

SWR2 Wissen

Verschwörungsmythen

Was tun, wenn Familie und Freunde abdriften?

Von Lena Puttfarcken

Sendung: Donnerstag, 17. Dezember 2020, 8:30 Uhr

Redaktion: Vera Kern

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2020

In der Corona-Pandemie glauben mehr Menschen an Verschwörungsmythen. Wieso sind die gerade in Krisenzeiten so attraktiv und was hilft, um Betroffene beim Ausstieg zu unterstützen?

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/swr2-wissen-podcast-102.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIFT

Musikakzent

O-Ton 01:

Zitator 1 (Paul Hoffmann, Name geändert):

Meine Argumente werden eigentlich gar nicht gehört. Und wenn ich dann sage, ja aber guck mal hier, der und der sagt das aber anders. – Ja, der ist ein Lügner, falsche Quelle [...]. Seine Quellen sagen die Wahrheit, egal, was sie sagen. Ja, und wenn die morgen behaupten, irgendwelche Echsenmenschen sind's gewesen, dann ja, dann ist das so.

Sprecherin:

Paul Hoffmanns Vater glaubt, dass die Coronavirus-Pandemie eine Lüge ist. Hoffmann möchte hier anonym berichten, deshalb heißt er in Wahrheit anders. Außerdem haben wir ihn und alle anderen Betroffenen für SWR2 Wissen neu einsprechen lassen. Denn diese Geschichte betrifft sein engstes Umfeld, seine Eltern. In ein paar Monaten ist dadurch sein ganzes Leben durcheinandergeraten – wie bei vielen, in deren Umfeld plötzlich ein Angehöriger oder Freund an Verschwörungsmethoden glaubt. Hoffmanns Vater hat früher eine regionale Tageszeitung abonniert und Sendungen im öffentlich-rechtlichen Radio gehört. Dann kam die Pandemie – und Hoffmanns Vater verlor den Glauben an die Wissenschaft, beinahe über Nacht.

Ansage:

Verschwörungsmethoden – Was tun, wenn Familie und Freunde abdriften? Von Lena Puttfarcken.

O-Ton 02:

Zitator 1 (Paul Hoffmann):

Warum, wer soll uns da irgendetwas Böses wollen oder der Bevölkerung? Und ja auch, dass ein Herr Gates uns alle zwangsimpfen oder chippen will, ja, sorry [...] das macht alles keinen Sinn.

Sprecherin:

Aber mit Gegenargumenten oder Logik erreicht Paul Hoffmann seinen Vater nicht mehr. Im Gegenteil: Sein Vater liefert dann nur noch mehr Gründe, warum seine Behauptungen wahr sein müssen.

O-Ton 03:

Zitator 1 (Paul Hoffmann):

Und dann schrieb er mir hinterher, ja, also solange wir da so fundamental abweichende Ansichten hätten, wäre es wohl besser, wenn wir uns irgendwie nicht sehen oder da erst mal auseinander bleiben. Und das fand ich wirklich krass, weil eigentlich hatten wir immer ein ganz gutes Verhältnis und haben eigentlich über vieles oder eigentlich über alles gesprochen.

Sprecherin:

Hoffmanns Geschichte ist alles andere als ein Einzelfall. Seit dem Beginn der Corona-Pandemie sind Verschwörungsmymen viel präsenter geworden, in den Medien, aber auch im Leben sehr vieler Menschen. Bekannte schicken Links zu dubiosen Videos. Beim Familienessen fallen Sätze, die eine Verschwörung der Mächtigen andeuten.

Das bestätigt Sabine Riede, Geschäftsführerin der Sekten-Info Nordrhein-Westfalen. Der Verein berät Menschen, deren Angehörige zum Beispiel in Sekten hineingeraten sind oder Verschwörungsmymen verbreiten.

O-Ton 04:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Zehn Prozent unserer Beratungsfälle waren rein die Thematik Verschwörungstheorien. Wenn wir aber noch die Verschwörungstheorien, die in großen bekannten Sekten verwendet werden, mitzählen, dann waren so 25 Prozent unserer Fälle durchaus auch von Verschwörungstheorien geprägt. Im Moment ist es jeder Zweite, also wir haben im Moment einen deutlichen Anstieg der Problemfälle zu Verschwörungstheorien zu verzeichnen. Im Moment macht das 50 Prozent unseres Arbeitsalltages aus.

