

Sarah Pohl

Kann man Filterblasen platzen lassen?

101 FRAGEN & ANTWORTEN
rund um Verschwörungstheorien,
Fake News und
ideologische Überzeugungen



Sarah Pohl: Kann man Filterblasen platzen lassen?



Sarah Pohl: Kann man Filterblasen platzen lassen?

Sarah Pohl

**Kann man Filterblasen
platzen lassen?
101 Fragen und Antworten
rund um Verschwörungs-
theorien, Fake News und
ideologische Überzeugungen**

VANDENHOECK & RUPRECHT

ISBN 978-3-525-40913-8

E-Book ISBN 978-3-647-40913-9

E-Lib ISBN 978-3-666-40913-4

E-Pub ISBN 978-3-647-99184-9

DOI <https://doi.org/10.13109/9783666409134>

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2026 Brill Deutschland GmbH, Robert-Bosch-Breite 10, 37079 Göttingen, Deutschland

Alle Rechte vorbehalten. Dieses Werk sowie einzelne Teile desselben sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung des Verlags nicht zulässig. Text- und Datamining zu kommerziellen Zwecken bedarf der Genehmigung des Verlags.

Vandenhoeck & Ruprecht und Brill Deutschland GmbH sind Teil von De Gruyter Brill. www.degruyterbrill.com

Fragen zur allgemeinen Produktsicherheit: productsafety@degruyterbrill.com

Umschlagabbildung: KI-generiert mit Gemini

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Druck: Elanders Waiblingen GmbH, Waiblingen

Inhalt

Warum glauben manche Menschen an verrückte Ideen und Theorien?

- 1** Warum glauben manche Menschen an die flache Erde, obwohl sie rund ist? 11
- 2** Sind Verschwörungstheoretiker durchgeknallte Spinner? ... 12
- 3** Verschwörung oder Wahn – wo sind die Grenzen? 13
- 4** Bringt der Glaube an Verschwörungen wirklich etwas – oder nur Probleme? 14
- 5** Warum glauben manche Leute an das große Weltuntergangs-Szenario? 15

Begriff: Was macht eine Theorie zur Verschwörungstheorie?

- 6** Was verbirgt sich hinter dem Begriff »Verschwörungstheorie« eigentlich? 16
- 7** Warum nennt man Verschwörungstheoretiker auch »Aluhütler«? 17
- 8** Falsche Theorien – echte Wirkung? Was ist der richtige Begriff für Verschwörungstheorien? 18
- 9** Wie setzt sich eine Verschwörungstheorie zusammen? 19
- 10** Gibt es auch waschechte Verschwörungen? 20
- 11** Warum boomen Verschwörungstheorien gerade in Krisenzeiten? 21
- 12** Sind Verschwörungstheorien ein alter Hut? 22

Keine Verschwörungstheorie ohne Bösewicht. Oder: Wer ist eigentlich der Schuldige?

13	Was ist dran an der Erzählung, dass Eliten Kinder entführen und in Verliesen einsperren?	23
14	Warum braucht jede Verschwörung einen tierischen Schuldigen?	24
15	Warum ist der Sündenbock so ein beliebtes Ventil für soziale Spannungen?	25
16	Warum gehen Populismus und Verschwörungstheorien oft Hand in Hand?	26

Spinnt die Welt? Oder: Demokratie, quo vadis?

17	Ist QAnon so etwas wie eine Ersatzreligion?	27
18	Droht unsere Gesellschaft zu zerbrechen?	28
19	Brauchen wir einen Diktator?	29
20	Warum erleben wir weltweit einen Aufstieg populistischer und autoritärer Führungspersönlichkeiten?	30
21	Gibt es auch Politikerinnen, die Verschwörungserzählungen verbreiten, und warum?	31
22	Wie sehr können Verschwörungstheorien demokratische Strukturen destabilisieren?	32
23	Stimmt das Sprichwort: »Im Krieg ist die Wahrheit das erste Opfer«?	33
24	Ist unsere Demokratie längst zur Empörungsmaschine geworden?	34
25	Leben wir in einem postfaktischen Zeitalter?	35

Ursache und Wirkung. Oder: Von Trollen, Echokammern und Filterblasen

26	Trollalarm: Wie erkennt man einen Troll – und was tun gegen ihn?	36
27	Sind Filterblasen wie Seifenblasen?	37
28	Ist TikTok schuld daran, dass meine Cousine jetzt Verschwörungsexpertin ist?	38

29	Was hat Alice im Wunderland mit dem Rabbit Hole zu tun?	39
30	Wie funktioniert eine Echokammer – und warum hört man nur das eigene Echo?	40
31	Woran könnte ich selbst merken, dass ich in einer Filterblase, oder in einer Echokammer stecke?	41
32	Mein Onkel hortet Lebensmittel für den Notfall. Ist er ein Prepper?	42

