

# **Zwischen trügerischer Selbst- beruhigung und irrationalen Panikattacken**

**Zur Bewertung von Informationen in einer  
Welt voller Ungewissheit**

**Wolfgang Reiber**

Dieselaautos sind die Mutter aller Atemluftprobleme, oder handelt es sich doch nur um eine Hexenjagd? Was ist mit dem menschengemachten Klimawandel? Angeblich haben etwa 95 % aller Experten keinen Zweifel an seiner Existenz, jedoch „beruhigte“ uns z.B. Beatrix von Storch im letzten Sommer und meinte, alles halb so schlimm. Im Übrigen habe nicht der Mensch, sondern die Sonne Schuld an der vorübergehenden Erwärmung, weil sie einfach heißer scheine als sonst. War der Zustrom von mehr als einer Million Flüchtlingen in den Jahren 2015 und 2016 tatsächlich unvorhersehbar? War das Unglück von Fukushima nicht eigentlich unmöglich? Und genauso die große Finanzkrise von 2008? Was machen eigentlich das Waldsterben und das Ozonloch? Gibt es noch genug zu essen, denn 1972 verkündete der Club of Rome das definitive Ende der Ernährbarkeit der Weltbevölkerung im Jahr 2020. Und was machen generell die Sorgen der „no-future“-Generation der 1980er Jahre?

Die Liste an spektakulären Fehlprognosen, begründeten Sorgen, stillen Hoffnungen, Dramatisierungen, Bagatellisierungen und wilden Behauptungen ließe sich leicht verlängern. Sie signalisiert **ein hohes Maß an Unsicherheit**, die wiederum mehrere Gründe hat. Dazu gehören vor allem die Schwierigkeiten, das aktuelle Geschehen richtig einzuordnen und mit den Unwägbarkeiten der Zukunft sinnvoll umzugehen. Beides ist heute komplizierter als in früheren Jahren. Historiker wie z.B. Philip Blom meinen, dass unsere Gegenwart im Hinblick auf die verbreitete Unsicherheit am ehesten mit der Zeit vor dem 1. Weltkrieg vergleichbar ist. Als Reaktion darauf verdrängen manche Menschen angstvoll die Gedanken an die Zukunft, ziehen sich in ihr Schneckenhaus zurück und schauen erst gar nicht aus dem Fenster. Bei vielen anderen aber führt der Wunsch nach mehr (Erwartungs-)Sicherheit zu einem kaum stillbaren Informationshunger. Und dieser Hunger kann heute mehr als gestillt werden. Wohl **noch nie in der Geschichte der Menschheit waren so viele Informationen verfügbar wie heute**. Allerdings sorgt diese Überfülle nicht für Beruhigung, sondern eher für weitere Beunruhigung. Was habe ich noch nicht mitbekommen? Wie verlässlich sind die Aussagen? Welche Rolle spielen interessierte Kreise bei der Lancierung von Nachrichten? Und wie weit kann man den Nachrichten vertrauen?

### **Das Problem mit der Informationsüberfrachtung**

Wenn viel passiert gibt es viele Informationen. Auch früher tat sich eine Menge in der Welt, aber wir haben nicht sehr viel davon mitbekommen. Heute passiert in kurzer Zeit noch viel mehr, weil die Welt noch nie so dynamisch war wie heute. Obendrein erleben wir eine Vervielfachung der Informationsquellen, aus denen ständig eine Unmenge an mehr oder weniger validen Informationen sprudelt. Dafür sind ganz wesentlich die neuen sozialen Medien verantwortlich. **Der durchschnittliche Medienkonsum hat sich in den letzten Jahren signifikant vergrößert**. Smartphones mit Kamera und Internetzugang sorgen dafür, dass

