

THEMENSPECIAL „Trauma und Journalismus“

Traumatische Ereignisse wie Unfälle, Brände oder Verbrechen gehören zum Alltag der Lokalredaktionen. Anders als die Berichterstattung über Bürgermeisterwahlen, Jubiläen oder Kulturveranstaltungen sind sie keine journalistische Routine, sondern Herausforderungen, die auch die Berichterstatter emotional nicht unberührt lassen. Journalisten, Fotografen und Kameraleute sehen Bilder, die im Kopf und in der Seele hängen bleiben. Während Sanitäter, Feuerwehrleute oder Polizisten inzwischen routinemäßig betreut werden, wächst erst langsam die Erkenntnis, dass auch Medienleute Hilfen nötig haben könnten. Für ihre Arbeit ist es wichtig, dass sie wissen, was in Kopf und Körper geschehen kann, und wie man sich davor schützt.

Das Themenspecial erläutert, wo die Probleme und Risiken liegen, stellt spezifische Erkenntnisse aus der Psychologie dar, zeigt positive Beispiele auf, stellt Fakten und Beispiele vor.

Ihre Ergänzungen und Hinweise nehmen wir gern auf:
Mail an info@initiative-tageszeitung.de genügt.

Inhalt:

1. [Die wichtigsten Thesen](#)
2. [Die Fakten](#)
3. [Beispiele aus der Praxis](#)
4. [Tipps für die Redaktion](#)
5. [Links und Literatur](#)
6. [Sie sind gefragt](#)
7. [Vorschau](#)

1. Die wichtigsten Thesen

- Die Berichterstattung über Unglücke und traumatische Ereignisse nimmt einen Großteil in den Medien ein. Sie bestimmen die Schlagzeilen. Unfälle, Brände oder Missbrauch gehören zum Alltag der Lokalberichterstattung und zur Arbeit von Fotografen, Reportern und Redakteuren. Doch aus vielerlei Gründen bleibt oftmals keine Zeit oder keine Gelegenheit, die Erlebnisse zu verarbeiten, z. B. aus Angst, sich vor den Kollegen „bloß zu stellen“ oder die journalistische Objektivität zu verlieren.
- Der kommerzielle Druck in den Medien steigt, die Erwartung als erster die Geschichte über ein Unglück zu bringen, bzw. möglichst nah dran zu sein und mit Betroffenen zu sprechen, ist hoch. Das birgt das Risiko unüberlegt, gestresst und auch aus Unwissenheit unsensibel zu berichten.
- Sport- oder Wirtschaftsjournalisten lernen bereits im Volontariat, wie sie über Sportereignisse oder über die Börse berichten. Doch über Trauma und die Nachfolgen von Gewalt lernt man nichts, dabei ist die Wahrscheinlichkeit auch über tragische Ereignisse im Laufe seiner journalistischen Laufbahn zu berichten, hoch.
- Briefings in Traumabewusstsein sollten ein Grundbestandteil in der Standardausbildung und im Redaktionsalltag werden. Journalisten, die neu im Beruf oder im Redaktionsteam sind, sollten so früh wie möglich lernen, dass Trauma ernst genommen werden muss. Das können Informationen im Internet, Broschüren oder Faltblätter sein. Das Wichtigste aber ist, dass Kollegen und Chefredakteure natürlich und offen über Trauma sprechen und Vertrauen aufbauen, wie man damit umgeht.
- Zum Journalistischen Handwerk muss auch ein professionellerer Umgang als bisher mit traumatischen Ereignissen gehören. Im Allgemeinwissen und im journalistischen Know-how sind bisher die Erkenntnisse darüber, wie Menschen Extremsituationen psychisch verarbeiten, kaum verankert. Dabei können nicht nur unmittelbar Betroffene einer Extremsituation an einer Traumafolgestörung erkranken, sondern auch diejenigen, die das Geschehen nur mittelbar beobachten, die sekundär Traumatisierten, ähnlich wie Sanitäter, Polizisten, und Feuerwehrleute. Und dazu zählen auch Journalisten.
- Jede Situation vor Ort ist anders. Kriegsreporter wissen von vorneherein, dass sie mit Blut und Gewalt konfrontiert werden, doch tragische und furchtbare Ereignisse in der Provinz trifft den Reporter völlig unvorbereitet.

