

Sicherheitsrisiken und Coping-Strategien im Journalismus



Prof. Dr. Vinzenz Wyss

Leiter Professur Journalistik IAM

Sicherheitsrisiken und Coping-Strategien im Journalismus

Der Auftrag des BAKOM: Nationaler Aktionsplan (NAP) zur Sicherheit von Medienschaffenden in der Schweiz

Person hat das Recht, ...
Jünglichen Quellen zu beschau
Art. 17
Medienfreiheit
freiheit von Presse, Radio und Fernseh
abetechnischen Verbreitung v

**SICHERHEIT VON
MEDIENSCHAFFENDEN
IN DER SCHWEIZ**

Nationaler Aktionsplan 2023–2027

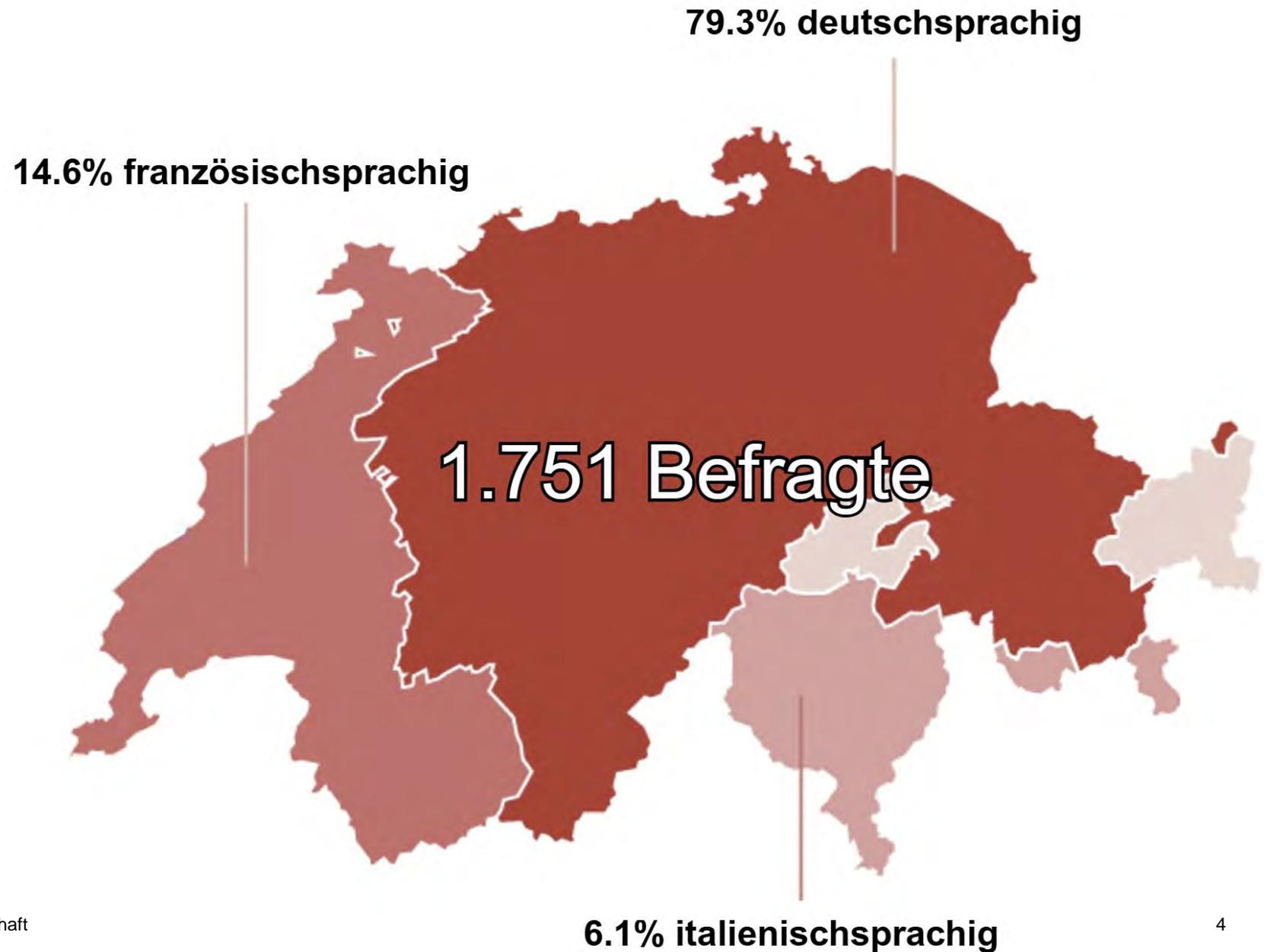


Massnahme 3:

**Datenerhebung über die
Sicherheitssituation der
Medienschaffenden**

Die Stichprobe

- **Methode:**
Onlinebefragung
- **Feldphase:**
Februar - April 2025
- **Rücklauf:**
29 %



A close-up photograph of a human eye, looking slightly to the right. The eye is highly detailed, showing the iris and eyelashes. The reflection in the eye is a vibrant, glowing cityscape at night, with numerous small, bright lights and a prominent blue light source. The background is a solid, dark teal color.

Wie fühlen sich die Journalist:innen?

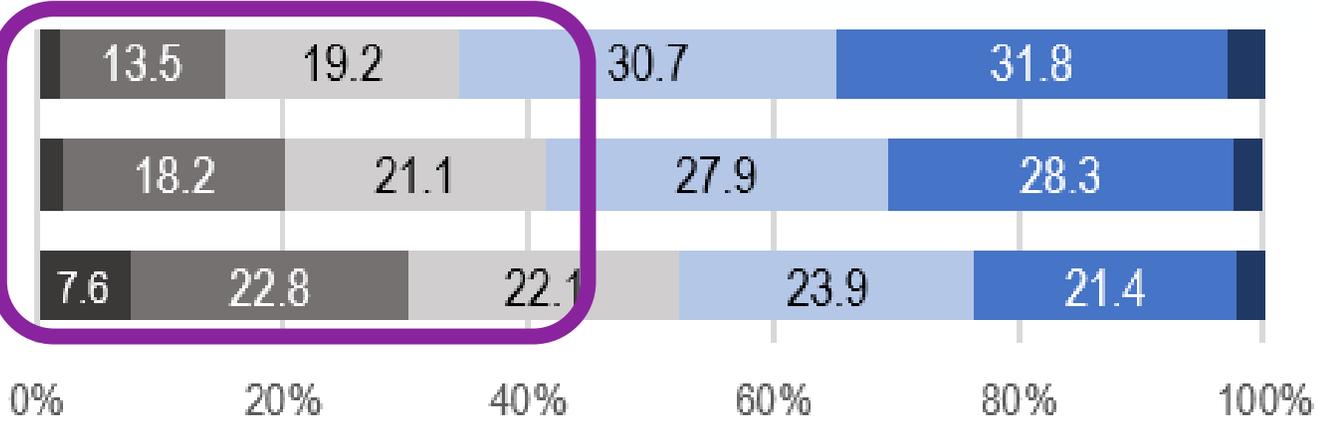
(1) Psychisches Wohlbefinden

In den letzten zwei Wochen

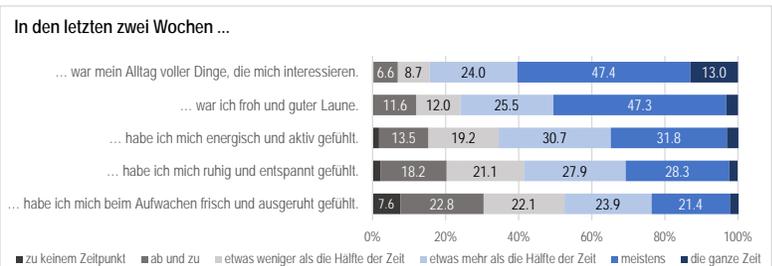
... habe ich mich energisch und aktiv gefühlt.

... habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt.

