

Michael Bodin

Ausgebrannt...

# Journalistik

## Forschungsimpulse für die Praxis

Herausgegeben von  
Horst Pöttker und Günther Rager

Journalistik als Wissenschaft gibt es in der Bundesrepublik Deutschland seit Mitte der siebziger Jahre. Anfangs ging es der neuen Disziplin vor allem darum, von der journalistischen Praxis zu lernen. Mittlerweile besinnt sich die Journalistik auf ihren Charakter als innovative Wissenschaft, die dem Journalismus Impulse geben kann. Jahr für Jahr werden Untersuchungen vorgelegt, die der Aufgabe des Journalistenberufs dienen, Öffentlichkeit herzustellen – so, wie die medizinische Forschung der ärztlichen Aufgabe des Heilens dient.

Die Reihe „Journalistik – Forschungsimpulse für die Praxis“ präsentiert Forschungsergebnisse, die der journalistischen Praxis Anstöße für Verbesserungen geben können. Der Absolventen-Verein des Instituts für Journalistik der Universität Dortmund vergibt pro Semester den „Will-Schaber-Preis“ für journalistikwissenschaftliche Arbeiten, deren Veröffentlichung im Sinne der Reihe förderungswürdig ist. Der Journalist Will Schaber, während der NS-Herrschaft ins amerikanische Exil gegangen und dort maßgeblicher Mitarbeiter der Zeitschrift „Aufbau“, hat die dienende Rolle der Wissenschaft für die Berufspraxis gesehen: „Ich bin der Auffassung, dass eine Schule für Journalistik keinen Chefredakteur erzeugt, nur einem geborenen Chefredakteur helfen kann.“ Trotz der Förderung durch den Schaber-Preis steht die Reihe auch Forschungsarbeiten offen, die nicht in Dortmund entstanden sind.

Michael Bodin

# Ausgebrannt...

*Über den „Burnout“  
im Journalismus*

*Ursachen und Auswege*

Westdeutscher Verlag

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme  
Ein Titeldatensatz für diese Publikation ist bei  
Der Deutschen Bibliothek erhältlich

Alle Rechte vorbehalten

© Westdeutscher Verlag GmbH, Wiesbaden, 2000

Der Westdeutsche Verlag ist ein Unternehmen der  
Fachverlagsgruppe BertelsmannSpringer.



Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

[www.westdeutschervlg.de](http://www.westdeutschervlg.de)

Höchste inhaltliche und technische Qualität unserer Produkte ist unser Ziel. Bei der Produktion und Verbreitung unserer Bücher wollen wir die Umwelt schonen: Dieses Buch ist auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die Einschweißfolie besteht aus Polyäthylen und damit aus organischen Grundstoffen, die weder bei der Herstellung noch bei der Verbrennung Schadstoffe freisetzen.

Umschlaggestaltung: Horst Dieter Bürkle, Darmstadt  
Redaktionelle Bearbeitung: Volker Uphoff

ISBN-13: 978-3-531-13448-2 e-ISBN-13: 978-3-322-85126-0  
DOI: 10.1007/978-3-322-85126-0

*Für Janosch und Jonathan*

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Vorwort des Autors .....</b>	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Einleitung: Burnout im Journalismus .....</b>	<b>13</b>
<b>3</b>	<b>Burnout, Stress und Arbeits(un)zufriedenheit.....</b>	<b>15</b>
	3.1 Hochkonjunktur eines Begriffs.....	15
	3.2 Stress und verwandte Konzepte.....	21
<b>4</b>	<b>Journalismus und Burnout .....</b>	<b>27</b>
	4.1 Journalismus und JournalistInnen als Gegenstand der Forschung.....	30
	4.2 Zusammenhänge von journalistischer Arbeit und Burnout.....	33
	4.2.1 Arbeitszufriedenheit.....	34
	4.2.2 Stressfaktoren im Journalismus .....	40
	4.2.3 Rollenselbstbild der Journalisten .....	45
	4.2.4 Zynismus, Journalismus und Burnout .....	48
<b>5</b>	<b>Anlage einer Studie zu Burnout und Stress bei Journalisten .....</b>	<b>51</b>
	5.1 Forschungsfragen und Hypothesen .....	51
	5.1.1 Forschungsfragen .....	51
	5.1.2 Hypothesen .....	52
	5.2 Methode und Sample .....	53
	5.3 Entwicklung des Fragebogens.....	55
	5.4 Das Sample .....	57

