

# *Vom Betroffenen zum Medienprofi ...*

Soll man persönliche (Krankheits-)  
Erfahrungen öffentlich machen?

---

**Rita Wüst**

Münchner Bündnis gegen Depression

*„Betroffene sollen offen über ihre  
Erkrankung reden können, ohne  
berufliche und soziale Stigmatisierung  
befürchten zu müssen.“*

Forderung der Deutschen DepressionsLiga,  
Vereinigung von depressiv Betroffenen & Angehörigen

*„Medien dürfen alles und müssen nichts.  
Keine Macht ist so illegitim  
wie die der Medien.“*

Martin Walser,  
deutscher Schriftsteller

*„Ich würde es mir dringend wünschen,  
dass es unter denen, die die Medien  
machen, eine Art Verschwörung gäbe,  
menschlich ermutigend zu sein.“*

Richard von Weizsäcker,  
ehemaliger deutscher Bundespräsident

# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

## Medienarbeit zum Thema Depression – Aus der Sicht der Medien



### Ziele:

- Nachrichtenwert (Neuigkeit und Information)
- Aktualität und
- Zielgruppenorientierung

Drei Informationswerte: Wissens- und Orientierungswert, Gebrauchs-/Nutzwert, Unterhaltungs- und Gesprächswert

### Wünsche:

Individuelle und exklusive Berichterstattung, „Trends“ setzen, Themen „entdecken“ (investigativer Charakter), Authentizität durch Bilder / Portraits / Geschichten

# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

## Medienarbeit zum Thema Depression – Aus der Sicht der Betroffenen



### Ziele:

- persönliche Erfahrungen weitergeben
- Hilfe für Andere
- Entstigmatisierung; Vorurteile abbauen/ausräumen
- „gewichtige“ (prominente) Betroffene einbinden
- Mutmacher-Funktion
- „Profis“ ansprechen
- Angehörige informieren
- Sozialkritik
- Information: „Kann jede/n treffen!“
- Sensibilisierung von Arbeitgebern

## Medienarbeit zum Thema Depression – Aus der Sicht der Betroffenen



### Wünsche:

- Artikel vor Veröffentlichung lesen/freigeben können
- Journalist/in soll persönliche Erfahrung haben
- weniger Sensation in den Berichten
- mehr positive Berichte: „Good News is best News“

# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

## Erfahrungen aus der Praxis

- Medienarbeit ist „Tagesgeschäft“
- Nachrichten- bzw. Neuigkeitswert
- Einzelne Ereignisse schlagen mediale Wellen!
- Die Zeit drängt (fast) immer ...
- ALV: Anschaulich, lebensnah, verkürzt!  
oder auch das KISS-Prinzip ...
- Viele Journalisten haben viele Themen!
- Interesse des Lesers / Zuschauers?

# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

## „Gute“ Medienarbeit: Abgleich von Zielen & Wünschen

- Gutes braucht Zeit!
- Persönliches Kennenlernen als Basis der Zusammenarbeit
- Keiner drängt! Betroffener und Journalist sind auf Augenhöhe!
- Erwartungen klar benennen: Anonymität / Pseudonym, Fotoauswahl, Druckfahne vor Veröffentlichung etc.
- Aber Achtung: Nur wörtliche Zitate müssen freigegeben werden!
- Rücksprache mit Familie / Freunde / Mitstreiter

## Beispiel: GEO - Magazin Mai 2011



Titel:

„Wie das Leben glückt“

Geschichten von Menschen, die auf „Umwegen“ zum „Glück“ kommen, „Hindernisse“ überwunden haben oder nach einem „Sturz“ aufgestanden sind.



münchner  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**

# »Anderen zu helfen hilft mir selbst«

DR. PETER STRACHE, 63, FRÜHRENTNER

Wäre mein Sohn nicht an jenem Herbstabend 2003 in mein Zimmer gekommen, ich würde heute nicht mehr leben. In meiner Nachtkommode lag schon eine tödliche Menge Tabletten bereit; ich wollte sie später nehmen und für immer einschlafen. Mein 18-jähriger Sohn ahnte davon nichts, aber er sah, dass es mir nicht gut ging. Ich sollte doch, rief er, erst einmal schlafen über meinen Problemen; morgens sehe alles oft ganz anders aus. Dann klopfte er mir auf die Schulter und ging. So rettete er mir, ohne es zu wissen, das Leben.

