

KATHARINA NOCUN  
PIA LAMBERTY

# TRUWE FACTS

WAS GEGEN  
VERSCHWÖRUNGSErzÄHLUNGEN  
WIRKLICH HILFT

QUADRIGA

# Inhalt

Cover

Über dieses Buch

Über die Autorinnen

Titel

Impressum

Widmung

Einleitung

Die Psychologie des Verschwörungsglaubens

Eine Impfung gegen Verschwörungserzählungen?

Verschollen im digitalen Kaninchenbau

Wie man Argumente gut zur Geltung bringt

Wenn inhaltliches Diskutieren nichts mehr bringt

Wie sage ich es? Tipps zur Gesprächsführung

Alle irre? Psychische Erkrankungen und  
Verschwörungsglaube

Digitale Zivilcourage

Verschwörungsideologien als Gefahr für die Gesellschaft

Nachwort

Quellen- und Literaturverzeichnis

# Über dieses Buch

Im Alltag passiert es erstaunlich oft, dass wir mit Verschwörungserzählungen konfrontiert werden. Ob mit einem Freund in der Kneipe, der über die zu erwartende »Impfpflicht« referiert, ein Kollege, der davon überzeugt ist, dass uns die »Lügenpresse« manipuliert oder der Bruder, der die »Pharmalobby« für alle Erkrankungen verantwortlich macht. Wieso ist es so schwer, in einem solchen Moment einzugreifen? Und wie kann es uns gelingen diese Aussagen als Verschwörungserzählungen zu entlarven? Mit Tipps und Strategien unserer Expertinnen gelingt dies nun mühelos.

# Über die Autorinnen

**Katharina Nocun** ist Wirtschafts- und Politikwissenschaftlerin. Sie leitet bundesweit politische Kampagnen, u. a. für die Bürgerbewegung Campact e.V., Mehr Demokratie e.V. und den Verbraucherzentrale Bundesverband. Ihr erstes Buch »Die Daten, die ich rief« wurde in zahlreichen namhaften Medien aufgegriffen (HANDELSBLATT, SPIEGEL-Online, Zeit-Online, Focus).

**Pia Lamberty** ist Psychologin und Expertin im Bereich Verschwörungsideologien. Ihre Forschung führte sie an die Universitäten in Köln, Mainz und Beer Sheva (Israel). Darüber hinaus ist sie Mitglied im internationalen Fachnetzwerk »Comparative Analysis of Conspiracy Theories«. Interviews und Berichte über ihre Forschung sind in zahlreichen nationalen und internationalen Medien erschienen (u. a. Tagesschau, Report München, BILD, SWR, WDR, FOCUS, SonntagsZeitung, Vice).

KATHARINA NOCUN  
PIA LAMBERTY

# TRUE FACTS

WAS GEGEN  
VERSCHWÖRUNGSERZÄH  
LUNGEN  
WIRKLICH HILFT

QUADRIGA

Vollständige E-Book-Ausgabe  
des in der Bastei Lübbe AG erschienenen Werkes

Originalausgabe

Copyright © 2021 by Bastei Lübbe AG, Köln

Textredaktion: Angela Kuepper, München  
Illustrationen Innenteil: © Nicole Funke  
Umschlaggestaltung: ZERO Werbeagentur, München  
eBook-Produktion: hanseatenSatz-bremen, Bremen

ISBN 978-3-7517-1571-3

[quadriga.de](http://quadriga.de)  
[luebbe.de](http://luebbe.de)  
[lesejury.de](http://lesejury.de)

