

# Gegen die Panik

Tipps für den Umgang mit sozialen Medien,  
um in heiklen Situationen nichts Falsches zu verbreiten

SZ-Reihe Medienbildung – 6

- (1) Ich weiß, dass von mir weitergereichte Infos vor allem von Freunden geglaubt werden. Damit ich meinen Freunden nichts Falsches erzähle, auch nicht aus Versehen, poste ich nicht einfach so drauf los. Gerade dann, wenn die Lage besonders heikel und unüberschaubar ist.
- (2) Bevor ich etwas veröffentliche oder an meine Freunde schicke, atme ich dreimal tief durch – und suche mindestens zwei verlässliche Quellen (zum Beispiel die Polizei) für das, was ich woanders gelesen oder gehört habe.
- (3) Ich verbreite keine Gerüchte! Ich halte mich nur an bestätigte Informationen und versuche gerade nicht, herumzuspekulieren. Ich halte mich an offizielle Stellen wie die Polizei oder Rettungsdienste, an seriöse Medien und an Accounts, die ich kenne und einschätzen kann, die als seriös anerkannt sind!
- (4) Ich poste, retweete und verbreite keine Texte, Bilder und Filme, von denen ich nicht weiß, woher sie kommen und wer dahinter steht. Wenn Schlimmes passiert, sind im Internet leider auch Betrüger unterwegs, die mit Absicht Fotomontagen und bewusste Lügen verbreiten. Ich bin vorsichtig und halte mich fern von denen, indem ich nichts weiterschicke, was ich nicht kenne.

- (5) Infos und Fotos von einer Tat, die ich habe oder bekomme, gebe ich der Polizei. Ich stelle solche Infos und Fotos nicht ins Internet. Vor allem dann nicht, wenn ich damit die Menschenwürde der Opfer verletze oder gar den Tätern helfe.
- (6) Ich achte darauf, dass ich nicht sofort und unüberlegt drauflos schreibe, wie sich Probleme angeblich ganz einfach lösen ließen. Meistens gibt es eben keine einfachen Lösungen. Und ich gebe niemandem auf die Schnelle, einfach so, die Schuld, wenn die Lage noch gar nicht klar ist. Ich verbreite keine einseitigen Schuldzuweisungen, auch nicht von anderen, weder durch Retweets oder Zitate noch sonst irgendwie.
- (7) Egal wie schlimm die Lage sein mag: Ich versuche, nicht in Panik verfallen! Und ich versuche, nicht dazu beizutragen, dass sich Angst verbreitet. Das ist ja gerade das Ziel von Terror: Angst und Hass zu verbreiten. Da mache ich nicht mit! Ich versuche ganz im Gegenteil, ruhig zu bleiben und durch mein eigenes Verhalten zu einer gewissen Ruhe in sozialen Medien beizutragen.

# Medienbildung: Gegen die Panik

## Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

Dirk von Gehlen  
Klaus Ott

Süddeutsche Zeitung  
Hultschiner Straße 8  
81677 München

[Dirk.vongehlen@sz.de](mailto:Dirk.vongehlen@sz.de)  
[Klaus.Ott@sueddeutsche.de](mailto:Klaus.Ott@sueddeutsche.de)