- Mitarbeitern in den Redaktionen sollten eine Liste mit Adressen und Kontakte sowie weiterführende Literatur zur Verfügung stehen. Zudem sollte der Umgang mit seelischen Belastungen und der sensible Umgang mit Opfern in externen und hausinternen Fortbildungen und Diskussionsveranstaltungen thematisiert werden.

[Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

2. Die Fakten

Ob Gewaltverbrechen, Unfälle oder Naturkatastrophen – Kriegsreporter, aber auch Lokalberichterstatter werden in ihrer Arbeit oftmals extremen Belastungen ausgesetzt. Gemeinsam mit Rettungs- oder Polizeikräften sind sie oft als Erste am Unglücksort. Doch während es für die anderen oftmals eine psychologische Vor- und Nachbetreuung gibt, bleiben Reporter, Fotografen oder Kameramänner meist sich selbst überlassen. Dabei gehört die Berichterstattung über Auto-unfälle, Kinderpornografie, Bankraub oder Selbstmorde auch für Lokalreporter zum Alltag.

Reporter und Reporterinnen haben zwar ein professionelles Verständnis ihrer Arbeit, dennoch bleiben manchmal Spuren auf der Seele zurück. Schlafstörungen, Depressionen, Beziehungsprobleme oder zunehmender Alkoholkonsum nach belastenden Berichten sind ernstzunehmende Hinweise. Für Kriegsjournalisten gibt es bislang erste Untersuchungen. Eine Studie des amerikanischen Psychiaters Anthony Feinstein ergab, dass fast 30 Prozent der befragten Kriegsberichterstatter innerhalb von 15 Jahren von posttraumatischen Belastungsstörungen, kurz PTBS, betroffen waren. Das entspricht etwa der Anzahl von traumatisierten Kriegsveteranen. In Deutschland führte die Hamburger Psychologin Frauke Theegen 1999 eine erste Studie zur psychischen Belastung von Journalisten durch. Demnach lag bei 13 Prozent der befragten Journalisten eine posttraumatische Belastungsstörung vor. Doch gezielte Untersuchungen oder weiterführende Forschungen stecken noch in den Kinderschuhen. Für Lokaljournalisten gibt es bislang keine Studien.

Im Gegensatz zu Journalisten, die anreisen, um beispielsweise über das ICE-Unglück in Eschede zu berichten, bei dem 2002 über 100 Menschen ums Leben kamen, oder den Erfurter Amoklauf 2002, bei dem ein Schüler sechzehn Menschen erschoss, und danach wieder abreisen, haben Lokalreporter eine andere Beziehung zum Ort, zu den Bewohnern und zum Geschehen.

Und manchmal hinterlassen nicht grausame plastische Bilder bleibende quälende Erinnerungen, sondern Töne, Gerüche, Geräusche oder „harmlose“ Eindrücke. Ein Lokalreporter wird mit einem Fotografen zu einem Autobahnunglück geschickt – ohne zu wissen, was ihn dort erwartet. Das Team trifft auf eine chaotische Unfallstelle und auf ein fürchterliches Bild, auf Blut und verteilte Körperparten. Eine alte Dame war von einer Brücke gesprungen,

sie hatte Selbstmord begangen. „Was mich aber nachträglich am meisten erschütterte, waren die akkurat abgestellten Hausschuhe neben einem Hocker, damit sie besser über das Gelände klettern konnte“, erinnert sich der Kollege. Noch heute verfolgen ihn diese Erinnerungen.

„Wenn es ein Unglück in der Gemeinde gab, wurden oftmals die Neulinge hingeschickt, damit die Älteren nicht hin mussten“, erzählt Rolf von Siebenthal, der 14 Jahre lang als Lokalreporter für die Basler Zeitung arbeitete. „Ich kenne keinen Kollegen, der so etwas gerne macht.“ Weil der Familienvater damals keine Hilfestellungen zum Umgang mit traumatischen Ereignissen fand, schrieb er kurzerhand selbst ein Buch („Gute Geschäfte mit dem Tod“, siehe Literatur).

In den USA haben sich viele Redaktionen diesen Verantwortlichkeiten bereits gestellt. Dort gibt es bereits seit Ende der 90er Jahre eine Stiftung. Das „Dart Centre for Trauma and Journalism“ ist ein Netzwerk von Therapeuten und Journalisten.