Sprecherin:

Geschichten wie die von Paul Hoffmann und seinem Vater erlebt sie häufig. Es passiert immer wieder, dass Angehörige scheinbar plötzlich anfangen, Verschwörungsmymen zu verbreiten. Vorher gab es keine Hinweise darauf, höchstens einen Hang zur Alternativmedizin oder zur Esoterik, sagt Riede. Die Ratsuchenden fragen meistens: Wie kann ich meinen Angehörigen helfen?

O-Ton 05:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Dahinter steckt schon so der Wunsch, von der Beratungsstelle so ein Stichwort zu bekommen oder ein Zauberwort, dass man denjenigen wieder umdrehen kann oder dass dieserjenige wieder so ist wie früher und normal reagiert. Das können wir natürlich nicht bieten.

Sprecherin:

Wie und ob Angehörige den Verschwörungsgläubigen helfen können, hängt sehr vom einzelnen, konkreten Fall ab. Und der Zeitpunkt spielt eine Rolle. Wenn man zum Beispiel im Umfeld mitbekommt, dass jemand erst anfängt, sich mit verschwörungsmymischen Aussagen zu beschäftigen, kann man sie oder ihn etwa unterstützen, diese Aussagen zu überprüfen.

O-Ton 06:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Dann machen Faktenchecks noch Sinn, indem man vielleicht sagt, Mensch, wer hat dir das denn gesagt? Welche Quelle benutzt du denn oder [...] überleg doch mal. Ja, sagen wir mal, du hättest jetzt recht, was bringt das überhaupt? Oder mal nur angenommen, ich hätte jetzt recht. Ich sage, das ist nicht so. Wie können wir da für die ein oder andere Sache Belege finden? [...] Es ist schon wichtig, dass derjenige selber den Lösungsweg findet.

Sprecherin:

Wenn die Person sich aber schon länger mit Verschwörungsmythen beschäftigt, hilft es meistens eher, mit ihr über die Gefühle zu sprechen, die damit verbunden sind. Das ist auch die Strategie von Sabine Riede in den Beratungsgesprächen.

O-Ton 07:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Wir versuchen dann zunächst mal, den Betroffenen ernst zu nehmen und sehr genau nachzufragen, um was für eine Person es sich handelt und was für Ängste dahinter stecken und raten auch, diese Person ernst zu nehmen, die Ängste ernst zu nehmen und auf diesem Wege Einfluss auf die Person zu nehmen.

*Musikakzent***Sprecherin:**

Verschwörungsmythos, Verschwörungserzählung oder doch einfach Verschwörungstheorie? – Jeder dieser Begriffe scheint dasselbe zu meinen, aber so ist es nicht. Verschwörungstheorie ist der geläufigste, doch Experten sagen: Durch das Wort „Theorie“ werde der Eindruck vermittelt, diese Behauptungen ließen sich wissenschaftlich widerlegen wie jede andere Theorie auch. So funktionieren Verschwörungstheorien aber nicht. Besser sei daher der Begriff Verschwörungsmythos. Er macht die Schwarzweiß-Sicht der Verschwörungsgläubigen deutlich: Sie glauben an eine Welt, in der es ganz klar eine gute und eine böse Seite gibt, wie in einem Märchen.

Sprecherin:

Paul Hoffmanns Vater hat die Welt früher nie in Gut und Böse eingeteilt, sagt sein Sohn. Dann kam das Coronavirus. Plötzlich gab es für Hoffmanns Vater auf der einen Seite die bösen Mainstream-Medien, und auf der anderen Seite die guten Experten auf YouTube, bei denen er sich informierte. Hoffmanns Vater arbeitete sich immer tiefer in die Welt der Corona-Verschwörungsmythen hinein, ging auf die erste sogenannte Hygiene-Demo nach Berlin Anfang August 2020. Auf die zweite Ende August dann nicht mehr – aber er verfolgte die Geschehnisse in Berlin genau.

O-Ton 08:

Zitator 1 (Paul Hoffmann):

Er wollte sich auf jeden Fall den Livestream angucken. Und wenn es nötig wäre, dann würde er nächste Woche auch nochmal ein, zwei Tage hinfahren. [...] Da sind dann auch so Sätze gefallen wie ja, die Merkel muss weg oder... Dieses Regime muss sich ändern, muss weg. Und wo ich denke... Und dann was? Also... habe ich dann allerdings nicht mehr die Ruhe oder auch die Kraft gehabt nachzufragen, was dann kommen soll.

