

Mediaální zpracování témat duševního zdraví a nemoci – **checklist**

Zvážili jste...

○ relevantnost

Posuďte, zda je informace o duševním onemocnění pro příběh podstatná. Nepřipisujte každé chování příznakům nemoci – mnohá jsou běžná i u zdravých lidí.

Starší diagnóza nemusí být aktuální, a tedy pro příběh relevantní, stejně tak závažnost různých druhů duševních problémů se liší – např. mírná úzkost není totéž co akutní psychóza.

○ celkové vyznění a účel

Snažte se vyhnout využívání informace o duševní nemoci samoučelně pro zvýšení senzačnosti a dramatičnosti.

Zvažte, zda zmiňovat duševní onemocnění v titulku, aby nedošlo ke zjednodušující zkratce.

○ zdroje

Usilujte o přesnost. Při popisu konkrétního duševního onemocnění čerpejte ideálně z odborné literatury, konzultujte s experty a opírejte se o zkušenosti lidí, kteří s ním žijí.

- Lidé s vlastní zkušeností přinášejí cenný vhled, právě díky jejich autentickým výpovědím si mohou čtenáři představit danou životní situaci.
- Odborníci mohou poskytnout zajímavé názory, aktuální údaje, možné způsoby léčby a další důležitý kontext. Hledejte experty, kteří se tématem dlouhodobě zabývají a zvažte, jaký pohled odborník nabízí – zda má přímou zkušenost s lidmi, kterých se téma týká, nebo přináší spíše teoretický/klinický rámec.

Ověřte si, zda je zdroj oprávněn informací o duševním onemocnění sdílet a zda je spolehlivý. Údaje od sousedů nebo známých mohou být zavádějící.

○ jazyk

Zvažte dopad zvolených slov a formulací. Seznamte se s jazykovými doporučeními.

○ vyváženost

Pište také o přibězích lidí, kteří se zotavili nebo se stav naučili zvládat. Vyvážený pohled pomáhá odbourávat stigma a může motivovat ostatní. Vyhněte se ale přehnané heroizaci – buďte realističtí.

Zařaďte informace o významu prevence a včasné pomoci. Zmiňte faktory přispívající k rozvoji onemocnění i rozdíl mezi vážnými stavy a běžnými obtížemi.

○ uvádění odkazů na pomoc

Informujte o dostupné pomoci, terapiích a službách. Uveďte konkrétní kontakty nebo odkazy, které čtenářům pomohou najít podporu.

○ vhodnost obrazového materiálu

Zamyslete se nad volbou obrazového materiálu a vybírejte jej pečlivě. Vizuální stránka má často stejně silný, nebo i silnější dopad než samotný text. Nevhodně zvolená fotografie může znehodnotit i citlivě a kvalitně zpracovaný obsah.



PRO
DETAILNĚJŠÍ
DOPORUČENÍ
NASKENUJTE
QR KÓD