக்கை என்பதும் முக்கிய இடம் வகிக்கின்றது. பெரும்பாலான பிரசுரங்கள் 200இற்கும் குறைந்த சொற்களில் ஆசிரியருக்கான கடிதம் அமைய வேண்டும் என கோருகின்றது. இதன் அர்த்தம் கடிதம் சுருக்கமாக இருக்க வேண்டும் என்பதாகும். பிரசுரத்தில் வெளியாகுவதற்கான சந்தர்ப்பங்களை அதிகரித்துக் கொள்வதற்கு, கடிதங்கள் பிரசுரத்தின் வழிகாட்டிகளை நிறைவு செய்வதாக, முந்தைய கட்டுரைகள் அல்லது நடப்பு நிகழ்வுகளை குறிப்புதவியாக கொள்ளக் கூடியதாக மற்றும் தொடர்பு தகவல்களை உள்ளடக்குவதாக இருத்தல் வேண்டும்.

ஆசிரியருக்கான கடிதங்களுக்கான குறிப்புகள்

- கடிதத்தை மிகவும் சுருக்கமாக அமைத்தல்
- விசேட உதாரணங்களை பயன்படுத்தல்
- கடிதம் ஒன்றில் ஒரு முக்கிய குறிப்பினை மாத்திரம் பயன்படுத்தல்
- நேர்த்தியான, புதிய தகவல்களை பயன்படுத்தல்
- உங்களுடைய கருத்துக்களை எதிர்ப்பவர்களின் மீது, நேரடியான தாக்கத்தை முன்வைக்க வேண்டாம்
- எப்போதும் உங்களுடைய பெயரை கையெழுத்திடவும்
- தொடர்பு தகவல்கள் உள்ளடங்கலாக (கைபேசி இலக்கம்)

ஒழுங்கற்ற தற்கொலை செய்தியை குறிப்பிடும் உதாரணம் ஒன்று இத்துடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. உங்களுடைய சூழ்நிலைக்கு ஏற்றதாக அதனை நீங்கள் மாற்ற முடியும்.

உதாரணம் - ஆசிரியருக்கான கடிதம்

அன்புடைய ஆசிரியருக்கு,

உண்மையில் தற்கொலை செய்து கொண்ட சிறுவர் ஒருவர் தொடர்பில் நீங்கள் அறிக்கையிட்டுள்ள விதம் தொடர்பில் அதிருப்தியை வெளியிடுவதற்கே இந்த கடிதத்தை எழுதுகின்றோம்.

இந்த செய்தி அறிக்கையிடல் என்பது பொறுப்பற்றதாக மாத்திரமில்லாது, முழுமையாக ஒழுங்கற்றதாகவும், மனநோயினை எதிர்கொண்டுள்ள எமது நாட்டு மக்கள் அனைவருக்கும் அபாயத்தை தோற்றுவிக்கக் கூடியதாகவும் உள்ளது. அவரது பெயர் மற்றும் அவர்கள் எங்கு வசித்தனர் என்பன உள்ளடங்கலாக பாதிக்கப்பட்டவரின் தனிப்பட்ட தகவல்களை வழங்குவதன் மூலம், ஏற்கனவே இன்னலில் உள்ள குடும்பத்தினரை, மேலும் மோசமான நிலைக்கு தள்ளியுள்ளீர்கள்.

குறித்த சிறுவர் எவ்வாறு தற்கொலை செய்து கொண்டார் என்ற விளக்கத்தையும் உங்களுடைய செய்தியில் நீங்கள் குறிப்பிட்டுள்ளீர்கள். அவ்வாறு விளக்குவது, அதே போன்று வேறு சிலரும் முயற்சிப்பதற்கான சந்தர்ப்பத்தை ஊக்குவிக்கும் என ஆய்வுகள் வெளிப்படுத்தியுள்ளன.

நீங்கள் பயன்படுத்திய புகைப்படமும், மிகவும் சித்திரிக்கக் கூடியதாக இருக்கின்றது. அது பாதிக்கப்பட்ட குடும்பத்தின் துன்பத்தை மென்மேலும் அதிகரிக்கச் செய்யும்.

அடுத்த முறை உங்களுடைய செய்தி நிறுவனம் தற்கொலை ஒன்று தொடர்பில் அறிக்கையிடும் போது பின்வரும் விடயங்களை கவனத்தில் கொள்ளுமாறு நாம் ஆலோசிக்கின்றோம்.