Sprecherin:

Noch vor ein paar Monaten waren solche Sätze aus dem Mund seines Vaters für Paul Hoffmann unvorstellbar. Jetzt streitet er jedes Mal mit ihm über Verschwörungsmythen, wenn sie miteinander sprechen. So viel Kontakt wie früher haben sie zwar nicht mehr, aber hin und wieder treffen sie sich oder sie telefonieren.

Dabei möchte Hoffmann nicht einmal mehr diskutieren, aber sein Vater fängt immer wieder davon an.

Viele Menschen, die an Verschwörungsmysmen glauben, haben den Drang, ständig über ihre Ideen zu sprechen. Widerspricht man einer ihrer Aussagen, gehen sie häufig gar nicht darauf ein.

Vor allem, wenn Menschen schon tief im Verschwörungsglauben stecken, lassen sie sich kaum noch mit Fakten überzeugen, sagt Sabine Riede von der Sekten-Info NRW.

O-Ton 09:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Weil dieses Ausdiskutieren und Faktencheck, wenn jemand schon auf so eine Ideologie eingespielt ist, nicht so viel bringt, als dass man es eher über die Gefühlswelt versucht, jemanden zu erreichen. [...] Verschwörungserzählungen [...] haben mehr mit dem Gefühl zu tun als mit dem Verstand. Das heißt, die Ursache sehen wir darin, dass Menschen, die sehr ängstlich sind, die sich ohnmächtig fühlen, die sich mal machtlos fühlen, eher dazu neigen, diesen Verschwörungstheorien zu glauben, als Menschen, die sich sicher fühlen.

Sprecherin:

Das Gefühl von Kontrollverlust ist wichtig für die Erklärung, warum Angehörige oder Freunde Verschwörungsmysmen verfallen, vor allem in Krisenzeiten. In der Corona-Pandemie ist der Gegner ein unsichtbares Virus – vermutet man dahinter eine Verschwörung, wird die Krise kontrollierbarer. Plötzlich gibt es Menschen, denen man die Schuld geben kann. Das kann dazu führen, dass Menschen sich plötzlich Verschwörungsmysmen zuwenden, so wie Paul Hoffmanns Vater. Aber das ist nur die eine Seite.

Die andere Seite zeigt die Geschichte von Jonas Richter, einem jungen Mann, der mit einer verschwörungsgläubigen Mutter aufgewachsen ist. Auch Jonas Richter erzählt hier nicht unter seinem echten Namen. Seit er denken kann, war seine Mutter Mitglied bei sektenähnlichen Gemeinschaften. Auch hat sie sich mit einer esoterischen und spirituellen Weltanschauung beschäftigt.

O-Ton 10:

Zitator 2 (Jonas Richter, Name geändert):

Ansonsten waren es halt so Sachen wie irgendwie Alternativmedizin, Bachblüten, Globuli. Irgendwelche Frequenz-Generatoren, mit denen man angeblich irgendwelche Krankheitserreger töten kann. [...] Das waren harmlose Spielereien in erster Linie. Nervtötend irgendwie, aber halt nichts, wo man sich wirklich drum Sorgen hätte machen müssen.

Sprecherin:

Aber dann entdeckte die Mutter von Jonas Richter das Internet und Facebook-Gruppen mit Gleichgesinnten. Sie hörte auf, klassische Medien zu verfolgen und orientierte sich stattdessen an dem, was ihre Facebook-Bekanntschafien schrieben. Zwar bleibt Richters Mutter immer noch spirituell interessiert. Aber sie orientiert sich nun auch an Menschen, die antisemitische und rechtspopulistische Aussagen

verbreiten. Seit Corona habe das noch einmal zugenommen, sagt Richter. Seine Mutter grenzt sich nun nicht mehr von diesen demokratiefeindlichen Rednern ab. Weist er sie darauf hin, dass eine ihrer Behauptungen antisemitisch ist – streitet sie das nur ab. Für Jonas Richter ist das auch deshalb so schlimm, weil er ein Transmann ist und seine Lebenswirklichkeit den Aussagen widerspricht, die seine Mutter im Internet verfolgt.

