



Тбилисский Государственный Университет имени Иване Джавахишвили
Программа: Журналистика и массовая коммуникация (с русскими компонентами)
Направление: Журналистика и массовая коммуникация
Факультет: Социальных и политических наук

Квалификационный проект на соискание академической степени бакалавра
социальных наук

Специфика работы журналиста в экстремальных условиях

Выполнил студент IV курса
Георгий Рязанцев
Руководитель проекта: Маисашвили Хатуна
Академический доктор по массовым коммуникациям,
Ассоциированный профессор Тбилисского
Государственного Университета им. Иване Джавахишвили

Тбилиси

2024

Содержание:

Введение.....	3-5
Основные вызовы и опасности для журналистов в экстремальных условиях.....	5-8
Меры безопасности и стратегии выживания, используемые журналистами.....	8-13
Этические и психологические аспекты работы в экстремальных ситуациях	13-16
Война в Украине, как пример работы журналистов в экстремальных условиях...16-21	
Заключение.....	21-23
Список литературы.....	23

Введение:

В эпоху, когда информация является мощным инструментом, роль журналистов в формировании общественного мнения и предоставлении точных, своевременных новостей невозможно переоценить. Тем не менее, профессия журналиста несет в себе врожденные риски, которые значительно усиливаются при работе в экстремальных условиях. Эта дипломная работа погружается в сложный и опасный мир журналистики в таких средах, включая военные конфликты, стихийные бедствия, террористические акты, политические потрясения и другие кризисные ситуации.

Основной целью данного исследования является проведение глубокого анализа специфики журналистской работы в экстремальных условиях. Исследование стремится раскрыть множество вызовов, с которыми сталкиваются журналисты в этих враждебных и непредсказуемых средах, и изучить стратегии и методы, применяемые для эффективного сбора, обработки и распространения новостей среди таких трудностей. Кроме того, в исследовании будет рассмотрено влияние работы в этих условиях на психическое здоровье журналистов, а также этические и профессиональные дилеммы, с которыми они сталкиваются.

В рамках работы будут рассмотрены следующие аспекты:

- 1) Основные вызовы и опасности, с которыми сталкиваются журналисты в экстремальных условиях.
- 2) Меры безопасности и стратегии выживания, используемые журналистами.
- 3) Этические и психологические аспекты работы в экстремальных ситуациях.

4) Влияние такой работы на качество и достоверность информации.

Данное исследование основывается на анализе научной литературы и отчетов организаций, защищающих права журналистов. Результаты работы могут быть полезны для понимания специфики профессии журналиста и могут быть использованы для подготовки специалистов к работе в подобных условиях.

Introduction

In an era where information is a powerful tool, the role of journalists in shaping public perception and providing accurate, timely news cannot be overstated. Nevertheless, the profession of journalism inherently carries risks, which are significantly amplified when operating in extreme conditions. This thesis delves into the complex and perilous world of journalism in such environments, encompassing military conflicts, natural disasters, terrorist attacks, political upheavals, and other crisis situations.

The primary aim of this research is to conduct a thorough analysis of the specifics of journalistic work under extreme conditions. The study seeks to uncover the multitude of challenges that journalists face in these hostile and unpredictable environments and to examine the strategies and methods employed for effective news gathering, processing, and dissemination amidst such adversities. Additionally, this research will explore the impact of working in these conditions on the mental health of journalists, as well as the ethical and professional dilemmas they encounter.

The following aspects will be examined in this work:

- 1) The main challenges and dangers faced by journalists in extreme conditions.
- 2) Safety measures and survival strategies used by journalists.
- 3) Ethical and psychological aspects of working in extreme situations.
- 4) The impact of such work on the quality and reliability of information.

This research is based on the analysis of scientific literature, reports from organizations that protect journalists' rights. The findings of this study may be useful for understanding the specifics of the journalism profession and can be utilized to prepare specialists for working in similar conditions.

Основные вызовы и опасности для журналистов в экстремальных условиях

Работа журналиста в экстремальных условиях представляет собой уникальный набор вызовов и опасностей, которые значительно отличаются от обычной журналистской деятельности. Эти условия часто характеризуются высоким уровнем неопределенности, физической угрозы и психологического давления.

Физическая безопасность является первостепенным вызовом. Военные конфликты, как, например, война в Сирии, демонстрируют опасности обстрелов, взрывов и похищений. Журналисты, освещающие такие события, рискуют своей жизнью, становясь случайными жертвами или целенаправленными мишенями. Например, убийство американского журналиста Джеймса Фоли в Сирии в 2014 году является трагичным свидетельством таких рисков.

