

Traumatisierung am Arbeitsplatz

Über die Auswirkung traumatischer Erlebnisse bei Journalistinnen und Journalisten

Andrea C. Hoffmann

Online publiziert: 8. Juli 2020
© The Editors of the Journal 2020

Zusammenfassung Journalistinnen und Journalisten sehen sich im Zuge ihrer Berufsausübung mit verstörenden Eindrücken konfrontiert. Diese Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit durch Stressoren kann journalistische Wahrnehmungs- und Selektionsprozesse beeinflussen und ist daher als Forschungsthema für die Kommunikationswissenschaft relevant. Mit einer Befragung von $n = 68$ Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurden die Folgen traumatischer Erlebnisse für Journalistinnen und Journalisten untersucht. Dabei wurden verschiedene psychologische Testverfahren wie der WHO-5-Wohlbefindens-Index, der Impact-of-Event-Scale Revised u. a. verwendet. Ein wichtiger Befund ist die mangelnde soziale Unterstützung durch Vorgesetzte und Kollegen in den Medienunternehmen, was die von traumatischen Erlebnissen betroffenen Vertreter der Berufsgruppe als zusätzlich belastend empfinden. Auch genderspezifische Unterschiede bei der Verarbeitung konnten festgestellt werden.

Schlüsselwörter Traumafolgestörung · PTBS · Journalistischer Arbeitsplatz · Stress · Soziale Unterstützung

Dr. A. C. Hoffmann (✉)
Wrangelstraße 27, 10997 Berlin, Deutschland
E-Mail: andrea-claudia.hoffmann@tu-ilmenau.de

Traumatization at the workplace

The impact of traumatic exposure on journalists

Abstract Journalists are confronted with disturbing impressions in the course of their professional practice. They may see human suffering or witness situations in which people experience physical harm, sometimes they even put themselves in danger. In fact, the vast majority of journalists encounters stressors during their work, which can be classified as potentially traumatizing.

Such exposure can cause psychological impairment and in particularly severe cases traumatic stress disorder (PTSD), which occurs as a delayed reaction to the traumatic experience when individual coping mechanisms fail. According to the psychological classification systems DSM IV and ICD-10, symptoms of re-experiencing or flashbacks as well as avoidance symptoms are typical of PTSD.

This possibility is also highly relevant for communication science. For if journalists are psychologically impaired by their work or develop PTSD, this will have an impact on their future work. The research question therefore was to what extent journalists are exposed to potentially traumatic stressors and how this effects their mental health.

Method. A convenience sample of 68 German journalists working for print and online publications as well as for radio and television stations were interviewed ($n=68$), the selection of which was made through the university's and personal contacts to newsrooms.

Various psychological testing methods were used. The construct of mental well-being was measured by the Well-Being Index of the World Health Organization. The traumatization of journalists on the other hand, i.e., the occurrence of PTSD (ICD-10) was operationalized according to a questionnaire item by Hatanaka et al.

Applying the Impact of Event Scale Revised the participants were asked to assess the severity of their traumatic experience focusing. Furthermore, the social support both at work and at home as experienced by the person affected by the traumatic event were inquired about.

Hypotheses. H1, H2, and H5 focus on identifying gender-specific differences in the probability of occurrence of traumatic experiences. H3 and H4 address the time dimension of the healing process of trauma. H6, H7, and H8 focus on the question whether affected journalists receive social support.

Findings. 28% of the participants reported to have had work-related traumatic experiences, both male and female journalists were affected. Although the affected female journalists outnumbered male journalists, these differences did not proof to be significant when tested with a chi-square test ($d f=1$; exact 1-sided significance=0.406).

Asked about the negative impact of the traumatic experience on their psychological well-being immediately after the event, female journalists had a mean value of 3.9 (standard deviation=1.85) on a scale of 0 (no impact) to 6 (major impact). Male journalists had a mean value of 3.5 (standard deviation=1.38). Both male and female journalists also stated, to be affected by the past traumatic event in the present: Female participants had a mean value of 1.00 (standard deviation=0.94) and male participants had a mean value of 1.83 (standard deviation=1.17).

Even severe traumas diminish with time passing. When asked about the current effects of the past traumatic event on psychological well-being, female journalists scored lower than male journalists, which suggests that they might be better at integrating their traumatic experiences.

Traumatic experiences do, however, seem to influence journalists' overall well-being: Female journalists without traumatic experience have a mean value of 2.72 (standard deviation=0.68) on the WHO 5-Well-Being Scale, compared to female journalists with a traumatic experience, who have a mean value of 2.33 (standard deviation=0.95). Male journalists without a traumatic experience have a mean value of 3.13 (standard deviation=0.81) compared to female journalists with trauma experience, who have a mean value of 2.71 (standard deviation=1.30).

Social support is an important resource in terms of resilience. The study revealed, however, that journalists who have had traumatic experiences receive little support from their superiors. Female journalists have a mean value of 1.30 (standard deviation=0.68) and male journalists have an even lower mean value of 2.00 (standard deviation=2.45).

Journalists do, however, receive support from their colleagues. Female journalists receive greater support (mean value=3.78; standard deviation=2.49). Male journalists, on the other hand, receive only slightly more support from their colleagues (mean value=2.67; standard deviation=2.66) than from their supervisors. For both male and female journalists the main social support comes from their families: The mean value for female participants was 3.78 (standard deviation=2.59), for male participants it was slightly higher at 3.33 (standard deviation=2.94).

Discussion. The findings show that traumatic experiences are no exception in journalism. Men and women are equally exposed to them resulting in an impairment of their mental health. However, women journalists proved to be slightly better at recovering from them. They also receive more support from their colleagues than men, which could be an important factor influencing their recovery.

A lack of support for traumatized journalists by media companies has already been identified in earlier studies and can be confirmed here. This is particularly significant because the perceived recognition or non-recognition by colleagues and superiors is the decisive risk or resilience factor that determines whether or not PTSD develops. The author suggests that more institutionalized care for traumatized journalists would be beneficial.

Keywords Trauma disorders · PTSD · Journalistic workplace · Stress · Social support

1 Einleitung

Um dem öffentlichen Informationsinteresse gerecht zu werden, müssen Journalistinnen und Journalisten über eine große Bandbreite von Ereignissen berichten (vgl. Maurer und Reinemann 2006), von denen einige psychisch schwer zu verarbeiten sind (vgl. Hoeiby und Ottosen 2017), etwa Verkehrsunfälle, Naturkatastrophen oder kriminelle Delikte wie Mord und Vergewaltigungen. Oft sind sie auch mit mensch-

lichem Leid konfrontiert (vgl. Bolton 2015), werden Zeugen von Situationen, in denen Menschen physische oder psychische Schmerzen erfahren, und interviewen die betroffenen Personen. Manchmal geraten sie dabei sogar selbst in Gefahr, insbesondere in Kriegs- und Krisensituationen (vgl. Löffelholz et al. 2008; Richter 1999).

Die Mehrheit der Berufsvertreterinnen und -vertreter kommt während der Arbeit mit „Stressoren“ in Berührung, die als potentiell traumatisierend einzustufen sind (vgl. Dworznik 2011; Newman et al. 2003; Pyevich et al. 2003; Smith 2008; Teegen und Grotwinkel 2001). Solchen potentiell traumatisierenden Stressoren ausgesetzt zu sein geht nicht spurlos an den Betroffenen vorbei, sondern kann zu psychischen Beeinträchtigungen führen, in besonders schweren Fällen zur Ausbildung einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) (vgl. Javidi und Yadollahie 2012, S. 2–9), und damit möglicherweise journalistische Entscheidungen etwa bei der Nachrichtenauswahl und deren journalistischer Verarbeitung beeinflussen (vgl. Donsbach 2004).

Eine PTBS tritt als verzögerte Reaktion auf das traumatische Erleben auf, wenn die subjektiven Bewältigungsmöglichkeiten des oder der Betroffenen versagen und sich Gefühle wie Hilflosigkeit, Angst und Kontrollverlust einstellen. Gemäß den psychologischen Klassifizierungssystemen DSM V (2013, S. 271) und ICD-10 (2019) sind Symptome des Wiedererlebens, die sich den Betroffenen in Form von Erinnerungen an das traumatische Ereignis, Tagträumen oder Flashbacks aufdrängen, typisch für eine PTBS. Das Gegenstück dazu sind Vermeidungssymptome: emotionale Stumpfheit, Gleichgültigkeit und Teilnahmslosigkeit gegenüber anderen Menschen sowie aktive Vermeidung von Situationen, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen könnten. Häufig kommt ein Zustand vegetativer Übererregtheit hinzu, der sich in Form von Schlafstörungen, Reizbarkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, erhöhter Wachsamkeit oder ausgeprägter Schreckhaftigkeit äußert. Charakteristisch ist auch, dass Teile des traumatischen Erlebnisses nicht mehr vollständig erinnert werden (vgl. ICD-10-GM-2019; Hecker und Maercker 2015, S. 549).

Das neue Klassifizierungssystem ICD-11, das zum Zeitpunkt der Publikation noch nicht als Diagnoseinstrument zugelassen war, soll neben der klassischen PTBS zudem die komplexe posttraumatische Belastungsstörung (KPTBS) aufgenommen werden. Diese tritt als Folge von sich wiederholenden traumatischen Ereignissen auf, wie sie im journalistischen Beruf ebenfalls vorkommen können. Sie ist neben den für eine PTBS typischen Symptomen durch Affektregulationsstörungen, negative Selbstwahrnehmung und Beziehungsstörungen gekennzeichnet (vgl. Hecker und Maercker 2015, S. 552).