O-Ton 11:

Zitator 2 (Jonas Richter):

Und wenn erzählt wird ja, (..) man muss halt von innen dann versuchen, ins System zu kommen und das System von innen zu verändern. (..) ja, man sitzt da so ein bisschen hilflos davor. Und versucht, das irgendwie zu erklären und versucht, irgendwie darauf hinzuweisen, wie menschenfeindlich das ist.

Sprecherin:

Erst seit der Corona-Pandemie kommt seine Mutter regelmäßig in Kontakt mit rechtspopulistischen Aussagen und stimmt ihnen zu. Und das, obwohl es vermeintlich harmlos angefangen hat mit Alternativmedizin und Esoterik.

O-Ton 12:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Empirisch ist es schon so, dass der Glaube an Verschwörungen [...] und eben ja, die Bevorzugung von sogenannten alternativen Verfahren extrem stark zusammenhängen. Wir haben dazu vor ein paar Jahren schon eine Studienreihe durchgeführt, und da konnte man diesen Zusammenhang eindeutig sehen.

Sprecherin:

Das sagt die Psychologin Pia Lamberty, die an der Universität Mainz zu Verschwörungsmythen forscht. Für die Recherche zu ihrem 2020 erschienenen Buch „Fake Facts“ hat sie eine Esoterik-Messe besucht.

O-Ton 13:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Und da wurden nicht nur Edelsteine gegen Krebs verkauft, sondern es war auch tatsächlich so, dass da Ärzte gesprochen haben, die wirklich Impf-Verschwörungen propagiert haben, die, Ärzte, die wirklich eine Praxis haben, muss man dazu sagen. Und aber auch rassistische Inhalte, also gegen Geflüchtete gehetzt haben, homophobe Inhalte verbreitet haben. Also, da gibt es schon Berührungspunkte und wenig Abgrenzung. Und es ist auch kein neues Phänomen.

Sprecherin:

Ob ein Freund oder Familienmitglied in Verschwörungswelten abdriftet – ganz grundsätzlich ist dafür vor allem entscheidend, wie stark die persönliche Tendenz dazu ausgeprägt ist. Das wird in der Forschung „Verschwörungsmentalität“ genannt und bedeutet: Jemand tendiert dazu, misstrauisch gegenüber Mächtigen zu sein. Diese Verschwörungsmentalität ist keine Ja- oder Nein-Frage. Sondern jemand kann eine stärkere oder schwächere Verschwörungsmentalität haben. Die Mitte-Studie 2019 der Friedrich-Ebert-Stiftung hat ergeben: Über 40 Prozent der Deutschen neigen zu einer solchen Verschwörungsmentalität.

Das heißt natürlich nicht, dass 40 Prozent der Deutschen an Verschwörungsmysmen glauben, aber sie sind grundsätzlich empfänglicher dafür.

O-Ton 14:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Es ist wichtig, sich klarzumachen, dass das ein Phänomen ist, das findet sich in allen Gesellschaftsschichten. Da ist keine Gruppe vor immun. Trotzdem gibt es Faktoren, die hier eine Rolle spielen. Männer glauben zum Beispiel stärker an Verschwörungen als Frauen. Da ist das stärker ausgeprägt, das zeigen mittlerweile verschiedene Studien für Deutschland.

Sprecherin:

Und noch etwas spielt eine Rolle, ob jemand abdriftet, so Pia Lamberty.

O-Ton 15:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Und dann ist noch ein wichtiger Punkt, dass man den Verschwörungsglauben stärker findet bei Menschen, die sich als politisch rechts verordnen in der Selbstdarstellung so. Das ist ein Effekt, den findet man für Deutschland, dass zum Beispiel Menschen, die rechtspopulistische, rechtsextreme Parteien wählen, stärker an Verschwörungen glauben. Das finden wir in den USA so oder auch zum Beispiel jetzt in Großbritannien, wenn man sich mal die Wähler anschaut beim Brexit.

Sprecherin:

Außerdem spielt die sogenannte Mustererkennung eine Rolle. Also das Phänomen, Muster zu erkennen, wo vielleicht gar keine sind. So gab es 2017 eine Studie, bei der Versuchspersonen abstrakte Gemälde betrachten sollten, die völlig chaotisch und unstrukturiert waren. Wer trotzdem Muster in diesen Gemälden erkannte, tendierte auch stärker dazu, an Verschwörungen zu glauben. Und auch das Bedürfnis, aus einer Menge herauszustecken, befördert den Verschwörungsglauben, genauso wie das Gefühl, sich über Verschwörungsmysmen selbst aufwerten zu können.