Джеймс Фоли был американским журналистом, который стал известен международной общественности после того, как был похищен и впоследствии убит террористической группировкой "Исламское государство" (ИГ). Он родился 18 октября 1973 года в США. Он работал военным корреспондентом, освещая конфликты в Ираке, Афганистане и Ливии. Фоли был известен своей отвагой и преданностью делу – освещению историй людей, оказавшихся в эпицентре военных конфликтов. Журналист был похищен 22 ноября 2012 года в Сирии. В то время он работал на агентство GlobalPost и снимал репортажи о гражданской войне в Сирии. Похищение произошло в провинции Идлиб, когда Фоли и его коллеги ехали на автомобиле. Фоли провел почти два года в плену у ИГ. За это время его семья и коллеги предпринимали многочисленные попытки договориться о его освобождении. Трагически, 19 августа 2014 года террористы ИГ опубликовали видео, на котором показано, как Фоли был казнён одним из боевиков. Это убийство вызвало международное возмущение, и действия ИГ были расценены как акт варварства и жестокости. Убийство Джеймса Фоли стало символом опасностей, с которыми сталкиваются журналисты в зонах вооруженных конфликтов. Он оставил

после себя наследие смелости и преданности журналистике. В честь Фоли был учрежден фонд James W. Foley Legacy Foundation, который занимается защитой журналистов и поддержкой заложников.

Джеймс Фоли стал одним из многих журналистов, погибших в линии долга, напоминанием о высокой цене, которую иногда приходится платить за правду и свободу слова.

В контексте экстремальных условий, с которыми сталкиваются журналисты, стихийные бедствия занимают особое место.

Это события, такие как землетрясения, ураганы, цунами, наводнения и лесные пожары, каждое из которых представляет собой уникальный набор опасностей и вызовов. Работа в таких условиях требует от журналистов не только профессионализма, но и высокой степени личной отваги и готовности столкнуться с экстремальными рисками.

Физическая угроза во время стихийных бедствий огромна. Например, во время землетрясения журналисты могут оказаться среди разрушенных зданий, подвергаясь риску обрушения и последующих толчков. В случае наводнений они сталкиваются с опасностью утопления, грязевых потоков и быстро меняющихся погодных условий. Лесные пожары несут риск огненной ловушки и дымового отравления. В каждой из этих ситуаций журналисты должны найти баланс между необходимостью своевременного освещения событий и собственной безопасностью.

Помимо физической угрозы, стихийные бедствия часто сопровождаются значительными эмоциональными и психологическими нагрузками. Журналисты становятся свидетелями человеческих трагедий, разрушений и страданий, что может оставить глубокий след в их психике. Психологическая поддержка и возможность обработки пережитых эмоций становятся ключевыми для сохранения умственного здоровья.

Стихийные бедствия также ставят перед журналистами сложные этические вопросы. Они должны решить, какая информация будет полезной для общественности и как избежать эксплуатации человеческих страданий ради сенсационности. Соблюдение этических норм и чувствительность к страданиям пострадавших являются основополагающими принципами в такой работе.

Пример работы журналиста во время стихийного бедствия хорошо иллюстрируется ситуацией с землетрясением и цунами в Японии в 2011 году. Это событие, известное как Великое восточное землетрясение, произошло 11 марта 2011 года и вызвало огромные разрушения, включая серьезный кризис на атомной станции Фукусима-1;

Землетрясение магнитудой в 9,1 балла по разным оценкам нанесло ущерб в размере трёхсот миллиардов долларов.

Журналисты со всего мира собрались в Японии, чтобы освещать последствия этой катастрофы. Они столкнулись с огромными трудностями - от физической опасности из-за продолжающихся толчков и риска новых цунами до сложностей в получении точной информации в условиях хаоса и разрушений. Журналистам приходилось работать в условиях, когда многие районы были полностью отрезаны от внешнего мира, с ограниченным доступом к электричеству и воде.

Особенно сложной задачей было освещение ситуации на АЭС Фукусима-1, где произошла серия аварий, приведших к утечке радиации. Журналисты брали интервью у экспертов, властей и местных жителей, пытаясь получить ясное представление о масштабах угрозы и последствий катастрофы. При этом они постоянно рисковали своим здоровьем, работая в потенциально радиоактивных зонах.

Эта ситуация показала, как важна роль журналистов в оперативном информировании общественности в экстренных ситуациях, а также подчеркнула необходимость в их защите и поддержке при выполнении такой рискованной работы.

Психологический стресс – еще один значительный фактор. Длительное нахождение в опасных и напряженных условиях может привести к эмоциональному выгоранию, тревожности и даже к посттравматическому стрессовому расстройству. Это отражает необходимость психологической поддержки и ресурсов для журналистов, работающих в экстремальных ситуациях.

Одной из основных трудностей для журналистов в таких условиях является необходимость принятия быстрых и точных решений в условиях неопределенности и постоянного давления. Они должны выбирать, какую информацию собирать, как её передавать, при этом учитывая риски для собственной безопасности и этические аспекты освещения чувствительных тем. Эти условия могут привести к моральным и этическим дилеммам, когда журналистам сложно сбалансировать между профессиональной ответственностью и человеческим сочувствием к жертвам кризиса.

Важным аспектом снижения стресса для журналистов является предварительная подготовка и обучение, включающие в себя как физическую подготовку, так и психологическую устойчивость. Поддержка коллег и руководства, а также доступ к квалифицированной психологической помощи после работы в экстремальных условиях также играют ключевую роль в борьбе с возникающим стрессом.