Die Macht der Medien oder: Medien und ihre Verantwortung

33	Pressefreiheit: Darf die Presse jeden Unfug schreiben?	43
34	Welche Verantwortung haben Medien bei der Berichterstattung über radikale oder kontroverse Themen?	44
35	Wie erkenne ich, ob ein Medium neutral berichtet – oder eine politische Agenda verfolgt?	45
36	Wie wirken sich Schlagzeilen und Bilder auf die Wahrnehmung eines Themas aus?	46
37	Sind Filterblasen immer gefährlich?	47
38	Wer bestimmt, was gesagt werden darf – und ist das schon Meinungsdictatur?	48
39	Wie weit darf man gehen – und wo hört die Meinungsfreiheit auf?	49
40	Gibt es Meinungsfreiheit überall auf der Welt?	50
41	Was versteht man unter »Cancel-Culture«?	51

Mit anderen Meinungen umgehen

42	Wie können wir lernen, mit Meinungen umzugehen, die uns auf die Palme bringen?	52
43	Der Myside-Bias: Wie kann es sein, dass ein kluger Mensch eine dumme Meinung vertritt?	53
44	Warum ist »Man wird ja wohl noch sagen dürfen ...« kein Argument?	54
45	Was steckt eigentlich hinter dem Begriff »Hatespeech«? ...	55
46	Hilfe, ich erfahre Hass im Netz. Was tun?	56

Fake News

47	Was ist eine Ente und wie unterscheidet sie sich von Fake News?	57
48	Warum klicken, teilen und glauben Menschen Fake News?	58
49	Wie muss eine Falschnachricht aufgebaut sein, damit sie viral wird?	59
50	Können Fake News zu »False Memory« führen?	60
51	Was ist eine »Großstadt-Sage«, die sich wie von selbst verbreitet?	61
52	Warum sind Facebook, TikTok & Co. perfekte Brutstätten für Fake News?	62
53	Warum sollte man Fake News niemals teilen, auch nicht aus Spaß?	63
54	Wie unterscheiden sich Fake News von Satire oder »Clickbait«?	64
55	Warum fällt es Menschen oft schwer, ihre Meinung zu ändern, selbst wenn Fakten dagegen sprechen?	65
56	Welche Verantwortung tragen Plattformbetreiber und Nutzer im Kampf gegen Fake News?	66
57	Nützen Faktencheck-Seiten etwas?	67
58	Sind Fake News und Verschwörungstheorien ein unzertrennliches Dream-Team?	68
59	Wie findet man raus, ob eine Nachricht stimmt – bevor man sie teilt?	69

Mechanismen: Wie entstehen eigentlich Meinungen?

60	Entstehen unsere Überzeugungen im Kopf oder im Herz? ...	70
61	Sind selbstüberschätzende Berufsanfänger und überzeugte Verschwörungsgläubige Opfer des Dunning-Kruger-Effekts? ..	71
62	Sind Affektheuristik und das Bauchgefühl miteinander verwandt?	72
63	Der Bumerangeffekt: Wie kommt es, dass man mit Überreden oft alles verschlimmert?	73
64	Warum übernehmen wir manchmal unbewusst die Meinung der Masse?	74

65	Kognitive Dissonanz: Wie löst unser Gehirn innere Widersprüche?	75
66	Ist Langeweile ein Treibmittel für abenteuerliche Überzeugungen?	76
67	Was ist gemeint, wenn man vom Bestätigungsfehler spricht?	77
68	Warum prägt das, was wir erleben, so stark, was wir glauben?	78
69	Muss ich eine Lüge nur oft genug wiederholen, damit sie zur gefühlten Wahrheit wird?	79
70	Warum nützen Argumente in Diskussionen oft wenig?	80

Lösungen: Warum man erstmal vor der eigenen Hütte kehren sollte

71	Zum Streit gehören zwei. Was kann ich selbst besser machen?	81
72	Können wir von Romeo und Julia etwas lernen im Umgang mit Menschen, die schwierige Meinungen vertreten?	82
73	Willst Du Recht behalten oder glücklich sein?	83
74	Warum gibt es gerade mit Menschen, die uns nahestehen, viel Streit wegen unterschiedlicher Meinungen?	84
75	Warum achten wir eher auf das, was uns trennt, als auf das, was verbindet?	85
76	Auf welchem Ohr hörst Du eigentlich?	86
77	Wohin mit meiner Wut?	87
78	Warum soll ich an mir arbeiten, wenn der andere doch die verrückten Ideen hat?	88
79	Was tun, wenn der andere einen Triggerpunkt bei mir erwischt hat?	89
80	Warum sind Gemeinsamkeiten oft die beste Brücke im Gespräch?	90

Lösungen: Eine Frage des Settings

81	Wie sollte man mit Hatespeech im Internet umgehen?	91
82	Im Internet oder am Kaffeetisch – macht es einen Unterschied, wo und mit wem ich diskutiere?	92
83	Gibt es den falschen oder richtigen Zeitpunkt für schwierige Gespräche?	93