O-Ton 16:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Das hat sich auch in verschiedenen Studien gezeigt, dass [...] Narzissmus hier eine Rolle spielt. Beim Narzissmus ist es ja so, dass diese Person einen sogenannten grandiosen Selbst hat. Das heißt, sie findet sich selber unglaublich gut. Das ist aber sehr fragil, das heißt, sie braucht permanent Bestätigung von außen. Und das erklärt ja vielleicht schon mal so ein bisschen, warum Verschwörungsgläubige oft sehr lautstark sind, darin, ihre Inhalte zu verkünden, weil sie eben diese Rückmeldungen benötigen aus einer psychologischen Sicht.

Sprecherin:

Viele Faktoren können also dazu führen, dass ein Angehöriger oder eine Freundin beginnt, an Verschwörungsmysmen zu glauben. Sie kommen häufig in Umbruchszeiten auf, also dann, wenn Menschen nach Sicherheit suchen. Das kann in Krisenzeiten sein wie der Corona-Pandemie, die viele Bürgerinnen und Bürger verunsichert. Und auch Umbrüche in der Art, wie die Gesellschaft miteinander kommuniziert, befördern die Verbreitung von Verschwörungsmysmen.

Früher trug die Erfindung des Buchdrucks dazu bei. Und heute ist es das Internet, das Verschwörungsmythen einen ganz neuen Verbreitungsweg gibt.

Tastatur-Geräusch

Sprecherin:

Das Internet spielt auch eine große Rolle in der Geschichte, die Peter Seidel erzählt. Er hat selbst für eine lange Zeit an Verschwörungsmythen geglaubt, bevor ihm der Ausstieg gelang. Wie alle, die über sich selbst sprechen, tritt auch er hier nicht unter seinem echten Namen auf. Er hat sich auf YouTube Videos über Außerirdische und weltweite Verschwörungen angesehen, seine neuen Überzeugungen auf Facebook gepostet, sich in Gruppen mit Gleichdenkenden zusammengeschlossen. Dabei hatte er das Gefühl, die Wahrheit durchschaut zu haben. Er wusste Bescheid, und hielt es für seine Pflicht, andere darüber aufzuklären – sagt er.

O-Ton 17:

Zitator 3 (Peter Seidel):

Das ist ja aufgebaut auf so einer Wahrheitsfindungs-Geschichte irgendwie so. Man will ja irgendwie die Wahrheit aufdecken, das Ungerechte irgendwie aus dieser Welt schaffen, um darüber Klarheit zu gewinnen, was da wirklich läuft und für eine bessere Welt einzustehen.

Sprecherin:

In den sozialen Medien begegnete er vielen Behauptungen, die ihm mit der Zeit immer wahrscheinlicher erschienen. Und auf YouTube schaute er immer extremere Videos an, die ihn tiefer und tiefer in die Welt der Verschwörungsmythen hineinzogen. Das liegt unter anderem an der Art, wie YouTube den Nutzerinnen und Nutzern Inhalte vorschlägt.

O-Ton 18:

Prof. Dr. Katharina Kleinen-von Königslöw, Universität Hamburg: Einfach weil dort der Empfehlungsalgorithmus noch viel stärker darauf ausgelegt ist tatsächlich, allein über die Inhalte und eben nicht über die soziale Vernetzung, einem Dinge zu empfehlen, die dazu führen, dass man bei der Stange bleibt und die deswegen immer ein bisschen extremer werden.

Sprecherin:

Das sagt die Kommunikationswissenschaftlerin Katharina Kleinen-von Königslöw von der Universität Hamburg, die zu digitalen Informationsblasen und Desinformation im Internet forscht.

O-Ton 19:

Prof. Dr. Katharina Kleinen-von Königslöw, Universität Hamburg: Und deswegen [...] kann man den Einfluss des Algorithmus nicht abstreiten, dass der eben dazu beiträgt, dass einem immer extremere Videos und damit auch eher immer mehr Verschwörungstheorien im Zweifelsfall präsentiert wird. Und die dann einzuordnen und dann eben tatsächlich den bewussten Schritt aus YouTube als Medium

rauszunehmen und zu wissen, wo gehe ich denn stattdessen dann hin, um die Informationen einzuordnen, das fällt vielen Leuten sehr schwer.