„Journalisten werden immer häufiger mit Tragödien konfrontiert, angefangen von Schulmassakern, den Anschlägen vom 11. September, den Verwüstungen des Hurrikans Kathrina in den USA bis zur Tsunami-Katastrophe in Südostasien oder dem jüngsten Irak-Krieg. Nichts und niemand hat uns darauf vorbereitet“, so Bruce Shapiro, der gemeinsam mit Psychologen und Journalisten das Dart Centre in Seattle gründete. Der Kriminalreporter überlebte selbst vor Jahren den Anschlag eines Amokläufers. „Das sensibilisierte mich nicht nur dafür, wie wir über tragische Erlebnisse berichten, sondern auch, wie wir mit deren Opfern umgehen.“

[Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

[3. Beispiele aus der Praxis](#)

Auch wenn dieses Beispiel nicht in erster Linie für Lokalberichtersteller gilt, so geben diese Beispiele Anregungen.

Integration in die Journalistenausbildung

Die Universität in Bournemouth hat das Thema Trauma und Journalismus in ihren Seminaren integriert. Hier lernen Studenten aus den Erfahrungen von Journalisten und erfahren anhand von Übungen in Rollenspielen, was bei einer fiktiven Situation z. B. einem Terroranschlag in der Stadt mit dem eigenen Verhalten passiert und wie man sich Opfern annähert.

Austausch durch Information

Das „Dart Centre for Trauma and Journalism“ stellt auf seiner Internetseite vielfältige Informationen zur Verfügung, in der Journalisten, Opfer und andere Beteiligte Erfahrungen und Informationen austauschen und „Best practices“, also sinnvolle und erprobte Anleitungen zur Verfügung stellen – z. B. über den Umgang mit einer Berichterstattung zu Jahresgedenken, wie beim Schulmassaker 1999 in Littleton, Colorado, bei dem zwölf Menschen ums Leben kamen - „Reporting Columbine“. Die mehrteilige Serie berichtet und reflektiert über die Erfahrungen von Journalisten, Opfern und Traumatherapeuten.

http://www.dartcenter.org/articles/special_features/columbine.html

Übungen anhand von Rollenspielen

In Deutschland fand Ende 2006 erstmals ein Workshop dazu statt. Die Zentrale Aus- und Fortbildung von ARD und ZDF („zfp“ – heute „ARD-ZDF medienakademie“) veranstaltete in Kooperation mit dem Dart Centre ein zweitägiges Seminar, bei dem ebenfalls mit Schauspielern eine bedrohliche Situation wiedergegeben wurde.

Unterstützung innerhalb eines Redaktionsteams

Das ZDF hat nach der Tsunami-Katastrophe eine psychologische Nachsorge für seine Mitarbeiter organisiert. Mitglieder innerhalb eines Teams erhalten eine Schulung, um als vertrauliche Ansprechpartner für die eigenen Kollegen zu fungieren. Auch die BBC hat Traumafortbildungen für Chefredakteure implementiert. [Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

4. Tipps für die Redaktion

Wie kann man sich schützen?

Einen „Masterplan“ wie man sich gegen die Folgen von traumatischen Ereignissen schützen kann, gibt es nicht. Sie gehören zum Alltag der journalistischen Berichterstattung. Folgende Überlegungen können sehr hilfreich sein, damit sie nicht chronisch werden und seelisch krank machen.

- Ob ein Mensch nach dem Erleben eines traumatischen Ereignisses traumatisiert ist, hängt von unterschiedlichen Bedingungen ab. So kann es vorkommen, dass ein schreibender Kollege die Erlebnisse relativ gut verarbeitet und das Schreiben selbst eine positive Verarbeitung darstellt. Ein Fotograf aber, der ungefiltert und ständig Szenen abbildet, kann diese nach Wochen und Monaten vielleicht nicht vergessen. Seien Sie sich bewusst, dass Sie unter Umständen schreckliches sehen werden.