sich heute fast jedermann als Amateur-Journalist betätigen kann und es oft auch tut. Hinzu kommt, dass sich die Grenzen des Sag- und Schreibbaren („Was man doch wohl noch mal sagen darf“) verschoben haben. Traditionell sind es vor allem die redaktionellen Medien (Zeitungen, Funk und Fernsehen), die durch Inhalt und Art ihrer Berichterstattung einen allgemeinen Denkraum schaffen, der Kommunikationsnormen setzt und Relevantes eingrenzt sowie Irrelevantes ausgrenzt. Guter Journalismus zeichnet sich dadurch aus, dass es eine explizite Trennung zwischen Bericht und Kommentar gibt. Jedoch abgesehen davon, dass diese Unterscheidung in den letzten Jahren sehr weich geworden ist, liegt auch in den seriösesten Nachrichten alleine durch ihre Auswahl, ihre Platzierung und ihre Präsentation eine Wertung. **Die redaktionellen Medien haben also für die meisten von uns eine Vorauswahl getroffen und dadurch eine große Macht innegehabt. Mit dem Aufkommen der neuen sozialen Medien ist diese zu einem großen Teil verloren gegangen.** Und die Ausweitung des Rahmens bedeutet, dass mehr Informationen Raum bekommen – auch solche, die zu anderen Zeiten nicht abgeschickt worden wären.

**Die Unmenge an Informationen überfordert uns.** Wir benötigen Filter, um einigermaßen mit dieser Flut zurecht zu kommen. Solche Filter wurden früher ganz wesentlich durch die Informations- und Meinungsoligopole der Traditionsmedien zur Verfügung gestellt. Heute ist der Nachrichtenmarkt atomistisch. Um sich bemerkbar zu machen, versuchen es die meisten mit Lautstärke, Buntheit und möglichst schrillen Headlines. Auch deshalb ist ein Stück Vertrauen in die Objektivität und Seriosität selbst des anerkannten Qualitätsjournalismus verloren gegangen. Die Vertrauenskrise betrifft zusätzlich Politiker, Unternehmensführer und Experten. Die genannten Gruppen haben sicherlich mit unterschiedlichen Anteilen zu dem allgemeinen Vertrauensschwund beigetragen, dennoch scheint mir die pauschale Kritik an ihnen ein weiteres Beispiel für die allgegenwärtigen Dramatisierungen und Übertreibungen zu sein. Wie auch immer: **Mangelndes Vertrauen erschwert die seriöse Bewertung von Informationen ganz wesentlich.**

### **Gefühlte versus faktische Realität**

Selbst, wenn wir alle verfügbaren Informationen überprüfen und verarbeiten könnten, ließen sich die meisten Entwicklungen in unserer heutigen Welt nicht vorhersehen. In gewisser Weise ist es damit so ähnlich wie mit dem Wetter: Je weiter man in die Zukunft schaut, desto unschärfer und unbestimmter wird das Bild. Und **wenn man nicht weiß, was auf einen zukommt, hat man grundsätzlich die Wahl zwischen Optimismus und Pessimismus.** Diese Entscheidung fällt zunächst individuell, kann sich aber durch die Art der Kommunikation und durch ständige wechselseitige Wiederholungen und Bestärkungen innerhalb bestimmter Communities und auch innerhalb der Gesellschaft ausbreiten und verfestigen. Die Entscheidung zwischen Optimismus

und Pessimismus kann sich allerdings mit der Zeit wieder ändern. Die Nachkriegsjahre z.B. waren in Deutschland von Fortschrittsoptimismus geprägt. Es gab ein hohes Maß an Wissenschafts- und Technikgläubigkeit. Der Glaube war weit verbreitet, dass die Wirklichkeit durch objektivierbare Quantifizierung vollständig und adäquat erfassbar sei und deshalb auch komplexe Entwicklungen gut gesteuert werden könnten. In seiner Neujahrsansprache 1970/71 sprach der damalige Bundeskanzler Willi Brandt von dem Ziel einer „Geborgenheit im gesicherten Fortschritt“. Diese Vorstellung war über eine lange Zeit hinweg ein Referenzpunkt für viele Menschen, ein Versprechen, das heute kein seriöser Politiker mehr auszusprechen wagt. Mit der ersten Wirtschaftskrise und vor allem dem Ölpreisschock 1973 endete diese Phase der großen Machbarkeitsphantasien. Noch vor der Zeit der deutschen Wiedervereinigung kehrte der Optimismus und der Glaube an die Zuverlässigkeit mathematischer Modelle zurück, aber die Dotcomkrise um die Jahrtausendwende und vor allem die große Finanzkrise 2008 machte ihnen erneut den Garaus. **Seit etwa 2008 haben wir es wieder mit einem allgemeinen Grundpessimismus in unserer Gesellschaft zu tun.** Er ist der Nährboden für Populisten. Sie erschaffen ihn mit und pflegen ihn, denn ohne Ängste und Pessimismus in der Gesellschaft kann Populismus nicht überleben.