84	Sollte ich den Kontakt zu Menschen mit schwierigen Meinungen am besten abbrechen?	94
85	Kann man Filterblasen platzen lassen?	95

Lösungen: Kommunikation als Schlüssel

86	Wie schafft es die Sandwich-Strategie, Kritik zu verpacken, ohne dass sie bitter schmeckt?	96
87	Bringt es wirklich etwas, heikle Themen einfach unter den Teppich zu kehren?	97
88	Gilt Schweigen wirklich als Zustimmung – oder trügt dieser Eindruck?	98
89	Was verrät das Eisbergmodell über das, was unausgesprochen bleibt?	99
90	Ohren auf: Wie funktioniert »aktives Zuhören«?	100
91	Weshalb überzeugen Bilder und Geschichten manchmal besser als jede sachliche Erklärung?	101
92	Mit welchen Fragen kommt man hinter die Kulissen von Verschwörungsglauben?	102
93	Wie bringt der sokratische Dialog Menschen dazu, selbst auf Antworten zu kommen?	103
94	Wie wirksam ist Gewaltfreie Kommunikation gegen hartnäckige Verschwörungserzählungen?	104
95	Funktionieren Streit und Eskalation immer nach demselben Muster?	105
96	Wie argumentiere ich wasserdicht?	106
97	Wie erkennt man rhetorische Tricks, die manipulieren statt überzeugen?	107
98	Wie spricht man so, dass Köpfe und Herzen gleichermaßen erreicht werden?	108
99	Spontan und aus dem Bauch heraus oder vorbereitet? Wie funktionieren schwierige Gespräche besser?	109
100	Pssst... Warum hilft es weniger zu sagen und mehr zu fragen?	110
101	Wir haben uns gestritten. Wie kann man wieder zueinander finden?	111
	Literatur	112

1

Warum glauben manche Menschen an die flache Erde, obwohl sie rund ist?

Die Idee, dass die Erde eine Scheibe sei, stammt aus vorwissenschaftlichen Zeiten und war in manchen alten Kulturen verbreitet. Doch schon in der Antike vermuteten etwa Pythagoras oder Aristoteles, dass die Erde eine Kugel sein könnte. Mittlerweile ist es längst bewiesen, dass die Erde kugelförmig ist. Manche Menschen glauben aber heute noch, die Erde sei eine flache Scheibe. Dies hängt oft mit Misstrauen gegenüber der Wissenschaft, Regierungen oder internationalen Organisationen zusammen. Diese Menschen glauben, dass sie bewusst getäuscht werden und sehen sich selbst einer großen Verschwörung auf der Spur. Das kann Ihnen das Gefühl geben, besonders informiert zu sein, und besser Bescheid zu wissen als die Anderen.

Oft findet man in Internetforen schnell Gleichgesinnte, mit denen man sich darüber austauschen kann. Menschen, die an die flache Erde glauben, neigen außerdem dazu, eher nach Informationen zu suchen, die Ihre Überzeugung stützen und blenden widersprüchliche Fakten aus. Manchmal ist auch ein mangelndes naturwissenschaftliches Verständnis die Ursache.

Nicht zuletzt spielt bei manchen auch Rebellion eine Rolle – gegen den Mainstream, gegen das Bildungssystem oder gegen gesellschaftliche Normen. Der Glaube an die flache Erde kann so auch Teil einer persönlichen oder gruppenbezogenen Identität werden. Übrigens: es gibt auch Menschen, die an die hohle Erde glauben.

Sind Verschwörungstheoretiker¹ durchgeknallte Spinner?

12

WARUM GLAUBEN MENSCHEN DARAN?

Auf den ersten Blick wirken manche Verschwörungstheorien ziemlich verrückt, man denke etwa an die Echsenmenschen, an die flache Erde oder an die Vorstellung, dass die Regierung von Satanisten unterwandert sei. Aber Menschen, die an so etwas glauben, sind meist nicht verrückt, sondern oft ganz normale Menschen, die aus bestimmten psychologischen, sozialen oder emotionalen Gründen an solchen Überzeugungen festhalten. Übrigens sind es gar nicht so wenig Menschen, die an Verschwörungstheorien glauben: »11 Prozent halten eine globale Kontrolle durch geheime Mächte für sicher, weitere 19 Prozent für wahrscheinlich.« (Roose, 2020)

Das Spinner-Etikett ist sehr problematisch. Denn es stigmatisiert diese Menschen und erschwert so jedes Gespräch miteinander. Außerdem gehen Respekt und Augenhöhe verloren, wenn wir jemanden als Spinner bezeichnen oder betrachten. Das kann dazu führen, dass der Kontakt abreißt und Menschen nur noch tiefer in die Filterblase hineingeraten. Viel wichtiger ist es nach den Ursachen zu fragen und zu verstehen, warum diese Menschen so stark an Verschwörungstheorien hängen. Manche Menschen finden in Verschwörungstheorien zum Beispiel Sinn und Erklärung für eine immer komplexer werdende Welt. Übrigens: Wenn Menschen stark auf Ablehnung von außen stoßen, dann fühlen sie sich in ihrem Weltbild meist bestätigt.