Auch sekundärer traumatischer Stress kann psychische Belastungsreaktionen hervorrufen. Darunter fallen nach Stamm (1995, 2002) Verhaltensweisen und Emotionen, die durch das Wissen entstehen, dass ein anderer Mensch ein Trauma erlebt hat. Somit ist sekundäre Traumatisierung eine Traumatisierung von Menschen, die mit den primären Trauma-Opfern in Kontakt sind, wie es bei Journalistinnen und Journalisten oft vorkommt. Die sekundäre traumatische Belastungsstörung (Secondary Traumatic Stress-Disorder) fällt nach dem DSM V (2013, S. 271) unter die posttraumatische Belastungsstörung und wirkt pathologisierend (vgl. Lemke 2006; Pinchevski 2015, S. 52). Sie wurde auch bei Journalistinnen und Journalisten, die nicht direkt am Schauplatz einer Katastrophe tätig, aber in die Berichterstattung über

sie eingebunden waren, bereits nachgewiesen (vgl. Backholm und Björkquist 2010, S. 181).

Der skizzierte Zusammenhang zwischen einer Exposition gegenüber potentiell traumatisierenden Stressoren und einer Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit (vgl. Bower 2002; Matloff 2004; Osofsky et al. 2005; Wittchen et al. 2012) ist auch für die Kommunikationswissenschaft relevant. Denn wenn Journalistinnen und Journalisten in Folge ihrer Berufsausübung psychisch beeinträchtigt werden oder gar eine PTBS oder KPTBS ausbilden, ist zu vermuten, dass sich dies auf ihre zukünftige Arbeit auswirkt. So könnten beispielsweise Wahrnehmungs- und Selektionsprozesse beeinflusst werden, wenn Journalistinnen und Journalisten Vermeidungstendenzen entwickeln. Solche Verzerrungen aufgrund individueller Vorerfahrungen werden bei der Beschreibung von Einflussfaktoren auf das journalistische Gatekeeping bislang jedoch nicht explizit berücksichtigt (vgl. Shoemaker und Vos 2009), so etwa in dem in der empirischen Journalismusforschung häufig zitierten Modell hierarchischer Einflüsse auf die Selektion von Nachrichten (vgl. Shoemaker und Reese 2014).

Ähnlich konstruierte Weischenberg das „Zwiebel-Modell“, in dessen Kern er die Medienakteure ansiedelt (vgl. Weischenberg 1992, S. 68). Wie die vier Schalen der Zwiebel bzw. die fünf Ebenen im Modell hierarchischer Einflüsse miteinander verknüpft sein sollen, wird theoretisch allerdings nur unzureichend bestimmt (vgl. Löffelholz 2016, S. 45–47). Implizit liegt diesen Überlegungen stets eine Top-down-Perspektive zugrunde, wonach systemische Strukturen individuelles Handeln präformieren. Neuere Journalismustheorien stützen sich zwar auf sozialintegrative Ansätze, die von einer Wechselbeziehung von Handlung und Struktur ausgehen (vgl. Löffelholz und Rothenberger 2016, S. 265–279), auch diese beziehen die psychische Verfasstheit von Journalistinnen und Journalisten jedoch nicht explizit in ihre theoretischen Grundannahmen ein. So wird in einem neueren Ansatz zur alltagsrationalen Nachrichtenauswahl darauf verwiesen, dass bisher nicht geklärt sei, „unter welchen Bedingungen Journalisten alltagsrational oder nutzenrational Selektionsentscheidungen treffen“ (Engelmann 2016, S. 469).

In der Kommunikatorforschung finden sich insofern interessante Anknüpfungspunkte, die empirisch bislang jedoch kaum aufgegriffen worden sind. Dazu zählt insbesondere die Frage, inwiefern psychische Beeinträchtigungen von Journalistinnen und Journalisten die Kommunikation innerhalb von Redaktionen und Medienorganisationen beeinflussen – und wie sich dies auf redaktionelle Entscheidungen, etwa bei der Nachrichtenauswahl und -verarbeitung, und somit auf journalistische Produkte auswirkt. Generell spielt die psychische Gesundheit von Journalistinnen und Journalisten sowie deren Beeinträchtigung durch die journalistische Arbeit bislang kaum eine Rolle in der Kommunikationswissenschaft. Das gilt auch für Ansätze, in denen psychische Aspekte des journalistischen Handelns explizit angesprochen werden. So verweist Donsbach (2004) ausdrücklich auf die Bedeutung kognitiver, physischer und affektiver Faktoren für die Nachrichtenauswahl, ohne jedoch auf die psychische Gesundheit und Belastbarkeit von Journalistinnen und Journalisten einzugehen.

Im speziellen Forschungsfeld der Kriegs- und Krisenkommunikation (vgl. Löffelholz et al. 2008) finden sich immerhin einige Studien, in denen die psychischen Folgen von Kriegs- und Kriseneinsätzen für Reporterinnen und Reporter analysiert

werden (vgl. als Überblick Smith et al. 2015). Den Untersuchungen zufolge empfinden sie im Kriegs- oder Kriseneinsatz die Exposition gegenüber traumatischen Stressoren als belastend (vgl. z. B. Richter 1999, S. 172–177). Morales et al. (2012, S. 7) konnten zeigen, dass 35 % der 100 Journalisten, die über den mexikanischen Drogenkrieg berichteten, eine PTBS ausbildeten. Zu ähnlichen Ergebnissen kommen Morales et al. (2014, S. 177), die 140 mexikanische Journalisten untersuchten, von denen 34 % eine PTBS ausgebildet hatten. Feinstein und Owen (2002, S. 306) konnten eine Quote von knapp 20 % PTBS unter Kriegsjournalisten nachweisen. Lokalreporter und Fotografen, die über Autounfälle, Morde oder Brände berichten, weisen ebenfalls einen signifikant höheren Anteil von Symptomen einer posttraumatischen Stressreaktion als Vergleichsgruppen auf (vgl. Freinkel et al. 1994; Marais und Stuart 2005; McMahon 2001; Newman et al. 2003; Pyevich et al. 2003; Simpson und Boggs 1999).

Mit ihrer Beschränkung auf Reporter und Reporterinnen im Kriegs- oder Kriseneinsatz greifen diese Studien jedoch zu kurz. Denn wie Weidmann und Papsdorf (2010, S. 270), Backholm und Björkquist (2010, S. 181) sowie Simpson und Coté (2006, S. 43–45) zeigen konnten, kommen Journalistinnen und Journalisten auch innerhalb von Redaktionen mit traumatischen Stressoren in Berührung, die zu psychischen Beeinträchtigungen und im schlimmsten Fall zu sekundären traumatischen Belastungsstörungen führen können.

Als belastend empfinden Journalistinnen und Journalisten außerdem die erwarteten oder tatsächlichen Reaktionen von Leserinnen und Lesern auf ihre Beiträge: Insbesondere bei der Kommentierung von Online-Beiträgen kommt es teilweise zu beleidigendem Feedback, das zu einem sogenannten Shitstorm anschwellen kann (vgl. Preuß et al. 2017, S. 3; Obermaier et al. 2018; Post und Kepplinger 2019). Insbesondere Journalistinnen tendieren deshalb zu Vermeidungsstrategien (vgl. Adams 2018; Chen et al. 2018; Stahel und Schoen 2019) und verschweigen zum Beispiel ihr Geschlecht, kommentieren weniger oder schränken die Themenwahl ein.

Es stellt sich daher die Frage, inwieweit die Berufsgruppe der Journalistinnen und Journalisten insgesamt mit potentiell traumatischen Stressoren in Berührung kommt und welche Auswirkung dies auf ihre psychische Gesundheit hat. Berücksichtigt werden müssen dabei die sehr verschiedenen Arbeitskontexte und Tätigkeiten in den unterschiedlichen Mediengattungen und im redaktionellen sowie außerredaktionellen Umfeld.

2 Methode

2.1 Erhebungsverfahren

Mit einem standardisierten Fragebogen wurden deutsche Journalistinnen und Journalisten befragt, die für Print-Publikationen oder im Online-Bereich sowie für Ra-

dio- und Fernsehstationen arbeiten ($n = 68$)¹. Zu ihnen gehörten sowohl redaktionell verankerte als auch freischaffende Journalistinnen und Journalisten.

Es handelt sich um eine willkürliche Stichprobe (*convenience sampling*); die Auswahl erfolgte über universitäre² und persönliche Kontakte in den Redaktionen. Einige Befragungsteilnehmer wurden zudem über den Verein für Krisenjournalisten und -journalistinnen Vjaak sowie das Netzwerk Weltreporter rekrutiert. Die Erhebung erstreckte sich über einen Zeitraum von vier Monaten. Die Fragebögen wurden per Email verschickt. Da nicht exakt zu ermitteln war, wie viele Journalistinnen und Journalisten über die Verbände erreicht wurden, verzichtet die Autorin auf die Berechnung einer Rücklaufquote.

2.2 Fragebogen

Der Fragebogen berücksichtigt unterschiedliche journalistische Arbeitskontexte, um zu klären, inwieweit Journalistinnen und Journalisten dort mit traumatischen Stressoren in Berührung kommen. Zudem erfasst er die Auswirkungen dieser Stressoren auf die psychische Gesundheit der befragten Journalistinnen und Journalisten. Dafür werden sinnvollerweise primär psychologische Konstrukte mit den entsprechenden empirisch gut erprobten Testverfahren herangezogen.