<b>6</b>	<b>Ergebnisse: Burnout und Stress bei Journalisten .....</b>	<b>62</b>
6.1	Methodische Vorbemerkungen.....	62
6.2	Burnout-Wert .....	65
6.2.1	Unterschiede zwischen den Geschlechtern.....	68
6.2.2	Unterschiede zwischen den Medien.....	69
6.2.3	Burnout-Wert nach Alter .....	70
6.2.4	Burnout-Wert nach Lebensform .....	71
6.2.5	Zusammenfassung.....	71
6.3	Stress im Journalismus.....	72
6.3.1	Stress und Burnout.....	76
6.3.2	Stress, Burnout und Motivation.....	79
6.3.3	Stressverarbeitung und Burnout .....	80
6.4	Der journalistische Anspruch.....	82
6.5	Einflüsse und Handlungsspielraum .....	84
6.6	Feedback.....	87
6.7	Arbeitszufriedenheit, Burnout und Stress .....	93
6.8	Unterschiede zwischen Männern und Frauen .....	96
6.9	Die „Ausgebrannten“ .....	100
6.10	Zusammenfassung und Prüfung der Annahmen.....	102
<b>7</b>	<b>Wege aus der Krise.....</b>	<b>106</b>
7.1	Arbeitsorganisation.....	107
7.2	Führungsstil, Unternehmenskultur und interne Kommunikation .....	113
7.3	Reflexion und Supervision .....	116
7.3.1	Seminarangebote.....	117
7.3.2	Supervision.....	118
7.4	Individuelle Gegenstrategien .....	120
7.5	Zusammenfassung.....	121

---

<b>8 Resümee und Ausblick.....</b>	<b>124</b>
Literatur .....	128
Abbildungen.....	137
Sachregister .....	138
Namenregister .....	143



## 1 Vorwort des Autors

„Burnout bei JournalistInnen? Klar gibt es das.“ Dies war die häufigste Reaktion von JournalistInnen, mit denen ich über diese Thema sprach. Viele wußten auch gleich von einem/einer oder mehreren ihrer Meinung nach „ausgebrannten“ KollegInnen zu berichten, und einige meinten auch, sie selbst seien betroffen. Eigentlich hätten sie etwas anderes gewollt, als sie JournalistIn wurden, nicht diese permanente Alltagsroutine, die noch dazu mit erheblichem Stress durch Zeitdruck verbunden ist. Ein Journalist berichtete, dass er mit immer mehr Arbeit „zugeschmissen“ werde und kaum noch zu dem komme, was ihm eigentlich wichtig sei. Wenn er viel leiste, werde ihm noch mehr Arbeit übertragen, und am Ende leide darunter auch die Gesundheit.

Zum erstenmal erfuhr ich von Verwandten, die in Helferberufen arbeiten, etwas über Burnout. Meine eigenen Erfahrungen mit redaktioneller Arbeit vermittelten mir den Eindruck, dass Burnout auch für JournalistInnen ein relevantes Problem darstellen könnte. Bei der Literaturrecherche fand sich erstaunlich wenig berufsspezifisches Material. Stress und Burnout ist in vielen Berufen ausführlich untersucht worden, im Journalismus bislang aber kaum. So stieß ich zunächst nur auf die älteren Arbeiten zum Stress bei Journalisten von Fischer (1981) und zur Arbeitszufriedenheit bei Journalisten von Neverla (1979). Weiteres Material ließ sich in älteren und neueren Journalistenstudien finden, die Arbeitszufriedenheit sowie berufliche Belastungen als „Nebenprodukt“ analysierten. Kurz vor Abschluß dieser Arbeit erfuhr ich von einer Bamberger Studie, die Stress im Journalismus und auch Burnout behandelt (vgl. Böhme-Dürr & Schemann 1996). Die Auswertung der Daten war zu diesem Zeitpunkt noch nicht abgeschlossen. Erste Informationen von Karin Böhme-Dürr über ihre Ergebnisse aber konnte ich noch aufnehmen.

Die JournalistInnen, die ich zum Burnout befragt habe, waren trotz der persönlichen Thematik sehr auskunftsbereit. Viele nutzten die offenen Antwortmöglichkeiten für zusätzliche Angaben, und es gab nur sehr wenige Auskunftsverweigerungen. Ein Rücklauf von rund 30 Prozent der versandten Fragebögen kann angesichts der anonymen Verteilung über KollegInnen und RedaktionsleiterInnen und des Verzichts auf Erinnerungsaktionen als zufriedenstellend betrachtet werden.

Im Text werden soweit wie möglich die weiblichen und männlichen Wortformen, bzw. die Kurzform des großen „I“ verwendet. Leider existiert zur Zeit aber noch kein Modell, das beide Geschlechter berücksichtigt, ohne umständliche Formulierungen hervorzubringen. Wo es für den Lesefluss geboten schien, habe ich die (noch) gebräuchliche männliche Form verwendet.

Ich danke allen, die einen Fragebogen ausfüllten oder Fragebögen weitergaben, für ihre Mühe und die Bereitschaft zur Teilnahme an dieser Untersuchung.

Recklinghausen, im Juni 1998

Michael Bodin