Fake News: Psychologie, Infodemie & Präbunking

Autor: Wolfram Klatt
Veröffentlicht am: 10.08.2026

Dokument generiert über Gesundheitsmythen.de

ZUSAMMENFASSUNG (ABSTRACT)

Fake News umfassen Fehlinformation, Desinformation und Malinformation. Sie nutzen kognitive Verzerrungen wie den Bestätigungsfehler und den Wahrheitseffekt aus, um über soziale Netzwerke rasend schnell Emotionen zu schüren.

Fake News und Desinformation: Die Psychologie der Täuschung

1. Definition und Grundlagen (Der Einstieg)

Der Begriff „Fake News“ hat sich in den letzten Jahren als allgegenwärtiges Schlagwort etabliert, doch in der Wissenschaft – insbesondere in der Psychologie, Kommunikationswissenschaft und Soziologie – wird er oft als zu unscharf betrachtet. Die Forschung zieht stattdessen ein präziseres Begriffstrio vor, um das Phänomen der irreführenden oder falschen Informationsverbreitung zu klassifizieren: **Misinformation (Fehlinformation)**, **Disinformation (Desinformation)** und **Malinformation**.

- **Fehlinformationen** sind schlichtweg unzutreffende Informationen, die jedoch ohne böse Absicht oder den Willen zur Täuschung verbreitet werden. Ein Beispiel ist das

Teilen eines veralteten Artikels in dem guten Glauben, er enthalte aktuelle Ratschläge. Die handelnden Personen sind oft selbst Opfer eines Irrtums und wollen ihr Umfeld warnen oder informieren.

- **Desinformation** hingegen ist das gezielte, bewusste Erschaffen und Verbreiten von Falschinformationen. Dahinter stehen klare Absichten: die Täuschung der Öffentlichkeit, die Manipulation von politischen Prozessen, die Diskreditierung von wissenschaftlichen Erkenntnissen oder schlicht der finanzielle Profit (etwa durch Werbeeinnahmen bei stark klickbasierten Schlagzeilen).
- **Malinformation** beschreibt echte, faktenbasierte Informationen, die jedoch gezielt aus dem Kontext gerissen oder veröffentlicht werden, um Schaden anzurichten. Beispiele hierfür sind das absichtliche Veröffentlichen vertraulicher medizinischer Daten oder privater Kommunikation, um eine Person des öffentlichen Lebens zu diskreditieren.

Die Metapher des Informations-Ökosystems: Stellen Sie sich unsere Informationslandschaft wie ein natürliches Ökosystem vor. Fehlinformationen sind wie eine eingeschleppte, aber harmlose Pflanze, die gelegentlich wächst. Desinformation hingegen gleicht einem gezielt freigesetzten Giftstoff, der das gesamte Wasserversorgungssystem kontaminiert. Das Fundamentale an Desinformationskampagnen ist nicht allein die Verbreitung einer spezifischen Unwahrheit, sondern die systematische Aushöhlung des gesellschaftlichen Vertrauens in die Institutionen der Wahrheitsfindung – wie Wissenschaft, qualitätsgeprüfter Journalismus und demokratische Prozesse.

2. Der psychologische und neurobiologische Mechanismus (Die Tiefe)

Warum finden erfundene Narrative so viel Anklang, und wie verbreiten sie sich derart rasant? Die Antwort liegt in einer perfiden Symbiose aus evolutionär geprägten kognitiven Mechanismen unseres Gehirns und der algorithmischen Architektur moderner Kommunikationswege.

