



# Mögliche Überforderung durch mediale Berichterstattung

Krisen wie Naturkatastrophen, Pandemien, Kriege sowie damit verbundene Energie- und Wirtschaftskrisen haben in den letzten Jahren deutlich zugenommen und ihre Auswirkungen sind mitten in unserer Gesellschaft spürbar. Kinder und Jugendliche kommen nicht nur über TV- und Radionachrichten oder Zeitungen mit diesen Themen in Berührung, sondern vor allem über Social-Media-Angebote. Auch wenn sie nicht direkt betroffen sind und die Folgen aktiv spüren, kann sich dies negativ auf Kinder und Jugendliche auswirken.



## Auswirkungen auf den psychischen und körperlichen Zustand

Für Kinder und Jugendliche kann es schwierig sein, das in Nachrichten Gesehene angemessen zu bewerten oder sich davon zu distanzieren. Besonders Darstellungen von Krisenereignissen können von Kindern und Jugendlichen anders wahrgenommen werden als von Erwachsenen. Sie versetzen sich häufig stärker in Situationen hinein, vor allem wenn die Bilder selbst Kinder und Jugendliche zeigen und das Gesehene somit noch näher an sie herantritt. Ebenfalls fällt es Kindern und Jugendlichen oftmals schwer einzuschätzen, welche Nachrichten bzw. Ereignisse tatsächlich Einfluss auf das eigene Leben haben und welche nicht.

Bilder und Berichte von Gewalt und Opfern in Nachrichten können dann überfordern, belasten und ein Gefühl der Ohnmacht auslösen. Auch Trennungs- und Verlassensängste können entstehen: Kinder befürchten häufig, dass das Gesehene z. B. auch die eigenen Eltern betreffen könnte. Grundsätzlich können mediale Informationen zu Krisen mit verschiedenen Gefühlen einhergehen: Es können Wut, Traurigkeit, Verzweiflung, Angst und Schuldgefühle auftreten. Dies wiederum kann z. B. mit Appetitlosigkeit, Reizbarkeit, Kraftlosigkeit, Schlafstörungen und in schlimmen Fällen sogar mit Panikattacken einhergehen.<sup>[1]</sup>

## Auswirkungen auf das soziale Wohlbefinden

Nachrichten über Krisen und die damit verbundenen Bilder können nicht nur das körperliche und psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen beeinflussen. Die mediale Berichterstattung über Krisen kann sich auch auf das individuelle, soziale Wohlbefinden auswirken. Es kann bei Kindern und Jugendlichen die Angst entstehen, dass die Krise direkten Einfluss auf das persönliche Umfeld nimmt und es so z. B. aufgrund von Kriegen zu Lieferschwierigkeiten und einem Mangel an Produkten kommen könnte. Auch Sorgen, die eigene Zukunft betreffend, können aufgrund von Krisen und der medialen Berichterstattung verstärkt auftreten. Denn gerade in der Pubertät machen sich Kinder und Jugendliche viele Gedanken über die eigene Zukunft und wohin es im Leben für sie gehen soll.



### Krisen und Ängste

Kinder und Jugendliche leiden als besonders vulnerable Gruppe am meisten unter den Auswirkungen von Krisen.<sup>[2]</sup> So findet sich laut einer Untersuchung an saarländischen Schulen aus dem Jahr 2022 bei den befragten Kindern und Jugendlichen ab 12 Jahren eine reduzierte gesundheitsbezogene Lebensqualität beruhend auf Ängsten sowie Depressionen, die mit Krisen in Verbindung stehen. Dabei ist die Klima-Krise, die hoffnungslos und hilflos machen kann, in Bezug auf Depressionen besonders hervorzuheben. Die Corona-Pandemie und der Angriffskrieg von Russland auf die Ukraine werden am stärksten mit Symptomen von Angststörungen in Verbindung gebracht. Ein geringer sozioökonomischer Status, sowie weibliches oder diverses Geschlecht können das Risiko für negative gesundheitsbezogene Auswirkungen erhöhen.<sup>[3]</sup>

## Was können Eltern tun?

Kinder und Jugendliche nehmen Nachrichten und Krisen ganz unterschiedlich wahr. Deswegen ist es besonders wichtig, auf Reaktionen des jeweiligen Kindes bzw. Jugendlichen zu achten, auf ihre Fragen einzugehen und immer das Gefühl zu vermitteln, als Eltern ansprechbar und zum Gespräch bereit zu sein. Es kann ebenfalls hilfreich sein, Kindern und Jugendlichen die Hintergründe einer Berichterstattung sowie die gezeigte Situation behutsam einzuordnen und dadurch etwaige Verunsicherungen zu nehmen. Wichtig ist, die Fragen, Sorgen oder Ängste der Kinder und Jugendlichen ernst zu nehmen. Altersgerechte Informationsangebote können ebenfalls nützlich sein, so z. B. logo! auf TikTok, Instagram und YouTube, die Nachrichten für Jugendliche entsprechend aufbereiten.<sup>[4]</sup>



### Quellenangaben

- [1] Maran, D. A.; Begotti, T. (2021): Media Exposure to Climate Change, Anxiety, and Efficacy Beliefs in a Sample of Italian University Students. In: International journal of environmental research and public health 18 (17). DOI: 10.3390/ijerph18179358.
- [2] Gossmann, E.; Erlewein, K.; Fegert, J. (2023): Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Krisenzeiten. Direkt und indirekte Auswirkungen und ihre Prävention. In: Nervenheilkunde 42, S. 685–692.
- [3] Lass-Hennemann, J.; Sopp, M. R.; Ruf, N.; Equit, M.; Schäfer, S. K.; Wirth, B. E.; Michael, T. (2023): Generation climate crisis, COVID-19, and Russia-Ukraine-War: global crises and mental health in adolescents. In: European child & adolescent psychiatry. DOI: 10.1007/s00787-023-02300-x.
- [4] FLIMMO: Kinder altersgerecht informieren.  
Internet: <https://www.flimmo.de/redtext/101245/Kinder-altersgerecht-informieren> [Stand: 01.08.2024].

Der Text basiert auf den Hintergrundinformationen der bereits bestehenden Materialien „Wenn Nachrichten Angst machen“ des Medienführerscheins Bayern und ist verfügbar unter [www.medienfuehrerschein.bayern](http://www.medienfuehrerschein.bayern). Die Entwicklung wurde gefördert durch die Bayerische Staatskanzlei.