Zentral ist in diesem Kontext das Konstrukt der psychischen Gesundheit, das ein Kontinuum beschreibt – von guter psychischer Gesundheit und damit einhergehendem psychischem Wohlbefinden auf der positiven Seite bis zu psychischen Beeinträchtigungen und Erkrankungen sowie damit einhergehendem Unwohlsein auf der negativen Seite. Nach der Weltgesundheitsorganisation (WHO 1998a) bildet die psychische Gesundheit einen Teil des allgemeinen Gesundheitsbegriffs, den sie in ihrer Satzung als „Zustand vollständigen physischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur als Freisein von Krankheit und Gebrechen“ (WHO 1998a, S. 1) definiert.

Messbar gemacht wurde das Konstrukt des psychischen Wohlbefindens, also die positive Seite des Kontinuums, mit dem Lebensqualität-Index³ (Well-Being-Scale) der Weltgesundheitsorganisation (vgl. WHO 1998b), der empirisch sehr gut erprobt ist. Wortlaut, Normwerte und Gütekriterien der deutschsprachigen Version sind abgedruckt in Brähler et al. (2007). Eine Testhalbierungsreliabilität von 0,87 spricht für eine hohe interne Konsistenz der Skala, und die Trennschärfe von 0,75 bis 0,82 erlaubt eine genaue Unterscheidung zwischen psychisch erkrankten und gesunden Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmern. Sie ist insofern für die hier untersuchte Stichprobe journalistisch tätiger Personen geeignet.

Auf der anderen Seite des beschriebenen Kontinuums steht die Traumatisierung von Journalistinnen und Journalisten, also die Ausbildung der oben beschriebenen

¹ Der ursprüngliche Datensatz bestand aus 72 Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmern. Jedoch wiesen vier Teilnehmer/innen Lücken bei der Beantwortung relevanter Items auf und wurden aus der Analyse ausgeschlossen.

² Die Autorin hat die Studie aus eigenen Mitteln finanziert. Ein Teil der Erhebung erfolgte im Rahmen einer Lehrveranstaltung an der TU Ilmenau.

³ Beispiel für die erhobenen Skalen: „In den letzten zwei Wochen war ich froh und guter Laune“ (Rating: „Die ganze Zeit“ bis „Zu keinem Zeitpunkt“).

PTBS oder KPTBS. Das Erleben und wiederholte Erleben von extremen Stress im redaktionellen Alltag, wie insbesondere die Konfrontation mit Tod, Verletzung oder Gewalt, kann zu diesem Krankheitsbild führen (vgl. DSM-5; ICD-10). Dies kann sowohl durch die direkte Konfrontation bei der Recherche als auch in vermittelter Form durch die Zeugenschaft anderer bei der redaktionellen Bearbeitung von Themen geschehen. Operationalisiert wurde das Vorhandensein einer Traumatisierung nach den Fragebogen-Items von Hatanaka et al. (2010). Diese beziehen sich sowohl auf mögliche traumatische Erlebnisse während einer Reportertätigkeit als auch auf mögliche traumatische Erfahrungen während der redaktionellen Arbeit, worauf Weidmann und Papsdorf (2010), Backholm und Björkquist (2010) oder Simpson und Coté (2006) hinweisen.

Mit Hilfe der „Impact of Event Scale Revised“ (vgl. Weiss 2007) wurden die befragten Journalistinnen und Journalisten gebeten, die Schwere ihres jeweiligen traumatischen Erlebens selbst einzuschätzen. Die Fragen, die in dieser Skala verwendet werden, konzentrieren sich insbesondere auf die psychometrischen Eigenschaften für die Bewertung von PTBS. Diese umfassen drei zentrale Komponenten traumatischer Erfahrungen: Intrusion, Vermeidung und Übererregung (vgl. Weiss 2007). Die Skala verfügt mit einer Test-Retest-Reliabilität von 0,89 bis 0,94 über eine hohe Messgenauigkeit und mit einem Cronbachs Alpha-Intervall von 0,87–0,94 über eine gute interne Konsistenz.

Neben den positiven und negativen Extremen im Kontinuum der psychischen Gesundheit gibt es weitere Einflussfaktoren, die der psychischen Gesundheit von Journalistinnen und Journalisten zu- oder abträglich sein können und die als Indizien zur Beschreibung ihrer psychischen Allgemeinverfasstheit in Bezug auf die redaktionelle Arbeitssituation verwendet wurden. Darüber hinaus wurden weitere Stressoren erhoben, die am redaktionellen Arbeitsplatz wirken und das Wohlbefinden von Medienakteuren negativ beeinflussen können. Diese sind u. a. aus Lohmann-Haislahs (2012) Stressreport abgeleitet, der psychische Anforderungen und Ressourcen erhebt.

Außerdem wurde nach der sozialen Unterstützung gefragt, die Journalistinnen und Journalisten nach der Exposition gegenüber traumatischen Stressoren erfahren. Denn die Unterstützung oder Nicht-Unterstützung in der Redaktion oder anderen (etwa familiären) Bezugsgruppen kann einen entscheidenden Einfluss auf das Entstehen oder Nicht-Entstehen einer Traumafolgestörung nach einem traumatischen Erlebnis haben (vgl. Brewin et al. 2000; Beam und Spratt 2009, S. 421). Dabei war zwischen der Unterstützung innerhalb der Medienorganisation (Kollegen/Kolleginnen sowie Vorgesetzte) und der Unterstützung im privaten Umfeld zu unterscheiden.

Sämtliche verwendeten Skalen und Tests genügen den Gütekriterien der Reliabilität, Validität und Objektivität. Die Daten wurden gemäß den gängigen Verfahren der Inferenzstatistik SPSS-gestützt ausgewertet.

2.3 Hypothesen

In der kommunikationswissenschaftlichen Forschung gibt es Hinweise, dass weibliche und männliche Medienschaffende auf berufliche Stressoren in unterschiedlicher Weise reagieren (vgl. Adams 2018; Byerly 2013; Chen et al. 2018; Klaus

und Kirchhoff 2016; Stahel und Schoen 2019). Deshalb legt die Studie Wert auf das Herausarbeiten möglicher genderspezifischer Unterschiede bei der Auftretenswahrscheinlichkeit traumatischer Erlebnisse, deren weitere Verarbeitung sowie ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Journalistinnen und Journalisten (H1, H2, H5).

Vorstudien der Autorin lieferten zudem Hinweise, dass unterschiedliche Arten von traumatischen Erlebnissen unterschiedlich schwer zu verarbeiten sind. Noch entscheidender als die Art und der Schweregrad des Ereignisses sind jedoch dessen begleitende Umstände, etwa das zeitgleiche Auftreten von weiteren Stressoren (vgl. Hoffmann und Zimmermann 2019, S. 74). Zu klären war daher einerseits die zeitliche Dimension der Verarbeitung von traumatischen Erlebnissen und andererseits die Frage, inwieweit diese (allein) von der Schwere des traumatischen Ereignisses abhängt oder auch von anderen Einflussfaktoren wie den oben beschriebenen Stressoren, die im redaktionellen Umfeld wirken und – neben anderen psychischen Faktoren (vgl. Donsbach 2004) – journalistische Entscheidungen möglicherweise beeinflussen (H3, H4).

Nach dem Modell hierarchischer Einflüsse (vgl. Shoemaker und Reese 2014) wird journalistisches Handeln durch gesellschaftliche und medienorganisatorische Strukturen sowie durch die Prädispositionen der handelnden Medienakteure beeinflusst. Gleichzeitig wissen wir aus der psychologischen Forschung, dass das soziale Umfeld und die erlebte soziale Unterstützung eines Individuums eine entscheidende Rolle bei der Ausbildung von Traumafolgestörungen spielen (vgl. Brewin et al. 2000; Beam und Spratt 2009, S. 421). Der dritte Schwerpunkt der Untersuchung (H6–8) liegt daher auf der Frage, ob und durch wen betroffene Journalistinnen und Journalisten soziale Unterstützung erfahren. Dabei wurde zwischen der Unterstützung aus dem privaten und dem beruflichen Umfeld unterschieden.

Im Einzelnen wurden folgende Hypothesen überprüft:

H1: Sowohl Journalistinnen als auch Journalisten haben während ihrer Arbeit traumatische Erlebnisse.

H2: Es gibt genderspezifische Unterschiede bei den Auswirkungen traumatischer Erfahrungen auf die psychische Gesundheit.

H3: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, werden längerfristig davon beeinflusst.

H4: Die Schwere des traumatischen Ereignisses entscheidet darüber, ob dieses Ereignis gut oder schlecht verarbeitet wird.

H5: Es gibt genderspezifische Unterschiede bei der langfristigen Verarbeitung traumatischer Ereignisse.

H6: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, erhalten Unterstützung von ihren Vorgesetzten.

H7: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, erhalten Unterstützung von ihren Kollegen.

H8: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, erhalten Unterstützung von ihrer Familie.

3 Ergebnisse

3.1 Deskriptive Daten

An der Befragung nahmen 72 Journalistinnen und Journalisten teil, jedoch wurden aufgrund fehlender Angaben 4 Befragungsteilnehmerinnen und Befragungsteilnehmer aus der statistischen Analyse ausgeschlossen. Somit bestand die Stichprobe aus 38 (56 %) Journalistinnen und 30 (44 %) Journalisten.

49 Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer gaben an, wie alt sie sind. Die Stichprobe hatte ein durchschnittliches Alter von 35 Jahren (Standardabweichung = 12,7 Jahre). Bei den Journalistinnen betrug das Durchschnittsalter 31 Jahre (Standardabweichung = 10,7); ihr Minimalalter betrug 20, das Maximalalter 55 Jahre. Bei den Journalisten betrug das Durchschnittsalter 39 Jahre (Standardabweichung = 13,8 Jahre); ihr Minimalalter betrug 23 Jahre, das Maximalalter 63 Jahre.