... habe ich mich beim Aufwachen frisch und ausgeruht gefühlt.



zu keinem Zeitpunkt
 ab und zu
 etwas weniger als die Hälfte der Zeit
 etwas mehr als die Hälfte der Zeit
 meistens
 die ganze Zeit

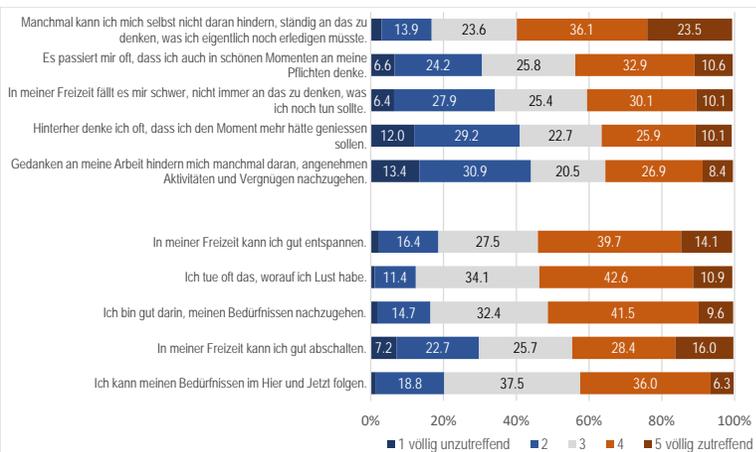
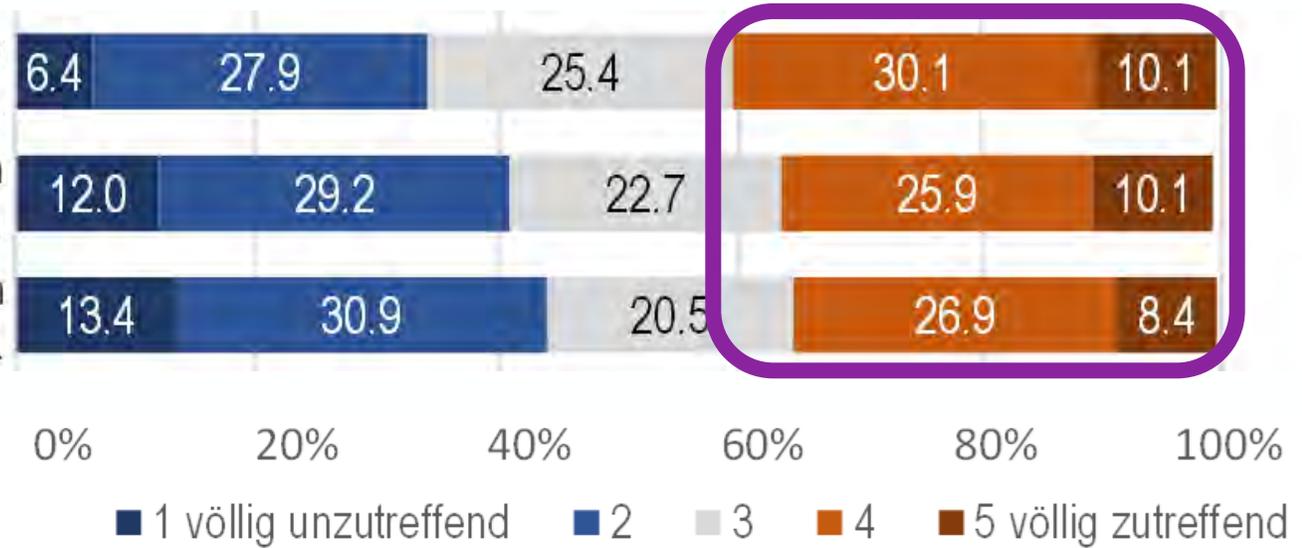


(2) Nicht abschalten / geniessen können ...

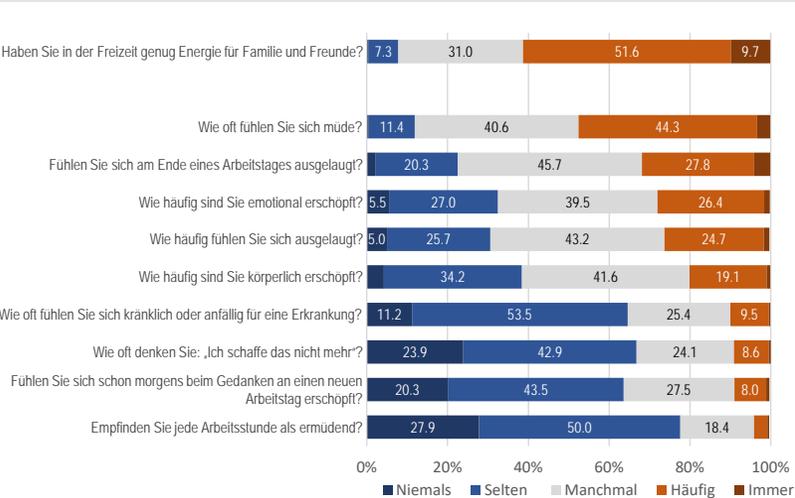
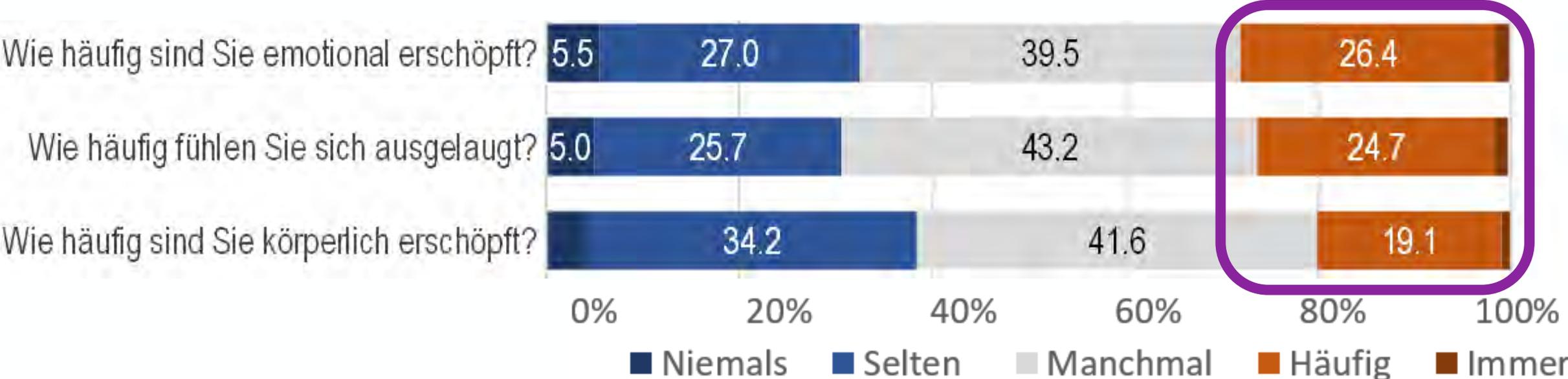
In meiner Freizeit fällt es mir schwer, nicht immer an das zu denken, was ich noch tun sollte.

Hinterher denke ich oft, dass ich den Moment mehr hätte geniessen sollen.

Gedanken an meine Arbeit hindern mich manchmal daran, angenehmen Aktivitäten und Vergnügen nachzugehen.

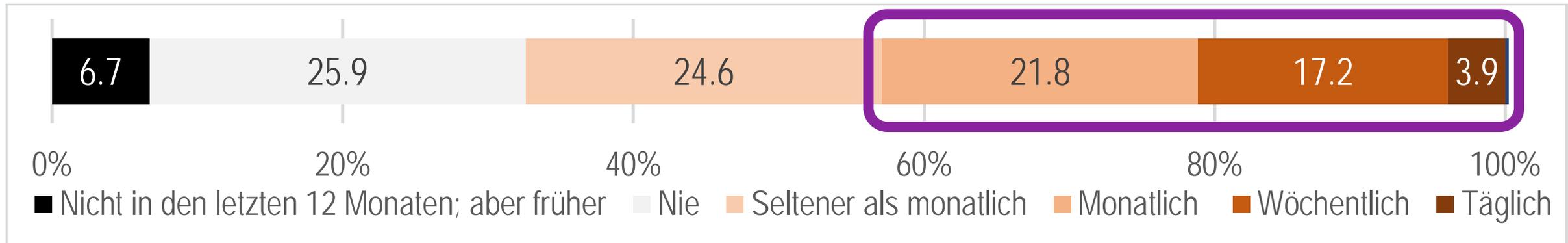


(3) Burnout-Risiko



(4) Gedanke, den Beruf zu verlassen

Wie oft haben Sie im Laufe der letzten 12 Monate daran gedacht, Ihren Beruf als Journalistin bzw. Journalist aufzugeben?