Aber: Es ist auch wichtig zu unterscheiden. Sprechen Sie mit jemandem, der vielleicht stark verunsichert ist oder haben Sie es mit einem radikalisierten Menschen zu tun, der absichtlich Desinformation und Hass verbreitet?

1 Ich verwende im Text in zufälliger Folge die männliche und weibliche Form. Im Sinne der gendersensiblen Sprache mögen sich bitte alle mitgemeint fühlen.

3

Verschwörung oder Wahn – wo sind die Grenzen?

Oft hört sich das, was manch eine Verschwörungstheoretikerin zum Besten gibt, etwas verrückt an. Aber sind diese Menschen im pathologischen Sinne wahnhaft? Schauen wir einmal genauer hin: Der Unterschied zwischen Verschwörungsglauben und Paranoia liegt vor allem in der Ausrichtung des Misstrauens. Ein Verschwörungsgläubiger sieht sich oft als Teil eines »aufklärerischen« Kollektivs, das die Gesellschaft vor den Mächtschaften einer Elite retten muss. Ein paranoider Mensch hingegen fühlt sich persönlich verfolgt oder bedroht, oft von unsichtbaren Kräften oder anderen spezifischen Personengruppen. Während die Verschwörungstheoretikerin glaubt, dass »sie uns alle belügen«, sieht der Paranoide sich selbst als Ziel von Verschwörungen und glaubt beispielsweise, dass die Nachbarinnen ihn abhören.

Ein weiterer wichtiger Unterschied liegt auch in der Alltagsfähigkeit: Verschwörungsgläubige können weiterhin relativ normal leben, auch wenn ihr Weltbild stark vom Mainstream abweicht. Paranoide Menschen hingegen ziehen sich oft zurück und verlieren zunehmend den Kontakt zur Realität.

Zwar können auch Menschen mit wahnhaften Störungsbildern an Verschwörungstheorien glauben, doch der entscheidende Punkt bleibt: Verschwörungstheorien bieten oft eine einfache Antwort auf komplexe Ängste, während wahnhafte Vorstellungen oft mit starken Ängsten und teils hochkomplexen Vorstellungen einhergehen.

Bringt der Glaube an Verschwörungen wirklich etwas – oder nur Probleme?

14

WARUM GLAUBEN MENSCHEN DARAN?

Eine zentrale Erkenntnis der Resilienzforschung ist, dass Menschen besser mit Widrigkeiten umgehen können, wenn sie in der Lage sind, einen Sinn in schwierigen Situationen zu finden. Nietzsche fasste dies mit den Worten zusammen: »Hat man sein *warum?* des Lebens, so verträgt man sich fast mit jedem *wie?*« (1889/2007, S. 35). Diese Fähigkeit, den Dingen einen Sinn zu geben, ist eng mit dem Konzept des Kohärenzgefühls verbunden, das die Fähigkeit beschreibt, das Leben als verständlich, handhabbar und sinnvoll zu erleben. In Krisenzeiten, in denen das gewohnte Weltbild ins Wanken gerät, bieten Verschwörungstheorien eine Möglichkeit, die Welt wieder zu ordnen und Ereignisse als erklärbar und kontrollierbar zu erleben.

Die Verstehbarkeit von Krisen wird durch Verschwörungstheorien oft deutlich erleichtert. Anstatt unvorhersehbare und chaotische Ereignisse zu akzeptieren, bieten diese Theorien ein narratives Gerüst, das die Situation als Teil eines größeren »Plans« darstellt. Menschen, die an solche Theorien glauben, können Ereignisse wie die Coronakrise als kalkulierte, von »mächtigen Eliten« gesteuerte Prozesse verstehen, anstatt sie als zufällige, unverständliche Katastrophen zu sehen. Das hilft Ängste und Unsicherheiten zu verringern und die Krise für sich selbst verständlicher zu machen.

Neben der Verstehbarkeit spielt auch die Handhabbarkeit eine Rolle. In Krisenzeiten fühlen sich viele Menschen hilflos, vor allem wenn die offiziellen Lösungsstrategien unklar oder unzureichend erscheinen. Verschwörungstheorien bieten in diesem Kontext oft »Lösungsstrategien«, die das Gefühl von Kontrolle zurückgeben können. Sei es die Empfehlung von Nahrungsergänzungsmitteln, speziellen Gebetsritualen oder vermeintlichen Zahlencodes. All diese Praktiken vermitteln den Gläubigen ein Gefühl von Handlungsmacht und Einfluss.