- காரணம் தொடர்பில் தீர்மானங்கள் எடுக்க வேண்டாம். தற்கொலை என்பது மிகவும் சிக்கலான விடயம்.
- தனிப்பட்ட பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடிய வழியாக தற்கொலையை காட்டுதல் வேண்டாம்.
- தற்கொலை எவ்வாறு முன்னெடுக்கப்பட்டது என்ற வழியை வெளிப்படுத்தல் வேண்டாம். அது அவ்வாறான சம்பவங்கள் மீண்டும் நடைபெற வழி வகுக்கும்.
- மனநல நிபுணர்களுடன் கதைக்கவும்.
- தனிப்பட்ட நபரின் தற்கொலைகள் என்ற ரீதியிலும் பார்க்க அறிக்கையிடலில் கவனம் செலுத்தவும்.
- உங்களுடைய செய்தியின் காரணமாக பாதிக்கப்படலாம் என எதிர்பார்க்கும் மக்களுக்கு உதவி மற்றும் ஆதரவை மேம்படுத்தவும்.

இனம், பால்நிலை மற்றும் எச்.ஐ.வி/எய்ட்ஸ் போன்ற பல்வேறு விடயங்கள் தொடர்பில் புரிந்து கொள்வதற்கும், கதைப்பதற்குமான வழியில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதற்கு அனைத்து வழிகளிலும் ஊடகம் துணை புரிந்துள்ளது. இலங்கையில், 1990களில் தொழுநோய் குறித்த புனைவுகள் மற்றும் தவறான கருத்துக்களை உடைத்தெறிவதற்கு ஊடகங்கள் பெரும் பங்காற்றின. தற்போது, தற்கொலை போன்ற மனநலம் சார்ந்த விடயங்கள் தொடர்பில் அதே தலைமைத்துவத்தினை ஏற்று செயற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பம் இலங்கை ஊடகங்களுக்கு கிடைத்துள்ளது என நாம் நம்புகின்றோம்.

ஊடகவியலாளர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்களுக்கான கையேடு, மனநல நிபுணர்கள், ஊடகவியலாளர்கள் மற்றும் மனநலப் பிரச்சினைகளையுடைய மக்கள் என்போரின் உதவியுடன் அண்மையில் பிரசுரிக்கப்பட்டது. இலங்கையில் மனநலம் சம்பந்தப்பட்ட அறிக்கையிடல் குறித்த மேலதிக வழிகாட்டல் மற்றும் ஆராய்ச்சினை அந்தக் கையேடு வழங்குகின்றது. அதன் பிரதிகளை உங்களுக்கு அனுப்பி வைப்பதில் நாம் மகிழ்ச்சியாக உள்ளோம். அத்துடன், உங்களுடைய நிருபர்களுடன் கதைப்பதற்கான சந்தர்ப்பத்தையும் வழங்குகின்றோம். ஏதேனும் கேள்விகள் இருப்பின் தொடர்பு கொள்வதற்கு தயக்கம் கொள்ளும் வேண்டாம். உங்களுடைய பெறுமதியான நேரத்திற்கு நாம் மதிப்பளிக்கின்றோம்.

இங்ஙனம்,

XXXXXX

நிருபருடன் உங்களுக்கு தொடர்பு இருப்பின், நேரடியாக தொடர்பு கொள்ளவும்.

ஊடகவியலாளர்கள் மற்றும் செய்தி ஆசிரியர்களுடன் உறவினை கட்டியெழுப்புவது என்பது மிகவும் முக்கியமானது. ஒழுங்கற்ற மனநலம் சம்பந்தப்பட்ட செய்தி வெளியிடப்படுமாயின் அது குறித்து உடனடியாக கவனத்திற்கு கொண்டு செல்வதற்கு அது பாரிய உதவியாக இருக்கும்.

உறுதியான உறவினை உருவாக்குவதன் மூலம், நீங்கள் கோரும் சந்தர்ப்பத்தில் செவிமடுத்து நடவடிக்கை எடுப்பதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் அதிகமாக உள்ளன.