Entsprechend einer Allensbach Umfrage von 2016 haben 58 % aller Deutschen das Gefühl, in einer besonders unsicheren Zeit zu leben. Statistisch gesehen ist jedoch die Wirtschafts- und besonders die Arbeitsmarktlage so gut wie seit Jahrzehnten nicht mehr. Und auch die allgemeine Sicherheitslage ist in Deutschland – trotz 1,5 Millionen Geflüchteter – so gut wie noch nie, auch wenn 82 % der Befragten meinten, Gewalt und Kriminalität in Deutschland hätten zugenommen. Dass diese negative Gefühlslage nicht auf Deutschland beschränkt ist, zeigt das internationale Marktforschungsinstitut Ipsos. Es stellt in einer Befragung in 38 Ländern fest, dass durchweg die Wahrnehmung der Realität negativer ist als es die objektiven Tatbestände zeigen. Nahezu unbemerkt oder unkommentiert bleiben großartige Fortschritte wie z.B. die schon 74 Jahre andauernde Friedensperiode in Europa, die allgemeine Wohlstandsentwicklung in der Welt (obwohl gleichzeitig die Ungleichverteilung von Einkommen und Vermögen global stark zugenommen hat), der weltweite Zuwachs an Bildung, die ständige Erhöhung der Lebenserwartung, die Verbesserung der Gesundheit in Deutschland und in der Welt oder auch die allgemeine Verbesserung der Umweltsituation - man schaue sich z.B. nur die Bilder aus dem Ruhrgebiet in den 50er Jahren an oder den Zustand der meisten Flüsse zu dieser Zeit (vgl. zu dieser Aufzählung Walter Wüllenweber: „Frohe Botschaft. Es steht nicht gut um die Menschheit – aber besser als jemals zuvor“; München 2018). Natürlich ist die globale Umweltsituation nichtsdestotrotz schlecht und sehr bedrohlich, aber das schmälert nicht die lokalen Fortschritte auf verschiedenen Feldern.

## **Schlechte Nachrichten erzeugen größere Aufmerksamkeit und verkaufen sich besser**

Die Evolution hat dafür gesorgt, dass wir negative und alarmierende Nachrichten weitaus deutlicher wahrnehmen als positive. Früher war das sehr sinnvoll, es würde uns andernfalls wahrscheinlich nicht mehr geben. Dieser Mechanismus ist aber heute dafür verantwortlich, dass die Medien im Kampf um Aufmerksamkeit sehr überwiegend über Schlechtes berichten. Und natürlich hat das großen Einfluss auf unser Weltbild.

Gemäß der modernen Hirnforschung ist dieses subjektive Weltbild das Ergebnis einer überwiegend unbewussten Konstruktion, und unser Verständnis von Realität ist eine Interpretation unseres Gehirns (siehe dazu u.a. meinen Blog Beitrag „Der Trump Effekt oder wie wirklich ist die Wirklichkeit?“ vom Februar 2017). Objektivität hat demnach nur innerhalb des menschlichen Denkens ihren Platz. Was wir Objektivität nennen, basiert auf einer sozialen Übereinkunft, und diese sollte im besten Fall den Ansprüchen eines naturwissenschaftlichen Modells genügen. **Das bedeutet, dass unser Wirklichkeitsverständnis nichts anderes ist als unsere zu der jeweiligen Zeit beste Hypothese.** In diesem Sinne sollte sie bewusst immer nur vorläufig und veränderbar sein.