(5) Sorgen

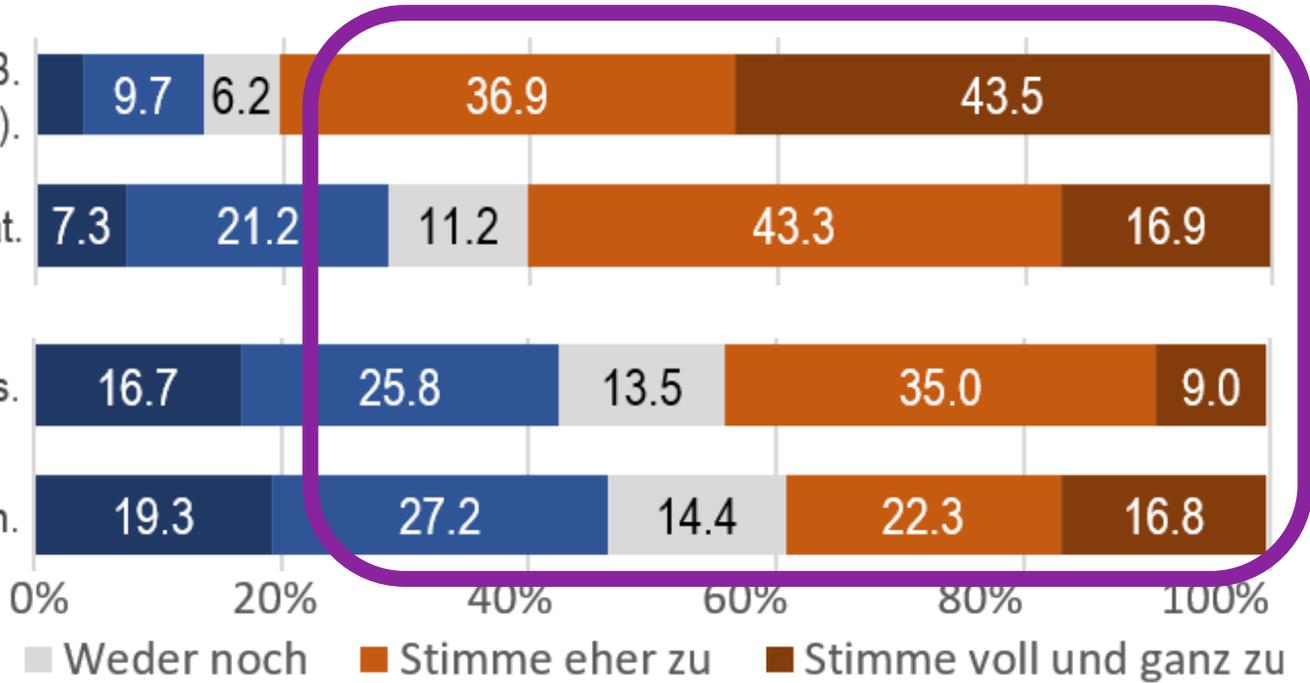
Ich mache mir Sorgen ...

... wegen wirtschaftlicher Bedenken und finanzieller Belastung (z.B. drohende Sparmassnahmen).

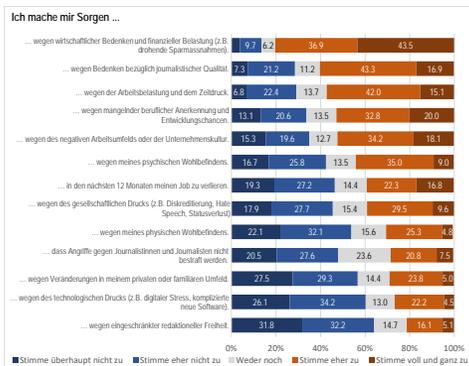
... wegen Bedenken bezüglich journalistischer Qualität.

... wegen meines psychischen Wohlbefindens.

... in den nächsten 12 Monaten meinen Job zu verlieren.



■ Stimme überhaupt nicht zu ■ Stimme eher nicht zu ■ Weder noch ■ Stimme eher zu ■ Stimme voll und ganz zu



Zusammenhang zwischen Aspekten des Wohlbefindens

	tieferes psych. Wohlbefinden	weniger abschalten können	höheres Burnout-Risiko	häufiger Exit-Gedanken	mehr Sorgen
tieferes psych. Wohlbefinden		+	+	+	+
weniger abschalten können	+		+	+	+
höheres Burnout-Risiko	+	+		+	+
häufiger Exit-Gedanken	+	+	+		+
mehr Sorgen	+	+	+	+	

Negative Betroffenheit

	tiefes psych. Wohlbefinden	nicht abschalten	Burnout-Risiko	Exit-Gedanke	viele Sorgen
Sprachregion		☹ (it)		☹ (dt)	☹ (fr/it)
öffentlich/privat		🏢 (ö)			🏢 (ö)
Hierarchie	👤 ↓		👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓
Einkommen	💰 ↓	💰 ↓	💰 ↓		💰 ↓
Rollenselbstbild	💡	💡	💡		
Investigativ		🔍	🔍		🔍
Alter	👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓	
Geschlecht	👤👤	👤👤	👤👤	👤👤	👤👤
Jour. Ausbildung		🎓		🎓	🎓
Pol. Einstellung	🏛️ ←	🏛️ ←	🏛️ ←		🏛️ ←
Migrant:in	🛖	🛖		🛖	
Berufsverband		👥	👥		👥

Negative Betroffenheit

	tiefes psych. Wohlbefinden	nicht abschalten	Burnout-Risiko	Exit-Gedanke	viele Sorgen
Sprachregion		∪ (it)		∪ (dt)	∪ (fr/it)
öffentlich/privat		🏢 (ö)			🏢 (ö)
Hierarchie	👤 ↓		👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓
Einkommen	💰 ↓	💰 ↓	💰 ↓		💰 ↓
Rollenselbstbild	💡	💡	💡		
Investigativ		🔍	🔍		🔍
Alter	👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓	👤 ↓	
Geschlecht	👤👤	👤👤	👤👤	👤👤	👤👤
Jour. Ausbildung		🎓		🎓	🎓
Pol. Einstellung	🏛️ ←	🏛️ ←	🏛️ ←		🏛️ ←
Migrant:in	🚪	🚪		🚪	
Berufsverband		👥	👥		👥