- Auch wenn Sie betroffen reagieren, nicht jedes Ereignis führt zu einer „psychischen Störung“ oder zum posttraumatischen Belastungssyndrom (PTSD). Sie äußern sich z.B. durch Symptome wie Schlafstörungen und Alpträume, verstärkten Alkoholkonsum, Nervosität, wiederkehrendes Durchleben des Ereignisses. Wenn diese Stresssymptome noch nach Wochen anhalten, suchen Sie professionelle Hilfe auf.
- Nicht die Schwäche oder Stärke eines Menschen korreliert mit der Wahrscheinlichkeit, an Trauma-Folgestörungen zu erkranken, sondern die Unterstützung bei der Verarbeitung durch das soziale Umfeld der Familie und/oder am Arbeitsplatz. Daher ist es ganz besonders wichtig, dass Ängste und Zweifel der Kollegen, vertraulich in der Redaktion besprochen, nicht ignoriert oder totgeschwiegen werden.
- Redaktionsleiter sollten sich diesem Aspekt der Berichterstattung und der Arbeitsbelastung ganz besonders bewusst sein. Unsensibles Reagieren wie die Planung eines sofort folgenden Termins oder das Nichtnachfragen verstärkt die Symptomatik nur. Bauen Sie Vertrauen auf und nehmen Sie Ihre Mitarbeiter ernst. Falls es möglich und gewünscht ist, geben Sie den Redaktionsmitgliedern, die gerade über ein großes und schreckliches Ereignis berichtet haben, eine Auszeit.
- Seien Sie sich bewusst, dass auch Bildredakteure, die ständig mit den eingehenden Bildern konfrontiert werden, traumatisch belastet werden können, auch wenn sie nicht vor Ort waren.
- Falls ein Fotograf und ein Reporter gemeinsam berichten, üben Sie Sorgfalt in der Teamzusammensetzung.

[Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

Der Umgang mit den Opfern

Nicht immer wird auf die Gefühle von Opfern Rücksicht genommen. Eine unsensible Berichterstattung kann traumatische Erlebnisse noch verschlimmern, indem die Personen die erlebte Situation abermals durchmachen. Dennoch ist es wichtig, dass Medien darüber berichten. Sie spielen schließlich eine wichtige Rolle in der Aufklärung und in der Verarbeitung des Geschehens. Doch wie spricht man potentiell Traumatisierte an? Woran erkenne ich, ob eine Person schwer traumatisiert ist? Einige Punkte, angelehnt an die Philosophie des Dart Centres - „Do no harm“ - können dabei helfen.

- Holen Sie sich die ausdrückliche Zustimmung zum Interview ein, überrumpeln Sie das Opfer nicht einfach ungefragt. Behandeln Sie Betroffene mit Respekt und akzeptieren Sie ein „Nein“. Geben Sie der Person auch die Möglichkeit, Sie zu kontaktieren und hinterlassen Sie Ihre Karte. Manchmal ist es besser, schriftlich Kontakt aufzunehmen. Betroffene brauchen Zeit, bevor sie sich öffnen.
- Führen Sie ihr Gespräch möglichst nicht unmittelbar am Ort des Geschehens, des Unglücks, der Katastrophe, z. B. nicht neben einem Rettungswagen mit laufender Sirene. Finden Sie einen geschützten Raum, in dem sich Ihr Interviewpartner wohl fühlt. Und akzeptieren Sie Begleitpersonen, wenn sich Ihr Gesprächspartner so sicherer fühlt.
- Stellen Sie sich und ggf. begleitende Kollegen vor. Machen Sie immer deutlich, für wen Sie arbeiten, wie lange Sie sprechen möchten, besprechen Sie den Ablauf des Interviews und beziehen Sie den Betroffenen mit ein.
- Bleiben Sie möglichst objektiv in Ihren Fragestellungen und vermeiden Sie Fragen wie: „Wie geht es Ihnen jetzt?“ oder „Ich weiß, wie Sie sich fühlen“ (denn das wissen Sie nicht). Damit wühlen Sie das Erlebte nur auf. Konzentrieren Sie sich auf eine Struktur, und benutzen Sie behutsam die W-Fragen (Wer, was, wo, wie, wann etc.). Hilfreich sind Fragestellungen wie: „Wie war das damals für Sie? Was haben Sie dann und danach gefühlt?“ Das objektiviert die Situation für die Beteiligten, die unter Umständen verwirrt und abwesend wirken und holt sie in die Gegenwart zurück.
- Auf keinen Fall das Erlebte in Frage stellen, das kann demütigend sein, die Situation nur noch verschlimmern und Schuldgefühle auslösen.
- Stellen Sie sich vor, dass Sie in dieser Notlage wären. Fragen Sie nichts, was Sie nicht auch selbst beantworten würden.
- Manchmal helfen auch einfache Dinge. Halten Sie Taschentücher bereit oder reichen Sie Wasser. Fragen Sie auch, ob Sie etwas tun können oder ob Sie jemanden informieren sollen. Sie sind Journalist, aber in erster Linie auch Mensch.
- Prüfen Sie nach, ob Sie die Namen der Interviewten Personen richtig notiert und wiedergegeben haben. Falsche Schreibweisen oder ein unkorrektes Zitat können besonders verletzen.

