

# पत्रकारों के लिए सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य

पत्रकार सच्चाई और संवेदनशीलता के बीच संतुलन बनाते हैं, यह सुनिश्चित करते हुए कि कहानियां सटीक हैं और पाठकों और समुदायों पर उनके प्रभाव पर विचार करते हैं। गुवाहाटी में आयोजित एनडब्ल्यूएमआई वार्षिक बैठक में मानसिक स्वास्थ्य के मार्गदर्शन पर प्रकाश डाला गया, जिसमें \_प्रखर समाचार\_ से पुष्पा रोकड़े शामिल थीं।

पुष्पा छत्तीसगढ़ के बीजापुर में माओवादी प्रभावित क्षेत्र से रिपोर्ट करती हैं। वह पाठकों और समुदाय पर कहानियों के प्रभाव पर विचार करने पर जोर देती हैं, केवल फ्रेमिंग दिशानिर्देशों के अलावा। यह दृष्टिकोण मानसिक बीमारी के बारे में समाज की कहानी को बदलने का प्रयास करता है, व्यक्तिगत कमियों से दूर।

 by OJAANK IAS



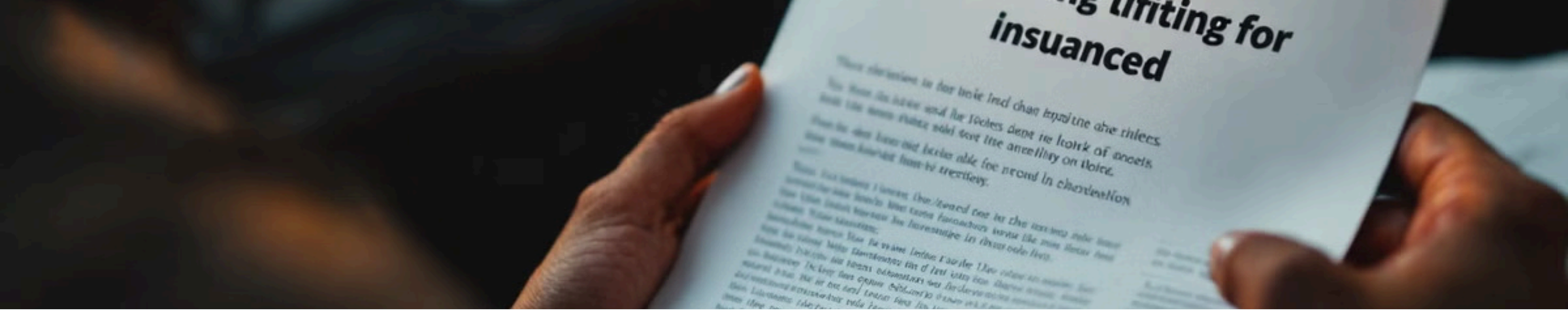
# सहानुभूति के साथ कथाओं का तराशना

## "क्यों" का महत्व

पुष्पा रोकड़े पत्रकारों को अपनी कहानियों के "क्यों" पर विचार करने के लिए प्रेरित करती हैं। कहानियों को दाखिल करने की दैनिक प्रक्रिया में उलझे रहने के बजाय उद्देश्य और संभावित प्रभाव के बारे में सोचने में आसान है।

## सच्चाई और संवेदनशीलता का संतुलन

पत्रकारिता का पहला कर्तव्य सच्चाई है। हालांकि, पत्रकारों को सटीकता के साथ-साथ संवेदनशीलता भी बनाए रखनी चाहिए, घटनाओं से प्रभावित लोगों को त्रस्त कर सकने वाले अत्यधिक विवरण से बचना चाहिए।



# आंतरिक जाँच और संतुलन

1

## संपादकीय विचार

संपादक अक्सर एक आंतरिक संवाद में लगे रहते हैं, यह सोचते हुए कि अगर वे या उनका परिवार इस कहानी का विषय होता तो वे कैसा महसूस करते। यह संवेदनशीलता और समुदाय के लिए सम्मान सुनिश्चित करने में मदद करता है।

2

## परेशान करने वाले विवरणों से बचना

हाथरस स्टैंपीड पर आयोजित एक कार्यशाला के दौरान, टीम ने महसूस किया कि चोटों के कुछ ग्राफिक विवरण अनावश्यक थे और काट दिए जाने चाहिए थे। यह सावधानीपूर्वक संपादन के महत्व को उजागर करता है।

3

## ट्रिगर चेतावनी

टीम अब किसी भी कहानी पर जो हिंसा या विनाश से संबंधित है, पाठकों को संभावित रूप से परेशान करने वाले सामग्री के बारे में पूर्व सूचना देने के लिए ट्रिगर चेतावनी देने के लिए दोगुना सचेत है।