Zwei Jahre zuvor war ich in eine schwere Depression verfallen. Bis dahin war mir fast alles geglückt: Ich hatte eine erfüllte Kindheit verlebt, hatte eine Frau gefunden, die ich liebte und mit der ich bis heute verheiratet bin. Mein Studium der Zahnmedizin hatte ich als befriedigend empfunden; ebenso die Arbeit in der eigenen Praxis in München. Bei meinen Patienten war ich als einfühlsamer Zahnarzt bekannt und beliebt. 1999 verstarb überraschend mein bester Freund. Steigender Kostendruck und Bürokratie im Gesundheitswesen machten meine Arbeit immer schwieriger. Doch der entscheidende Grund für meine Depression lag wohl in der Familie: Schon mein Vater hatte schwer daran gelitten. Dass ich selbst erkrankt sein könnte, kam mir dennoch lange nicht in den Sinn – obwohl Druck und Angst mein Leben zusehends beherrschten. Ich suchte schließlich

einen Psychiater auf, doch der verschrieb mir nur Medikamente.

Am Morgen nach jenem Herbstabend 2003 ging es mir zwar nicht besser. Aber ich war imstande, einen Entschluss zu fassen. Ich folgte der Empfehlung eines Bekannten und ließ mich in die Berliner Charité einweisen. Die stationäre Psychotherapie dort half mir, mich

## *Man kann der Depression die Zähne ziehen*

erstmal bewusst mit meiner Krankheit auseinandersetzen. Als ich die Klinik sechs Wochen später verließ, hatte ich das Gefühl, der Depression gewissermaßen die Zähne gezogen zu haben.

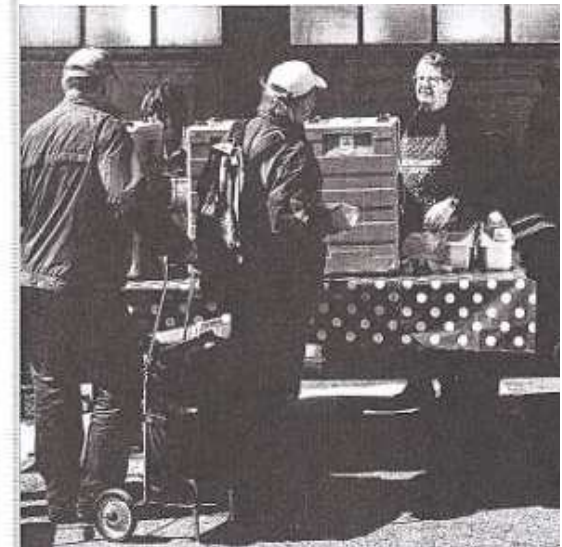
Dafür zahlte ich jedoch einen hohen Preis: Ich musste meine Praxis aufgeben und, mit 60 Jahren, in Frührente gehen. Ohne den Beistand meiner Frau hätte ich das nicht geschafft. Die Arbeit mit den Patienten, ihr Vertrauen, ihre Anerkennung – das fehlte mir sehr.

Doch dann begann ich, mich ehrenamtlich zu engagieren: im „Münchener Bündnis gegen Depression“, später auch bei der Münchner Tafel. Mehrmals in der Woche helfe ich mit, rund 18 000 Bedürftige mit Essen zu versorgen. Ich rede viel mit den Menschen dort, und manchen kann ich, glaube ich, auch helfen. Das wiederum hilft mir: Indem ich andere stabilisiere, stabilisiere ich auch mich selbst.

münchener  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**

Beispiel:

GEO-  
Magazin  
Mai 2011



# Themenübersicht



1. Medienarbeit zum Thema Depression: Ziele und Wünsche
  - Aus der Sicht der Medien
  - Aus der Sicht der Betroffenen
2. Erfahrungen aus der Praxis
3. „Gute“ Medienarbeit, wie geht das?
4. Zusammenschau & (persönliches) Fazit

*„Keine Öffentlichkeit um jeden Preis –  
der Schutz des Einzelnen steht **IMMER**  
im Vordergrund.“*

*Erfolgreiche Medienarbeit kann nur im  
engen und vertrauensvollen Austausch  
zwischen Journalisten  
und Betroffenen gelingen.*

*Auf Wunsch des Betroffenen begleiten,  
vermitteln und unterstützen wir.“*

Das Selbstverständnis des  
Münchener Bündnis gegen Depression e.V.