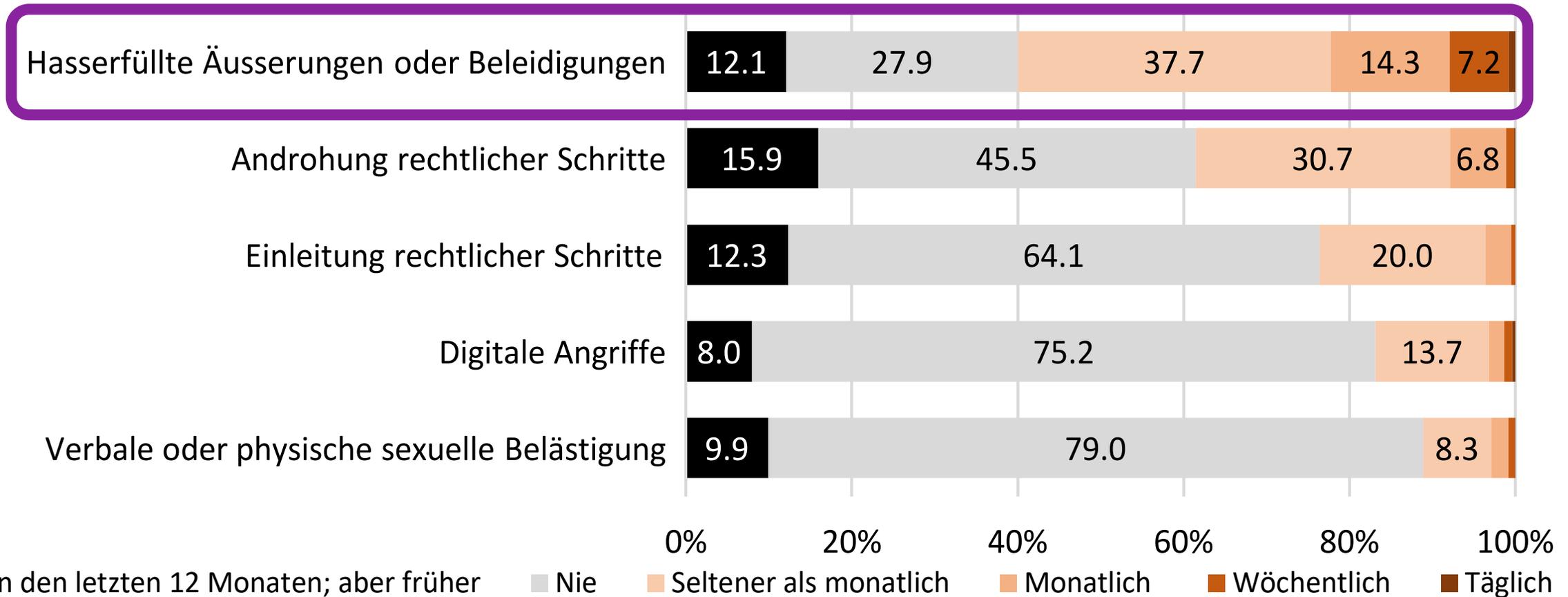
Bild: Die sündigen Medien. Karikatur von Hanspeter Wyss, erschienen im Nebelspalter (1989, Ausgabe 17)

A close-up photograph of a human eye. The iris is a light blue color. The pupil is dilated and reflects a vibrant, digital cityscape at night, with numerous bright white and yellow lights and blue lines suggesting a network or data flow. The background of the image is a solid, dark teal color.

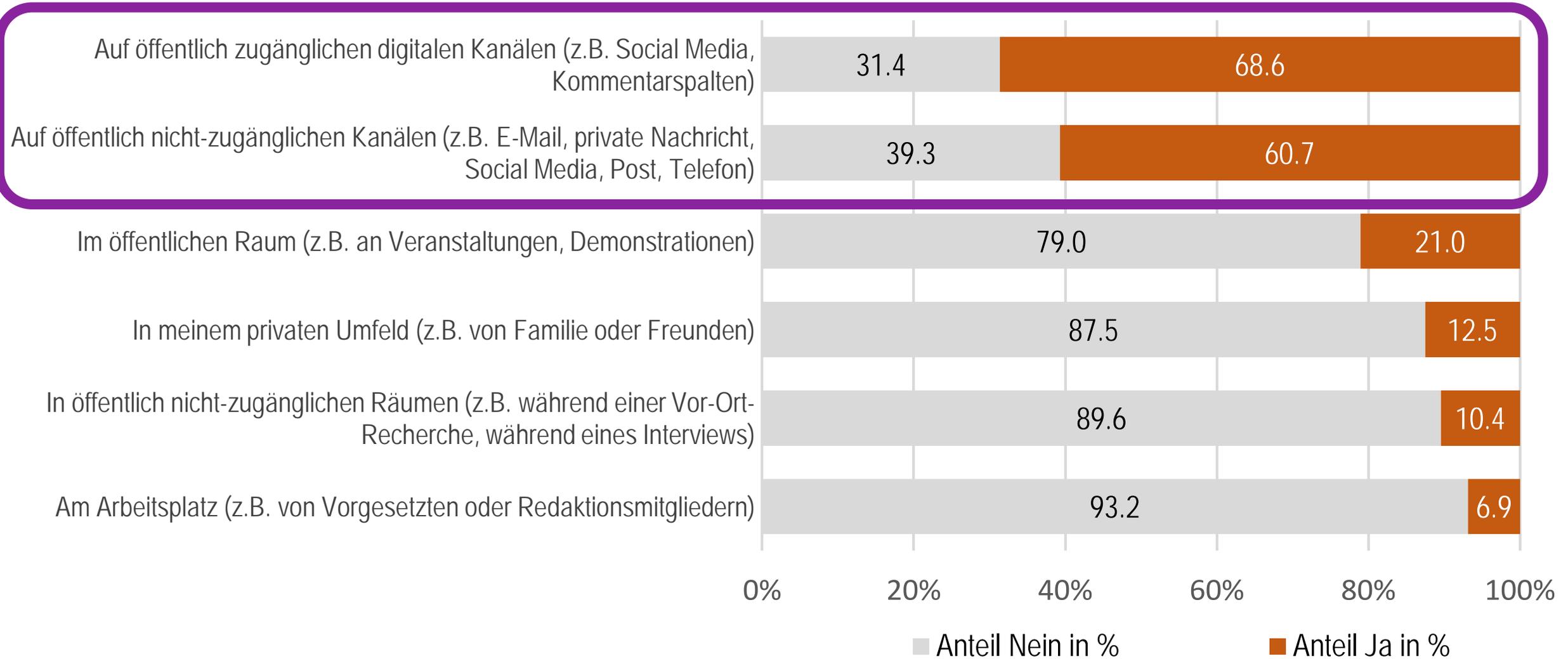
Belastungen und Bedrohungen

Belastungen und Bedrohungen (n = 1741)

Wie oft waren Sie in den letzten 12 Monaten während Ihrer journalistischen Arbeit konfrontiert mit ...



Hass und Beleidigungen: *Kanäle* (n = 1255)



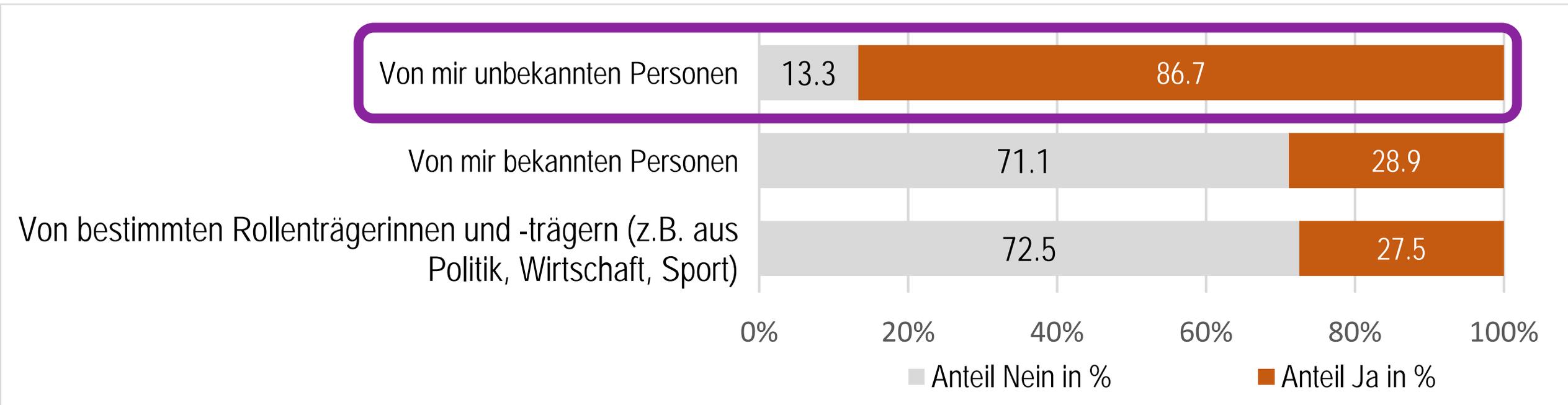
Wir lesen eure Hasskommentare 2024

Es ist wieder einmal so weit! Nehmt euch einen Tee oder ein Cüpli und lasst uns auf all die hasserfüllten Kommentare zurückblicken, die ihr uns dieses Jahr geschickt habt. Danke für nichts! (Eigentlich danke für die netten Kommentare. Und dafür, dass ihr watson so fleissig besucht und lest.)