# Ojaank Test Series

Your Progress Partner in UPSC Journey

**NCERT-RFR**  
**MENTORSHIP ₹499/-**  
 IAS 2026 Per Month  
**15 + 30 + 15**  
**METHOD**  
 Call Now :- 875071100  
 8285894079  
 By Ojaank Sir

**240Days-RFR**  
**MENTORSHIP ₹599/-**  
 IAS 2026 Per Month  
**15 + 30 + 15**  
**METHOD**  
 Call Now :- 875071100  
 8285894079  
 By Ojaank Sir

**SHAKTI**  
 ALL INDIA TEST SERIES - PRELIMS  
 (20 Tests)  
 • 8 Fundamental Tests  
 • 7 Advanced Tests  
 • 5 Full Length Tests  
 • Current Affairs  
 EACH TEST HAVE 100 QUESTIONS  
**₹2700 ₹2300**  
 Call Now :- 8285894079  
 875071100

**TEST BASED ON**  
**BIPAN CHANDRA**  
**₹999 ₹699**  
 30% Discount  
 REPUBLIC DAY OFFER  
**IAS & PCS**

**DAILY FREE QUIZ**  
**"SELECTION वाली CLASS"**  
 BY OJAANK SIR  
 THE HINDU INDIAN EXP

**Test Based ON**  
 Based on Laxmikant  
**₹699/-**  
 IAS 2025 6 Months  
**15 + 30 + 15**  
 Call Now :- 875071100  
 8285894079  
 By Ojaank Sir

**COMING SOON**  
**Spectrum based Test Series**  
**Coming soon**  
 Download the Ojaank App  
 & try a free test Now  
 875071100  
 828589407

1) Get full Laxmikant Test Series For UPSC Prelims 2025

Link - <https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/501>

2) Get full Bipan Chandra Test Series For UPSC Prelims 2025

Link - <https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/500>

3) Get full SHAKTI All India Test Series PRELIMS - 2025

Link - <https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/499>

4) Get Daily Free Quiz (Newspaper wali Class) By Ojaank Sir

Free Test Link - <https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/493>

# समुदाय मानसिक स्वास्थ्य: एक प्रमुख विषय

## तनमय गोस्वामी का दृष्टिकोण

स्वतंत्र मानसिक स्वास्थ्य कहानी मंच ' \_सैनिटी\_' चलाने वाले तनमय गोस्वामी का मानना है कि 2025 में समुदाय मानसिक स्वास्थ्य एक प्रमुख विषय होगा, जो "पैमाने पर मानवीय स्पर्श" पर जोर देता है।

## करोड़ों लोगों तक पहुंचना

मीडिया के पास लाखों लोगों तक पहुंचने की शक्ति है। गंभीर प्रश्न पूछकर, पत्रकार अपनी रिपोर्टिंग में एक मानवीय स्पर्श ला सकते हैं, ऐसी कहानियों को तैयार कर सकते हैं जो लोगों को जवाब खोजने के लिए प्रोत्साहित करें, बिना किसी जमाव को उकसाए।



How community  
center euvity  
connected!



# प्रत्येक आवाज़ को सुनना सुनिश्चित करना



नक्सलियों और पुलिस के बीच घटनाओं पर रिपोर्टिंग करते समय, दोनों पक्षों के साथ-साथ क्रॉसफायर में फंसे ग्रामीणों से भी बात करना महत्वपूर्ण है। इससे प्रत्येक आवाज़ को सुना जा सकता है और कहानी व्यापक हो जाती है।



पत्रकारों को अपनी रिपोर्टिंग में संतुलन बनाए रखना चाहिए, सभी दृष्टिकोणों को निष्पक्षता और सटीकता से प्रस्तुत करना चाहिए। यह पक्षपात से बचने और कहानी को यथासंभव वस्तुनिष्ठ बनाने में मदद करता है।



संवेदनशील मुद्दों पर रिपोर्टिंग करते समय दया महत्वपूर्ण है। पत्रकारों को अपने विषयों के प्रति सहानुभूति और समझ के साथ पहुंचना चाहिए, क्योंकि उनकी कहानियों का व्यक्तियों और समुदायों पर संभावित प्रभाव हो सकता है।



**New Test Updates**  
**Mon to Sat at 01:00 pm** ✨📖

**Dear Aspirants,**

आप नीचे दिए गए लिंक के माध्यम से हमारे 240 Days RFR मेंटरशिप कोर्स में शामिल हो सकते हैं।

यह कोर्स 15+30+15 पद्धति पर आधारित है जिसमें 15 मिनट का टेस्ट, 30 मिनट का टेक्स्ट रीडिंग और फिर 15 मिनट का टेस्ट शामिल है।