Warum glauben manche Leute an das große Weltuntergangs-Szenario?

Wie Verschwörungstheorien reduzieren auch apokalyptische Deutungen komplexe Entwicklungen auf einfache Muster mit klaren Schuldigen, Gut-Böse-Schemata und einem nachvollziehbaren Sinn. Das schafft nicht nur Erklärbarkeit, sondern auch Handlungsfähigkeit. Statt gelähmt vor der Krise zu stehen, wird gehamstert, gebetet oder gepreppt.

Psychologisch erfüllen solche Vorstellungen mehrere Funktionen: Sie nehmen Angst, geben Struktur und erzeugen paradoxerweise bei manchen sogar eine gewisse »Angstlust«. Der Psychoanalytiker Michael Balint (1973) prägte diesen Begriff für das Phänomen, sich freiwillig einer existenziellen Angst auszusetzen, um daraus gestärkt hervorzugehen. Für einige hat der apokalyptische Nervenkitzel also sogar eine lustvolle Komponente.

Dabei geht es oft nicht nur um den Untergang, sondern auch um einen Wandel. Die Apokalypse wird zum »Great Reset«, mit gesellschaftlicher oder ökologischer Reformfantasie. QAnon-Anhänger etwa sehen in Trump einen Erlöser, andere setzen ihre Hoffnungen sogar in Putin. Doch nicht immer ist die Krise mit Hoffnung verbunden. Manche verfallen in dystopische Weltbilder, verlieren Vertrauen, brechen Kontakte ab und ziehen sich zurück. Aus der Vision einer reinigenden Umwälzung wird Resignation. Apokalypse bedeutet also nicht automatisch Katastrophe, sie kann auch Aufbruch bedeuten. Doch der Grat zwischen sinnstiftender Interpretation und destruktiver Weltflucht ist schmal.

Was verbirgt sich hinter dem Begriff »Verschwörungstheorie« eigentlich?

16

BEGRIFF: VERSCHWÖRUNGSTHEORIE

Es gibt viele Definitionen zu dem Begriff und eine große Diskussion, ob man in diesem Zusammenhang überhaupt von »Theorien« sprechen sollte. Versuchen wir uns an einer knappen Definition: Verschwörungstheorien sind komplexe und oft mystifizierte Erklärungsmodelle, die behaupten, dass Ereignisse oder Entwicklungen nicht durch offizielle oder allgemein anerkannte Ursachen erklärt werden können, sondern vielmehr das Ergebnis einer geheimen und absichtlichen Manipulation einer oder mehrerer mächtiger Gruppen sind. Diese Gruppen operieren angeblich hinter den Kulissen und agieren im Verborgenen, um ihre eigenen Interessen durchzusetzen. Oft wird angenommen, dass diese Akteure über beträchtliche Macht und Einfluss verfügen, der es ihnen ermöglicht, die öffentliche Wahrnehmung und das Geschehen weltweit zu steuern.

Verschwörungstheorien entstehen häufig als Reaktion auf Unsicherheiten und Ängste, besonders in Zeiten von Krisen oder dramatischen Ereignissen. Sie bieten scheinbar einfache Erklärungen für komplexe gesellschaftliche, politische oder wirtschaftliche Phänomene. Die Anhänger solcher Theorien fühlen sich in ihrer Welt oft bestätigt, da diese Theorien ihnen eine klare Ursache-Wirkung-Dynamik bieten, die in einer komplexen und unsicheren Welt oft schwer zu fassen ist. Oft wird beispielsweise davon ausgegangen, dass diejenigen, die aus einer Krise einen Nutzen ziehen, verantwortlich für die Krise sind und im Hintergrund die Fäden ziehen.

Warum nennt man Verschwörungstheoretiker auch »Aluhütler«?

Sicher haben Sie auch schon mal von den sogenannten »Aluhütlern« gehört oder gelesen. Der Begriff »Aluhut« ist mittlerweile eine häufig genutzte Bezeichnung für Menschen, die an Verschwörungstheorien glauben, meist mit einem ironischen oder spöttischen Unterton. Aber woher kommt diese etwas Bezeichnung eigentlich?

Der Aluhut – also ein Hut aus Aluminiumfolie – soll vor angeblicher Strahlung, Gedankenkontrolle oder anderen unsichtbaren Einflüssen schützen. Der Begriff wurde erstmals 1926 in der Science-Fiction-Geschichte »The Tissue-Culture King« von Julian Huxley erwähnt. In dieser Geschichte entdeckt der Protagonist, dass Kappen aus Metallfolie verwendet werden können, um die Effekte von Telepathie zu blockieren. Diese Vorstellung wurde seitdem vor allem durch Science-Fiction, Satire und Verschwörungserzählungen verbreitet. Menschen, die »Aluhüte« tragen, gelten als besonders ängstlich gegenüber »Geheimkräften« oder »unsichtbaren Mächten«, die angeblich versuchen, sie zu kontrollieren oder zu manipulieren.