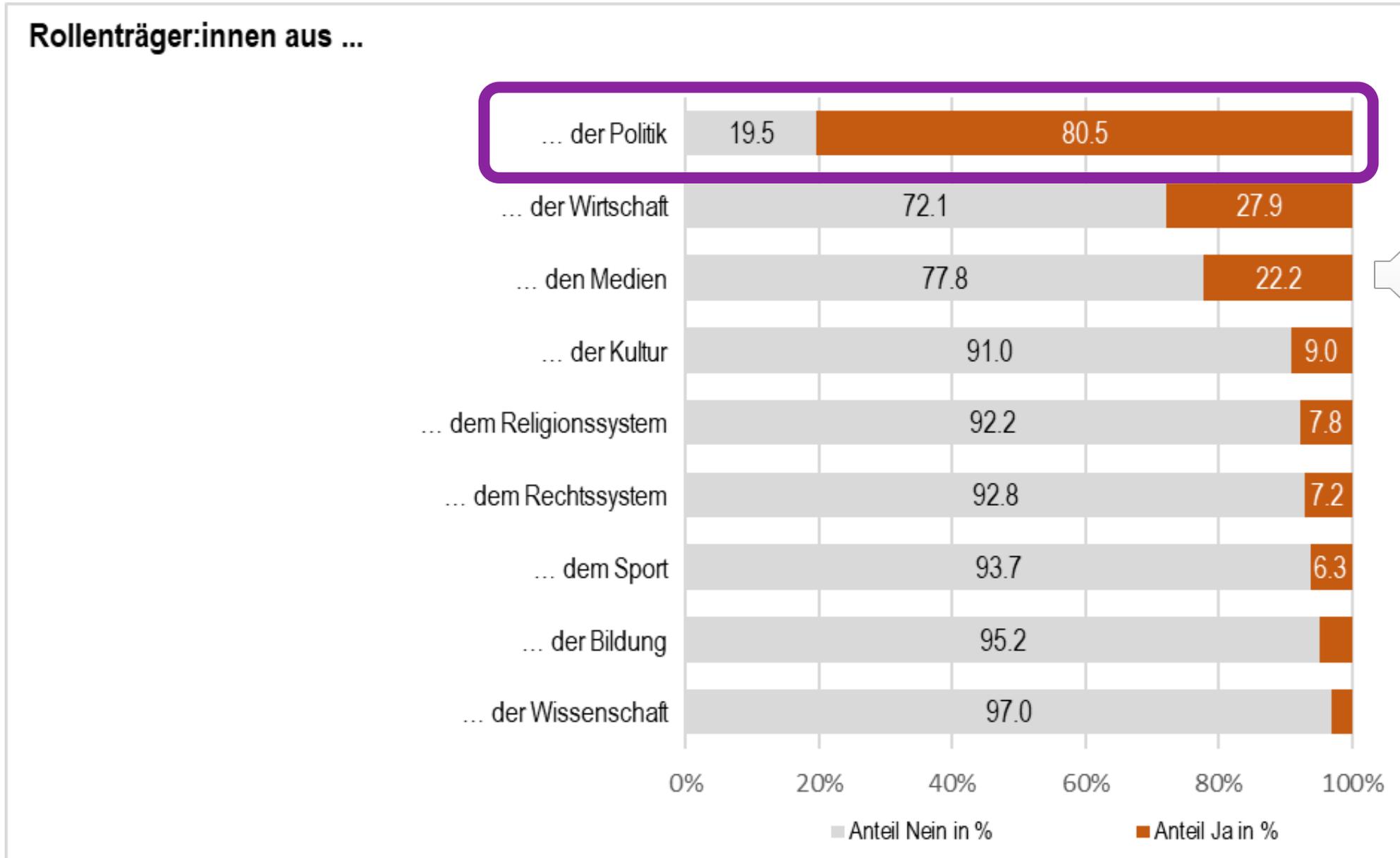
24.12.24 – 15:51

video: watson / michelle claus

Hass und Beleidigungen: *Quellen* (n = 1209)



Hass und Beleidigungen: *Herkunft* (n = 333)



Hass und Beleidigungen: Zielobjekt (n = 1255)

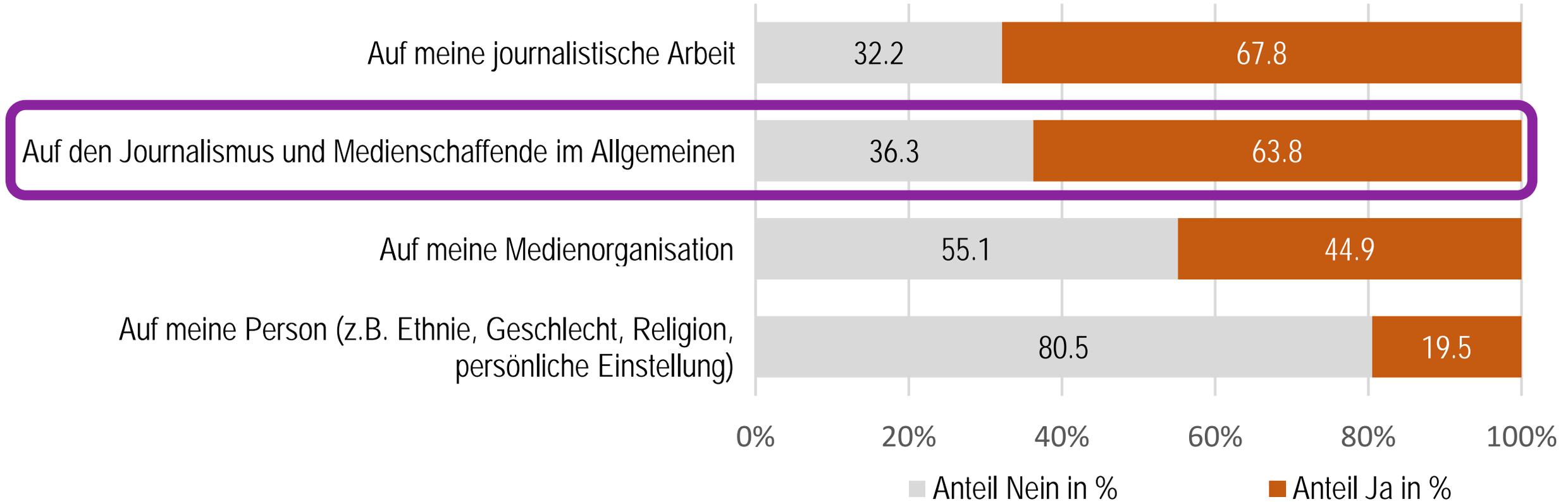




Bild: Vera Dübendrofer

Negative Betroffenheit

	Hass und Beleidigung	Androhung rechtlicher Schritte	Einleitung rechtlicher Schritte	Digitale Angriffe	Sexuelle Belästigung
Sprachregion	∩ (dt)	∩ (dt/fr)	∩ (dt)	∩ (dt/fr)	∩ (dt)
Öffentlich / privat			🏠 (ö)	🏠 (p)	
Hierarchie	👤 ↑	👤 ↑	👤 ↑	👤 ↑	
Einkommen	💰 ↑	💰 ↑	💰 ↑		💰 ↓
Rollenselbstbild	🧠	🧠	🧠		🧠
Investigativ	🔍	🔍	🔍	🔍	🔍
Alter		👤 ↑	👤 ↑		👤 ↓
Geschlecht	👤 👤	👤 👤	👤 👤		👤 👤
Jour. Ausbildung					
Pol. Einstellung	🏛️ →	🏛️ →	🏛️ →	🏛️ →	🏛️ ←
Migrant:in					
Berufsverband					

Negative Betroffenheit

	Hass und Beleidigung	Androhung rechtlicher Schritte	Einleitung rechtlicher Schritte	Digitale Angriffe	Sexuelle Belästigung
Sprachregion	U (dt)	U (dt/fr)	U (dt)	U (dt/fr)	U (dt)
Öffentlich / privat			ö (ö)	p (p)	
Hierarchie	↑	↑	↑	↑	
Einkommen	↑	↑	↑		↓
Rollenselbstbild					
Investigativ					
Alter		↑	↑		↓
Geschlecht	⊗	⊗	⊗		⊗
Jour. Ausbildung					
Pol. Einstellung	→	→	→	→	←
Migrant:in					
Berufsverband					

Zusammenhang zw. Bedrohungen und Wohlbefinden

	tiefere Wohlbefinden	weniger abschalten können	höheres Burnout- Risiko	häufiger Exit- Gedanken	mehr Sorgen
Hass und Beleidigung	+	+	+	+	+
Androhung rechtlicher Schritte	nein	+	+	+	+
Einleitung rechtlicher Schritte	nein	nein	nein	nein	+
Digitale Angriffe	nein	nein	+	+	+
Sexuelle Belästigung	+	+	+	+	+

Zusammenhang: Hassrede und Wohlbefinden

(Ergebnis der [Folgestudie](#); 300 an 7 Tagen Befragte)

Wer mindestens einmal **Hassrede** erlebt hat (167 Fälle), ...

