

Complotdenkers zijn niet psychotisch, maar er zijn wél overeenkomsten

Door: Janneke Kruse (UMCG)

19 november 2021

Complotdenkers hebben veel overeenkomsten met mensen die lijden aan paranoïde wanen. Bij zowel complotdenken als paranoïde wanen gaat het om een onjuiste, hardnekkige en soms bizarre overtuiging. Maar er zijn ook belangrijke verschillen. Zo vindt de complotdenker meestal aansluiting bij een groep gelijkgestemden en staan mensen met paranoïde wanen doorgaans alleen in hun overtuiging en ze voelen zich het persoonlijk doelwit van de veronderstelde samenzwering. Dit blijkt uit een analyse van psychose onderzoekers en onderzoekers die zich bezighouden met complotdenken onder leiding van psychiater Wim Veling van het Universitair Centrum Psychiatrie van het UMCG, waarover zij deze week publiceren in het Tijdschrift voor Psychiatrie.

### Hardnekkige overtuigingen

Complotdenken komt veel voor in onzekere omstandigheden. Het geeft mensen houvast, zekerheid, morele superioriteit en sociale steun, want vaak vinden complotdenkers aansluiting bij een groep gelijkgestemden. Het aanhangen van complottheorieën komt niet voor niets veel voor tijdens de coronapandemie. Complotdenken wordt gekenmerkt door de sterke overtuiging dat een bepaalde, als onrechtvaardig ervaren situatie, het resultaat is van een doelbewuste samenzwering van een groep mensen met kwade bedoelingen. Complotdenken lijkt veel overeenkomsten te hebben met paranoïde wanen: bij zowel complotdenken als paranoïde wanen gaat het om een onjuiste, hardnekkige en soms bizarre overtuiging. In tegenstelling tot complotdenkers zijn mensen met een paranoïde waan echter vrijwel altijd in hun eentje het doelwit van de veronderstelde samenzwering en staan ze grotendeels alleen in hun overtuiging.

### Niet vatbaar voor logische bewijzen

Net als mensen met paranoïde wanen houden complotdenkers hardnekkig vast aan hun overtuigingen. Ze dragen vaak een overvloed aan 'bewijzen' aan voor hun theorieën, bijvoorbeeld teksten van websites, losse citaten of videofragmenten. Ook gebruiken complotdenkers andere bronnen als ondersteuning van hun ideeën, zoals spirituele, fysieke of emotionele ervaringen. In gesprekken met complotdenkers blijkt vaak dat objectiveerbare feiten en rationele argumenten niet doorslaggevend zijn. Net als bij mensen met psychotische paranoïde wanen is de overtuiging niet vatbaar voor logische bewijzen. Als er dingen gebeuren die niet rijmen met het denkbeeld, wordt dit genegeerd of omgedacht, zodat het toch binnen de overtuiging past.

### Het gesprek aangaan

De onderzoekers geven ook aan op welke manier je het best het gesprek aan kunt gaan met complotdenkers of mensen met paranoïde wanen. Daarbij is de inhoud van de denkbeelden niet de juiste ingang om complotdenkers en mensen met paranoïde wanen te bereiken. Bij beiden zijn rationele argumenten en een beroep op de logische gedeelde werkelijkheid grotendeels ineffectief.

Het gaat complotdenkers om de machteloosheid van de burger, verlies van vrijheid en controle. Het gaat om bezorgdheid en woede over systemen en machtsstructuren die slachtoffers maken. Mensen met paranoïde wanen zijn hun normale ervaring van de werkelijkheid, van zichzelf en van anderen kwijt, en proberen daar betekenis aan te geven.

Voor beiden geldt dat reflectief luisteren naar de onderliggende vragen meer recht doet aan de werkelijke problemen die mensen ervaren, en meer ruimte voor oplossingen biedt. Methoden zoals LEAP (listen, empathize, agree, partner), ontwikkeld voor mensen met schizofrenie zonder ziekte-inzicht, kunnen in de omgang met complotdenkers nuttig zijn. Daarbij gaat het niet om de sterkte van de argumenten, maar om de kracht van de relatie.