Jemanden als »Aluhütlerin« zu bezeichnen, wirkt oft stigmatisierend und kann dazu führen, dass die so Bezeichneten sich nicht ernst genommen oder lächerlich gemacht fühlen. Deswegen streichen Sie diesen Begriff am besten aus Ihrem Vokabular.

Falsche Theorien – echte Wirkung? Was ist der richtige Begriff für Verschwörungstheorien?

18

BEGRIFF: VERSCHWÖRUNGSTHEORIE

Im alltäglichen Sprachgebrauch ist häufig von »Verschwörungstheorien« die Rede, auch im Englischen ist der Begriff »conspiracy theory« weit verbreitet. Doch das Wort »Theorie« verleiht solchen Erzählungen einen wissenschaftlichen Anstrich, den sie in der Regel nicht verdienen. Eine Theorie im wissenschaftlichen Sinne ist überprüfbar, falsifizierbar und argumentativ begründet – eine sogenannte Verschwörungstheorie hingegen ist meist das Gegenteil: nicht belegbar, gegen Widerspruch immun und in sich suggestiv geschlossen.

Deswegen bevorzugen viele Wissenschaftler heute alternative Begriffe wie »Verschwörungsmythos« oder »Verschwörungserzählung«; manche sprechen auch von einer »Verschwörungsideologie« oder gar einem »Verschwörungswahn«. Jeder dieser Begriffe bringt eigene Perspektiven mit sich und hat seine Stärken und Schwächen.

Bereits an dieser Diskussion um die richtige Begrifflichkeit lässt sich erahnen: Verschwörungsglauben ist nicht gleich Verschwörungsglauben. Wie benennt man ein Phänomen, das irgendwo zwischen berechtigtem Misstrauen und ideologisch aufgeladener Weltsicht, zwischen kritischem Denken und realitätsferner Paranoia oszilliert – ohne es zu verharmlosen oder pauschal zu pathologisieren? Es kommt auf den Kontext an ...

Wie setzt sich eine Verschwörungstheorie zusammen?

Im Wesentlichen besteht jedes »Verschwörungssüppchen« aus drei Zutaten:

- Eine Gruppe von vermeintlichen Verschwörern (z.B. die Eliten, die Rothschilds, die Echtenmenschen, die Lügenpresse ...)
- Ein Ereignis (etwas, das emotional erschüttert und die Gemüter bewegt)
- Eine Idee, mit welchem Ziel die vermeintlichen Verschwörer das Ereignis angezettelt haben (beliebte Ziele sind beispielsweise Gewinnmaximierung, Macht, politische Unterwanderung ...)

Dieses Ereignis wird nun als Produkt der Verschwörer deklariert und mit dem Ziel in Verbindung gebracht. Dabei kann es sich um einen Flugzeugabsturz, den Autounfall einer berühmten Person oder die Verbreitung einer Krankheit handeln; Hauptsache, das Ereignis hat eine gewisse Relevanz und fühlt sich kollektiv bedrohlich an. Selbstverständlich agieren die Verschwörer im Geheimen, keiner weiß davon (außer der Whistleblowerin). Damit die Glaubwürdigkeit erhöht wird, werden Beweise benötigt. Als Beweis eignet sich allerhand: Aussagen vermeintlicher Expertinnen, angeblich strenggeheime Dokumente, Interviews von sog. Überläufern.

Damit diese Mixtur jedoch eine richtige Verschwörungstheorie wird, braucht es zudem eine klare Einteilung der Welt in Gut und Böse. Die Bösen sind selbstverständlich die Verschwörer. Diese haben unlautere Ziele, wie beispielsweise Machtgewinn, Weltherrschaft oder Kapitalzuwachs. Nun haben wir beinahe alle Zutaten für eine ordentliche Verschwörungstheorie. Wichtig ist es, keinesfalls den Zufall ins Spiel zu bringen. Ereignisse werden als absichtlich gesteuerte Ereignisse deklariert, die von demjenigen zu verantworten sind, dem diese nützen, ganz nach dem Motto »Cui Bono«!

Gibt es auch waschechte Verschwörungen?

20

BEGRIFF: VERSCHWÖRUNGSTHEORIE

Die Geschichte zeigt eindeutig: Verschwörungen hat es immer gegeben. Ein gewisses Maß an Misstrauen und eine gesunde Portion Skepsis gegenüber Machtstrukturen ist durchaus berechtigt. Auch in unserer Gesellschaft existieren nachweislich geheime Absprachen. Ein anschauliches Beispiel sind Kartelle, bei denen Unternehmen im Verborgenen Preise absprechen und so den Wettbewerb verzerren. Solche realen Fälle nähren das nachvollziehbare Grundmisstrauen gegenüber Wirtschaftsmächten und politischen Eliten.