3.2 Traumatisches Erleben von Journalistinnen und Journalisten

Auf die Frage, ob sie in ihrem Berufsleben ein traumatisches Erlebnis hatten, antworteten 18 Teilnehmerinnen und -teilnehmer mit „ja“, also 28 % der Befragten.

Eine Differenzierung nach Geschlecht ergab, dass 11 von 38 Journalistinnen angaben, ein traumatisches Erlebnis gehabt zu haben; 27 weibliche Befragte verneinten dies. Von den 30 befragten Journalisten gaben 7 an, ein traumatisches Erlebnis gehabt zu haben; 23 männliche Befragte verneinten dies.

Abb. 1 zeigt die Häufigkeit des Auftretens von traumatischen Ereignissen bei Journalistinnen und Journalisten nach Geschlechtern differenziert. Mit einem Chi-Quadrat-Test (Exakter Test nach Fischer) wurde die Signifikanz der Diskrepanz in der Häufigkeit des Auftretens geprüft: Dieser zeigte keine signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen der Journalistinnen und Journalisten ($df = 1$; exakte 1-seitige Signifikanz = 0,406).

H1 gilt damit als bestätigt: Sowohl Journalistinnen als auch Journalisten machen traumatische Erfahrungen; die genderspezifischen Unterschiede sind nicht signifikant, wobei nochmals auf die Einschränkungen hinsichtlich der Repräsentativität der Studie zu verweisen ist.

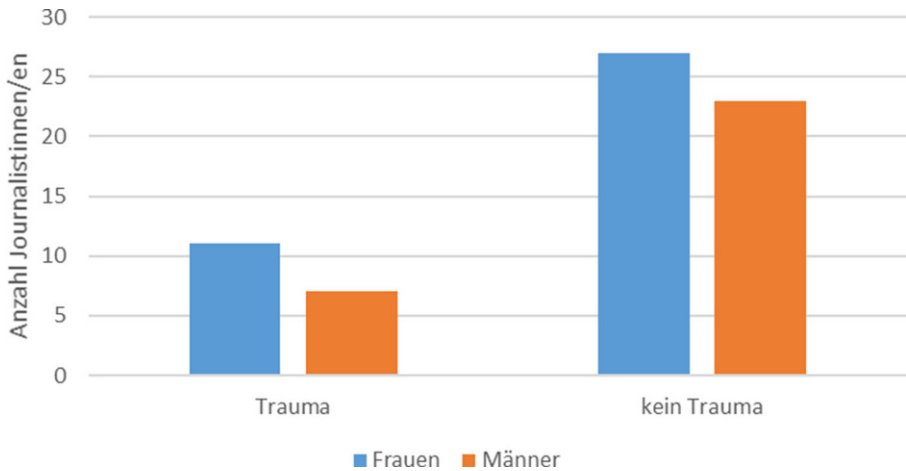


Abb. 1 Geschlecht/Traumatisches Ereignis/Binäre Kreuztabelle

3.2.1 Arten des traumatischen Erlebens ($n = 15$)⁴

Die Journalistinnen und Journalisten wurden gefragt, ob sie während des traumatischen Erlebens direkt in Lebensgefahr waren oder beobachteten, wie andere tödlich bedroht oder getötet wurden.

Wie Abb. 2 zeigt, beantworteten zehn Journalistinnen und Journalisten die Frage positiv; fünf Journalistinnen und Journalisten nannten eine Bedrohung durch lebensgefährliche Verletzungen, die entweder sie selbst betraf oder die sie bei Dritten

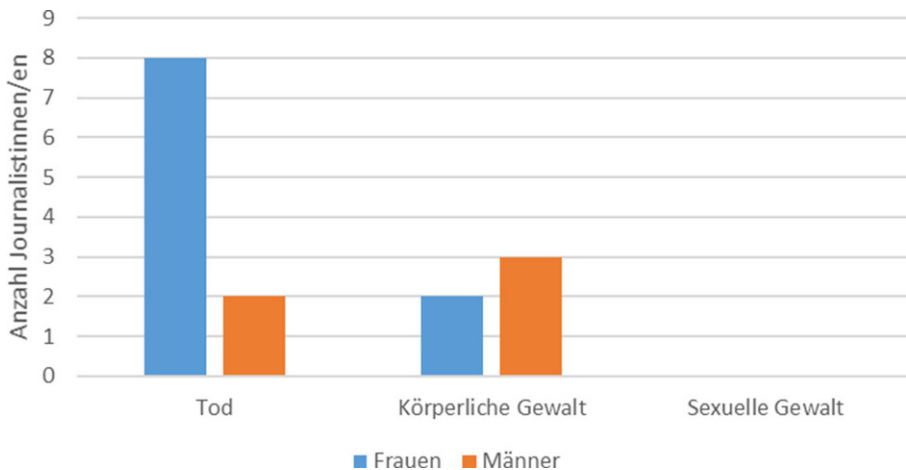


Abb. 2 Trauma-Exposition

⁴ Aufgrund der kleinen Stichprobe sowie der Abweichung dieser von der Normalverteilung und der nicht gegebenen Varianzhomogenität werden voraussetzungsfreie Verfahren angewendet. Wegen der beschriebenen Einschränkungen sollten die Ergebnisse der Inferenzstatistik konservativ beurteilt werden.

beobachteten. Kein/e Untersuchungsteilnehmer/in berichtete von einer Traumatisierung durch das Erfahren oder die Beobachtung sexueller Gewalt.

Von den Journalistinnen und Journalisten, die eine tödliche Bedrohung erlebten oder diese beobachteten, reagierten sieben mit Angst, zwei mit Hilflosigkeit und eine/r mit Schock.

3.2.2 *Auswirkung des traumatischen Erlebens bei Journalistinnen vs. Journalisten (n = 17)*

Befragt nach der negativen Auswirkung des traumatischen Erlebnisses auf das psychische Befinden unmittelbar nach dem Ereignis, ergab sich für die Journalistinnen auf einer Skala von 0 (keine Auswirkung) bis 6 (große Auswirkung) einen Mittelwert von 3,9 (Standardabweichung=1,85). Die Journalisten hatten bei derselben Frage einen Mittelwert von 3,5 (Standardabweichung=1,38). Der t-Test zeigt keine signifikanten Unterschiede zwischen Journalistinnen und Journalisten ($F=0,72$; $t=0,46$, asymptotische Signifikanz=0,66; Cohen's $d=-0,24$; kleine Effekt). Somit gilt H2 als nicht bestätigt. Es gibt keine genderspezifischen Unterschiede bei den unmittelbaren Auswirkungen des traumatischen Erlebnisses auf die psychische Gesundheit.

Die Auswirkungen des traumatischen Erlebnisses auf das aktuelle psychische Befinden bewerten weibliche Untersuchungsteilnehmer im Mittel mit 1,00 (Standardabweichung=0,94) und männliche Untersuchungsteilnehmer mit 1,83 (Standardabweichung=1,17). Der durchgeführte Wilcoxon-Test ($Z=-3,313$; asymptotische Signifikanz=0,001; Cohen's $d=0,81$, großer Effekt) zeigt signifikante Unterschiede in den Auswirkungen des traumatischen Erlebnisses direkt nach dem Erlebnis und der heutigen psychischen Belastung durch das traumatische Erleben.

H3 gilt damit als bedingt bestätigt: Sowohl Journalistinnen und Journalisten geben an, von dem zurückliegenden traumatischen Ereignis in der Gegenwart beeinträchtigt zu werden. Allerdings ist die individuelle Belastung nicht sehr hoch.

3.2.3 *Soziale Unterstützung (n = 15)*

Die soziale Unterstützung durch das private und professionelle Umfeld ist eine wichtige Ressource für die Resilienz von Journalistinnen und Journalisten: Wenn es zu einem traumatischen Erlebnis kommt, determiniert die erlebte soziale Unterstützung unter anderem, wie gut die Erholung gelingt (vgl. Coutu 2002; Hinton 2018, S. 122), aber auch, wie sehr man sich der Organisation und der journalistischen Aufgabe verpflichtet fühlt.

Abb. 3 zeigt zum einen Unterschiede zwischen den Bedingungen der sozialen Unterstützung durch Vorgesetzte, durch Kolleginnen und Kollegen sowie durch die Familie und zum anderen geschlechtsspezifische Unterschiede.