*Unseren Familien*

# Einleitung

Wahrscheinlich haben Sie aus gutem Grund zu diesem Buch gegriffen. Vielleicht waren Sie in den letzten Monaten im Alltag plötzlich mit Situationen konfrontiert, in denen Menschen sehr drastische Verschwörungserzählungen verbreitet haben. Oder aber Sie haben jemanden in Ihrem Freundeskreis oder in der Familie, um den Sie sich Sorgen machen, weil er oder sie sich immer mehr in etwas verrennt. Vielleicht sind Sie auch beunruhigt, weil der Glaube daran, dass hinter allem ein großer Plan steckt, Auswirkungen darauf hat, wie wir als Gesellschaft über politische Fragen diskutieren und ob wir noch in der Lage sind, gute Antworten auf die Herausforderungen unserer Zeit zu finden. Denn sowohl als Gesellschaft als auch im Privaten ist es schwer, zueinanderzufinden, wenn Verschwörungsideologen Angst verbreiten und Hass schüren.

Wenn Sie aber erwarten, dass dieses Buch Ihnen ein Wundermittel an die Hand gibt, dann müssen wir Sie leider enttäuschen. Es gibt keinen simplen Zehn-Punkte-Plan, wie man Verschwörungsgläubige schnell und unkompliziert aus dem Kaninchenbau ihres geschlossenen Weltbilds herausholen kann. Es gibt keine Impfung, die verhindert, dass derartige Thesen in Teilen der Gesellschaft auf offene Ohren stoßen. Was es aber gibt, sind Erkenntnisse aus Wissenschaft und Beratungspraxis, die dabei helfen können, einen besseren Umgang damit zu finden. Und genau das erwartet Sie auf den folgenden Seiten.

Eine Warnung vorab: Was gegen Verschwörungserzählungen wirklich hilft, ist in jedem Fall anders. Selten ist es einfach, häufig kompliziert und äußerst mühsam. Und manchmal wird man auch schlichtweg aufgeben müssen. Wir sind allerdings überzeugt davon, dass es zunächst wichtig ist zu verstehen, was den Reiz solcher Narrative ausmacht. Denn nur wer durchschaut, an welche psychologischen Grundbedürfnisse Verschwörungserzählungen beim anderen anknüpfen, kann auch effektive Gegenstrategien entwickeln. Wer die gängigsten Maschen von Verschwörungsideologen kennt, ist nicht nur besser für Diskussionen gewappnet, sondern kann auch sich selbst wirkungsvoller davor schützen, auf Argumentationstricks reinzufallen. Wer weiß, wie man seine Argumente gut zur Geltung bringt und welche Gesprächsstrategien von Vorteil sind, wird es auch bei schwierigen Diskussionen deutlich einfacher haben. Allerdings ist es wichtig, sich bewusst zu machen, dass sogar die besten Argumente womöglich nicht gegen die festen Mauern eines in sich geschlossenen Weltbilds ankommen werden. Die obsessive Beschäftigung mit einem angeblichen geheimen Plan kann selbst die engsten zwischenmenschlichen Beziehungen vor eine Zerreißprobe stellen. Deshalb haben wir auch mit Beratungsstellen gesprochen, die Familien in solchen Situationen zur Seite stehen und Hilfestellungen geben, was zu tun ist, wenn Gespräche regelmäßig eskalieren.

Vielleicht haben Sie auch viele Fragen: Wie kann ich Grenzen setzen, wenn das Thema plötzlich den Alltag dominiert? Ist es vertretbar, sich manchmal aus Selbstschutz zurückzuziehen? Und was soll man tun, wenn einen die Sorge um die psychische Gesundheit einer geliebten Person umtreibt? Wir können nicht versprechen, all diese Fragen abschließend zu beantworten. Denn – und das haben Sie vielleicht ja auch schon gemerkt – jeder Fall ist anders. Hinter jedem Menschen, der an

Verschwörungserzählungen glaubt, steht eine eigene Geschichte. Viele dieser Geschichten werden Sie auch in diesem Buch finden. Von Menschen, die enge Angehörige nicht wiedererkennen. Von Familien, die daran zu zerbrechen drohen. Aber auch Geschichten der Hoffnung, die von all denen handeln, die das Feld eben nicht denjenigen überlassen wollen, die Angst, Hass und Zwietracht säen. Von Angehörigen, die sich entschlossen haben, nicht wegzusehen, wenn ein Familienmitglied ihnen zu entgleiten droht. Von Einzelpersonen und Initiativen, die sich gegen Hass zur Wehr setzen. Und von Menschen, die schließlich doch hinausgefunden haben aus dem Kaninchenbau des Verschwörungsglaubens. Denn auch wenn der Weg manchmal steinig ist - es gibt Hoffnung.