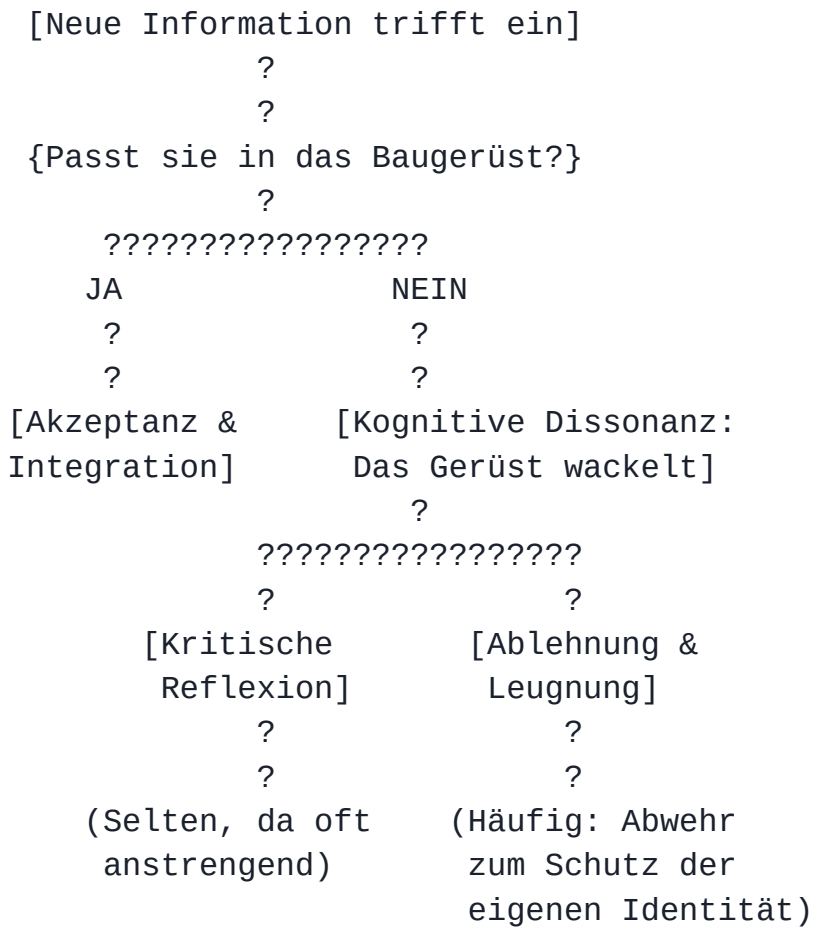
Auf psychologischer Ebene bedienen sich Desinformationskampagnen spezifischer kognitiver Verzerrungen (Cognitive Biases). Einer der wirkmächtigsten Mechanismen ist der **Confirmation Bias (Bestätigungsfehler)**. Das menschliche Gehirn ist darauf optimiert, Energie zu sparen (kognitive Ökonomie). Es ist wesentlich ressourcenschonender, Informationen nahtlos zu akzeptieren, die in unser bereits bestehendes Weltbild passen, als tief verwurzelte

Überzeugungen infrage zu stellen und unser inneres Koordinatensystem neu zu justieren. Wir tendieren dazu, Informationen systematisch so zu filtern und zu interpretieren, dass sie unsere Vorannahmen untermauern.

Ein eng damit verwandter Mechanismus ist das **Motivated Reasoning (motiviertes Denken)**. Wenn wir mit Fakten konfrontiert werden, die unserer Identität oder unserer sozialen Gruppenzugehörigkeit (z. B. politische Überzeugung, Wertesystem) widersprechen, entsteht psychologischer Stress – eine sogenannte kognitive Dissonanz.

Die Metapher des Baugerüsts

Um diesen Prozess besser zu verstehen, hilft die Vorstellung unseres Wissens als ein komplexes Baugerüst.



Jede neue Erkenntnis ist eine Planke, die wir in das Gerüst einfügen. Wenn nun eine fundierte Information eine tragende Säule unseres Weltbildes bedroht, droht das gesamte Gerüst einzustürzen. Um diesen Einsturz abzuwenden, tendiert das Gehirn instinktiv zur Ablehnung der

neuen Information. Die störenden Fakten werden weg-erklärt, die Quelle wird diskreditiert oder es werden kreative Gegenargumente konstruiert – all dies dient dem Schutz der psychologischen Integrität.

Hinzu kommt der **Illusory Truth Effect (Wahrheitseffekt)**. Kognitionspsychologische Studien zeigen eindeutig: Je öfter wir eine Aussage hören, desto eher halten wir sie für wahr – unabhängig davon, wie abwegig sie ursprünglich klang. Die bloße Wiederholung einer Behauptung führt im Gehirn zu einer sogenannten Verarbeitungsflüssigkeit (Processing Fluency). Was leicht zu verarbeiten ist, fühlt sich für das Gehirn wahr an. Fake-News-Netzwerke nutzen diesen Effekt durch massenhaftes Teilen, um den digitalen Raum mit denselben Botschaften zu fluten, bis sie sich vertraut anfühlen.