Zunächst zu den geschlechtsspezifischen Unterschieden: Bei der Unterstützung durch Vorgesetzte geben Journalistinnen einen Mittelwert von 1,30 (Standardabweichung=0,68) an und Journalisten einen Mittelwert von 2,00 (Standardabweichung=2,45). Journalistinnen erzielen bei der Unterstützung durch ihre Kolleginnen und Kollegen einen Mittelwert von 3,78 (Standardabweichung=2,49),

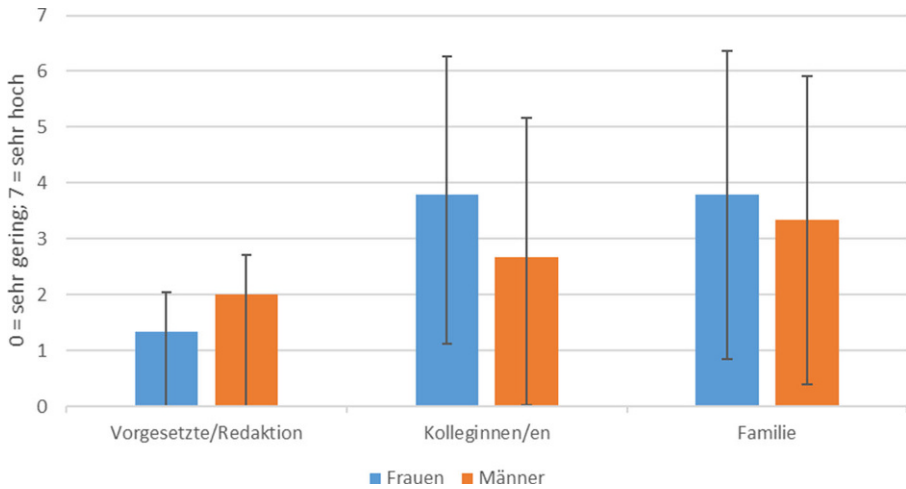


Abb. 3 Welche soziale Unterstützung erfahren Journalistinnen und Journalisten nach einem traumatischen Ereignis? (Mittelwerte und Standardabweichung)

Journalisten einen Mittelwert von 2,67 (Standardabweichung=2,66). Bei der familiären Unterstützung geben Journalistinnen einen Mittelwert von 3,78 (Standardabweichung=2,59) an, Journalisten einen Mittelwert von 3,33 (Standardabweichung=2,94). Jedoch konnten keine signifikanten geschlechtsspezifischen Unterschiede in den drei Bedingungen der sozialen Unterstützung festgestellt werden (Vorgesetzte: Man-Whitney-Test, $Z=-0,00$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig]=1,00; Kolleginnen/Kollegen: Man-Whitney-Test, $Z=-1,40$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig]=0,16; Familie: Man-Whitney-Test, $Z=-0,39$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig]=0,69).

Analysiert man die Gruppe der Journalistinnen und Journalisten mit Trauma-Erfahrung, so zeigen sich in Bezug auf die soziale Unterstützung signifikante Unterschiede zwischen den Bedingungen (Vorgesetzte, Kolleginnen/Kollegen, Familie). Der Wilcoxon Test ($Z=-2,533$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig]=0,01)⁵ sowie die Effektstärke nach Cohen ($d=0,85$; großer Effekt) zeigen, dass Journalistinnen und Journalisten signifikant mehr Unterstützung von Kolleginnen/Kollegen (Mittelwert=3,33; Standardabweichung=2,53) als von Vorgesetzten (Mittelwert=1,56; Standardabweichung=1,55) sowie mehr Unterstützung von der Familie (Mittelwert=3,63; Standardabweichung=2,55) als von Vorgesetzten (Mittelwert=1,56; Standardabweichung=1,55) erfahren (Wilcoxon Test: $Z=-2,53$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig]=0,11; Cohen's $d=0,98$; großer Effekt). Ein signifikanter Unterschied in der Unterstützung zwischen Kolleginnen/Kollegen und der Familie konnte

⁵ Der Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest zeigt zum Teil signifikante Abweichungen von der Normalverteilung. Auch ist zum Teil die Varianzhomogenität nicht gegeben. Liegen die Voraussetzungen für parametrische Tests nicht vor, so werden nicht-parametrische Tests angewendet.

nicht festgestellt werden (Wilcoxon Test: $Z = -0,239$, Asymptotische Signifikanz [2-seitig] = 0,81).

In Bezug auf die Hypothesen lässt dies folgende Schlüsse zu:

H7 gilt als bestätigt: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, erhalten Unterstützung von ihren Kollegen. Allerdings ist diese Unterstützung sehr gering, insbesondere bei den Journalisten.

H6 gilt als falsifiziert und H8 als bestätigt: Journalistinnen und Journalisten, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, erfahren signifikant mehr Unterstützung von Kolleginnen und Kollegen sowie von ihrer Familie als von Vorgesetzten.

3.2.4 Rekonvaleszenz

Auch schwere Traumata werden mit zeitlichem Abstand zu dem traumatischen Ereignis verarbeitet und schmälern die Lebensqualität der betroffenen Journalistinnen über lange Sicht nicht signifikant. Wie die Überprüfung mit der „Impact-of-Event-Scale Revised“ zeigt, hat die Schwere des erlebten Traumas keinen Einfluss darauf, wie gut es im Laufe der Zeit verarbeitet wird. H4 ist damit widerlegt.

Sowohl bei Männern als auch bei Frauen schmälert sich die Auswirkung und die empfundene Belastung durch das Trauma, je mehr Zeit seit der Exposition vergangen ist. Befragt nach den aktuellen Auswirkungen des traumatischen Ereignisses auf das psychische Wohlbefinden, erzielten Journalistinnen einen niedrigeren Wert als Journalisten, was bedeuten könnte, dass sie ihre traumatischen Erfahrungen besser verarbeiten. Signifikante genderspezifische Unterschiede in der Verarbeitung sind allerdings nicht nachweisbar. H5 gilt damit als widerlegt.

3.2.5 Langfristige Beeinträchtigung der Lebensqualität von Journalistinnen und Journalisten

Auch wenn die Trauma-Exposition kurzfristig als negativ erlebt wird, schmälert sie das psychische Wohlbefinden des oder der Betroffenen auf lange Sicht nur in begrenztem Maße.

Abb. 4 zeigt, dass Journalistinnen ohne Trauma-Erfahrung auf der WHO-5-Wellbeing-Scale einen Mittelwert von 2,72 (Standardabweichung = 0,68) erreichen, Journalistinnen mit Trauma-Erfahrung einen Mittelwert von 2,33 (Standardabweichung = 0,952). Journalisten ohne Trauma-Erfahrung kommen auf einen Mittelwert von 3,13 (Standardabweichung = 0,81) in Bezug auf ihr allgemeines psychisches Wohlbefinden, Journalisten mit Trauma-Erfahrung auf einen Mittelwert von 2,71 (Standardabweichung = 1,30).

Die Ergebnisse der univariaten Varianzanalyse zeigen keine signifikanten Unterschiede in Bezug auf das psychische Wohlbefinden zwischen Journalisten/innen mit und ohne traumatische Erfahrungen sowie keine geschlechtsspezifischen Unterschiede und Interaktionseffekte (geschlechtsspezifischen Unterschiede: $F = 2,74$, Signifikanz = 0,10; Trauma/Kein-Trauma: $F = 2,86$, Signifikanz = 0,10; Geschlecht * Trauma/Kein-Trauma: $F = 0,00$, Signifikanz = 0,97).

Journalistinnen und Journalisten, die eine traumatische Erfahrung gemacht haben, büßen also gegenüber solchen, die diese Erfahrung nicht gemacht haben, nicht an

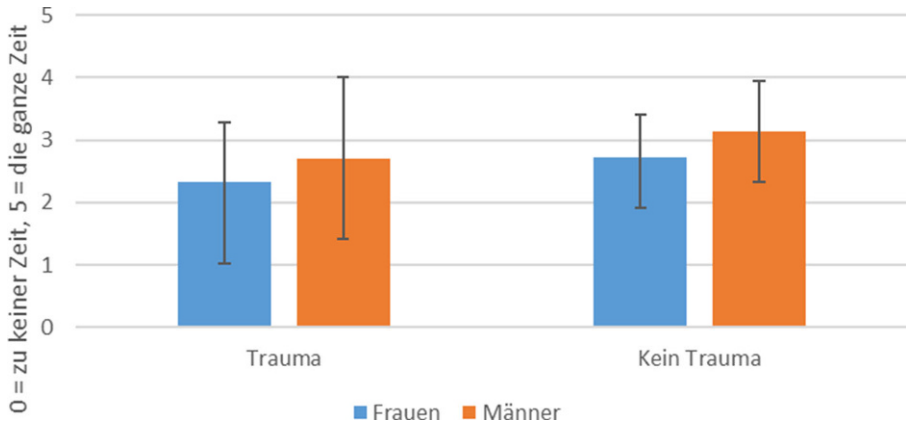


Abb. 4 Allgemeines Wohlbefinden von Journalistinnen und Journalisten mit und ohne Trauma-Erfahrung

Qualität in ihrem psychischen Wohlbefinden ein (vgl. WHO 5 1998b; Brähler et al. 2007).

4 Diskussion

4.1 Ist Traumatisierung die Regel oder eine Ausnahme im Journalismus?

Dass 28 %, also rund ein Drittel der Untersuchungsteilnehmerinnen und -teilnehmer, im beruflichen Kontext mindestens einmal traumatische Erfahrungen gemacht haben, weist darauf hin, dass diese Beeinträchtigung im Journalistenberuf keine Ausnahme darstellt. Nicht nur bei der bereits intensiver untersuchten Gruppe der Reporterinnen und Reporter im Kriegs- und Kriseneinsatz (vgl. Dworznik 2011; Newman et al. 2003; Pyevich et al. 2003; Smith 2008; Teegen und Grotwinkel 2001), sondern auch in anderen journalistischen Arbeitskontexten ist diese Problematik offenbar so weit verbreitet, dass weiterführende Studien zu den Folgen traumatischer Erfahrungen und anderer psychischer Beeinträchtigungen für die journalistische Arbeit angeraten sind. Insbesondere gilt es, die Frage zu ergründen, ob und inwieweit die Exposition gegenüber traumatischen Stressoren im Zusammenspiel mit anderen psychischen Faktoren (vgl. Donsbach 2004) das journalistische Handeln und speziell die Nachrichtenselektion beeinflussen kann.