Sprecherin:

In anderen sozialen Medien geht es viel mehr darum: Mit wem sind wir befreundet? Von wem klicken wir Links an? Da wirken Algorithmen dann nur noch verstärkend. So hat Peter Seidel sich selbst entschieden, bestimmten Verschwörungs-Gruppen auf Facebook beizutreten. Der Algorithmus hat ihm dann weitere, ähnliche Gruppen angezeigt. Und Menschen als Freunde vorgeschlagen, die ebenfalls in diesen Gruppen aktiv sind.

Eine neue Quelle für Verschwörungsmythen sind spätestens seit der Corona-Pandemie Messengerdienste wie WhatsApp und Telegram, sagt Psychologin Pia Lamberty.

O-Ton 20:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Da können Leute einfach posten, was sie wollen, und nutzen das natürlich dann auch für sich. Also man hat dann beispielsweise so Beiträge wie: Ja, auf YouTube kann ich ja nicht alles sagen. Aber hier bei unserem Telegram-Channel, da erzähle ich euch alles das, was ihr wissen müsst. Das heißt, man nutzt das auch nochmal gezielt zur Inszenierung.

Sprecherin:

Außerdem tauchen diese Kanäle zwischen privaten Chats mit Freunden auf. Das vermittelt: Hier sind wir unter uns, wir sprechen ganz persönlich. Und solche Nachrichten erscheinen dann sofort glaubwürdiger.

Musikakzent

Sprecherin:

Steckt man erst einmal richtig tief im Verschwörungsglauben, ist es nicht einfach, den Weg raus zu finden. Peter Seidel hat irgendwann selbst erkannt: So kann es nicht weitergehen.

O-Ton 21:

Zitator 3 (Peter Seidel):

Es ist der Morgen, an dem man dann vorm Spiegel steht und sich denkt, so... Ja ist das, also sag mal, glaubst du das wirklich jetzt so alles so? Willst du das wirklich irgendwie dein Leben lang so mit dir rumschleppen?

Sprecherin:

Schon vorher gab es ein paar Momente, in denen er zweifelte. Aber erst an diesem Morgen vor dem Spiegel gelang es ihm, sich vorzunehmen: Jetzt ändere ich mein Leben. Einfach war das für ihn nicht. Er brach den Kontakt zu den Facebook-Freunden ab, antwortete nicht mehr auf ihre Nachrichten. Informierte sich wieder bei journalistischen Medien und nicht mehr in den sozialen Netzwerken.

O-Ton 22:**Zitator 3** (Peter Seidel):

Es ist nicht einfach am Anfang, wenn die Videos an der Seite wieder bei den Vorschlägen bei YouTube [...] aufploppen, dann zu sagen, so: Ne nicht anklicken. [...] Also... weil es bringt nichts. Es wird wieder darauf hinauslaufen, dass ich nicht eigentlich ... darüber entscheide, was mit meinem Leben passiert, sondern es andere tun.

Sprecherin:

Hilfe von außen hatte Seidel am Anfang nicht. Zwar hatten ihn Freunde ab und zu angesprochen auf die Dinge, die er auf Facebook teilte. Den Ausstieg schaffte er aber erst, als er es selbst wollte – und indem er begann, sich viel mit psychologischer Forschung über Verschwörungsmymen zu beschäftigen.

O-Ton 23:**Zitator 3** (Peter Seidel):

Das hat mir auch noch mal so den letzten Schwung gegeben, weil ich habe mich ziemlich allein gefühlt, so ne, so ein bisschen verloren. Ich habe da, ich musste meinen eigenen Arsch da irgendwie selber rausziehen. Ich habe keinen gehabt, der mir da irgendwie geholfen hat oder der da gesagt hat, so hier lang bitte. [...] Und das hat auch irgendwann Grenzen.

Sprecherin:

Dann wandte Peter Seidel sich an eine Beratungsstelle, die ihm half, den Weg aus dem Verschwörungsglauben hinaus zu finden. Auch das war seine eigene Idee, er kümmerte sich selbst darum.

Die Beratungsstelle bestärkte ihn in seinem Weg, und warnte ihn davor, sich durch die Corona-Pandemie nicht wieder in die Verschwörungswelt hineinzubegeben.

Wenn Menschen so tief im Verschwörungsglauben sind wie Peter Seidel, ist die eigene Erkenntnis manchmal der einzige Weg, sagt Sabine Riede von der Sekten-Info NRW.