Neurowissenschaftlich betrachtet triggern Falschmeldungen gezielt die **Amygdala**, das emotionale Zentrum unseres Gehirns. Erfolgreiche Desinformation weckt oft sogenannte *High-Arousal-Emotionen* wie Wut, Angst oder moralische Empörung. Diese starken Emotionen können die präfrontalen Kortex-Areale, die für rationales, analytisches Denken und Impulskontrolle zuständig sind, vorübergehend in den Hintergrund drängen. Dies fördert impulsive Reaktionen, wie das unreflektierte Teilen eines Beitrags.

3. Algorithmische Brandbeschleuniger und Netzwerke

Während die Psychologie erklärt, warum wir anfällig sind, erklärt die Technologie, warum Desinformation heute ein globales Phänomen ist. Algorithmen sozialer Netzwerke sind in der Regel auf maximales User-Engagement (Verweildauer und Interaktion) trainiert – die sogenannte Aufmerksamkeitsökonomie. Sie priorisieren jene Inhalte, die die stärksten emotionalen Reaktionen hervorrufen, unabhängig von deren Wahrheitsgehalt.

Eine wegweisende Studie von Vosoughi et al. am MIT (veröffentlicht im Fachjournal *Science*, 2018) analysierte die Verbreitung von Nachrichten auf Twitter (heute X). Das beunruhigende Ergebnis: Falschmeldungen verbreiten sich signifikant schneller, dringen tiefer in Netzwerke ein und erreichen weitaus mehr Menschen als korrekte Informationen. Die Wahrheit benötigt für die gleiche Reichweite oft sechsmal so lange. Falschmeldungen bieten oft einen höheren "Neuigkeitswert" und evozieren stärkere Emotionen, was das Teilen begünstigt.

4. Bedeutung für Medizin, Gesundheit und Gesellschaft (Die Relevanz)

Die Konsequenzen von Desinformation gehen weit über die digitale Welt hinaus; sie haben greifbare, mitunter lebensverändernde Auswirkungen auf die physische Gesundheit und das gesellschaftliche Miteinander. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) prägte den Begriff der **Infodemie** – eine Überfülle an teilweise fehlerhaften Informationen, die sich ähnlich wie ein Krankheitserreger in der Bevölkerung ausbreitet und rationale Entscheidungsfindungen erschwert.

Im Bereich der Medizin und der öffentlichen Gesundheit können solche Narrative dazu führen, dass evidenzbasierte Präventionsmaßnahmen (wie Impfungen) abgelehnt werden. Ebenso suchen Menschen, die an schweren Erkrankungen leiden, aus nachvollziehbarer Verzweiflung und der verständlichen Suche nach Hoffnung oft nach alternativen Heilversprechen, die wissenschaftlich nicht haltbar sind. Dies kann dazu führen, dass wirksame und lebensrettende Therapien verschleppt oder ganz abgesetzt werden. Es ist wichtig, diesen Patientinnen und Patienten mit Empathie und Verständnis zu begegnen, da ihr Handeln oft von tiefen Ängsten und dem legitimen Wunsch nach Genesung getrieben ist, nicht von Böswilligkeit.

Für die Gesellschaft bedeuten unregulierte Desinformationsströme eine Zersetzung des gemeinsamen Dialogs. Wenn Bürgerentscheidungen zunehmend auf Basis von Fehlinformationen getroffen werden, fragmentiert sich der öffentliche Diskurs. Notwendige Maßnahmen, beispielsweise im Bereich der Präventivmedizin oder des Klimaschutzes, werden so verzögert oder verhindert.