# Die Psychologie des Verschwörungsglaubens

Es ist ein wunderschöner Sommertag irgendwo in Deutschland. Nach einer längeren Wanderung erreichen wir einen Kaffeestand und möchten uns ein wenig stärken. Der Mitarbeiter, Martin, freut sich sichtlich, endlich mal wieder einen Menschen zu Gesicht zu bekommen, denn trotz des guten Wetters ist wenig los. Es ist ihm anzumerken, dass er sich hier etwas einsam fühlt. Man kommt ins Gespräch, und innerhalb kürzester Zeit fängt er an, von seinem Leben zu erzählen. Martin berichtet von einem abgeschlossenen Studium, von daran anschließender Arbeitslosigkeit und dass er deswegen jetzt an diesem Kaffeestand arbeitet. Er schildert die Krankheit seines Vaters, die ihn schwer gezeichnet hat. Wir lauschen interessiert und nicken verständnisvoll, sind gleichzeitig aber auch ein wenig verwirrt von seinen offenherzigen Ausführungen. Martin ist sehr aufgeschlossen, wirkt jedoch irgendwie fahrig, es ist schwer, ihm zu folgen.

Unvermittelt wechselt er das Thema, und plötzlich geht es darum, dass die Pandemie eigentlich eine groß angelegte Verschwörung sei. »Die da oben« hätten sich das seiner Meinung nach alles nur ausgedacht, um die Bevölkerung zu belügen. Impfungen sind für ihn reines Gift. Er hätte deshalb auch schon Vorräte angelegt, teilt er uns mit vielsagendem Blick mit. Man wisse schließlich nie, sagt er. Dann springt er gedanklich weiter und redet plötzlich von Atombunkern, die angeblich der Bevölkerung

verschwiegen würden und sich unter dem Berliner Flughafen BER und dem Stuttgarter Bahnhof befänden. Im Internet werde diskutiert, ob diese Bunker nicht als riesiges Tunnelsystem fungieren sollten, um eine »Neue Weltordnung« zu errichten. Denn, und da ist Martin sich sicher, die Apokalypse steht kurz bevor. Zunehmend redet er sich in Rage, und wir haben keine Chance, irgendwo einzuhaken. Er wirkt auf uns wie ein Prediger. Aber einer, dem es eigentlich egal ist, was wir von seinen Verkündigungen halten. Es geht ihm vor allem darum, seine Geschichte, seine eigene Wahrheit zu erzählen. Ob wir hier stehen und ihm glauben oder nicht – es scheint fast so, als wäre das nicht wichtig für ihn.

Viele Menschen kennen spätestens seit Ausbruch der Pandemie solche Situationen: Am Bahnsteig, in der eigenen Familie oder im Büro ist man mit Leuten konfrontiert, die Verschwörungserzählungen verbreiten. Dabei kommt unweigerlich die Frage auf: Warum glauben Menschen an solche offensichtlich kruden Thesen? Vorab: In der Psychologie wird bei einem verschwörungsideologischen Weltbild auch von der sogenannten Verschwörungsmentalität gesprochen. Dieser Begriff beschreibt die individuelle Tendenz, die Welt als Ort voller Verschwörungen wahrzunehmen. Neben dieser generellen Veranlagung, die bei Menschen unterschiedlich stark ausgeprägt ist, gibt es aber auch noch Situationen oder äußere Faktoren, die den Glauben an Verschwörungen begünstigen können. Insgesamt kann man davon ausgehen, dass Menschen Dinge nicht ohne Grund glauben oder tun. Dieser Grund muss sich einem nicht unmittelbar erschließen oder für gut befunden werden – es gibt ihn aber meistens trotzdem. Um eine Entscheidung treffen zu können, wie man mit Situationen umgehen soll, in denen Verschwörungserzählungen von Freunden oder Angehörigen verbreitet werden, ist es erst einmal wichtig