Auch die offizielle Version der Berichterstattung eines Ereignisses muss nicht immer der Wahrheit entsprechen. Manches wird vertuscht, verschleiert oder heruntergespielt. Doch genau hier ist die Differenzierung wichtig: Der entscheidende Unterschied zwischen einer tatsächlichen Verschwörung und einer Verschwörungstheorie liegt in der Belegbarkeit und der Argumentationsweise.

Echte Verschwörungen lassen sich mit Fakten und Beweisen nachzeichnen. Sie beruhen auf dokumentierten Vorgängen, konkreten Handlungen und nachvollziehbaren Interessenlagen. Der Watergate-Skandal etwa ist ein prominentes Beispiel: Hier versuchte die US-Regierung, mit geheimen Mitteln in die Wahlkampagne der Opposition einzugreifen – aufgedeckt durch journalistische Recherchen und offizielle Ermittlungen. Verschwörungstheorien hingegen operieren meist ohne überprüfbare Belege. Sie gründen auf Spekulationen und immunisieren sich häufig gegen Gegenargumente.

Warum boomen Verschwörungstheorien gerade in Krisenzeiten?

Krisenzeiten bieten den idealen Nährboden für Verschwörungstheorien. Wenn vertraute Strukturen ins Wanken geraten, sei es durch Pandemien, wirtschaftliche Schocks oder politische Umbrüche, breitet sich Unsicherheit aus. Menschen verlieren das Vertrauen in Kontrolle und Vorhersehbarkeit. Daraus folgt das Gefühl von Angst. Und wo Angst wächst, steigt das Bedürfnis nach einfachen Erklärungen, klaren Schuldigen und eindeutigen Ursachen.

In einer solchen emotional aufgeladenen Lage setzen Verschwörungstheorien an: Sie liefern scheinbar logische Erklärungen, geben Orientierung in einer chaotischen Welt und bieten ein klares Feindbild. Damit stillen sie psychologische Grundbedürfnisse – nach Sicherheit, Zugehörigkeit und Kontrolle.

Ein Blick in die Geschichte zeigt außerdem: In Zeiten kollektiver Verunsicherung ist die Suche nach Sündenböcken ein wiederkehrendes Muster. Während der Pest wurden jüdische Gemeinden für Brunnenvergiftungen verantwortlich gemacht, in der HIV/AIDS-Krise wurden Homosexuelle stigmatisiert. Solche Schuldzuweisungen dienen dazu, Ängste zu bündeln und die eigene Gruppe zu stabilisieren – doch das geschieht auf Kosten von Ausgrenzung und Gewalt gegenüber Minderheiten.

Was kurzfristig Halt geben mag, birgt langfristig sozialen Sprengstoff. Wenn Schuldzuweisungen und Verschwörungserzählungen in den gesellschaftlichen Mainstream vordringen, vertiefen sie gesellschaftliche Gräben. Alte Feindbilder werden reaktiviert oder neue entstehen und das Vertrauen in Politik, Medien und Wissenschaft schwindet. Das Resultat ist keine Stabilisierung, sondern gesellschaftliche Fragmentierung – ein Klima, in dem Polarisierung und Radikalisierung gedeihen.

Sind Verschwörungstheorien ein alter Hut?

22

BEGRIFF: VERSCHWÖRUNGSTHEORIE

Verschwörungstheorien sind kein neues Phänomen, sondern existieren seit vielen Jahrhunderten. Schon lange bevor das Internet unser Leben prägte, suchten Menschen nach einfachen Erklärungen für komplexe oder bedrohliche Ereignisse – und fanden sie oft in der Vorstellung von geheimen, mächtigen Gruppen, die im Verborgenen agieren.

Beispiele aus der Geschichte gibt es viele: Im antiken Rom beschuldigte Kaiser Nero die Christen für den Brand der Stadt. Im 18. und 19. Jahrhundert entstanden Verschwörungstheorien über Geheimbünde wie die Freimaurer oder die sogenannten Illuminaten, denen man eine geheime Weltherrschaft unterstellte. Und auch die Hexenverfolgung basierte auf der Annahme, Hexen hätten sich in geheimen Zirkeln mit dem Teufel verschworen und seien für bestimmte Ereignisse verantwortlich.

Was heute neu und besonders ist, ist die Geschwindigkeit und Reichweite, mit der sich Verschwörungstheorien durch soziale Medien und das Internet verbreiten können. Algorithmen verstärken oft emotionalisierte Inhalte, die in Filterblasen und Echokammern besonders stark wirken. Dadurch sind Verschwörungstheorien manchmal sehr präsent, obwohl sie inhaltlich häufig auf ähnlichen Mustern und Ängsten beruhen wie schon vor Hunderten von Jahren.