इस पद्धति को (RFR) पद्धति के रूप में जाना जाता है। इससे हजारों छात्रों को अपना लक्ष्य हासिल करने में मदद मिली है।

कोर्स में शामिल होने के लिए यहाँ क्लिक करें 🖱️🖱️🖱️

**Test Link -**

<https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/492>

**New Test Updates**  
**Mon to S at 6:00pm** ✨📖

**Dear Aspirants,**

आप नीचे दिए गए लिंक के माध्यम से हमारे NCERT RFR मेंटरशिप कोर्स में शामिल हो सकते हैं।

यह कोर्स 15+30+15 पद्धति पर आधारित है जिसमें 15 मिनट का टेस्ट, 30 मिनट का टेक्स्ट रीडिंग और फिर 15 मिनट का टेस्ट शामिल है।

इस पद्धति को (RFR) पद्धति के रूप में जाना जाता है। इससे हजारों छात्रों को अपना लक्ष्य हासिल करने में मदद मिली है।

कोर्स में शामिल होने के लिए यहाँ क्लिक करें 🖱️🖱️🖱️

**Test Link -**

<https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/490>



# द हिंदू के मानसिक स्वास्थ्य दिशानिर्देश

1

## सावधानीपूर्ण भाषा

द हिंदू सावधानीपूर्वक भाषा का उपयोग करता है, आत्महत्या को कई अलग-अलग कारकों का परिणाम मानता है। वे किसी प्रयास को अपराध ('आत्महत्या की') के रूप में संदर्भित नहीं करते हैं।

2

## सनसनीखेजी से बचना

द हिंदू कभी भी ऐसा शीर्षक नहीं होगा जो यह चिल्लाता है कि एक बच्चे ने अपनी मां के साथ झगड़े के बाद अपनी जान ले ली, सनसनीखेजी से बचते हुए और परिवार की गोपनीयता का सम्मान करते हुए।

3

## समाज की कहानी को बदलना

ये दिशानिर्देश मानसिक बीमारी के बारे में समाज की कहानी को बदलने में मदद करते हैं, व्यक्तिगत विफलता या 'मानसिक कमजोरी' की धारणा से दूर जाते हुए।







# संपादन मेज पर संतुलन

1

## आंतरिक संवाद

संपादक अक्सर एक आंतरिक संवाद करते हैं, यह पूछते हुए कि वे या उनका बच्चा कहानी पढ़ना कैसा महसूस करेंगे। यह संवेदनशीलता और सहानुभूति सुनिश्चित करने में मदद करता है।

2

## समुदाय पर प्रभाव

संपादक यह सुनिश्चित करते हैं कि समुदाय को 'सीमांत' के रूप में संदर्भित किया जाना कैसा महसूस होगा, यह सुनिश्चित करते हुए कि उपयोग की जाने वाली भाषा सम्मानजनक और सशक्तिकरण करने वाली है।

3

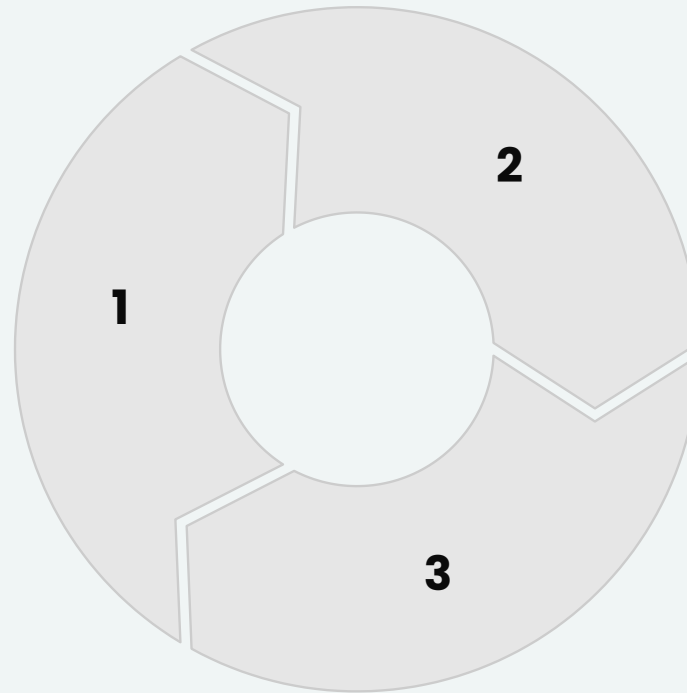
## ग्राफिक विवरण

संपादक ग्राफिक विवरणों की सावधानीपूर्वक समीक्षा करते हैं, यह सुनिश्चित करते हुए कि वे कहानी के लिए आवश्यक हैं और प्रभावितों को अनावश्यक पीड़ा नहीं देते।