zu verstehen: Was passiert da eigentlich? In der Psychologie wird davon ausgegangen, dass der Glaube an Verschwörungen drei grundlegende Bedürfnisse befriedigen kann:

- **Existenzielle Motive** haben mit dem Wunsch nach Sicherheit und Kontrolle zu tun.
- **Epistemische Motive** hängen damit zusammen, dass Menschen die Welt um sich herum verstehen möchten.
- **Soziale Motive** beziehen sich darauf, dass Menschen als Person oder Gruppe positiv wahrgenommen werden wollen.

Betrachten wir zunächst die **existenziellen Motive**. Forschungsarbeiten konnten zeigen, dass Menschen grundsätzlich das Bedürfnis haben, Kontrolle über eine Situation auszuüben. Je mehr Kontrolle ein Mensch über sein Leben ausüben kann, desto zufriedener, gesünder und stressfreier ist er im Durchschnitt. Wenn das Bedürfnis nach Kontrolle allerdings nicht ausreichend befriedigt wird, äußert sich das oft in Form von Hilflosigkeit und Ohnmacht. Das klingt alles vielleicht erst einmal sehr abstrakt, hat aber tatsächlich viel mit dem eigenen Alltag zu tun. Wer schon mal in einem Aufzug stecken geblieben ist und sich nicht selbst befreien konnte, wird verstehen, welchen Stress nicht nur die Enge in einem auslöst, sondern auch die Tatsache, dass man keine Kontrolle über die Situation hat. Ein anderes Beispiel wäre, wenn man dringend pünktlich am Bahnhof sein muss, um seinen Zug zu erwischen, aber der Bus nicht kommt. Abwechselnd starrt man auf die Uhr und wieder auf die Straße und geht innerlich schon die Konsequenzen der drohenden Verspätung durch. Wie man es auch dreht und wendet, in der Situation hat man keinen Einfluss darauf, ob der Bus im Stau stecken bleibt oder zu viele Leute an anderen

Haltestellen zusteigen. Derartige Erlebnisse lösen Stress aus, und all diese Beispiele machen deutlich: Ungewissheit zu bekämpfen und die Kontrolle über eine Situation zu behalten ist eines der grundlegenden und wesentlichen Bedürfnisse im menschlichen Leben.

Was passiert aber nun, wenn dieses Bedürfnis gestört wird? Verschiedene Studien konnten zeigen, dass Menschen in solchen Situationen versuchen, Kontrolle mithilfe psychologischer Mechanismen wiederherzustellen. Das kann etwa bedeuten, dass sie anfangen Muster zu sehen, wo keine sind. In der Psychologie nennt sich das illusorische Mustererkennung. Hierbei werden Dinge miteinander verbunden, die eigentlich nichts miteinander zu tun haben. Viele Menschen glauben etwa, dass sie eine bessere Chance haben, bei einem Münzwurf richtig zu tippen, wenn ihr Tipp – also beispielsweise »Zahl« – in den vorherigen Runden länger nicht geworfen wurde. Mathematisch ist das allerdings Nonsense, denn die Wahrscheinlichkeit für einen zukünftigen Treffer steht in keinerlei Zusammenhang mit der Information, ob das Ergebnis der vorherigen Runde »Kopf« oder »Zahl« lautete. Warum neigen wir in solchen Situationen trotzdem dazu, einen Zusammenhang zu konstruieren? Die Verbindung von zufälligen Punkten zu Mustern ermöglicht es Menschen, auf emotionaler Ebene besser mit einer unsicheren Zukunft umzugehen. Und genau dieses Phänomen begegnet uns auch beim Glauben an übernatürliche Phänomene und Verschwörungserzählungen: Alles hängt vermeintlich mit allem zusammen.

