

Wie Umgehen mit Verschwörungstheorien?



Ignorieren

► Du musst nicht auf jede Verschwörungstheorie eingehen. Gerade wenn du dich mit einer **Diskussion oder Konfrontation nicht wohl fühlst** und niemand unmittelbar durch die Verschwörungstheorie zu Schaden kommt, kannst du sie auch **einfach ignorieren**.



Diskutieren / Konfrontieren

► Wenn dir die **Person wichtig** ist oder du die **Verschwörungstheorie so nicht im Raum stehen lassen** möchtest, gehe in die Diskussion.

► Setze dir dabei **konkrete, kleine Ziele** wie zum Beispiel:

- Überprüfen wie seriös die Quelle ist (u.a.: Wer ist der*die Autor*in? Woher kommen die Informationen? Auf wen verweist die Homepage? Wie seriös sind Webseiten/Personen, die auf die Quelle verweisen?)
- Eine konkrete Aussage überprüfen.
(z.B. mit Faktenchecks: **Correctiv**, **ARD-Faktenfinder**)
- Solidarität mit Personen ausdrücken, die unter dem Inhalt der Verschwörungstheorie leiden, und daher deutlich machen, dass die Verschwörungstheorie nicht stimmt.

► Wenn die Person, die die Verschwörungstheorie verbreitet, **dir nahe steht** (z.B. Freund*innen / Familie) kann es helfen sich auf einen **Gesprächsrahmen zu einigen**:

- Gemeinsame Grundlage: z.B. Menschenrechte nicht verletzen
- Zeitlicher Rahmen: z.B. Wir sprechen jetzt 30 Minuten über das Thema, aber dann ist gut.
- Ausreden lassen und Verstehen wollen von beiden Seiten.
- Achte darauf, dass du deutlich machst **warum dir die Diskussion wichtig** ist und du die **Verschwörungstheorie kritisierst**, nicht die **Person** die daran glaubt.



In Kontakt bleiben / über Gründe für den Glauben an VT sprechen

► Falls die Person nicht bereit ist mit dir inhaltlich zu diskutieren, du die Person aber auch nicht ignorieren möchtest, kann es hilfreich sein in **Kontakt zu bleiben** und über die **Ursachen / Gründe für den Glauben** an Verschwörungstheorien zu reden.

► Dabei kannst du über andere Themen sprechen und eine **klare Grenze ziehen**, sobald es um Verschwörungstheorien geht. Die Person **kennt dann deine Meinung** und kann sich evtl. zu einem späteren Zeitpunkt **an dich wenden**, wenn ihr **selber Zweifel** an den Verschwörungstheorien kommen.

► Oder du redest über **Sorgen und Ängste**, über das **Gefühl von Überforderung** in einer komplexen Welt, **über Ohnmacht** und Machtlosigkeit – ohne über die konkreten Verschwörungstheorien zu reden. So könnt ihr **über mögliche Gründe** für den Glauben an VT besprechen und **eventuell auf neue Antworten** stoßen.



Schütze dich und dein Umfeld

- ▶ Bevor du in eine (inhaltliche) Auseinandersetzung gehst, überlege ob **du dich dafür bereit fühlst**. Wie geht es dir in der Situation? Fühlst du dich inhaltlich gewappnet?
- ▶ Sind vielleicht Personen anwesend, die unter dem Inhalt / den Folgen der Verschwörungstheorie **besonders leiden**? Wie geht es ihnen, wenn du die Verschwörungstheorie jetzt thematisierst?
- ▶ Du musst Verschwörungstheorien **nicht immer konfrontieren**, tue dies **nur wenn du dich damit wohl fühlst**. Wenn Menschen in deinem Umfeld unter der Verschwörungstheorie besonders leiden, kümmere dich zunächst um sie, anstatt der Verschwörungstheorie (und der Person die sie verbreitet) mehr Aufmerksamkeit zu schenken.
- ▶ Wenn dich eine Konfrontation / Diskussion zu sehr belastet kannst du den **Kontakt still legen** und bestimmte **Regeln** für die Wiederaufnahme formulieren z.B.:
 - »Eine Woche lang keine Nachrichten mehr zu dem Thema zusenden.«
 - »Ein Telefonat führen, in dem es nicht um Verschwörungstheorien geht, bevor ihr euch wieder trefft.«



Hol dir Unterstützung

- ▶ Du musst **nicht alleine** gegen Verschwörungstheorien vorgehen. In der Schule kannst du z.B. Mitschüler*innen dazu holen oder dich an Vertrauenslehrer*innen wenden.
- ▶ Wenn du in deiner Familie oder im Freundeskreis auf Verschwörungstheorien stößt, kannst du dich u.a. **an Beratungsstellen wenden**. Eine Übersicht über verschiedene **Unterstützungsangebote** findest du hier:
 - Die **Nummer gegen Kummer** kannst du **Mo–Sa**, von **14 bis 20** Uhr unter: **116 111** erreichen. Von **Mo–Do** gibt es von **14–18** Uhr auch eine **Chat Beratung**:
<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung/>
 - Generell kannst du dich auch an **schulpsychologische Beratungsstellen** wenden:
<https://schulpsychologie.de/beratungsstellen>
oder an **Jugend- und Familienberatungsstellen** wenden, in Köln z.B an:
<https://www.stadt-koeln.de/artikel/01232/index.html>
 - Es gibt auch auf **Verschwörungstheorien spezialisierte Beratungsstellen**, wie z.B. in **Nordrhein-Westfalen** hier:
<https://demokratieimdialog.de/>
<https://sekten-info-nrw.de>
 - oder bei einer der mobilen Beratungsstellen gegen **Rechtsextremismus**:
<https://bundesverband-mobile-beratung.de/>



Informier dich:

- ▶ Mehr Informationen zu Verschwörungstheorien findest du u.a. hier:
 - <https://www.an-allem-schuld.de/verschwoerung>
 - <https://www.oyvey.de/>
 - <https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/verschwoerungsmymen-und-antisemitismus/>

Arbeitsaufträge:

- 1) In welchen Situationen würdest du welchen Umgang wählen? Nenne drei Beispiele und führe aus: Wer glaubt an die Verschwörungstheorie? Wie erfährst du von der Verschwörungstheorie? Wo begegnet ihr euch? Wer ist noch anwesend? Warum würdest du hier welchen Umgang wählen?
- 2) Überlege und notiere zwei Regeln, die dir für einen guten Gesprächsrahmen wichtig sind.