... erlebt am betreffenden Tag **niedrigeres Wohlbefinden.**

... leidet an gedanklichem Kreisen um die Arbeit (**nicht abschalten** können).

... ist einem höheren **Burnout-Risiko** ausgesetzt.

Wie reagieren betroffene Journalist:innen?





Coping-
Strategien

Journalistische Coping-Strategien (n=1344)

Ich habe mir vor Augen geführt, welche gesellschaftliche Bedeutung meine Arbeit hat.

31.2

68.8

Ich habe die Quelle der Bedrohungssituation kontaktiert, um die Situation zu klären.

53.9

46.1

Ich habe nicht weiter über die Quelle der Bedrohungssituation berichtet.

71.3

28.8

Ich habe meine Online-Zeit (Surfen auf sozialen Plattformen) reduziert.

75.2

24.8

Ich habe versucht, durch Publikationen gesellschaftliche Aufmerksamkeit für den Vorfall zu erzeugen.

85.1

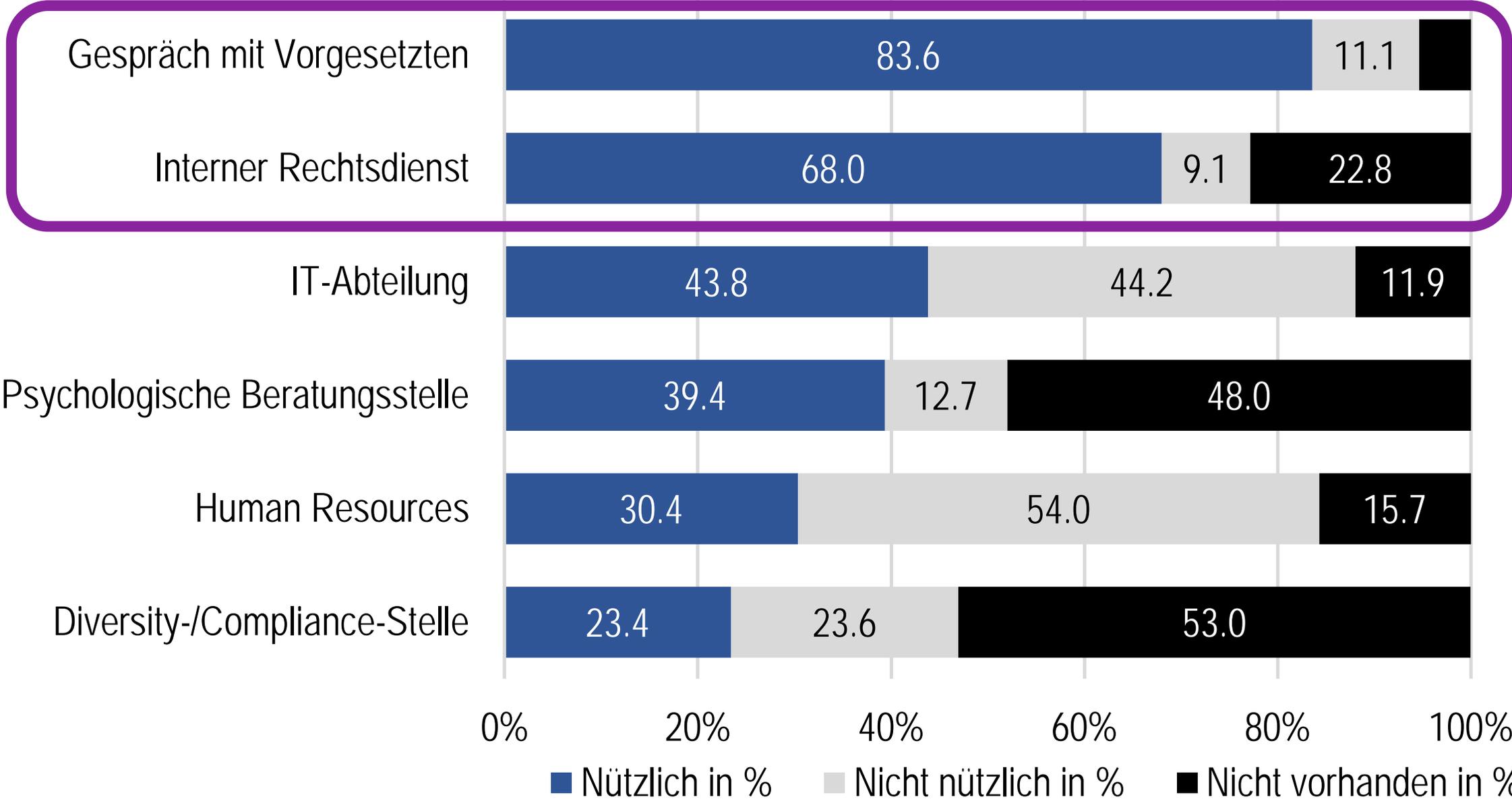
14.9

0% 20% 40% 60% 80% 100%

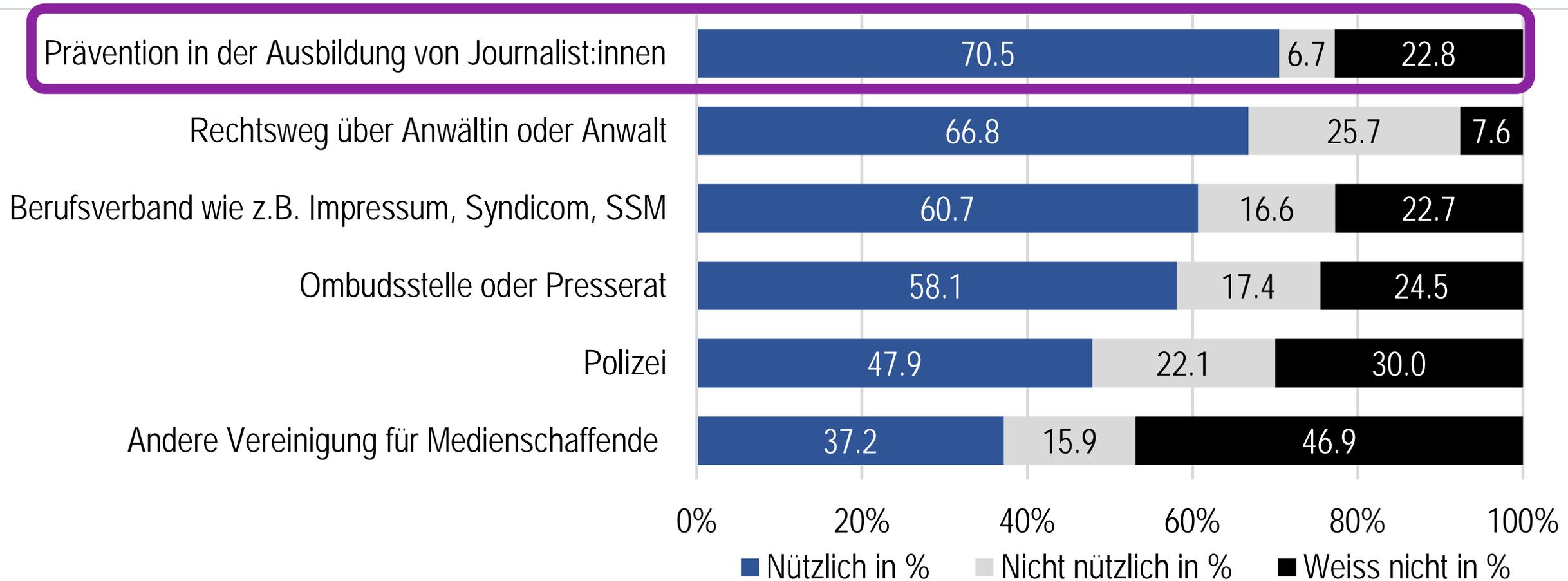
■ Anteil Nein in %

■ Anteil Ja in %

Nützlichkeit interner Anlaufstellen (n = 1675)