- Versichern Sie sich während des Interviews, dass Sie das Gesagte richtig verstanden haben. Paraphrasieren und wiederholen Sie das Gesagte, denn Menschen, die gerade etwas Schreckliches erfahren haben, üben oftmals keine Kontrolle über das Gesagte aus.
- Besprechen Sie Fotos und verwenden Sie keine entwürdigenden Bilder.

[Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

5. Links und Literatur

Links

- www.dartcentre.org – Das „Dart Center for Trauma and Journalism“ mit Sitz in Seattle bietet eine profunde Webseite mit vielen Erfahrungsberichten, Anleitungen, Tipps und Ratschlägen und fördert den Dialog zwischen Therapeuten und Journalisten. Sie veranstalten weltweit Seminare. Auch in Deutschland formiert sich ein solches Netzwerk. Mehr unter: www.dartcentre.org/german
- www.degpt.de - Die „Deutschsprachige Gesellschaft für Psychotraumatologie e.V.“ ist eine wissenschaftliche Fachgesellschaft und veranstaltet im Rahmen ihrer Jahreskonferenz vom 10. bis zum 13. Mai 2007 in Hamburg verschiedene Veranstaltungen über das Thema Trauma und Journalismus in Kooperation mit dem Dart Centre. Mehr zu der Tagung „Alles Traumafolgen - alles Posttraumatische Belastungsstörungen oder was?“ finden Sie hier: http://www.schoen-kliniken.de/Kliniken/Med_Psychosomatische_Klinik_Bad_Bramstedt/Aktuelles/News.htm?Menue=menue_kliniken&Knoten=41_49_50
- „International Society for Traumatic stress studies“. Das Netzwerk internationaler Therapeuten beschäftigt sich auch mit den emotionalen Belastungen von Journalisten und arbeitet eng mit dem Dart Centre zusammen. <http://www.istss.org/>
- www.fee-rojas.de – Webseite der Therapeutin und Trainerin Fee Rojas, die in Kooperation mit dem Dart Centre auch in Deutschland Workshops und Fortbildungen gibt

Literatur

- Emcke, Carolin (2004): Von den Kriegen – Briefe an Freunde, Frankfurt/Main: Fischer
- Feinstein, Anthony (2006): "Journalists under Fire. The psychological Hazards of War". J. Hopkins University Press (Neuaufgabe)
- Herman, Judith (2003): Die Narben der Gewalt – Traumatische Erlebnisse verstehen und überwinden. Paderborn: Junfermann Verlag
- Siebenthal von, Rolf (2003): Gute Geschäfte mit dem Tod – Wie die Medien mit den Opfern von Katastrophen umgehen. Basel: Opinio Verlag.
- Teegen, F./ Grotwinkel, M. (2001): Traumatische Erfahrungen und Posttraumatische Belastungsstörungen bei Journalisten. Internetbasierte Studie. In: Psychotherapeut 46/2001, S. 169-175.
- Pfeil, Ulrike (24.05.2006): Der plötzliche Tod nach glücklichen Tagen. In: Schwäbisches Tagblatt

[Zurück zur Inhaltsübersicht](#)

6. Sie sind gefragt !

Wie hat Ihnen dieses Special gefallen? Oder kennen Sie einen Link, ein Beispiel, einen Beitrag, der unbedingt mit aufgenommen werden sollte? Wir freuen uns über Kommentare, Ergänzungen und Kritik – per E-Mail oder Telefon. Sie können auch das Feedback-Formular auf unserer Internetseite nutzen: www.initiative-tageszeitung.de – Menüpunkt Feedback.

7. Vorschau

Das nächste Special der Initiative Tageszeitung erscheint Ende April.

Stand: März 2007

Autorin: Petra Tabeling, freie Journalistin und Dart-Mitarbeiterin

email: petra_tabeling@yahoo.de,

Herausgeberin: ITZ - Initiative Tageszeitung e.V.