இலங்கை, பத்திரிகை முறைப்பாட்டு ஆணைக்குழுவை தொடர்பு கொள்ளல் (இணைய மற்றும் அச்ச ஊடக பத்திரிகைகளுக்கு மாத்திரம்)

சிக்கல்களை சமரசம், மத்தியஸ்தம் அல்லது நடுவுநிலைமை மூலம் தீர்த்து வைக்கும் எதிர்பார்ப்புடன் செய்தி உள்ளடக்கம் தொடர்பிலான முறைப்பாடுகளை பொது மக்களிடம் இருந்து ஏற்றுக் கொள்ளும் சுயாதீன அங்கமாக இலங்கை பத்திரிகை முறைப்பாட்டு ஆணைக்குழு விளங்குகின்றது. இந்த சேவை தொடர்பில் எதுவிதமான கட்டணமும் அறவிடப்படுவதில்லை. முறைப்பாடு பெறப்பட்டு 30 வேலை நாட்களில் பிரச்சினையைத் தீர்த்து வைப்பதற்கு இலங்கை பத்திரிகை முறைப்பாட்டு ஆணைக்குழு அர்ப்பணிப்புடன் செயற்படுகின்றது.

பத்திரிகைகள் மற்றும் இணையத்தள கட்டுரைகள் தொடர்பிலான விடயங்களை மாத்திரமே இலங்கை பத்திரிகை முறைப்பாட்டு ஆணைக்குழு கையாளுகின்றது. முறைப்பாடுகளை சமர்ப்பித்தல் உள்ளடங்கலாக மேலதிக தகவல்களுக்கு <http://www.pccsl.lk/> என்ற இணையத்தளத்திற்கு விஜயம் செய்யவும்.

தேசிய மனநல நிறுவனத்தின் ஊடகப் பிரிவினை தொடர்பு கொள்ளல்

எதிர்மறையான பாதிப்புக்கு உள்ளான தனிநபரிடமிருந்து நேரடியாக எதிர்ப்பு கிளம்பும் போதே, அது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருப்பதாக ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. எனினும், தனிநபராக முறைப்பாடுகளை சமர்ப்பிப்பது எல்லா சந்தர்ப்பங்களிலும் சாத்தியமானதாக அல்லது சௌகரியமானதாக இருப்பதில்லை.

அவ்வாறான சம்பவங்களில் உதவி வழங்குவதற்கு, உங்களின் சார்பில் தேசிய மனநல நிறுவனத்தின் (NIMH) ஊடகப் பிரிவு ஊடக நிறுவனத்திற்கு பதில் அனுப்பும்.

செய்தியின் பிரதியொன்றை இணைத்து, அந்த செய்தி எவ்வாறு உங்களின் வாழ்க்கையில் எதிர்மறையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியது என்பதனை குறிப்பிட்டு, உங்களுடைய எதிர்ப்பு குறித்த அனைத்து தகவல்களையும் எளிமையாக தெரிவித்து nimhmediaunit@yahoo.com என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் செய்யவும். ஊடகப் பிரிவானது அதற்கேற்ப பதில் ஒன்றை தயார் செய்து, NIMH கையெழுத்துடன், இயலுமான வரையில் விரைவாக குறித்த ஊடக நிறுவனத்திற்கு அனுப்பி வைக்கும்.

விமர்சனத்தை மாத்திரம் முன்வைக்க வேண்டாம்

உள்ளூர் ஊடக நிறுவனங்களுடன் சிறந்த உறவை கட்டியெழுப்புவதற்கான உகந்த வழியாக, மனநலம் குறித்த சாதகமான கட்டுரைகள்/நிகழ்ச்சிகள் பிரசுரிக்கப்படும் போது அல்லது ஒலி/ஒளிபரப்பப்படும் போது, அவர்களுக்கு நன்றி தெரிவித்தல் காணப்படுகின்றது.

ஊடகங்களின் சிறந்த பணியை அங்கீகரிப்பதன் மூலம், நீங்கள் முறைப்பாடு ஒன்றை சமர்ப்பிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில், உங்களுக்கு செவிமடுப்பதற்கு அவர்கள் தயாராக இருப்பர்.

இணையம் ஊடான வளங்களைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு NIMHஇன் இணையத்தளத்திற்கு விஜயம் செய்யுங்கள்.

ஆசிரியருக்கான கடிதம் தொடர்பான உதாரணம் உள்ளடங்கலாக இந்த துண்டுபிரசுரத்தில் உள்ள தகவல்களை NIMH இணையத்தளத்தின் (visit <http://www.nimh.lk>) ஊடகப் பிரிவில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

நாட்டில் மனநலம் சார்ந்த அறிக்கையிடல் குறித்த மேலதிக தகவல்கள் மற்றும் உதாரணங்களுக்காக இலங்கையில், மனநலம் குறித்து பிரசுரமாகியுள்ள செய்தி கட்டுரைகளும் இந்த இணையத்தளத்தில் சேமித்து வைக்கப்பட்டுள்ளன.