Diese Anforderung behagt unserer Psyche leider überhaupt nicht. Unser Weltbild gründet auf unseren Erfahrungen und unserer Kommunikation mit anderen Menschen. Es beinhaltet unterschiedliche Grundannahmen und daraus resultierende persönliche Einstellungen. **Unser Weltbild gibt uns Orientierung, Sicherheit und Identität – Qualitäten, die in turbulenten Zeiten einen besonders großen Wert haben.** Es aufgrund neuer Fakten in wesentlichen Teilen zu verändern geht nur mit heftigen negativen Emotionen und kostet eine Menge psychischer Energie. Mit anderen Worten: Es wird als Zumutung erlebt. **Deshalb geben wir uns, ohne dass uns dies immer bewusst ist, viel Mühe, unser Weltbild zu verteidigen.** Dazu gehört, dass wir Nachrichten, die nicht zu unseren Vorstellungen passen, gerne überhören, ignorieren oder bagatellisieren. Lobbyverbände helfen uns häufig dabei. So stiegen z.B., als die Tabakindustrie ernsthaft in Bedrängnis geriet, die Forschungsergebnisse, wonach gesundheitliche Folgen von Rauchen und Passivrauchen harmloser seien als angenommen. In anderen Fällen gehen wir in die Offensive und bekämpfen aktiv eine anscheinend heraufziehende Gefahr durch Übertreibungen und Dramatisierungen. Damit energetisieren wir uns selbst und versuchen andere für unsere Position und für unser Anliegen zu gewinnen. Ein aktuelles Beispiel ist die von Präsident Trump an die Wand gemalte nationale Krise an der Grenze zu Mexiko. Wenn nichts mehr hilft, werden notfalls auch „alternative Fakten“ oder wilde Verschwörungstheorien erfunden.

**Unterstützt und befeuert wird unser Widerstand gegen Veränderungen durch interessierte Kreise.** Dazu gehören neben manchen Lobbyverbänden politische Parteien und größere Vereine. Von ihnen in die Öffentlichkeit gebrachte (scheinbare) Skandale werden von den redaktionellen Medien gerne aufgegriffen und von den sozialen Netzwerken in Lichtgeschwindigkeit weiterverbreitet und noch einmal vergrößert. Inmitten all der Aufregung bleibt dann oft der Versuch, kritisch nachzufragen und die Validität der Nachrichten zu überprüfen, auf der Strecke. **Wenn jedoch gefühlte Wahrheiten wichtiger werden als geprüfte Fakten, wird rationales Handeln unmöglich und die Demokratie gerät in ersthafte Gefahr.** Ihr Funktionieren verlangt den Austausch von faktenbasierten Argumenten sowie die grundsätzliche Bereitschaft, die eigene Meinung zu verändern oder für einen tragfähigen Kompromiss in Teilen zurückzustellen.

### **Wie lassen sich Nachrichten und Informationen überprüfen und bewerten?**

Natürlich hilft bei dieser Aufgabenstellung auch wieder der **gesunde Menschenverstand**. Wer ist die Zielgruppe der Meldung? Sind es Fachleute oder sollen Laien informiert werden? Ist der jeweilige Kontext erwähnt? Welche Absicht auf Seiten des Verfassers wird deutlich? Welche Sprache wird verwendet? Wie plausibel, fundiert, genau, begründet und an wichtigen Stellen belegt ist die Behauptung? Wie ist das Erscheinungsbild der Nachricht? Gibt es weiterführende Links? Wir sind alle Werbung gewohnt und glauben nicht an alles, was dort erzählt wird. Diese Form der Sensibilität ist generell nützlich bei der Einordnung von Nachrichten und Informationen. Allerdings: Die Quelle des gesunden Menschenverstandes ist die Erfahrung, und diese stammt aus der Vergangenheit. Wenn sich wichtige Bedingungen verändert haben, z.B. im Zuge der Digitalisierung, ist eine überprüfende Reflexion notwendig.