5. Häufige Missverständnisse und Halbwissen (Die Aufklärung)

Das Thema Fake News ist selbst von zahlreichen Mythen umgeben, die ein präzises Verständnis erschweren:

Mythos 1: „Nur ungebildete oder naive Menschen fallen auf Fehlinformationen herein.“ Dieser weit verbreitete Gedanke ist irreführend. Kognitionspsychologische Forschungen belegen, dass auch hohe Intelligenz und formale Bildung nicht automatisch vor dem

Confirmation Bias schützen. Im Gegenteil: Kognitiv stark leistungsfähige Menschen sind mitunter besser darin, komplexe Ratiocinationen (Vernunftgründe) zu konstruieren, um falsche Annahmen, die ihrem Weltbild entsprechen, zu rechtfertigen. Entscheidend für den Schutz vor Täuschung ist nicht die Intelligenz per se, sondern die kognitive Reflexivität – die bewusste Bereitschaft, intuitive Reaktionen analytisch zu hinterfragen.

Mythos 2: „Faktenchecks verschlimmern das Problem nur (Backfire Effect).“ Lange Zeit wurde befürchtet, dass Richtigstellungen den falschen Glauben sogar noch festigen könnten, wenn Menschen stark polarisiert sind (Bumerang-Effekt). Neuere Meta-Analysen haben dieses Bild jedoch differenziert: Der Backfire-Effekt tritt weitaus seltener auf als angenommen, und Faktenchecks sind ein unverzichtbares Instrument. Dennoch gilt das sogenannte „Bullshit-Asymmetrie-Prinzip“ (Brandolinis Gesetz): Eine Falschmeldung ist in Sekunden formuliert, ihre methodisch saubere Widerlegung erfordert jedoch ein Vielfaches an Zeit, Recherche und Energie.

Mythos 3: „Das Internet hat Fake News erschaffen.“ Historisch betrachtet war Desinformation schon immer ein Werkzeug der Manipulation. Von antiker Propaganda über mittelalterliche Hetzschriften bis hin zu gezielten Verschleierungskampagnen der Tabakindustrie im 20. Jahrhundert über die Gesundheitsrisiken des Rauchens – die bewusste Irreführung hat Tradition. Das Internet hat Fake News somit nicht erfunden, es hat lediglich die Hürden der Produktion gesenkt und die globale Verbreitungsgeschwindigkeit drastisch erhöht.

6. Fehlinformationen im Gesundheitsbereich und Science-Washing (Die Abgrenzung)

Im sensiblen Bereich der Gesundheitssorge können Falschinformationen besonders direkte Auswirkungen auf das Wohlbefinden von Menschen haben. Auf dem großen Gesundheitsmarkt existieren Akteure, die finanzielle Interessen durch die Verbreitung irreführender Heilsversprechen verfolgen. Dabei greifen einige Anbieter nicht-evidenzbasierter Heilmethoden auf eine Rhetorik zurück, die als **Science-Washing** bezeichnet wird.

Beim Science-Washing werden komplexe wissenschaftliche Fachbegriffe – etwa aus der Quantenphysik, Epigenetik oder Molekularbiologie – aus ihrem angestammten Kontext gelöst und mit alternativen Heilversprechen verknüpft. Ziel ist es, den angebotenen Methoden einen Anstrich wissenschaftlicher Seriosität zu verleihen, wo eigentlich keine Evidenz vorliegt. Ein

typisches Beispiel ist die Verwendung von Begriffen der Quantenmechanik im Rahmen der sogenannten „Quantenheilung“. Dabei wird behauptet, mentale Prozesse könnten auf subatomarer Ebene direkten Einfluss auf biologische Heilungsprozesse nehmen – eine These, die den Grundgesetzen der Physik und Medizin widerspricht, aber durch die komplexe Terminologie für den Laien überzeugend klingen kann.

Ein weiteres Feld ist die Fehlinterpretation physiologischer Prozesse, etwa im Kontext von „Entschlackung“ oder „Detox“-Produkten. Dabei wird suggeriert, der Körper würde giftige „Schlacken“ ansammeln, die durch spezielle Präparate ausgespült werden müssten. Aus medizinischer Sicht existieren diese sogenannten Schlacken im Körper nicht, da ein gesunder Organismus über Organe wie Leber und Nieren selbstständig eine hochgradig effiziente und kontinuierliche Entgiftung vornimmt.