Was ist dran an der Erzählung, dass Eliten Kinder entführen und in Verliesen einsperren?

Das Motiv des Kindesmissbrauchs ist ein historisch tief verwurzeltes Element in Verschwörungserzählungen. Schon im Mittelalter wurden etwa jüdische Gemeinden beschuldigt, christliche Kinder rituell zu ermorden – ein Muster, das laut Historiker Till Kössler der Konstruktion von Feindbildern diene (Deutschlandfunk, 2021).

Moderne Theorien wie QAnon greifen diese Narrative auf und spinnen sie weiter. Die Bewegung behauptet, eine satanistische Elite missbrauche Kinder systematisch – ein zentrales Element, das stark emotionalisiert. Verschwörungsmythen wie diese schüren Ängste vor einer verborgenen Machtstruktur, die sich an den Schwächsten vergeht.

Kinder gelten gesellschaftlich als Symbol der Unschuld und des Schutzwürdigen. Gerade deshalb eignen sie sich in solchen Erzählungen besonders, um Empörung zu erzeugen und Unterstützerinnen zu mobilisieren. Der Missbrauch ihrer Unversehrtheit wird zum Beweis eines vermeintlich umfassenden moralischen Verfalls stilisiert. Das Motiv des Kindesmissbrauchs wird immer wieder gezielt eingesetzt, um Ängste zu schüren, zu radikalisieren und politische Feindbilder zu legitimieren – früher wie heute.

Warum braucht jede Verschwörung einen tierischen Schuldigen?

Wenn jemand heute als »Sündenbock« herhalten muss, bedeutet das: Diese Person bekommt die Schuld für etwas, das oft viele verursacht haben und das meist zu Unrecht. Aber woher kommt dieser Begriff eigentlich?

24

WER IST EIGENTLICH DER SCHULDIGE?

Der Ursprung liegt in der Bibel, genauer gesagt im Alten Testament. Im 3. Buch Mose (Levitikus), Kapitel 16, wird beschrieben, wie beim jüdischen Versöhnungstag (Jom Kippur) ein besonderes Ritual durchgeführt wurde. Dabei wählte der Hohepriester zwei Ziegenböcke aus. Auf beide wurden symbolisch die Sünden des Volkes Israel übertragen. Einer dieser Böcke wurde dann in die Wüste geschickt, er sollte die Schuld »wegtragen«. Genau dieser Bock ist der Ursprung des Begriffs »Sündenbock«. Der andere wurde als Opfer dargebracht.

Heute steht der Sündenbock sinnbildlich für jemanden, auf den Probleme und Schuld abgeladen werden, damit andere fein raus sind. Die religiöse Bedeutung ist zwar in den Hintergrund gerückt, das Prinzip dahinter aber ist geblieben (Köhler, 2025). Wenn Gruppen vermeintliche Sündenböcke küren, stabilisiert dies oft den inneren Zusammenhalt der Gruppe.

Warum ist der Sündenbock so ein beliebtes Ventil für soziale Spannungen?

In Krisenzeiten tendieren viele Gruppierungen und Gesellschaften dazu, sich einen Sündenbock zu suchen, also jemanden der schuldig ist, der Verantwortung trägt für die Krise, der es sprichwörtlich »verbockt« hat. Dieser Mechanismus erfüllt mehrere wichtige Funktionen, die nicht nur den sozialen Zusammenhalt stärken, sondern auch helfen, kollektive Ängste und Frustrationen zu kanalisieren. In Zeiten der Unsicherheit, wenn Menschen mit existenziellen Bedrohungen oder chaotischen Veränderungen konfrontiert sind, bieten Sündenböcke eine einfache Möglichkeit, komplexe Probleme zu erklären. Die Sündenbockfigur wird zur Verkörperung des »Bösen« oder der Ursache des Leids, was es der Mehrheit ermöglicht, ihre eigenen Ängste, ihre Wut und Schuld auf eine Minderheit oder einen äußeren Feind abzuwälzen.

Darüber hinaus stabilisiert der Sündenbock den inneren Zusammenhalt innerhalb einer Gruppe. In Krisen benötigen Menschen das Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit, und der Sündenbock hilft, eine klare Grenze zwischen »uns« und »denen« zu ziehen. Indem eine Minderheit als verantwortlich für das Übel dargestellt wird, können die dominanten Gruppen ihre Positionen behaupten und sich selbst von Verantwortung freisprechen. Dies entlastet die Mehrheitsgesellschaft von der Notwendigkeit, sich mit den tief liegenden Ursachen von Krisen oder Missständen auseinanderzusetzen.

Aber Sündenböcke werden nicht nur fälschlicherweise beschuldigt, sondern sind oft auch Gewalt, Diskriminierung und Verfolgung ausgesetzt. Der Sündenbock kanalisiert gesellschaftliche Spannungen, ohne für das zugrunde liegende Problem verantwortlich zu sein.