Nützlichkeit externer Anlaufstellen (n= 1628)



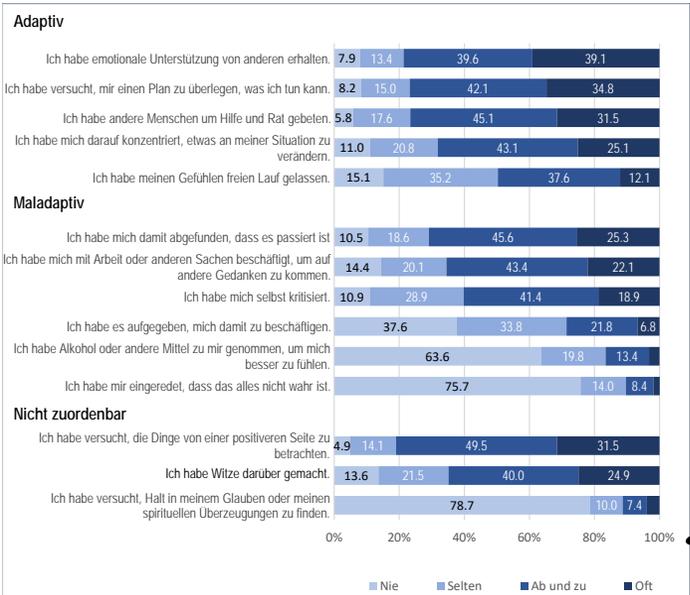
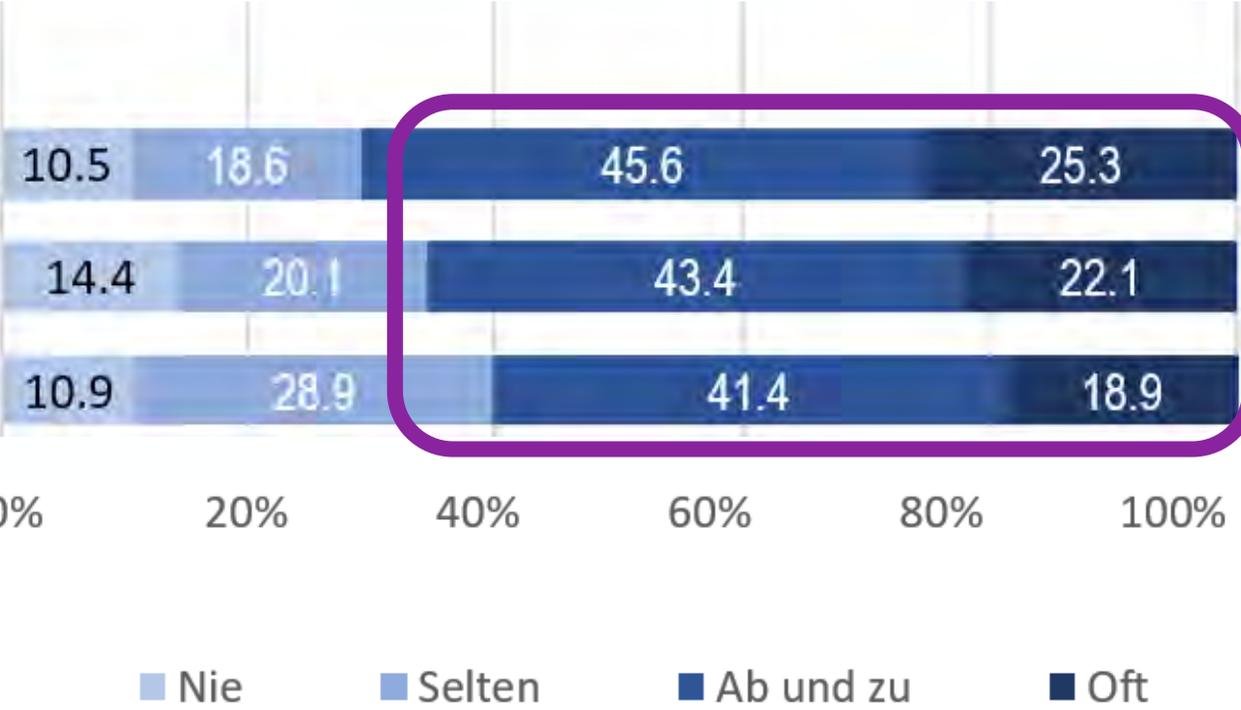
70.5% der Befragten betonen die Nützlichkeit der Prävention in der journalistischen Ausbildung



Individuelle Coping-Strategien: maladaptiv (n= 1692)

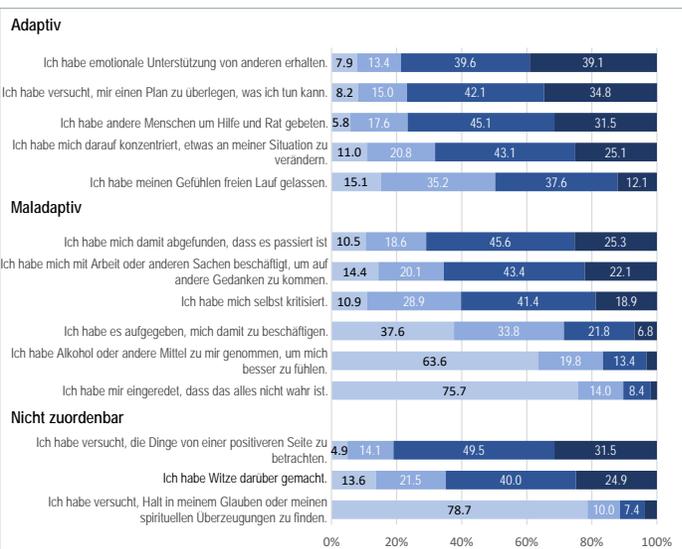
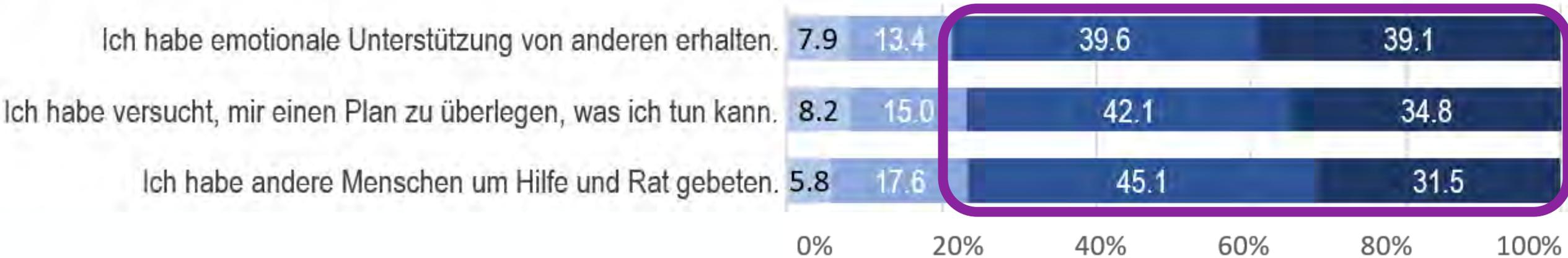
Maladaptiv

Ich habe mich damit abgefunden, dass es passiert ist
 Ich habe mich mit Arbeit oder anderen Sachen beschäftigt, um auf andere Gedanken zu kommen.
 Ich habe mich selbst kritisiert.