Besonders riskant wird es, wenn potenziell gesundheitsschädliche Substanzen, wie etwa Chlordioxid (oft als MMS bezeichnet), als angebliche Wundermittel gegen ernste Erkrankungen beworben werden. Die Einnahme solcher industrieüblichen Bleichmittel hat laut Warnungen globaler Gesundheitsbehörden bereits zu erheblichen gesundheitlichen Schäden geführt.

Die Mechanismen solcher Netzwerke ähneln oft typischen Verschwörungsnarrativen: Es wird suggeriert, das etablierte Gesundheitssystem halte bewusst wirksame Behandlungen zurück. Diese Argumentationsstruktur kann verunsicherte Patienten, die dringend nach Lösungen suchen, von evidenzbasierter medizinischer Aufklärung isolieren, da kritische Nachfragen schnell als Teil einer vermeintlichen Verschwörung abgetan werden.

7. Faszination Wissenschaft: Präbunking und kognitive Resilienz (Der Wow-Effekt)

Die gute Nachricht ist: Die Verhaltens- und Kommunikationswissenschaften entwickeln zunehmend effektive Strategien, um dem Phänomen der Desinformation evidenzbasiert zu begegnen.

Einer der spannendsten und vielversprechendsten Ansätze stammt aus der Sozialpsychologie und wird als **Inokulationstheorie (Präbunking)** bezeichnet. Dieses Konzept überträgt das Prinzip einer medizinischen Schutzimpfung metaphorisch auf die Informationsverarbeitung des menschlichen Geistes.

Der Mechanismus der psychologischen Inokulation

```
1. Warnung vor drohender Manipulation
          ("Achtung, manche Quellen versuchen zu täuschen.")
                        ?
                        ?
2. Kognitive Mikro-Dosis
          (Beispielhafte Vorführung eines Manipulationstricks,
           z.B. der Einsatz eines "Fake-Experten")
                        ?
                        ?
3. Dekonstruktion (Refutation)
          (Aufklärung darüber, WIE und WARUM der Trick
           funktioniert und wie man ihn entlarvt)
                        ?
                        ?
4. Kognitive Immunität
          (Erhöhte Wachsamkeit und analytische Distanz
           bei künftigem Medienkonsum)
```

Forscher wie Sander van der Linden konnten in groß angelegten Studien zeigen: Wenn Menschen vorab mit einer „abgeschwächten Form“ einer Desinformationstaktik konfrontiert werden und lernen, wie diese strukturell aufgebaut ist (beispielsweise durch interaktive Serious Games, in denen sie kurzzeitig in die Rolle eines Fake-News-Produzenten schlüpfen), entwickeln sie sogenannte kognitive Antikörper. Diese kurzen Präventionsmaßnahmen machen Menschen nachweislich resistenter gegen echte Manipulationen im digitalen Alltag, unabhängig von ihrer politischen Einstellung.

Darüber hinaus vermitteln Initiativen zur Medienkompetenz Techniken wie das **Laterale Lesen (Querlesen)**. Anstatt sich in eine fragwürdige Quelle tief einzuarbeiten, verlassen professionelle Faktenchecker die Seite sofort, öffnen neue Tabs und recherchieren quer durchs Netz, was andere verlässliche Institutionen über die Quelle oder die Behauptung sagen.

In der Netzwerkanalyse unterstützen mittlerweile moderne Algorithmen und KI-Modelle dabei, die Struktur von Informationskaskaden in Echtzeit zu analysieren. Sie können anhand der Ausbreitungsmuster berechnen, ob eine Welle der Empörung von organischen menschlichen Diskussionen stammt oder von koordinierten Bot-Netzwerken künstlich aufgeblasen wird.

Diese wissenschaftlichen Durchbrüche zeigen eindrucksvoll: Wir sind den Mechanismen von Desinformation und algorithmischer Verstärkung nicht hilflos ausgeliefert. Indem wir die

psychologischen Schwachstellen unseres Denkens verstehen und präventive Strategien wie das Präbunking gesamtgesellschaftlich etablieren, können wir die kognitive Resilienz und das kritische Denkvermögen entscheidend stärken – zum Wohle der individuellen Gesundheit und einer aufgeklärten Gesellschaft.

Dieses Dokument ist ein offizieller Export von Gesundheitsmythen.de (COMUN e.V.). Alle Fakten und Quellenangaben sind auf der Website einsehbar.