Die vorliegende Studie verweist zudem darauf, dass die journalismusbezogene Theoriebildung bislang in deutlich zu geringem Maß die Relevanz psychischer Dispositionen journalistischer Akteure für redaktionelle Entscheidungs- und Koordinationsprozesse berücksichtigt hat. Anders als die kommunikationswissenschaftliche Rezeptionsforschung hat sich die Kommunikatorforschung mit individuellen Dispositionen von Medienakteuren fast ausschließlich nur auf der Ebene demographischer Merkmale und ausgewählter Einstellungen beschäftigt (vgl. z. B. Hanitzsch et al. 2019). Der Relevanzgewinn sozialintegrativer Ansätze, die eine Verbindung mikro-, meso- und makrotheoretische Annahmen versprechen (als Überblick Löffelholz und

Rothenberger 2016, S. 265–279), wäre insbesondere dann hilfreich, wenn affektive und kognitive Prozesse auf der Ebene individueller Akteure sowie deren Bedeutung für redaktionelle Entscheidungsprozesse intensiver empirisch analysiert würden.

Dass insgesamt immerhin 15 % der Befragten angeben, im Zuge ihrer Berufsausübung mit Todesangst in Berührung gekommen zu sein, deutet darüber hinaus darauf hin, dass es sich bei den traumatischen Stressoren, denen Journalistinnen und Journalisten ausgesetzt sind, oft um gravierende Erfahrungen mit einer stark negativen emotionalen Komponente handelt, die eine PTBS auszulösen vermögen. Dieser überraschend hohe Wert könnte auch bedeuten, dass die betroffenen Journalistinnen und Journalisten selbst nur äußerst drastische Ereignisse als traumatisierend einstufen und leichtere Stressoren gar nicht als solche wahrnehmen.

Es ist daher zu vermuten, dass die Betroffenen sekundäre Traumatisierung, die nicht durch eine direkte Exposition, sondern „nur“ durch die Interaktion mit Trauma-Opfern oder durch das Sichten von verstörendem Bildmaterial verursacht wird, als solche selbst gar nicht erkennen und ernst nehmen. Hinzu kommt, dass es unter Journalistinnen und Journalisten zum „guten Ton“ gehört, die eigene psychische Beeinträchtigung durch traumatische Stressoren herunterzuspielen. Es könnte also sein, dass eine Verzerrung vorliegt, da die Befragten teilweise sozial erwünscht geantwortet und ihre Belastung bagatellisiert haben. Auch bei der Frage der Erholung vom traumatischen Ereignis und der aktuellen Belastung könnte dieser Faktor relevant gewesen sein.

4.2 Genderspezifische Unterschiede

Männer und Frauen, die journalistisch arbeiten, sind demselben Risiko ausgesetzt, dabei traumatische Erfahrungen zu machen. In der Kommunikationswissenschaft ist umstritten, ob Journalistinnen sich als Reporterinnen in der Ausübung ihres Berufs anders verhalten; einige Forscher vermuten, dass in den Redaktionen grundsätzlich eine männlich geprägte Kultur herrsche, behaupten aber, dass sich der Journalismus durch das Wirken von Frauen feminisiert habe (vgl. Steiner 2019, S. 452 ff.).

Der Befund, dass Journalistinnen mit derselben Häufigkeit wie Journalisten traumatische Erfahrungen machen, steht im Einklang mit vorangegangenen Studien, die das Phänomen im Online-Bereich untersucht haben. Auch dort wurden Journalistinnen und Journalisten mit derselben Häufigkeit Opfer von Angriffen mit Traumatisierungspotential (vgl. Preuß et al. 2017, S. 3).

Journalistinnen bewerten die Auswirkungen des traumatischen Erlebens auf ihr psychisches Wohlbefinden unmittelbar nach dem traumatischen Ereignis als gravierender als ihre männlichen Kollegen, wobei der Unterschied nicht signifikant ist. Allerdings korrespondiert auch dieses Ergebnis mit vorangegangenen kommunikationswissenschaftlichen Studien, die zeigten, dass Frauen gestresster auf die Trauma-Exposition als Männer reagieren (vgl. Stahel und Schoen 2019, S. 1). Genderspezifische Unterschiede bei der subjektiven Erfahrung von berufsbezogenem Stress wurde auch in anderen Studien festgestellt (vgl. Post und Kepplinger 2019).

Wenn die Trauma-Exposition bereits einige Zeit zurückliegt, tritt bei Vertretern beiderlei Geschlechts eine Verringerung der psychischen Belastung und eine Verbesserung des psychischen Wohlbefindens ein. Journalistinnen erfahren jedoch mehr

soziale Unterstützung in ihrem Arbeitsumfeld als ihre männlichen Berufskollegen, was ihre Erholung von traumatischen Ereignissen beschleunigen und begünstigen könnte. Die „Macho-Kultur“, die traditionell in vielen Redaktionen herrscht, könnte sich unter dieser Prämisse als Nachteil für männliche Journalisten erweisen, die sich nach einer Trauma-Erfahrung vielleicht mehr soziale Unterstützung durch die Redaktion wünschen und von ihr in Bezug auf ihr psychisches Wohlbefinden profitieren würden.

Aufgrund der kleinen Fallzahl der Stichprobe sind die Ergebnisse im Hinblick auf genderspezifische Differenzen vorsichtig zu interpretieren. Anschlussuntersuchungen wären hier wünschenswert.

4.3 Mangelnde soziale Unterstützung

Die Mehrheit der befragten Journalistinnen und Journalisten erfährt wenig oder gar keine soziale Unterstützung von Weisungsbefugten aus dem Medienunternehmen und nur geringe Unterstützung von Kolleginnen und Kollegen. Dieser Mangel an Hilfe wurde bereits in früheren Studien festgestellt (vgl. Greenberg et al. 2007; Cherniss 1980; Drevo 2016; Dworzniak 2011; Smith 2008) und konnte hier eindrücklich bestätigt werden: Die Vorgesetzten in den Medienunternehmen unterstützen die von traumatischen Erfahrungen betroffenen Journalistinnen und Journalisten signifikant weniger als deren Familien und auch als Kolleginnen und Kollegen.

Dieser Befund ist von großer Bedeutung, da aus der Literatur bekannt ist, dass soziale Unterstützung – und insbesondere Unterstützung von Vorgesetzten im Medienunternehmen – ein wichtiger Faktor ist, der die Ausbildung oder Nicht-Ausbildung einer posttraumatischen Belastungsstörung bei Journalisten entscheidend beeinflussen kann (vgl. Beam und Spratt 2009; Drevo 2016; Dworzniak 2011; Newman et al. 2003).

Wahrgenommene Anerkennung und Wertschätzung durch Vorgesetzte können als Resilienzfaktor wirken, der verhindert, dass Journalistinnen und Journalisten mit Trauma-Erfahrung psychisch erkranken und längerfristig unter ihren traumatischen Erfahrungen leiden (vgl. Hoffmann und Zimmermann 2019, S. 76; Weidmann et al. 2008; Beam und Spratt 2009). Die Erfahrung mangelnder Wertschätzung hingegen kann zu negativen Gefühlen gegenüber der Medienorganisation führen, die Identifikation der Betroffenen mit dem Arbeitgeber und der journalistischen Aufgabe verringern und die Vulnerabilität der Journalistinnen und Journalisten mit Trauma-Erfahrung auf diese Weise zusätzlich erhöhen (vgl. Drevo 2016).

Die mangelnde soziale Unterstützung durch Vorgesetzte, von der etliche Teilnehmer und Teilnehmerinnen dieser Studie berichten, deutet außerdem darauf hin, dass in deutschen Redaktionen weiterhin eine Kultur herrscht, in der man eine Traumatisierung von Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern lieber ignoriert, als sich professionell mit ihr auseinanderzusetzen und den Betroffenen Hilfe anzubieten. Auch die Infrastruktur – professionelle Beratungs- und Unterstützungsangebote, auf die im Falle einer Traumatisierung zurückgegriffen werden könnte – scheint bislang nicht verfügbar zu sein.

Aufgrund des zeitlichen Abstandes zwischen dem Erleben der individuellen Traumata und der hier vorgestellten Erhebung ist nicht auszuschließen, dass zwischen-

zeitlich eine Verbesserung eingetreten ist, die Kultur in den Redaktionen sich also geändert hat. Erstrebenswert und für die Gesundheit der Betroffenen förderlich wäre in jedem Fall eine stärkere Institutionalisierung der psychologischen Betreuung von Journalistinnen und Journalisten, die traumatischen Erlebnissen ausgesetzt waren oder mit Personen Kontakt hatten, die von solchen Erlebnissen berichteten. Bei anderen Berufsgruppen, die mit Traumatisierten und Traumata in Berührung kommen, wie etwa Psychotherapeuten oder Notärztinnen, wurde dieser Bedarf bereits erkannt und professionelle Beratungsangebote bzw. Supervision fest installiert (vgl. Buchmann und Rösch 2007; Teegen et al. 1997; Teegen 2003; Tegtmeier und Tegtmeier 2011).

Aber auch das private Umfeld von Journalistinnen und Journalisten sollte für die Thematik sensibilisiert werden, damit Betroffene möglichst große Unterstützung erfahren. Denn ob Journalistinnen und Journalisten das Gefühl haben, sich mit ihren traumatischen Erfahrungen ihrer Familie und ihren Freunden anvertrauen zu können, und ob sie sich verstanden fühlen, ist ein weiterer zentraler Faktor in Bezug auf ihre Rekonvaleszenz.

Vermutlich aber ist den wenigsten Angehörigen und Freunden von Journalistinnen und Journalisten dieser Zusammenhang und die Möglichkeit, einen positiven Effekt auf die psychische Gesundheit der Betroffenen auszuüben, bewusst. Hier könnte durch Aufklärung der beteiligten Personen eine erhebliche Verbesserung der psychischen Gesundheit von Journalistinnen und Journalisten erzielt werden.