Neben den existenziellen Motiven spielen auch **epistemische Motive** eine Rolle. In einer Studie der Psychologen Jan-Willem van Prooijen, Karen Douglas und Clara de Inocencio wurde untersucht, wie der Glaube an Verschwörungen ganz konkret mit der Sicht auf die Welt zusammenhängt. Die Versuchsteilnehmer sollten Gemälde der modernen Kunst bewerten, die sehr chaotisch waren

und keinerlei Muster enthielten. Ihnen wurde vorab mitgeteilt, dass die Bilder alle vom selben Künstler stammten und dass dieser für seine zufälligen Pinselstriche und unregelmäßigen Figuren bekannt sei. Die Probanden wurden dann gebeten, die Kunstwerke dahingehend zu bewerten, ob sie trotzdem Muster im Bild erkennen würden. Das Ergebnis: Je stärker der Verschwörungsglaube, desto eher wurden auch Muster in den chaotischen Bildern wahrgenommen.



Ein gutes Beispiel für die Verbindung von losen Punkten zu Mustern durch Anhänger von Verschwörungserzählungen ist das »Megaritual 2011«. Im April 2011 wurde ein Video im Internet veröffentlicht, in dem behauptet wurde, dass ein Atombombenanschlag auf das Berliner Olympiastadion geplant sei. Sogar ein

konkreter Termin wurde genannt: Die Katastrophe sollte sich am 26. Juni 2011 ereignen. Woher der Ersteller des Videos das wusste? Belege für die angebliche Verschwörung gab es aus seiner Sicht überall: Leonard Cohen sang schließlich in einem seiner Lieder »First we take Manhattan, then we take Berlin«. Die Logik dahinter: Cohen kündigte angeblich in seinem Song erst den Angriff auf die Twin Towers am 11. September 2001 an, daher müsste das nächste Terrorziel eindeutig Berlin sein. Ein weiterer Hinweis stammt aus dem Actionthriller *Unknown Identity* aus dem Jahr 2011. Die Seitenzahlen und markierten Zahlen **11/2 + 1 + 5 + 2 + 1 + 4 + 6 + 5 / 6**, die im Film an verschiedenen Stellen auftauchen, ergeben laut dem Videourheber 11/26/6 - und schon weiß man, wann der Terroranschlag stattfinden soll. Nimmt man dazu noch ein Konzert der Band Scooter mit dem Titel *Stadium Techno Inferno*, einen Fernsehkrimi über einen Terroranschlag auf das Olympiastadion in Berlin und Fernsehwerbung für die Fußball-Weltmeisterschaft der Frauen in Deutschland, dann wusste manch einer ganz klar, was angeblich an diesem Tag in Berlin passieren sollte. Innerhalb des Verschwörungsmilieus finden sich immer wieder Beispiele dafür, dass zusammenhanglose Informationen aus dem Kontext gerissen und zu angeblich wasserdichten Beweisen für finstere Machenschaften vermengt werden. Aber warum tun Menschen so etwas? Verschwörungsgläubige versuchen durch derartige Mechanismen das subjektive Gefühl der Vorhersagbarkeit zu erhöhen und so einen tieferen Sinn innerhalb von Situationen zu erkennen, die auf den ersten Blick chaotisch erscheinen und sie vielleicht auch verunsichern oder überfordern.

Es gibt aber auch **soziale Motive**, die erklären, warum Menschen an Verschwörungen glauben. Wer sich schon einmal mit dem Thema auseinandergesetzt hat, wird feststellen, dass Verschwörungsgläubige selten