O-Ton 24:

Sabine Riede, Geschäftsführerin Sekten-Info NRW: Es gibt schließlich auch einen Punkt, wo man vielleicht gar nicht mehr viel machen kann. Dann muss man Kontakt halten und möglichst das Thema vermeiden, um Streit zu vermeiden. Und muss eigentlich auf den Tag X warten, wo derjenige selber und das ist nicht so unwahrscheinlich, selber merkt: Irgendwie macht mich das kaputt.

Sprecherin:

In dieser Situation können Angehörige nicht viel tun außer abwarten und den Kontakt aufrechterhalten. Manchmal sind sie die letzten Anknüpfungspunkte an die Realität außerhalb der Verschwörungsmymen. Vielleicht sucht der Verschwörungsgläubige dann eines Tages nach einem Ausweg – und dabei braucht er Hilfe. Und wendet sich dafür an den Angehörigen.

O-Ton 25:

Sabine Riede: Dann kann man sagen, (..) ich bin für dich da. Wenn man selber denkt, hm, ich fühle mich hilflos, kann man eine Beratungsstelle anrufen, wie unsere Stelle, und dann wird man da sicherlich auch Unterstützung finden, durch Gesprächstipps, vielleicht auch, wenn es nötig ist, durch eine juristische Hilfe.

Sprecherin:

Es gibt aber auch Situationen, in denen Menschen scheinbar plötzlich anfangen, Verschwörungsmythen zu erzählen. Zum Beispiel breitet der Onkel auf einer Familienfeier plötzlich krude Theorien über Impfungen und das Coronavirus aus. Aber ist es wirklich sinnvoll, in diesem Moment dagegenzuhalten und die Familienfeier mit einer Diskussion zu stören?

O-Ton 26:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Im privaten Umfeld wäre mein Ansatz, empathisch im Umgang, aber klar in der Haltung. [...] Es bringt jetzt nichts, die Person zu beschimpfen oder sich über sie lustig zu machen, wie dumm sie denn wäre, dass sie diesen Inhalten folgt, das ist in der Regel kontraproduktiv, da macht die Person eher zu, sondern dass man versucht, schon irgendwie auf Augenhöhe miteinander zu sprechen, nicht zu belehrend wirkt, aber klar ist in der Haltung. Das heißt, wenn man merkt, da sind antisemitische Inhalte, da sind rassistische Inhalte, da wird gegen die Demokratie gehetzt, dass man schon sagt: Hier du, das ist eine Grenze, die für mich überschritten wird, da geht es nicht weiter, das geht so für mich nicht.

Sprecherin:

Für ein Gespräch ist auch der richtige Zeitpunkt entscheidend, und auch dass man sich darauf vorbereitet. Das sagt Martin Heyer, Coach und Gesprächstrainer, der Seminare über die Kommunikation mit Verschwörungsgläubigen gibt.

O-Ton 27:

Martin Heyer, freiberuflicher Coach: Das wichtigste ist, finde ich immer, dass man sich bewusst wird, was man eigentlich für ein Ziel hat, wenn man mit denen redet. Ich treffe ganz oft auf Leute, die sagen, und ich sag denen so viele Fakten, und ich erkläre denen, wie sehr sie Unrecht haben und die glauben mir immer noch nicht. Und ich glaube, das ist eine Haltung, die ist geradezu programmiert, dass man dann hinterher unzufrieden ist mit der Interaktion.

Sprecherin:

Dieses Ziel kann ganz unterschiedlich sein: beispielsweise eben klar Haltung zeigen, wenn antisemitische oder rechtsextreme Aussagen fallen. Oder eben verstehen, was mein Verwandter mit seinen Behauptungen beabsichtigt.

O-Ton 28:

Martin Heyer: Hinter den behaupteten Fakten liegen eigentlich immer Bedürfnisse, Ängste und so weiter. [...] Das heißt, wenn wir wirklich in ein Gespräch kommen können über das, was bewegt dich, was sind deine Werte, was sind deine Bedürfnisse, was sind deine Ängste, und umgekehrt auch das gleiche über sich selber sagt, dann besteht eine Möglichkeit, irgendeine Form von Verständigung

herzustellen und man verfestigt vor allem nicht diese Vorstellung, die sind alle gegen mich, und ich muss mich dagegen zur Wehr setzen.