Примером может служить история журналиста, который отправился освещать гуманитарный кризис в зоне военного конфликта. На протяжении своей работы он

ежедневно сталкивался с последствиями войны, включая раненых и умирающих людей, разрушенные дома и отчаяние местного населения. Ему приходилось постоянно принимать сложные решения о том, какую информацию передавать, чтобы точно и честно освещать ситуацию, не подвергая опасности себя и других. После возвращения домой журналист испытывал симптомы ПТСР, включая бессонницу и вспышки воспоминаний, что потребовало обращения за профессиональной психологической помощью. Этот пример показывает, как важно предоставлять журналистам, работающим в экстремальных условиях, необходимую поддержку и ресурсы для борьбы со стрессом и психологическими травмами.

Взаимодействие с пострадавшими также представляет собой этическую проблему. Журналисты должны уважать страдания пострадавших и не эксплуатировать их эмоции ради сенсационных материалов. Решение о публикации графических изображений или травматических историй поднимает вопросы о потенциальном вреде для аудитории и уважении к жертвам.

Кроме того, журналисты сталкиваются с дилеммой между сохранением собственной безопасности и стремлением получить эксклюзивный материал в опасных условиях. Например, журналист, освещающий военный конфликт, может столкнуться с ситуацией, когда видит нарушения прав мирного населения со стороны солдат. Он должен решить, стоит ли сообщать об этих нарушениях, рискуя своей безопасностью и безопасностью свидетелей, или молчать ради сохранения доступа к информации и безопасности.

В другом случае, во время освещения стихийного бедствия, журналист может решать, следует ли публиковать фотографии погибших, что может травмировать родственников жертв и вызвать отрицательную реакцию общественности. Эти примеры показывают, насколько сложно журналистам найти баланс между своей профессиональной ролью и соблюдением этических норм.

Меры безопасности и стратегии выживания, используемые журналистами.

Меры безопасности и стратегии выживания, используемые журналистами в экстремальных условиях, являются критически важными для обеспечения их защиты и эффективности работы. Журналисты, работающие в зонах конфликтов, стихийных бедствий или в условиях политической нестабильности, должны следовать ряду принципов и практик для снижения рисков.

Предварительная подготовка и обучение журналистов для работы в экстремальных условиях охватывает множество аспектов, включая курсы первой помощи, обучение методам самозащиты, курсы по выживанию в различных условиях, психологическую подготовку и изучение местных условий. Эти аспекты подготовки помогают журналистам справляться с вызовами и рисками, связанными с их работой.

Курсы первой помощи научат журналистов основам оказания медицинской помощи, что жизненно важно в условиях, где доступ к медицинской помощи ограничен. Например, журналист, работающий в зоне военного конфликта, может столкнуться с ситуацией, когда его коллега получает ранение от осколков взрывного устройства. Используя навыки, приобретенные на курсах, журналист сможет оказать первую помощь, остановить кровотечение и предотвратить дальнейшие инфекции, тем самым спасая жизнь коллеги до прибытия медицинской помощи.

Обучение методам самозащиты включает в себя изучение основных техник самообороны и стратегий избегания опасных ситуаций. Журналист, отправляющийся в регион с высоким уровнем уличной преступности, благодаря этим навыкам сможет избежать или минимизировать риски в случае попытки ограбления или нападения.

Курсы по выживанию в экстремальных условиях готовят журналистов к работе в различных средах – от пустынь до заснеженных районов. Например, журналист, отправляющийся в район, пострадавший от стихийного бедствия, будет знать, как найти безопасное убежище, добыть питьевую воду и ориентироваться в условиях, где обычная инфраструктура разрушена.

Психологическая подготовка помогает журналистам управлять стрессом и эмоциональным напряжением. Они учатся техникам релаксации, борьбы со стрессом и обработки травматических переживаний. Это особенно важно для тех, кто работает в зонах конфликтов и стихийных бедствий, где они регулярно сталкиваются с тяжелыми эмоциональными ситуациями.

Изучение местных условий включает в себя понимание культурных, политических и социальных аспектов региона, куда направляется журналист. Это помогает в адаптации к местной среде и пониманию контекста событий, что необходимо для точного и сбалансированного освещения новостей.

Таким образом, эта комплексная подготовка обеспечивает журналистам знания и навыки, необходимые для эффективной и безопасной работы в сложных и рискованных условиях.

Личная защита и экипировка для журналистов, работающих в экстремальных условиях, являются критически важными для обеспечения их безопасности. Эти меры защиты

помогают минимизировать риски, связанные с физическим вредом, и обеспечивают журналистов необходимым снаряжением для работы в потенциально опасных ситуациях.