Generell müssen wohl die meisten von uns noch deutlich an **Medienkompetenz** zulegen. Das betrifft vor allem die Art und Weise einer Glaubwürdigkeitsprüfung des jeweiligen Autors und der primären Informationsquelle. Diese Prüfung ist in vielen Fällen leichter möglich als ein systematischer Fakten Check, jedenfalls dann, wenn wir selbst auf dem Gebiet keine Experten sind. Hier ein paar Tipps:

- Lässt sich die Nachricht / Information nachverfolgen? Dazu reicht es oft, die Überschrift einfach in eine Suchmaschine zu geben. Existiert der eventuell angegebene Zeitungsname überhaupt? Ist die Nachricht / Information auf unterschiedlichen Seiten erschienen? Wo zuerst?
- Um Bilder zu überprüfen empfiehlt sich eine umgekehrte Bildersuche. Dazu genügt es meistens, das betreffende Bild bei Google Bildersuche hochzuladen. Erscheint es auf mehreren Webseiten oder nur auf einer? Zusätzlich interessant können Datum und Ort des Bildes sein. Was verraten

möglicherweise Werbetafeln, Verkehrsschilder oder Autokennzeichen im Hintergrund?

- Vom wem stammt die Nachricht / Information? Auskunft kann i.d.R. das Impressum auf der betreffenden Webseite geben. Sie weist auf den Urheber bzw. den Verantwortlichen der Nachricht hin. Über Suchmaschinen kann man darüber hinaus oft etwas über den Ruf bzw. die Expertise des Verfassers erfahren.
- Immer häufiger erscheinen Falschmeldungen im vertrauten Design bekannter Medienmarken. Hier empfiehlt es sich, die Webadresse in der Browserzeile (URL) genauer anzuschauen. Ein vom Original abweichender Bindestrich an einer Stelle oder eine abweichende Endung wie z.B. .net kann die Fälschung verraten.
- Wenn die Nachricht / Information auf Twitter oder Facebook erscheint, ist es sinnvoll zu überprüfen, welche Posts bzw. Tweets in der Vergangenheit schon von dort abgesetzt worden sind. Außerdem: Wie viele Freunde oder Follower gibt es (wenige davon geben Anlass zur Skepsis)? Und hat der betreffende Account einen blauen Verifizierungshaken?

Leider werden mit der Zeit die Fälschungen immer „besser“, weshalb wir oft einen Restzweifel behalten werden. Wenn es um eine für uns sehr wichtige Information / Nachricht geht, macht es zusätzlich Sinn, **Kollegen, Freunde oder auch uns bekannte Experten nach ihrer Meinung zu fragen**. Wie bereits festgestellt, behagt es uns nicht, eigene Meinungen und Positionen wesentlich infrage zu stellen. Auch ich ertappe mich dabei, den Vertretern meiner eigenen Meinung z.B. in Talk-Shows genauer und wohlwollender zuzuhören als Teilnehmern mit einer gegenteiligen Position. Wenn gerade einer aus dieser Gruppe spricht, spüre ich regelmäßig den Impuls, mal eben in die Küche zu gehen um mir vielleicht einen Tee aufzusetzen. Ratsam wäre hier, ganz **bewusst und aufmerksam gerade Gegenmeinungen aufzunehmen**. Möglicherweise liegen sie nicht völlig daneben. In meiner früheren Praxis als Personaler habe ich gelernt, mir sympathischen Kandidaten im Rekrutierungsprozess einen gewissen Malus und mir unsympathischen Kandidaten einen gewissen Bonus zu geben. Vielleicht passt diese Idee grundsätzlich auch zur Bewertung von Nachrichten und Informationen.

Die vorgeschlagenen Tipps mögen uns helfen, seriöse Nachrichten von Fake News zu unterscheiden. Eine sichere Abgrenzung ist jedoch in den meisten Fällen nicht möglich. Letzten Endes bleibt nichts anderes übrig als ausgesuchten Medien und Personen zu vertrauen. Ein reflektiertes Vertrauen ist aber sicherlich weitaus besser als blindes Vertrauen bei hohem emotionalem Wellengang.