4.4 Resilienz von Journalistinnen und Journalisten

Journalistinnen und Journalisten, die eine traumatische Erfahrung gemacht haben, sind nicht automatisch auch noch Jahre später von dieser Erfahrung gezeichnet. Im Gegenteil: Offenbar verfügen die Vertreterinnen und Vertreter der Berufsgruppe über effektive Bewältigungsstrategien, die ihnen dabei helfen, die psychischen Folgen von traumatischen Erlebnissen über die Zeit zurückzudrängen oder sogar verschwinden lassen. Zwischen dem Zeitpunkt unmittelbar nach dem Erleben des traumatischen Ereignisses und dem aktuellen Zeitpunkt der Befragung ist jedenfalls eine deutliche Erholung von der psychischen Beeinträchtigung, die durch das traumatische Ereignis ausgelöst wurde, feststellbar. Über einen längeren Zeitraum büßen Journalistinnen und Journalisten mit traumatischen Erfahrungen im Vergleich zu Journalistinnen und Journalisten ohne traumatische Erfahrung nicht an Qualität in ihrem Wohlbefinden ein (vgl. WHO 5 1998b; Brähler et al. 2007).

Dieser Befund überrascht, da er nahelegt, dass Journalistinnen und Journalisten trotz traumatischer Erfahrungen in ihrem Berufsalltag wohl eher selten eine PTBS ausbilden, die mit Begleiterscheinungen wie Depressionen, Süchten, Reizbarkeit, Teilnahmslosigkeit, Übererregtheit, Konzentrationsschwierigkeiten und Schlafstörungen das psychische Wohlbefinden der Betroffenen beeinträchtigen würden.

Ein Grund dafür könnte sein, dass im journalistischen Kontext die traumatischen Erfahrungen meist singuläre Ereignisse bleiben, die sich nicht wiederholen oder über einen längeren Zeitraum erstrecken. Frühere Studien fanden einen Zusammenhang zwischen der Intensität und Auftretenshäufigkeit von traumatischen

Erlebnissen und der Ausbildung einer PTBS (vgl. Backholm und Björkqvist 2010, S. 148; Dworznik 2011; Pyevich et al. 2003; Smith 2008).

Eine andere Erklärung wäre, dass Journalistinnen und Journalisten besonders resilient gegenüber traumatischen Erfahrungen sind, was wiederum an guten individuellen Bewältigungsstrategien liegen könnte, die es den Betroffenen ermöglichen, erlebte Gefühle der Angst oder Hilflosigkeit effektiv zu verarbeiten und zu überwinden. Hier würde sich für die weitere Forschung die Frage anschließen, wie diese „Coping“-Mechanismen genau zu beschreiben sind.

Resilienz lässt sich aber auch als ein Persönlichkeitsmerkmal beschreiben, mit dem Individuen ausgestattet sein können – oder eben nicht. Die Frage nach der Resilienz der Berufsgruppe der Journalistinnen und Journalisten wurde von der Autorin inzwischen weiter untersucht (vgl. Hoffmann 2020) und unter der Zuhilfenahme der RS-11-Skala (vgl. Wagnild und Young 1993) an einem internationalen Sample von 71 Journalistinnen und Journalisten gemessen. Die Berufsgruppe erwies sich dabei als besonders resilient (vgl. Hoffmann 2020, S. 114). Auch hier wäre eine Vertiefung der Forschung wünschenswert.

5 Kritik und Ausblick

Aufgrund der kleinen, nicht repräsentativen Stichprobe kann die vorliegende Untersuchung nur als eine erste Annäherung an das Thema verstanden werden. Die fehlende Repräsentativität der Stichprobe verleiht den Ergebnissen nur begrenzte Aussagekraft. Im Hinblick auf zukünftige Forschungen wäre es insofern wünschenswert, die Ergebnisse mit einer größeren Zufallsstichprobe zu überprüfen.

Dabei sollte besonderes Augenmerk auf die soziale Unterstützung der von traumatisierenden Erlebnissen Betroffenen gerichtet werden. Hierfür gilt es, die Strukturen innerhalb der Redaktion, also die Hierarchien und das Verhältnis der Kolleginnen und Kollegen untereinander sowie das Verhältnis zwischen Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern und Vorgesetzten, genauer zu erfassen, da dies bei der Verarbeitung von traumatischen Erfahrungen offenbar eine erhebliche Rolle spielt. Genauer erfasst werden sollte zudem der zeitliche Rahmen, in dem die Integration und Verarbeitung des traumatischen Ereignisses stattfindet, also die Bestimmung des Zeitraums, der zwischen dem Erlebnis einerseits und dem jeweiligen Ist-Zustand der psychischen Verfassung der Journalistinnen und Journalisten liegt.

Als eine erste Bestandsaufnahme kann die vorliegende Untersuchung aber die Grundlage für eine Reihe von Anschlussstudien bilden, etwa mit folgenden Fragen: Wie beeinflusst eine PTBS die journalistische Recherche sowie Wahrnehmungs- und Selektionsprozesse? Verändern Journalistinnen und Journalisten aufgrund einer PTBS ihre Themenwahl oder ihr Interviewverhalten, um erneute traumatisierende Stimuli zu vermeiden? Inwieweit wirken sich solche individuellen Strategien auf den Prozess der journalistischen Nachrichtenselektion und andere redaktionelle Entscheidungsprozesse aus?

Literatur

- Adams, C. (2018). They go for gender first. *Journalism Practice*, 12, 850–869.
- American Psychiatric Association (Hrsg.). (2013). *DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)*. Washington: American Psychiatric Association.
- Backholm, K., & Björkqvist, K. (2010). The effects of exposure to crisis on well-being of journalists. A study on crisis-related factors predicting psychological health in a sample of Finnish journalists. *Media, War & Conflict*, 3, 138–151.
- Beam, R. A., & Spratt, M. (2009). Managing vulnerability: job satisfaction, morale and journalists' reactions to violence and trauma. *Journalism Practice*, 3, 421–438.
- Bolton, E. (2015). Journalists and PTSD. <https://www.ptsd.va.gov/public/community/journalists-ptsd.asp>. Zugegriffen: 13. Okt. 2019.
- Bower, B. (2002). Distressing dispatches. *Science News*, 162(10), 165.
- Brähler, E., Muehlan, H., Albani, C., & Schmidt, S. (2007). Teststatistische Prüfung und Normierung der deutschen Versionen des EUROHIS-QOL Lebensqualität-Index und des WHO-5-Wohlbefindens-Index. *Diagnostica*, 53, 83–96.
- Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2000). meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 748–766.
- Buchmann, K. E., & Rösch, S. (2007). Posttraumatische Belastung polizeilicher Einsatzkräfte nach dem Flugunfall in Überlingen. *Polizei & Wissenschaft*, 1, 36–44.
- Byerly, C. M. (Hrsg.). (2013). *The Palgrave international handbook of women and journalism*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Chen, G. M., Pain, P., Chen, V. Y., Mekelburg, M., Springer, N., & Troger, F. (2018). “You really have to have a thick skin”: a cross-cultural perspective on how online harassment influences female journalists. *Journalism*. <https://doi.org/10.1177/1464884918768500>.
- Cherniss, C. (1980). *Professional burnout in human service organizations*. New York: Praeger Publishers.
- Coutu, D. L. (2002). How resilience works. *Harvard business review*, 80(5), 46–56.
- Donsbach, W. (2004). Psychology of news decisions. Factors behind journalists' professional behavior. *Journalism*, 5, 131–157.
- Drevo, S. (2016). *The War on Journalists: Pathways to Posttraumatic Stress and Occupational Dysfunction among Journalists*. Unpublished doctoral dissertation, University of Tulsa, Oklahoma.
- Dworznik, G. (2011). Factors contributing to PTSD and compassion fatigue in television news workers. *International Journal of Business, Humanities, and Technology*, 1(1), 22–32.
- Engelmann, I. (2016). Journalismus und alltagsrationale Nachrichtenauswahl. In M. Löffelholz & L. Rothenberger (Hrsg.), *Handbuch Journalismustheorien* (S. 457–471). Wiesbaden: Springer VS.
- Feinstein, A., & Owen, J. (2002). Journalists, war and posttraumatic stress disorder. In Y. Danieli (Hrsg.), *Sharing the front line and the back hills: international protectors and providers: peacekeepers, humanitarian aid workers and the media in the midst of crisis* (S. 305–315). Amityville: Baywood Publishing.
- Freinkel, A., Koopman, C., & Spiegel, D. (1994). Dissociative symptoms in media eyewitnesses of an execution. *American Journal of Psychiatry*, 151, 1335–1339.
- Greenberg, N., Thomas, S., Murphy, D., & Dandeker, C. (2007). Occupational stress and job satisfaction in media personnel assigned to the Iraq war (2003). *Journalism Practice*, 1(3), 357–371.
- Hanitzsch, T., Seethaler, J., & Wyss, V. (Hrsg.). (2019). *Journalismus in Deutschland, Österreich und der Schweiz*. Wiesbaden: Springer VS.
- Hatanaka, M., Matsui, Y., Ando, K., Inoue, K., Fukuoka, Y., Koshiro, E., & Itamura, H. (2010). Traumatic stress in Japanese broadcast journalists. *Journal of Traumatic Stress*, 23(1), 173–177.
- Hecker, T., & Maercker, A. (2015). Komplexe posttraumatische Belastungsstörung nach ICD-11. Beschreibung des Diagnosevorschlages und Abgrenzung zur klassischen posttraumatischen Belastungsstörung. *Psychotherapeut*, 60, 547–561.
- Hinton, M. (2018). What enables resilience after traumatic childhood experiences? In *What happened? Representing traumas, uncovering recoveries* (S. 107–136). Rodopi: Brill.
- Hoeiby, M., & Ottosen, R. (2017). Journalism under pressure in conflict zones: a study of journalists and editors in seven countries. *Media, War & Conflict*, 12, 69–86.
- Hoffmann, A. C. (2020). Resilienz als Persönlichkeitsmerkmal von Journalistinnen und Journalisten. In A. C. Hoffmann, *Journalismus und Traumatisierung* (S. 107–122). Unveröffentlichte Habilitationsschrift: Pädagogische Hochschule Ludwigsburg.