Sprecherin:

In seinen Seminaren empfiehlt Heyer, sich selbst auch zu öffnen. Nicht nur den anderen nach seinen Ängsten zu fragen, sondern darüber zu sprechen, welche Gefühle zum Beispiel die Corona-Pandemie bei einem persönlich auslösen.

In keinem Fall sollte ein Verschwörungsgläubiger ohne Vorbereitung mit Gegenargumenten überfallen werden. Dann gerät er schnell in eine Verteidigungshaltung und es ist unwahrscheinlich, dass er sich die Argumente überhaupt anhört. Besser ist es, den Betroffenen Gesprächsangebote zu machen. Zum Beispiel ihnen einen Link zu einem Podcast zu schicken, der über Verschwörungsmythen aufklärt, oder zu einem Artikel. Und zu sagen: Wenn du mal darüber sprechen möchtest, bin ich da. Und es spielt auch eine Rolle, wie nah man dem Verschwörungsgläubigen steht, sagt Psychologin Pia Lamberty.

O-Ton 29:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Je näher man der Person steht, desto eine größere Chance hat man. Also, je besser die Beziehung ist, die man zueinander hat. Das heißt, wenn man was im Internet sieht, wird man die Person wahrscheinlich kaum überzeugen können. Aber wenn es der eigene Bruder ist, der Lebenspartner, hat man da schon Möglichkeiten.

Sprecherin:

Manchmal lässt sich ein Kontaktabbruch nicht vermeiden – aber dann können betroffene Angehörige zum Beispiel ganz klar sagen: Ich kann im Moment nicht mehr mit dir sprechen, mich belastet zu sehr, was du sagst. Manche Verschwörungsgläubige erreicht so eine Aussage, sie überlegen sich: Deshalb hat mein Freund den Kontakt zu mir abgebrochen?

Und wer nicht mehr weiterweiß, kann sich Hilfe bei Beratungsangeboten suchen. In Nordrhein-Westfalen gibt es zum Beispiel die Sekten-Info NRW, in Baden-Württemberg die Beratungsstelle Zebra. Aber nicht jedes Bundesland hat solche Anlaufstellen. Hier müsste mehr getan werden, findet Psychologin Pia Lamberty, denn Angehörige tragen eine hohe emotionale Last.

O-Ton 30:

Pia Lamberty, Universität Mainz: Da kommt ja ganz viel zusammen. Schuldgefühle, Schamgefühle. Das ist so eine starke emotionale Belastung für die Menschen. Die sehen ja auch, wie über eben Leute, die an sowas glauben, gesprochen wird. [...] Und da sind so viele Emotionen, die zusammenkommen. Deswegen wünsch ich mir einfach sehr, dass das für diese Menschen mehr Anlaufstellen gibt, dass die auch einfach sehen, dass sie nicht alleine sind, weil das sind sie auf keinen Fall.

Sprecherin:

Paul Hoffmann überlegt, ob er sich Hilfe bei einer Beratungsstelle suchen soll. Denn er selbst weiß nicht, wie er mit seinem Vater umgehen soll. Noch immer enden die meisten Gespräche damit, dass sie über Verschwörungsmythen diskutieren.

O-Ton 31:**Zitator 1** (Paul Hoffmann):

Ich habe weder eine Ahnung, wie ich ihn da zurückholen könnte, dass er sagt, oh ja, warte mal. Hm, vielleicht denke ich doch noch mal drüber nach, oder ja, hm, okay, vielleicht einigen wir uns irgendwo in der Mitte. [...] Auf der anderen Seite habe ich tatsächlich auch keine Ahnung, was er von mir für eine Reaktion erwartet oder sich wünscht, außer dass ich genauso mit Schaum vorm Mund rumschreie. Dass alles schlecht ist und wir gechippt werden sollen. Und selbst dann hätten wir, glaube ich, kein anderes Gesprächsthema.

Sprecherin:

Aber Paul Hoffmanns Vater glaubt erst seit ein paar Monaten an Verschwörungsmythen. Je länger jemand diese Weltsicht teilt, umso schwieriger wird es, ihn wieder herauszuholen.

Wer also mitbekommt, dass Freunde oder Familienmitglieder verschwörungsmythische Informationen verbreiten, spricht sie am besten so früh möglich darauf an. Denn wenn sie erst einmal tief hineingeraten sind, ist es umso schwieriger, sie noch mit Fakten und Logik zu erreichen.

* * * * *