# पत्रकारिता का सत्य के प्रति कर्तव्य

## सत्य

पत्रकारिता का पहला कर्तव्य सत्य है, जैसा कि 'द इलिमेंट्स ऑफ जर्नलिज्म: व्हाट न्यूसपीपल शुड नो एंड द पब्लिक शुड एक्सपेक्ट' में उल्लेख किया गया है।



## मनोवैज्ञानिक दृष्टि

पाठकों और उन समुदायों पर इसके प्रभाव को ध्यान में रखते हुए सत्य कहना एक संतुलन की मांग करता है।

## सटीकता

हमें घटनाओं को सटीक ढंग से दर्शाना चाहिए और अतिरंजित विवरणों से बचना चाहिए जो और अधिक नुकसान पहुंचा सकते हैं।

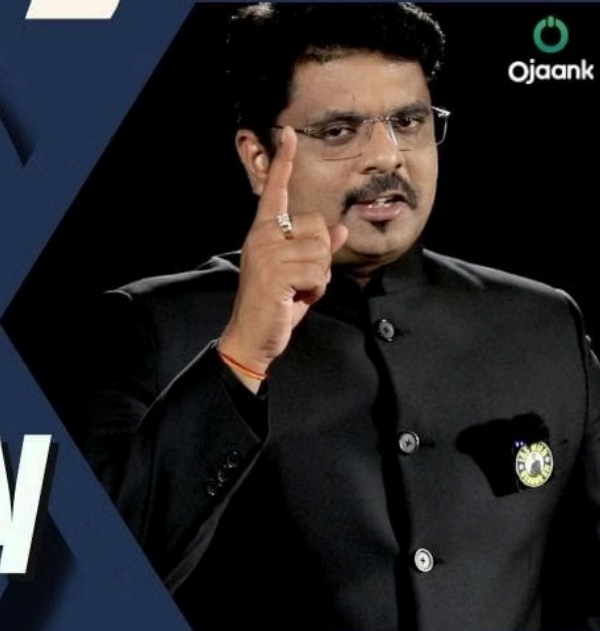


#IAS with Ojaank Sir

**M - RFR**

M - बोले तो **Memory**

M - बोले तो **Mains**



**OJAANK SIR**

FOUNDER, AUTHOR, NLP TRAINER  
& MOTIVATIONAL GUIDE

Whatsapp **8285894079**

Contact Us **8750711100**

 [WWW.OJAANK.COM](http://WWW.OJAANK.COM)

Get full (OJAANK SIR M RFR) Course from Ojaank App Now.

Link - <https://ojaankias.akamai.net.in/new-courses/506>

# पत्रकारों के लिए प्रमुख प्रश्न

हम कहानी क्यों कर रहे हैं?

1

यह पाठक को कैसे प्रभावित करेगा?

2

यह समुदाय को कैसे प्रभावित करेगा?

3

कहानियों को 'रूटीन' से फाइल करने में उलझे हुए, हम इस प्रश्न पर विराम नहीं लेते हैं। या, कुछ भयानक हो गया है और हम कहानी के विभिन्न तत्वों को बाहर निकालने पर इतने केंद्रित हैं कि हमारे पास 'क्यों' के बारे में सोचने का समय नहीं हो सकता।



# मानवीय छूत पैमाने पर



## समुदाय समर्थन

समुदाय मानसिक स्वास्थ्य नेटवर्क और जरूरतमंदों के लिए सुलभ संसाधनों के महत्व पर जोर देता है।



## सहानुभूतिपूर्ण रिपोर्टिंग

पत्रकार मानसिक स्वास्थ्य के इर्द-गिर्द कहानी को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, सहानुभूतिपूर्ण रिपोर्टिंग के माध्यम से समझ और कमी को कम करते हैं।



## सामूहिक कार्रवाई

मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों को संबोधित करने के लिए सामूहिक कार्रवाई की आवश्यकता है, जहां पत्रकार, स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर और समुदाय के सदस्य सकारात्मक परिवर्तन बनाने के लिए एक साथ काम करते हैं।

# Follow Ojaank Sir



IAS with Ojaank Sir



Ojaank\_Sir



IAS with Ojaank Sir

Free **PDF** Content  
पाने के लिए अभी JOIN करें



**8285894079**



**8285894079**

👉 ऐसी ही UPSC Special Current News PDF के लिए Visit करें हमारी Official Website : [www.ojaank.com](http://www.ojaank.com)

👉 DAILY FREE ENGLISH NEWS PDFs Link :

<https://www.ojaank.com/books/current-affairs-magazine>

👉 DAILY FREE ENGLISH NEWS PDFs Link : <https://www.ojaank.com/hindi/books/current-affairs-magazine>