當目光散去

災區採訪的新聞筆記

文／ 林昆慶（鏡新聞新聞部專題組記者）

每當災難發生，新聞現場總是擁擠而焦慮；記者衝鋒在前，肩負下擔任社會的眼睛和耳朵的任務，記錄下災難發生時的每一幕。然而，當鏡頭離開後，故事並沒有結束。我在每一次的災難採訪中，看到太多重複的循環：救援結束、新聞撤離、關注消散。但受災的人們仍在現場，努力讓生活重回正軌，卻沒人再關注。媒體最珍貴的價值，不只是報導災難的「當下」，而是持續記錄災後的「變化」，那才是真正能幫助社會的力量。

災區現場：從混亂中尋找真相

災難新聞都有共同的特性：突發、混亂、充滿未知，而現場的記者必須同時扮演觀察者、訊息整理者和傳遞者。

在我十年的新聞生涯中，經歷過多起重大災難，從颱風侵襲到地震發生，包括 403地震、普悠瑪號出軌事件，以及日本能登半島

大地震。每一次的災難現場都有相似挑戰：交通中斷、通訊中斷、資訊混亂，以及如何在不確定的環境中維持報導的即時與準確。

以能登半島地震為例，當時核心災區的網路與電力完全中斷，交通被嚴格管制、車輛無法進入，只能繞遠路穿過破裂隆起的道路，導致原本兩小時的車程可能變成四小時。

為了同時兼顧整點新聞更新與現場報導，我們決定採取「早出晚歸」的方式，在漫長的車程中沿路蒐集素材，兼顧新聞產出和播出，同時也能持續往重災區挺進。

另一方面，為了獲取更多第一手的資訊，我們參考當地媒體的報導和縣市政府的官方網站公開資訊，即時掌握救災動態，並取得災民與救援單位的第一手資訊。有了這些基本的新聞資訊來源後，再來就是靠記者在現場的觀察能力——災難現場的訊息不只來自災民，也來自救災人員和周邊環境。例如，在日本輪島市的採訪中，跟我同行的攝影記者洪偉韜注意到一名居酒屋老闆在倒塌的建築瓦礫間尋找物品，神情哀戚、動作充滿無奈與悔恨，那一刻，我們決定放慢腳步，與他對話，聽他說完故事。他或許只是災區中的一個身影，但如果我們沒有仔細觀察，可能就錯過了一個新聞故事。

從日本媒體學到的專業倫理

在能登採訪的那幾天，因為有了前面的採訪基礎工作，所以採訪團隊在當地能和許多日媒一起。我們與日本媒體並肩工作，深刻感受到兩國新聞文化的不同；特別是在災區第一線採訪新聞，能清

楚看見台灣與日本媒體之間，在新聞採訪做法上的差異。

在台灣，災難現場常常可以看到新聞記者在現場一窩蜂地連線更新，媒體間競爭激烈，報導風格偏向即時感和張力呈現。然而，日本媒體更注重深度觀察與對受訪者的尊重。記得曾在輪島市採訪罹難者家庭時，救援隊為了不讓罹難者家屬受到打擾，甚至主動代表家屬接受採訪；另外，我們也觀察到日媒同業們會隨時觀察現場情況暫停拍攝，以提供救災空間，並避免干擾避難所內的受災民眾。

過程中，我們看見日媒展示了在專業倫理與同理心上的平衡，即使面對震撼的畫面，也不盲目追求新聞張力，而是確保報導時能尊重災民隱私與情緒；這也促進我思考並反思自身，尤其在面對高度競爭的新聞環境時，更需要在速度與準確、情感與倫理間找到平衡點。

在速度之間維持理性

災難發生初期，資訊往往零碎、混亂。此時記者的角色，是讓社會快速理解「確定的事」，同時誠實揭露「仍待查證的資訊」。例如在花東地震報導中，我會先呈現確認過的災情，接著提醒觀眾「仍在釐清的資訊」，並明確引導觀眾關注官方發布。這樣的做法雖然少了即時張力，卻能建立媒體的信任感。

我認為，災難報導不應只呈現現象，更應結合現場觀察與專家分析。記者的疑問，往往也是觀眾的疑問；當我們帶著問題請教地質學者、建築專家或救災人員，報導的層次也會因此更完整、更具公共性。

此外，媒體必須避免渲染與二次傷害。拍攝現場畫面時，應盡量模糊受災者面孔。採訪時，避免過度聚焦於個人情緒，而應提供實用的避難、救助與捐助資訊——因為新聞的力量，應該是協助社會穩定，而非放大恐懼。

當熱度退去：災後追蹤才是關鍵

從房屋重建、基礎設施修復，到補助發放、交通恢復，這些進度若缺乏監督，往往會陷入停滯。媒體的長期關注，能讓政府部門感受到壓力，也讓受災居民知道，社會仍然在乎他們的生活。

在能登大地震發生近一年後，我再次回訪，發現當地的重建率竟不到一成。地方醫師無奈地說：「能登像是被國家遺忘的地方。」醫護人員出走、商家無法復業，居民也逐漸離去。

那一刻我深深感受到，災後關注的缺席，與其說是媒體的沉默，不如說是一種社會的遺忘。若媒體能持續記錄這些變化，也許就能在災難之後，幫助整個社會學會如何面對創傷與復原。

鏡頭之外：記者的心理與平衡

長期採訪災難現場，記者不可避免地面臨極大心理壓力。雖然我沒有因此罹患創傷後壓力症候群（PTSD），但採訪過程中，因為必須維持工作狀態，往往維持極度理性與專注，此時的個人情緒是被壓抑的；直到工作結束後，整個採訪過程才會如跑馬燈一般，在眼前一一閃過，才會開始深刻體驗到「如果這些事件發生在我身上，我該如何面對？」的感受。

在真正實地的採訪過後，才更能去體會這些受災戶所面臨的人生劇變，並且更激發自己、更願意用自己的工作和能力去幫助他們。

當鏡頭轉開、觀眾離開、標題更新，災區的故事仍在進行、災禍背後的問題仍在。媒體的真正價值，不在於搶下第一條快訊，而在於有沒有勇氣與耐心，記錄那些緩慢的重建與不被看見的改變。

當目光散去時，記者的責任才真正開始。