- Hoffmann, A. C., & Zimmermann, P. L. (2019). Traumatisierung und moralische Verletzung am journalistischen Arbeitsplatz: eine 360-Grad-Betrachtung. *Trauma – Zeitschrift Für Traumatologie und ihre Anwendungen*, 17(3), 68–77.
- ICD-10-GM-2019 (2019). <http://www.icd-code.de/icd/code/F43.1.html>. Zugegriffen: 13. Okt. 2019.
- Javidi, H., & Yadollahie, M. (2012). Post traumatic stress disorder. *International Journal of Developmental and Environmental Medicine*, 3(1), 2–9.
- Klaus, E., & Kirchhoff, S. (2016). Journalismustheorie und Geschlechterforschung. In M. Löffelholz & L. Rothenberger (Hrsg.), *Handbuch Journalismustheorien* (S. 523–536). Wiesbaden: Springer VS.
- Lemke, J. (2006). *Sekundäre Traumatisierung. Klärung von Begriffen und Konzepten der Mittraumatisierung*. Kröning: Asanger.
- Löffelholz, M. (2016). Paradigmengeschichte der Journalismusforschung. In M. Löffelholz & L. Rothenberger (Hrsg.), *Handbuch Journalismustheorien* (S. 29–58). Wiesbaden: Springer VS.
- Löffelholz, M., & Rothenberger, L. (Hrsg.). (2016). *Handbuch Journalismustheorien*. Wiesbaden: Springer VS.
- Löffelholz, M., Trippe, C. F., & Hoffmann, A. C. (2008). *Kriegs- und Krisenberichterstattung. Ein Handbuch*. Konstanz: UVK.
- Lohmann-Haislahs (2012). Stressreport Deutschland 2012. https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/PDF-Publikationen/Publikation-Stressreport-kurzfassung.pdf?__blob=publicationFile. Zugegriffen: 13. Okt. 2019.
- Marais, A., & Stuart, A. (2005). The role of temperament in the development of post-traumatic stress disorder amongst journalists. *South African Journal of Psychology*, 35, 89–105.
- Matloff, J. (2004). Scathing memory. *Columbia Journalism Review*, 43(4), 19–21.
- Maurer, M., & Reinemann, C. (2006). *Medieninhaltsforschung. Eine Einführung*. Wiesbaden: VS.
- McMahon, C. (2001). Covering disaster: a pilot study into secondary trauma for print media journalists reporting on disaster. *Australian Journal of Emergency Management*, 16(2), 52–56.
- Morales, R. F., Perez, V. R., & Martinez, L. (2012). Posttraumatic stress symptoms in Mexican journalists covering the drug war. *Suma Psicológica*, 19, 7–17.
- Morales, R. F., Perez, V. R., & Martinez, L. (2014). The psychological impact of the war against drug-trafficking on Mexican journalists. *Revista Colombiana de Psicología*, 23, 177–193.
- Newman, E., Simpson, R., & Handschuh, D. (2003). Trauma exposure and post-traumatic stress disorder among photojournalists. *Visual Communication Quarterly*, 10, 4–13.
- Obermaier, M., Hofbauer, M., & Reinemann, C. (2018). Journalists as targets of hate speech. How German journalists perceive the consequences for themselves and how they cope with it. *Studies in Communication and Media*, 7, 499–524.
- Osofsky, H. J., Holloway, H., & Pickett, A. (2005). War correspondents as responders: considering for training and clinical services. *Psychiatry*, 68, 283–293.
- Pinchevski, A. (2015). Screen trauma: visual media and post-traumatic stress disorder. *Theory, Culture & Society*, 33(4), 51–75.
- Post, S., & Kepplinger, H. M. (2019). Coping with audience hostility. How journalists' experiences of audience hostility influence their editorial decisions. *Journalism Studies*, 20, 2422–2442.
- Preuß, M., Tezlaff, F., & Zick, A. (2017). Publizieren wird zur Mutprobe. Studie zur Wahrnehmung von und Erfahrungen mit Angriffen unter Journalist_Innen. <https://mediendienst-integration.de/fileadmin/Dateien/Studie-hatespeech.pdf>. Zugegriffen: 1. Juni 2020.
- Pyeveich, C., Newman, E., & Daleiden, E. (2003). The relationship among cognitive schemas, job-related traumatic exposure, and posttraumatic stress disorder in journalists. *Journal of Traumatic Stress*, 16, 325–328.
- Richter, S. (1999). *Journalisten zwischen den Fronten. Kriegsberichterstattung am Beispiel Jugoslawien*. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Shoemaker, P. J., & Reese, S. D. (2014). *Mediating the message in the 21st century. A media sociology perspective*. New York: Routledge.
- Shoemaker, P. J., & Vos, T. P. (2009). *Gatekeeping theory*. New York: Routledge.
- Simpson, R., & Coté, W. (2006). *Covering violence: a guide to ethical reporting about victims & trauma*. New York: Columbia University Press.
- Simpson, R. A., & Boggs, J. G. (1999). An explanatory study of traumatic stress among newspaper journalists. *Journalism and Communication Monographs*, 1(1), 1–26.
- Smith, R. (2008). *Trauma and journalism: Exploring a model of risk and resilience*. Unpublished doctoral dissertation, University of Tulsa, Oklahoma.

- Smith, R., Newman, E., & Drevo, S. (2015). Covering trauma: impact on journalists. Dart center for journalism & trauma. <http://dartcenter.org/content/covering-trauma-impact-on-journalists>. Zugegriffen: 13. Okt. 2019.
- Stahel, L., & Schoen, C. (2019). Female journalists under attack? Explaining gender differences in reactions to audiences' attacks. *New Media & Society*, 2(4), 1–11.
- Stamm, B. H. (Hrsg.). (1995). *Secondary traumatic stress: self-care issues for clinicians, researchers and educators*. Lutherville: Sidran Press.
- Stamm, B. H. (2002). *Sekundäre Traumastörungen. Wie Kliniker, Forscher und Erzieher sich vor traumatischen Auswirkungen ihrer Arbeit schützen können*. Paderborn: Jungfermann.
- Steiner, L. (2019). Gender, sex and Newsroom culture. In K. Wahl-Jorgensen & T. Hanitzsch (Hrsg.), *The handbook of journalism studies* (S. 452–468). New York: Routledge.
- Teegen, F. (2003). *Posttraumatische Belastungsstörungen bei gefährdeten Berufsgruppen: Prävalenz, Prävention, Behandlung*. Bern: Huber.
- Teegen, F., & Grotwinkel, M. (2001). Traumatic exposure and post-traumatic stress disorder of journalists: an Internet-based study. *Psychotherapeut*, 46, 169–175.
- Teegen, F., Domnick, A., & Heerdegen, M. (1997). Hochbelastende Erfahrungen im Berufsalltag von Polizei und Feuerwehr: Traumaexposition, Belastungsstörungen, Bewältigungsstrategien. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis*, 29, 583–599.
- Tegtmeier, C., & Tegtmeier, M. A. (2011). *PTBS – Das unsichtbare Leid. Handbuch für Einsatzkräfte und Angehörige*. Regensburg: Walhalla.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *Journal of nursing measurement*, 1, 165–178.
- Weidmann, A., & Papsdorf, J. (2010). Witnessing trauma in the newsroom: posttraumatic symptoms in television journalists exposed to violent news clips. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198, 264–271.
- Weidmann, A., Fehm, L., & Fydrich, T. (2008). Covering the tsunami disaster: subsequent post-traumatic and depressive symptoms and associated social factors. *Stress and Health*, 24, 129–135.
- Weischenberg, S. (1992). *Mediensysteme, Medienethik, Medieninstitutionen*. Journalistik. Theorie und Praxis aktueller Medienkommunikation, Bd. 1. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Weiss, D. S. (2007). The impact of event scale: revised. In J. P. Wilson & C. S.-K. Tang (Hrsg.), *International and cultural psychology. Cross-cultural assessment of psychological trauma and PTSD* (S. 219–238). New York: Springer.
- WHO (1998a). Satzung der Weltgesundheitsorganisation. <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19460131/201405080000/0.810.1.pdf>. Zugegriffen: 17. Febr. 2020.
- WHO (1998b). Well-being index. <https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/about-the-who-5/Pages/default.aspx>. Zugegriffen: 16. Okt. 2019.
- Wittchen, H. U., Schönfeld, S., Kirschbaum, C., et al. (2012). Traumatic experiences and posttraumatic stress disorder in soldiers following deployment abroad: how big is the hidden problem? *Deutsches Ärzteblatt Int*, 109(35–36), 559–568.

Dr. Andrea C. Hoffmann ist Auslandsredakteurin beim Nachrichtenmagazin *Focus*, Lehrbeauftragte an der Technischen Universität Ilmenau und Habilitandin an der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg.