

3. Joël C. Boukris: *Mediernes frygtformidling terroriserer befolkningen*

Teksten er et debatindlæg bragt 31. juli 2020 på hjemmesiden POV, der bringer artikler om bl.a. politik, samfundsforhold og kultur. Joël Boukris er født i 1979 og uddannet psykolog.

Siden coronakrisens begyndelse i marts har de fleste medier ikke gjort meget andet end at terrorisere den danske befolkning. Dette ved på daglig basis at eksponere læsere, seere og lyttere for frygt, afmagt og uvished. Men medierne bliver nødt til at tage ansvar for folks trivsel og nedtone frygtfortællingen.

5 Det er november, og årstallet er 2015. Jeg sidder ude i sminkerummet hos TV2 News, netop hjemkommet fra Paris. Jeg har fået et papir med de spørgsmål, som journalisten vil komme ind på, bl.a. hvordan folk kan mindske deres frygt – altså undgå at blive terroriseret af terroren – efter angrebene i Paris på bl.a. Bataclan¹ nogle dage forinden.

Det oplagte svar er: stop med at følge med i nyhederne. Jeg spørger sminkøsen, om jeg kan tillade mig at svare, at folk skal slukke for TV2 News. Hun svarer, “Ja! Gør det!”

Krisepsykologien har jeg nogenlunde styr på, men at styre en samtale med en journalist på live-TV er ikke min stærke side, og da journalisten ikke stiller spørgsmålet alligevel, men vælger en anden vinkel, får jeg desværre aldrig givet mit råd videre.

Frygtfortællingen er alle steder

Vores mentale liv og helbred har stort set været fraværende i diskussionen om coronakrisen, og jeg har derfor ingen forventning om at blive inviteret tilbage i studiet. Jeg mener dog, at kritikken af medierne er mere berettiget end nogensin-
20 de. For siden coronakrisens begyndelse i marts har de fleste medier ikke begået meget andet end at terrorisere den danske befolkning. Det har de gjort ved hver dag at eksponere læsere, seere og lyttere for frygt, afmagt og uvished.

Min profession handler i udstrakt grad² om at hjælpe mennesker med at håndtere mange slags frygt og angst, men hverken jeg eller mine fagfæller kan hamle op med den massive frygtformidling, som medierne disker op med³.

Der findes et utal af fænomener i vores samfund og i livet, der kan gøre os bange, og medierne har altid levet højt på at føde vores frygt ved at viderebringe information om de ting, som er (potentielt) farlige. Her til morgen kunne jeg i radioen høre, at man spekulerer over en mulig anden bølge af covid-19, et spørgs-
30 mål der nu dukker op hver eneste dag, uden at vi bliver en millimeter klogere. Jeg har hørt om potentielle hjerneskader efter sygdommen, og jeg har sammen med

¹ *Bataclan*: Under en terroraktion skød og dræbte bevæbnede gerningsmænd gæster på spillestedet Bataclan i Paris i november 2015. Samtidig angreb terrorister andre steder i Paris. 129 mennesker blev dræbt.

² *i udstrakt grad*: meget

³ *at diske op med*: at fortælle

resten af Danmark været vidne til at mediernes sendeflade nærmest konstant har handlet om diverse aspekter af virus.

Frygtfortællingen og afmagten er allestedsnærværende. Selv de stemmer, der taler imod nedlukning ved at fokusere på konsekvenserne for økonomien, forsøger at konkurrere i frygt, økonomisk frygt.

En appel

Når vi som mennesker igen og igen tudes ørerne fulde⁴ af frygt, så påvirker det vores følelsessystem. Vores angstcenter bliver hele tiden aktiveret, og vores opmærksomhed søger hen mod mere information om det emne, vi frygter. Det er en strategi, der skal hjælpe os til at få “styr” på faren. Problemet her er, at ingen har styr på faren. Informationerne er spekulative og uroskabende.

Når retningslinjerne igen og igen ændres, når der bliver talt om mutationer, om sygdom uden symptomer, ukendte senfølger⁵, ukendte økonomiske konsekvenser, smitteantal uden kontekst, ukendte smittebølger osv., så ligger det i sagens natur, at vi vil have meget svært ved at få styr på det – det er jo ukendt, og vi kan ikke kontrollere det.

Derfor søger vores opmærksomhed hen mod nyhedskanalerne, den forsøger at få kontrol og overblik, men det lykkes ikke. Det er en umulig opgave, som vi alligevel bliver ved med at forsøge at løse – samtidig med at medierne gør lige præcis alt det, som forstærker vores angstdrevne adfærd.

Man kunne ønske sig, at mediernes redaktører var mere samvittighedsfulde i deres arbejde, og det er min appel: I bliver simpelthen nødt til at begynde at interessere jer for, hvad der sker med de mennesker, som I udsætter for jeres frygtskabende nyheder.

Jeg har tidligere hørt journalister indvende, at de ikke skaber virkeligheden, men blot beskriver den. Man kalder det vist “tilstræbt objektivisme⁶”. Man behøver dog bare at spørge enhver gymnasielev, om der virkelig findes objektiv journalistik for at forstå, at det er en illusion. Man bør i stedet lytte til de mere progressive fagfæller, der har kastet sig over den konstruktive journalistik⁷ – de har forstået, hvad mennesker har behov for.

Følgerne kaster lange skygger

Medierne bliver nødt til at tage ansvar for folks trivsel, og det gør I bare ikke nok! I gør det heller ikke, når I så ukritisk lader Folketinget vedtage covid-19-lovgivning. Følgevirkningerne af nedlukningen skal ikke måles i penge – penge er blot et middel til noget langt vigtigere, nemlig trivsel og livskvalitet.

Den skal heller ikke måles i liv – livet er et fundament, men det er først rigtig værd at leve, hvis det har (selv)oplevet mening. Vi kan således se – og se frem til – børn, der udvikler angst, børn, der lider under dårlige forældre, børn og unge, der isoleres og mister evnen til at være sammen med andre, en voldsom forøgelse af

⁴ *at tudes ørerne fulde*: at få noget at vide igen og igen

⁵ *en senfølge*: et uønsket symptom længe efter en sygdom

⁶ *tilstræbt objektivisme*: et forsøg på at være helt neutral

⁷ *konstruktiv journalistik*: nyhedsformidling med fokus på at beskrive løsninger og muligheder og på at formidle det, der lykkes

ensomhed, ældre, der lever deres sidste tid bange og afsondret fra deres kære, børnehæbørn, der udvikler kronisk eksem, somatisk eller psykisk syge, der ikke tør opsøge hjælp, flere alvorlige livsstilssygdomme, folk der udvikler angst for at tage på arbejde (for at blive smittet eller smitte andre), en endnu mere ekskluderende samværskultur⁸, forøget stress pga. konstante ændringer i arbejdsforholdene eller umulige krav.

Vi taler om fænomener, som ikke blot viser sig i en kort periode, men som kan strække sig henover et helt liv, hvis man ikke får hjælp. Hvor er dækningen af disse følger?

⁸⁰ **En sort/hvid debat**

Debatten om covid-19 og de såkaldte forebyggende tiltag har uheldigvis været sort/hvid. Det har været forstået, at enten gjorde vi alle de her tiltag, eller også ville vi dø i massevis. Argumenterne for at gøre, som vi har gjort, har også været, at så døde kun x antal modsat åbne lande som fx Sverige. Det er nærmest sådan, ⁸⁵ at et liv, der foreløbigt har undgået corona, berettiger hvad som helst, for intet står højere end et liv uanset kvaliteten af livet. I dette argument drukner alle de tidligere nævnte følger.

(...)

I, medierne, har en opgave, der ikke alene består i at stoppe med at terrorisere os, men også at bringe spørgsmål og stemmer ind i debatten, der på konstruktiv vis kan gøre debatten frodigere, rigere og mere livsbekræftende. Hermed min ⁹⁰ appel til jer om at gøre det bedre for samfundet, og alle os der lever i det.

⁸ *ekskluderende samværskultur*: måder at være sammen på, der udelukker nogle personer