Individuelle Coping-Strategien: adaptiv (n = 1692)

Adaptiv



■ Nie ■ Selten ■ Ab und zu ■ Oft



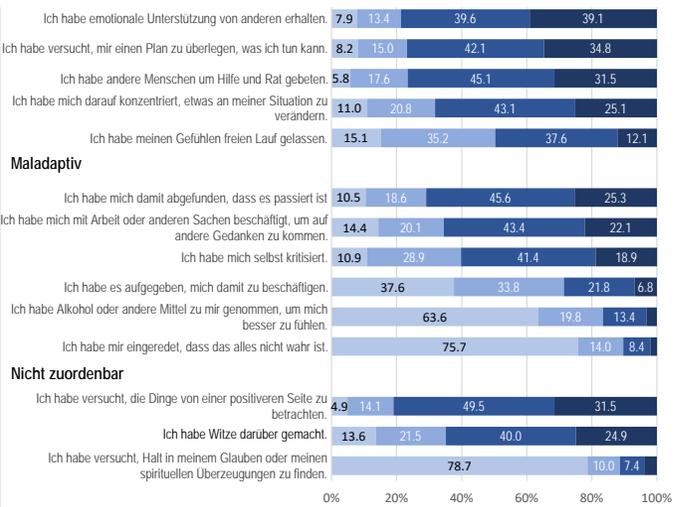
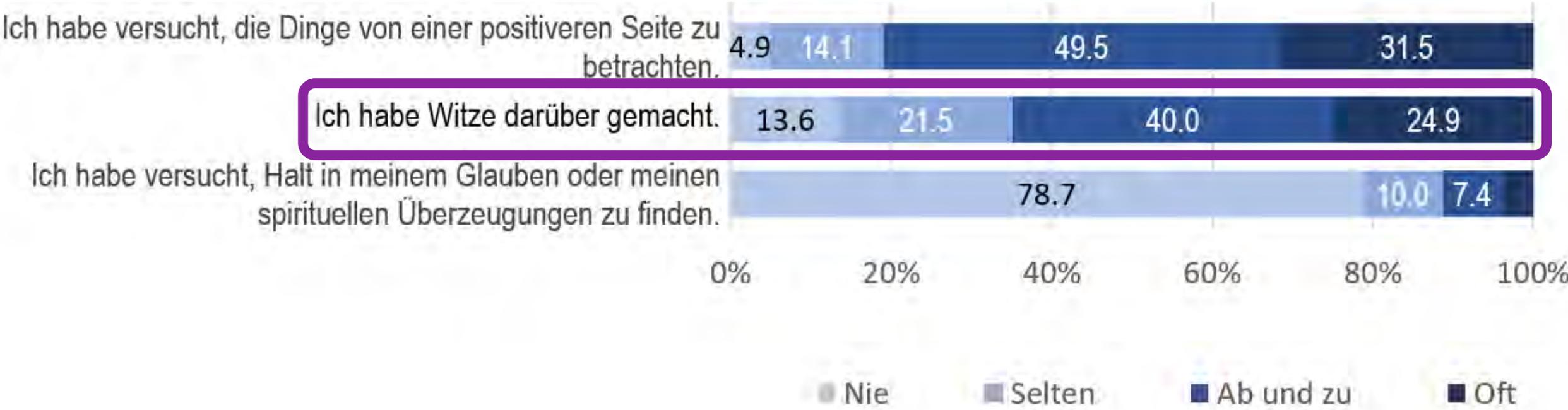
Zusammenhänge: Hassrede und individuelles Coping (Ergebnis der Folgestudie; 300 an 7 Tagen Befragte)

Journalist:innen, die während der Erhebungswoche Hassrede erlebt haben ...

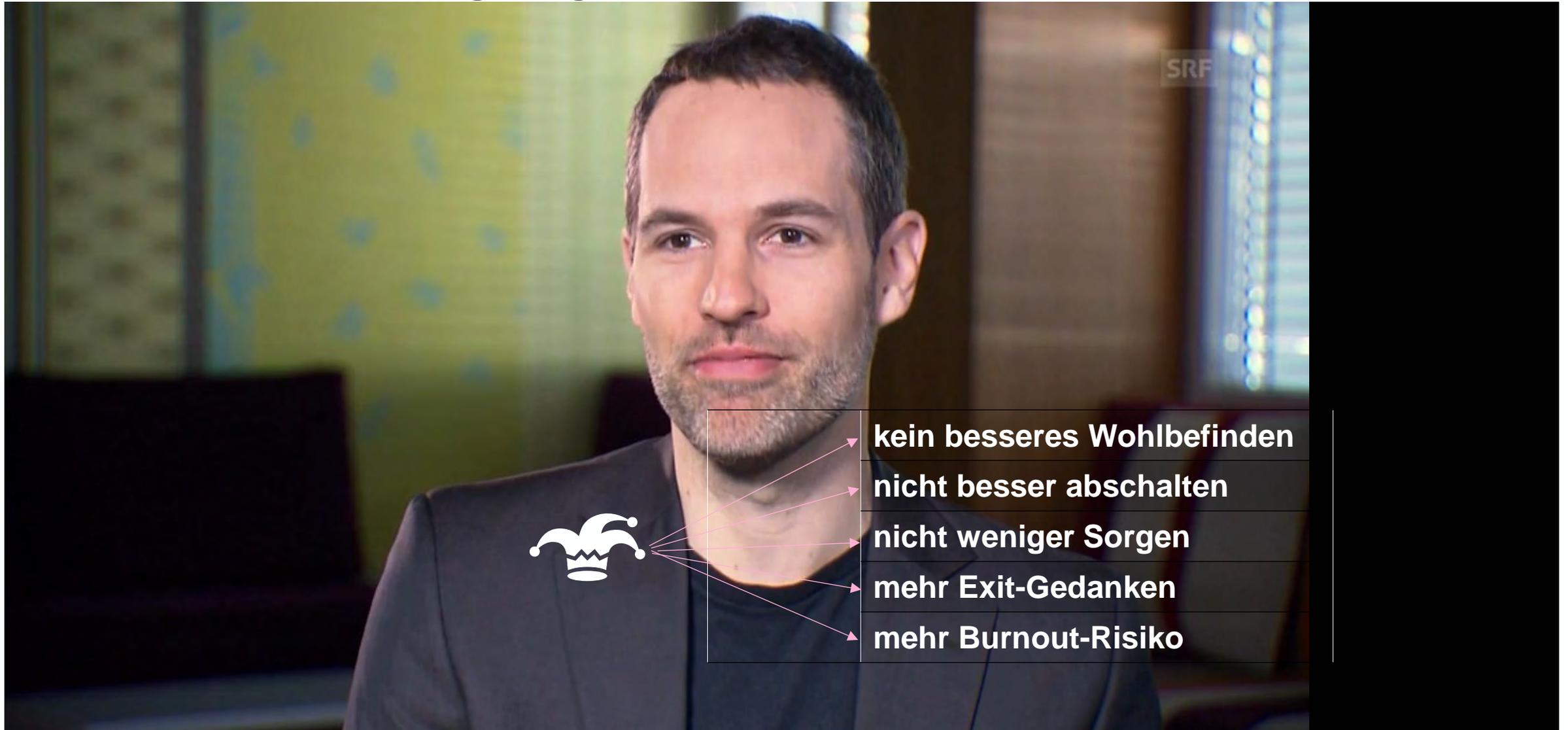
... setzen akzeptanzorientierte, kognitive und soziale Copingstrategien besonders häufig ein.

Vermeidende oder dysfunktionale Strategien spielen eine untergeordnete Rolle.

Individuelle Coping-Strategien: Witze (n= 1692)



Hass und Beleidigungen





Projektlead
Vinzenz Wyss



Projektmitarbeit
Louis Schäfer



Valery Wyss

Unterstützung
Mirco Saner



Filip Dingerkus