- 1) **Бронежилеты:** Одним из основных элементов защитной экипировки является бронежилет. Он защищает важные жизненные органы от пуль и осколков. Бронежилеты бывают различных уровней защиты, в зависимости от ожидаемой угрозы.
- 2) **Шлемы:** Защитные шлемы защищают голову от ударов, падений обломков и стрелкового оружия. В военных зонах использование шлемов с дополнительной защитой от осколков и пуль может быть необходимым.
- 3) **Противогазы и респираторы:** В ситуациях, где есть риск химического, биологического или радиологического заражения, журналистам необходимы противогазы и респираторы для защиты дыхательных путей.
- 4) **Защитная одежда:** Специальная одежда может защищать от различных угроз – от химического загрязнения до экстремальных погодных условий. Например, водонепроницаемая и ветрозащитная одежда необходима в зонах стихийных бедствий.
- 5) **Обувь:** Качественная, удобная и прочная обувь жизненно необходима. Она должна быть подходящей для долгих пеших переходов и обеспечивать защиту в разных условиях – от городских до горных местностей.
- 6) **Средства связи:** Хотя это не является элементом "защиты" в традиционном смысле, наличие надежных средств связи, таких как спутниковые телефоны или радиостанции, критически важно для безопасности, позволяя журналистам оставаться на связи в экстренных ситуациях.
- 7) **Комплект первой помощи:** Персональный комплект первой помощи, оборудованный для обработки ран и оказания экстренной медицинской помощи, также является важным элементом экипировки.
- 8) **Защитные очки:** Защитные очки важны для защиты глаз от пыли, осколков и других частиц, особенно в зонах военных действий или при работе в суровых погодных условиях.

Эта экипировка обеспечивает физическую защиту и помогает журналистам поддерживать свою работоспособность в сложных и опасных условиях. Важно, чтобы журналисты были должным образом обучены использованию этого оборудования и понимали, как и когда его применять.

Коммуникационное оборудование играет жизненно важную роль в работе журналистов, особенно в экстремальных условиях. Это оборудование обеспечивает

необходимую связь с внешним миром, позволяет оперативно передавать информацию и обеспечивает безопасность, позволяя вызывать помощь в чрезвычайных ситуациях.

- 1) **Спутниковые телефоны:** Одним из ключевых элементов коммуникационного оборудования для журналистов в экстремальных условиях является спутниковый телефон. Он позволяет обеспечить связь даже в отдаленных или изолированных регионах, где обычные мобильные сети недоступны. Спутниковые телефоны особенно полезны в зонах стихийных бедствий, военных конфликтах и в отдаленных регионах.
- 2) **Радиостанции:** Портативные радиостанции также важны для обеспечения связи, особенно когда работа ведется в команде. Они позволяют журналистам поддерживать связь на коротких и средних расстояниях, что может быть критически важно в ситуациях, когда мобильная связь ненадежна или недоступна.
- 3) **GPS-устройства:** GPS-навигаторы помогают журналистам ориентироваться в незнакомой местности и отслеживать свое местоположение. Они особенно полезны в удаленных или сложных для навигации областях.
- 4) **Интернет-устройства:** В некоторых случаях журналисты могут использовать спутниковый интернет для отправки отчетов и материалов. Эти устройства обеспечивают доступ к интернету там, где обычные мобильные сети или Wi-Fi недоступны.
- 5) **Зарядные устройства и аккумуляторы:** Надежные источники питания, такие как солнечные зарядные устройства или дополнительные аккумуляторы, необходимы для обеспечения непрерывной работы оборудования. В экстремальных условиях, где доступ к электричеству может быть ограничен, эти устройства становятся жизненно важными.
- 6) **Записывающие устройства:** Диктофоны и другие записывающие устройства используются для документирования интервью и событий на местах. Они должны быть прочными и надежными, чтобы выдерживать сложные условия работы.
- 7) **Дополнительное оборудование:** В зависимости от конкретных условий и задач, журналисты могут также использовать различные виды коммуникационного оборудования, такие как бинокли для дальнего наблюдения или специализированные устройства для зашифрованной связи.

Это оборудование помогает журналистам оставаться на связи, оперативно передавать информацию и обеспечивать собственную безопасность. Однако важно помнить, что использование любых средств связи требует определенной осторожности, особенно в

условиях конфликта, где активное использование связи может привлечь внимание и создать дополнительные риски. Планирование и логистика в работе журналистов, особенно в экстремальных условиях, являются ключевыми для обеспечения их безопасности и эффективности. Этот процесс включает в себя всестороннее планирование перед выездом, тщательное изучение условий на местности, разработку маршрутов и стратегий на случай чрезвычайных ситуаций.

Перед выездом журналисты проводят глубокий анализ ситуации в регионе. Это включает изучение политического климата, социально-экономической обстановки, культурных особенностей и потенциальных угроз безопасности. Они также оценивают инфраструктуру региона, включая доступность транспорта, наличие медицинских учреждений и состояние связи.

Планирование маршрута и времени пребывания в зоне освещения событий также является важным аспектом. Журналисты должны иметь четкий план перемещения, включая безопасные маршруты и альтернативные пути на случай внезапных изменений обстановки. Важно также планировать время пребывания в определенных локациях, учитывая факторы риска и логистические возможности.

Подготовка к логистическим аспектам включает в себя обеспечение необходимым оборудованием, средствами связи, первой медицинской помощи и прочими средствами индивидуальной защиты. Необходимо также учесть логистику питания и водоснабжения, особенно в удаленных или нестабильных регионах.

Организация поддержки на местах также играет важную роль. Журналисты часто сотрудничают с местными гидами, переводчиками или информаторами, которые могут помочь в навигации по местности и предоставлении актуальной информации о текущей ситуации.

Разработка плана на случай чрезвычайных ситуаций является неотъемлемой частью планирования. Это включает в себя планы эвакуации, стратегии при непредвиденных обстоятельствах, таких как внезапное ухудшение безопасности, медицинские чрезвычайные ситуации или потеря связи.

Коммуникация с редакцией и коллегами до, во время и после поездки также является важной частью логистического процесса. Журналисты должны регулярно обновлять свое местоположение и состояние, а также сообщать о любых изменениях в планах.

Эффективное планирование и логистика помогают журналистам минимизировать риски и повышают вероятность успешного выполнения их задач в сложных условиях. Однако важно помнить, что ситуация в экстремальных условиях может быстро

меняться, и гибкость в планах и стратегиях является ключевым фактором успешной работы.

Соблюдение нейтралитета журналистами в экстремальных условиях – это сложная и важная задача. Этот аспект работы требует от журналистов поддерживать объективность и не вовлекаться в конфликты, о которых они сообщают. Журналисты должны стремиться к предоставлению беспристрастной и сбалансированной информации, избегая личных суждений и предвзятости.

Соблюдение нейтралитета начинается с понимания того, что журналисты – это наблюдатели и хроникеры, а не участники событий. Важно избегать каких-либо действий или высказываний, которые могли бы быть истолкованы как поддержка или противостояние какой-либо из сторон конфликта. Это означает, что журналисты должны избегать участия в политических акциях, демонстрациях и прочих мероприятиях, которые могут восприниматься как проявление симпатий или антипатий к какой-либо из сторон.

Кроме того, журналистам необходимо обеспечивать равноправное освещение различных точек зрения. В идеале они должны предоставлять голоса представителям всех сторон конфликта или спора, чтобы читатели или зрители могли самостоятельно формировать собственное мнение на основе полного спектра информации.

Также важно избегать использования языка, который может восприниматься как предвзятый. Например, использование терминов, нагруженных эмоциональными или субъективными оценками, может подрывать восприятие нейтралитета журналиста. Журналистам следует придерживаться фактов и данных, избегая эмоционально окрашенной риторики.

Освещая конфликты и кризисные ситуации, журналистам также необходимо быть осведомленными о местной культуре и чувствительными к ней. Непонимание местных обычаев и культурных особенностей может привести к неправильной интерпретации событий и, как следствие, к неправильному представлению информации.

Соблюдение нейтралитета не означает отсутствие глубокого анализа или критического освещения событий. Журналисты могут и должны анализировать контекст событий, задавать сложные вопросы и критически оценивать информацию. Однако это должно происходить на основе фактов и данных, а не личных мнений или идеологических предпочтений.

В целом, соблюдение нейтралитета является ключевым принципом журналистики, особенно в условиях конфликтов и кризисов. Оно помогает поддерживать доверие аудитории и обеспечивает качество и достоверность информации.

Этические и психологические аспекты работы в экстремальных ситуациях.

Этические и психологические аспекты работы журналиста в экстремальных ситуациях являются особенно сложными и важными. Эти аспекты охватывают широкий спектр вызовов, от обеспечения объективного и непредвзятого освещения событий до управления личным эмоциональным и психологическим состоянием в условиях стресса.

Этические вызовы включают в себя необходимость сбалансированного отображения событий, уважения к человеческому достоинству и правам, а также избегания эксплуатации чужих страданий для создания сенсационных материалов. Журналистам важно сохранять профессиональную дистанцию, при этом проявляя сочувствие и понимание к участникам событий. Они сталкиваются с дилеммами выбора между обеспечением безопасности, собственной и окружающих, и необходимостью передачи информации общественности.

Этические дилеммы в работе журналиста в экстремальных условиях зачастую связаны с необходимостью соблюдать профессиональные стандарты и одновременно реагировать на сложные человеческие ситуации. Например, журналист, освещающий военный конфликт, может встретить гражданское население, пострадавшее от действий одной из сторон конфликта. С одной стороны, важно сохранять объективность и не поддаваться эмоциональному воздействию, но с другой стороны, журналист может чувствовать моральную обязанность показать мирные страдания, чтобы привлечь внимание к гуманитарной катастрофе.

Еще одна распространенная дилемма связана с решением о публикации материалов. Журналисты часто должны решать, следует ли публиковать шокирующие или травматические изображения и информацию. С одной стороны, такие материалы могут быть важны для понимания реальности конфликта или катастрофы, но с другой – они могут нанести вред чувствительности аудитории и достоинству жертв.

Также журналисты сталкиваются с вопросами безопасности источников информации. При работе в регионах с репрессивными режимами или в условиях военных

конфликтов они должны быть особенно осторожны, чтобы не подвергать опасности людей, предоставляющих информацию. Это требует тщательного взвешивания ценности информации против потенциального риска для источников.

Эти примеры иллюстрируют, насколько сложно журналистам найти баланс между необходимостью точного и честного освещения событий и необходимостью защиты прав и достоинства участников этих событий, а также собственной безопасности и этических принципов.

Психологические вызовы, с которыми сталкиваются журналисты в экстремальных условиях, многообразны и могут оказывать значительное влияние на их благополучие и профессиональную деятельность. Работа в зонах конфликта, стихийных бедствий или при освещении других кризисных ситуаций часто сопровождается высоким уровнем стресса и эмоционального напряжения.

Один из ключевых психологических вызовов – это прямое столкновение с травмирующими событиями. Например, журналист, освещающий военные действия или террористические атаки, может быть свидетелем насилия, смерти и разрушений. Постоянное воздействие таких событий может привести к развитию посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), депрессии или тревожности.

Другой вызов – это постоянное нахождение в состоянии гипербдительности и стресса из-за необходимости работать в опасных и непредсказуемых условиях. Например, журналист, работающий в зоне военного конфликта, может постоянно ощущать угрозу своей безопасности, что приводит к хроническому стрессу и усталости.

Эмоциональное и профессиональное выгорание также является значительной проблемой. Долгосрочное воздействие стресса и тяжелых эмоциональных переживаний может привести к снижению мотивации, апатии и потере профессиональной эффективности. Это особенно актуально для журналистов, которые проводят много времени в экстремальных условиях без достаточного времени для восстановления и отдыха.

Кроме того, журналисты могут испытывать чувство вины или бессилия, особенно при работе в условиях гуманитарных кризисов или в зонах страданий. Наблюдение за страданиями других и невозможность оказать непосредственную помощь может вызывать у журналистов внутренние конфликты и чувство беспомощности.

Эти примеры показывают, как важно для журналистов, работающих в экстремальных условиях, иметь доступ к психологической поддержке и заботиться о своем психическом здоровье. Регулярное взаимодействие с психологами, участие в группах

поддержки и разработка эффективных стратегий самопомощи могут помочь справляться с этими сложными психологическими вызовами.

Поддержание баланса между работой и личной жизнью для журналистов, работающих в экстремальных условиях, представляет собой значительный вызов. Эта сфера работы часто требует длительного времени вдали от дома, постоянного пребывания в состоянии стресса и столкновения с тяжелыми ситуациями, что может оказать серьезное влияние на личную жизнь и благополучие.

Журналисты в таких условиях могут столкнуться с трудностью отделения профессиональной жизни от личной. Непрерывное вовлечение в работу и недостаток времени на отдых и восстановление могут привести к накоплению стресса и профессиональному выгоранию. Кроме того, длительное отсутствие дома и отдаленность от семьи и друзей могут усугубить чувство изоляции и одиночества.

Для поддержания баланса журналистам необходимо сознательно выделять время на отдых и релаксацию. Это может включать хобби, спорт, чтение или просто времяпрепровождение с семьей и друзьями. Важно также обеспечивать достаточный и качественный сон, который является ключевым фактором восстановления после стресса.

Также полезно развивать навыки самосознания и саморегуляции, которые помогают распознавать признаки стресса и усталости и предпринимать шаги для их уменьшения. Это может включать техники медитации, майндфулнесса или просто регулярные перерывы в работе для коротких моментов отдыха.

Другой аспект – это общение с коллегами и обмен опытом. Разговоры с коллегами, которые сталкиваются с подобными вызовами, могут помочь найти понимание и поддержку, а также полезные стратегии справления со стрессом.

В целом, для журналистов, работающих в сложных условиях, важно осознавать, что поддержание здорового баланса между работой и личной жизнью не просто улучшает качество жизни, но и является необходимым условием для долгосрочной успешной карьеры и личного благополучия.

Эти аспекты требуют от журналистов не только профессиональных навыков, но и глубокого понимания этики, эмпатии и самосознания. Поддержка со стороны коллег, руководства и профессиональных психологов играет ключевую роль в поддержании их

психологического благополучия и способности эффективно работать в сложных условиях.

Война в Украине, как пример работы журналистов в экстремальных условиях

Украинская журналистка Юлия Кириенко покрывает военные события с лета 2014 года, когда началось вторжение российских войск в Донбасс. Она телевизионный репортер и работает на канале "1+1".

За восемь лет конфликта Юлия многократно посещала передовую. В конце февраля 2022 года она освещала события в военных условиях в Киевской области.

Первый раз Юлия отправилась на фронт летом 2014 года в Дебальцево, город Донецкой области, который тогда контролировался украинским правительством.

"До начала войны в 2014 году я занималась освещением парламентских сессий и заседаний правительства, у меня не было опыта в военной журналистике. Я не проходила специальных тренингов и курсов для журналистов, у меня даже не было соответствующего снаряжения. Мне приходилось учиться на собственных ошибках. Работа военного журналиста чрезвычайно сложна, особенно сейчас", - делится Юля.

В настоящее время интенсивность боевых действий очень высока, и используются все типы вооружений. Непредсказуемость ситуации делает работу журналистов особенно опасной. Юлия отмечает, что журналисты стали одной из основных целей для российских военных. Поэтому во время выездов на места событий они стараются не маркировать автомобили, несмотря на то, что вся съемочная группа использует бронежилеты и каски с обозначением PRESS.

Юлия дает следующие советы журналистам, работающим в условиях активных боевых действий:

- 1) Что делать во время обстрелов?

Юлия неоднократно оказывалась в ситуациях обстрела и научилась определять интервалы времени между выстрелами и прибытием снарядов. Этот навык оказался жизненно важным для неё во время артиллерийского обстрела в Киевской области, когда российская артиллерия открыла огонь по их съемочной группе.

"Когда нас застал обстрел, мы были в поле, что особенно опасно из-за отсутствия укрытия. Разрыв между выстрелами и прилетом снарядов составлял всего 2–3 секунды, и мы использовали это короткое время, чтобы добраться до машины. Хотя обычно не рекомендуется оставаться в автомобиле во время обстрелов, на открытом поле риск был гораздо выше, так что мы решили добраться до машины и уехать. В итоге всё обошлось", — рассказывает она.

2) Не рекомендуется задерживаться долгое время на передовых позициях

Журналистам на передовой следует избегать длительного пребывания в зонах активных боев. Опасность обстрелов на линии фронта велика, и необходимо минимизировать время нахождения там.

"Мы стараемся выполнять работу как можно быстрее. Всегда есть риск начала обстрела", - отмечает Юлия.

3) В репортажах запрещается разглашать секретную информацию.

Важно также не разглашать конфиденциальную информацию в своих репортажах. Юлия подчеркивает, что журналистам следует знать правила съемки. Например, публикация общего плана расположения войск может помочь противнику узнать о их местоположении.

Её коллега, украинский военный журналист Андрей Кузаков, на фронте с 2014 года, сейчас работает с "Настоящим временем" и так же, делится советами из своей профессиональной деятельности.

4) Нужно поддерживать связь с военными

Для качественного выполнения работы и собственной безопасности, нужно всегда иметь связь с военными. По словам Андрея, у военных есть актуальная и точная информация, касательно событий, происходящих на фронте. Ситуация может меняться очень часто: населенные пункты, контролируемые украинской армией, могут в любой момент попасть под оккупацию.

"Военные лучше осведомлены о ситуации. Они предупредят о текущих обстоятельствах на фронте", - говорит Андрей.

5) Прислушиваться к советам пресс-офицера

По причине того, что большое число журналистов погибло во время военных действий в Украине, к каждой съемочной группе добавлен пресс-офицер.

Следуя советам пресс-офицера, Андрей подчеркивает важность их наличия для безопасности журналистов. Из-за высокого числа журналистских жертв на украинской войне теперь каждая съемочная группа сопровождается пресс-офицером. Без его присутствия невозможно попасть на фронт. По мнению Андрея это является правильным решением.

По его словам, большое количество журналистов погибло в начале войны в Украине, из-за того, что они не владели достаточной информацией о том, что происходит на фронте в реальном времени. Договориться с пресс-офицером по поводу начала съемки в нужное время – очень тяжелая задача для журналистов. Иногда это может занять около недели. "Это надо иметь в виду, чтобы планировать свою работу", — советует Андрей.

6) Требуется разумно отнестись к выбору места для остановки

По словам Андрея, выбор отелей является важным аспектом безопасности журналистов. Очень важен баланс между расположением гостиницы близко к фронту и ее безопасностью.

Андрей не рекомендует заселяться на верхних этажах здания и советует выбрать такой номер, который расположен на стороне здания, противоположной от линии фронта. Это делается с целью использования «правила 2-3 стен» во время обстрела (в случае опасности, человека должно отделять не менее двух стен). В случае отсутствия бомбоубежища или подвала, данный способ может спасти жизнь журналисту.

7) Нужно позаботиться об исправности транспорта

Андрей рассказывает, что не так давно он попал под обстрел вместе со съемочной группой.

"И тут оказывается, что у водителя села батарейка в ключе зажигания. Машина завелась со второго-третьего раза. Но в такой опасной ситуации дороги каждые секунды, которые могут спасти жизнь", — говорит он.

Андрей также рекомендует избегать поездок большими группами автомобилей. По его мнению, даже две машины, следующие одна за другой, увеличивают риск и могут привлечь внимание противника.

Еще один журналист, который делится своим опытом работы в зоне боевых действий – Темур Кигурадзе. Он занимается освещением военных конфликтов со временем пятидневной российско-грузинской войны, которая произошла в августе 2008 года. Во время этих событий Темур был ранен и попал в плен.

После освобождения из плена, Темур продолжил заниматься военной журналистикой. Он занимался освещением боевых действий в Афганистане, Ливии, на границе Сирии и Турции, и так же работает в Украине с 2014 года по сей день.

Темур делает акцент на том, что ни одно интервью не является эквивалентом жизни журналиста. В выборе между ярким материалом, для съемки которого требуется огромный риск, и безопасностью всегда нужно выбирать безопасность. У репортеров, которые постоянно находятся в зонах конфликта, чувство опасности и страха сводится к минимуму, из-за чего им труднее оценивать риски, что является очень опасным фактором в их деятельности.

Вот список советов, которыми Темур поделился с журналистами, работающими в горячих точках:

- Перед отправкой в зону конфликта важно тщательно подготовиться, поскольку хорошо спланированная работа обеспечивает безопасность. Это включает в себя сбор информации, тщательное планирование маршрутов передвижения и установление контактов. Необходимо заблаговременно подготовить все документы, аккредитации и получить необходимые разрешения.
- Перед отправкой в зону военных действий для журналистов крайне важно пройти по крайней мере основной курс оказания первой медицинской помощи и собрать аптечку с необходимыми медикаментами. В ней должны быть средства для остановки кровотечения: бинты, жгуты, эластичные повязки. Даже если планируется короткая командировка на три дня, лучше взять с собой достаточное количество лекарств на более длительный срок, так как нельзя точно предсказать, когда будет возможность вернуться.
- Нужно иметь с собой зарядные устройства, кабели и переходники с 220 на 12 вольт. Желательно иметь второй экземпляр зарядных устройств на экстренный случай. Помимо этого, необходимо иметь фонари и запасные аккумуляторы.
- Платежные карты могут не сработать в зонах конфликта. Поэтому журналист должен иметь наличные в местной валюте, а также определенную сумму в долларах или евро на экстренный случай. Темур советует иметь при себе

сигареты, даже если вы не курите. В военных условиях они могут стать как валютой, так и средством налаживания отношений.

- В зоне военных конфликтов журналисту необходимо носить защитные средства – бронежилет 4 уровня защиты и каску. Темур отмечает, что часто журналисты не придерживаются данного правила и надевают средства защиты только во время записей репортажа. Это имеет огромный риск и опасность для жизни.
- По возможности нужно избегать работу с оборудованием, занимающим много места. В эту категорию входят большие камеры, имеющие большой штатив. Фото и видеоматериалы могут быть засняты на камеру мобильного телефона. Отсутствие статики кадра может сделать материал более эмоциональным и реалистичным.
- Журналист обязательно должен иметь при себе бумажную карту помимо электронных навигаторов.
- Одежда репортера должна быть прочной и в то же время комфортной. Требуется избегать одежду в камуфляжной расцветке и одежду черного цвета. Это же правило касается бронежилетов и обуви. Журналист не должен выглядеть как военнослужащий или сотрудник отряда специального назначения.

Заключение

В заключении дипломной работы о специфике работы журналиста в экстремальных условиях следует подчеркнуть несколько важных моментов более детально.

Во-первых, работа журналиста в экстремальных условиях является сложной и ответственной задачей. Она требует от профессионалов не только высоких профессиональных навыков в сфере журналистики, но и готовности к столкновению с различными опасностями. Физические риски, такие как обрушения зданий, природные катастрофы или военные действия, могут серьезно угрожать жизни и здоровью журналистов. Однако, несмотря на эти опасности, их миссия состоит в том, чтобы донести информацию до общественности и рассказать о событиях, происходящих в экстремальных ситуациях.

Во-вторых, психологический стресс играет ключевую роль в работе журналистов в экстремальных условиях. Они сталкиваются с трагическими событиями, видят страдания людей, их жизни часто находятся под угрозой. Это может вызывать

эмоциональное и психологическое напряжение. Посттравматический стресс и другие психологические последствия могут сказываться на их психическом состоянии долгое время после завершения работы в экстремальных условиях. Важно обеспечивать поддержку и доступ к психологической помощи для журналистов, чтобы помочь им справиться с этими эмоциональными вызовами.

В-третьих, этические аспекты работы журналистов в экстремальных условиях имеют большое значение. Они должны балансировать между необходимостью предоставить актуальную информацию и соблюдением этических норм и ценностей. В ситуациях стихийных бедствий и вооруженных конфликтов, уважение к страданиям пострадавших и чувствительность к тематике являются фундаментальными аспектами работы журналистов.

Итак, работа журналиста в экстремальных условиях представляет собой сложную сферу деятельности, которая требует профессионализма, физической подготовки и готовности к психологическим вызовам. Она выполняет важную функцию в обеспечении информированности общественности и оказании помощи в критических ситуациях. Работа журналистов в экстремальных условиях заслуживает уважения и поддержки, чтобы они могли успешно выполнять свою миссию в сложных и опасных ситуациях.

Список литературы

1. Ковач, Б., и Розенстиль, Т. (2007). "Элементы журналистики: Что должны знать журналисты и чего должно ожидать общество." Crown.
2. Андерсон, Дж. (2015). "Медиа, культура и окружающая среда." Routledge.

3. Аллан, С., и Зелизер, Б. (Ред.) (2004). "Репортаж в войне: Журналистика во времена войны." Routledge.
4. Фейнштейн, А. (2015). "Журналистика в эпоху террора: Открытие и раскрытие тайного государства." Edinburgh University Press.
5. Уорд, С. Дж. (2004). "Глобальная журналистская этика: Расширение концептуальной базы." *Journalism Studies*, 5(3), 323-335.
6. Салуэн, М. Б., и Гаррисон, Б. (2016). "Прямая трансляция: Правильное информирование в реальном времени в онлайн-мире." Rowman & Littlefield.
7. Шадсон, М. (2011). "Социология новостей." Norton.
8. Штайн, Л. (2019). "Цифровая журналистика в эпоху постправды." University of Illinois Press.
9. Галина Остаповец (2022). "Как украинские журналисты работают на фронте":
<https://ijnet.org/ru/story/%D0%BA%D0%B0%D0%BA-%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D0%B6%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B-%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%D1%8E%D1%82-%D0%BD%D0%B0-%D1%84%D1%80%D0%BE%D0%BD%D1%82%D0%B5>