

Quer denken?

Eine Vertrauenskrise

Wer quer denken will, muss zunächst mal geradeaus Denken können, damit es eine Richtung gibt, zu der er oder sie neue Gedanken quer stellen kann. Grundvoraussetzung für das Denken ist die sinnliche Wahrnehmung. Was unsere Sinne wahrgenommen haben, dient als Grundlage unseres Fühlens und Denkens. Nur, wenn wir diese Grundlage haben und damit Denken lernten, können wir auch über Medien vermittelte Gedanken Anderer einordnen. Vermittelte Inhalte, egal ob aus Büchern, oder anderen Medien, sind aber keine selbst wahrgenommenen Tatsachen, sondern Mitteilungen von Anderen, die meinen, dass etwas so sei.

Hier fängt das Problem dieser Pandemie an, weil ein Virus sich unseren Sinnen so lange erfolgreich entzieht, bis es ihm gelungen ist uns krank zu machen. Selbst dann gibt es Menschen, die kaum etwas spüren und andere, die so schwer erkranken, dass der Tod droht. Das bedeutet, weil diese Pandemie sich unseren Sinnen entzieht, ist verständlich, dass Menschen meinen können, es gäbe sie nicht. Sie handeln wie der ungläubige Thomas¹, der erst an die Auferstehung Christi glaubte, als dieser ihn anwies seine Wunden zu berühren.

Da bisher zum Glück nur ungefähr 3 von 82 Millionen erkrankten, kennt nicht jeder jemand, der bereits erkrankte. Wieder entzieht sich die Pandemie der sinnlichen Wahrnehmung. Vermutlich kennen Viele auch niemanden, der ihnen anschaulich Auskunft über Viren und ihre Wirkungsweise geben kann. In solchen Situationen der Unsicherheit glauben Menschen Gerüchten, um zumindest für sich selbst den Eindruck zu gewinnen, sie seien handlungsfähig. Der Mensch fühlt sich stets besser, wenn er sich nicht als hilfloses Opfer empfindet, sondern meint etwas tun zu können. Wer in solcher Lage Gerüchte glaubt, vor allem wenn sie von Menschen kommen, die nahe stehen, der versucht im Grunde sich zu orientieren und handlungsfähig zu bleiben. Das ist eigentlich eine weit verbreitete Handlungsweise, wenn man zu wenig weiß, um eine auf Tatsachen beruhende Entscheidung fällen zu können. Unsere Vorfahren mussten fliehen oder kämpfen, wenn es im Gebüsch knackste.

Nun entwickeln Gerüchte fataler Weise einen eigenen Schwung, wie ein alter Graf-Bobby-Witz beschreibt:

Graf Bobby zu Mucki: „Du wir machen uns einen Spaß und rufen zum Fenster hinaus „In der Fischgasse läuft ein Lachs!“

Gesagt, getan. Erst gehen einige in Fischgasse, dann strömen die Massen. Aber Graf Bobby wird immer nervöser. Mucki fragt ihn, was er habe. Schließlich sagt Graf Bobby: „Ich glaub ich geh mal nachsehen; vielleicht läuft dort wirklich ein Lachs!“

¹ Im Johannesevangelium sagt Thomas: “Wenn ich nicht die Male der Nägel an seinen Händen sehe und wenn ich meinen Finger nicht in die Male der Nägel und meine Hand nicht in seine Seite lege, glaube ich nicht.“
Wikipedia: [https://de.wikipedia.org/wiki/Thomas_\(Apostel\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Thomas_(Apostel))

Dieser Witz beschreibt die Eigendynamik von Gerüchten, die Demagogen (Volksverführer) schon seit Jahrtausenden nutzen. Man schildert etwas so, dass es vielleicht die Wirklichkeit sein könnte, um zunächst Zweifel beim Gegenüber zu wecken und es schließlich auf seine Seite zu ziehen. Das war auch bei der „Rote Armee Fraktion“ (RAF) so, die ihre Haftbedingungen als „Isolationsfolter“ beschrieb und sich als arme unschuldige Opfer darzustellen versuchte, die Mitleid verdienten. In Wirklichkeit ging es darum Unterstützer zu finden, die man für die eigenen Interessen einsetzen wollte. Da Einzelhaft durchaus belastend ist und – wie später Gerichte feststellten – die Haftbedingungen streng waren, aber im Rahmen des Zulässigen, wurde so bei Menschen, die wenig Ahnung von Gesetzen, von Haftbedingungen, oder von der Situation in Stammheim und anderen Gefängnissen hatten, Zweifel geweckt. Vor allem mitleidige Frauen meinten sich daraufhin in der „Roten Hilfe“ oder in Komitees gegen Folter im Sinne der Häftlinge engagieren zu müssen. Sie waren der gezielt von der RAF gestreuten Theorie aufgesessen, dass es der Staat darauf anlege sie zu ermorden.

Hier gilt das Sprichwort: „Gut gemeint, ist noch lange nicht, gut gemacht!“ Wie beim Virus hatte kaum jemand eigene Erfahrung mit den Zuständen in Stammheim. Sonst hätte man gewusst, dass sich die anderen Häftlinge über die RAF beklagten und mit denen nichts zu tun haben wollten. Da wäre man vielleicht nachdenklich geworden, aber so, ohne die Tatsachen zu kennen, konnte die RAF Verschwörungstheorien auslösen, wobei nicht klar ist, ob sie die vielleicht sogar selbst glaubte. - Dass Juristen und der Staat damals auch nicht immer besonders geschickt vorgehen, kommt hinzu.

Das Beispiel zeigt, dass mitfühlende Menschen, wenn sie nicht über sehr gute Sachkenntnis verfügen, stets in Gefahr sind von Anderen ausgenutzt zu werden. Wer nichts weiß, muss alles glauben. Es wäre interessant von einem Historiker zu erfahren, ob die Begeisterung für die Kreuzzüge auf einer ähnlichen Grundlage entstand, wobei die Kirche als Lohn vermutlich die ewige Seligkeit und Vergebung aller Sünden versprach, ähnlich, wie im Islam beim Dschihad (heiligen Krieg). Für einfache Gläubige sicher ein starker Grund für eine Teilnahme.

Bei der Hexenverfolgung haben Wissenschaftler Hinweise darauf gefunden, dass die Kirche die Theorie der Hexerei gezielt einsetzte, um die Waldenser verfolgen zu können. Da die Hexenverfolgung von Land zu Land unterschiedlich ablief, lässt sich oft an Personen fest machen, ob dort an Hexen geglaubt wurde, oder ob man - wie die Inquisition - an Hexen und der Verfolgung nicht interessiert war. Dabei ist aber schwer festzustellen, ob die eifrigen Verfolger tatsächlich an die Gefährlichkeit und die Existenz von Hexerei glaubten, oder ob sie damit andere Zwecke, etwa Rache, eine Karriere oder Befriedigung von Sadismus verfolgten. Das Erschütternde an der Hexenverfolgung ist, neben dem Leid der Betroffenen, dass dadurch den Gemeinden ein riesiger Schaden entstand, weil es auch Leute gab, die andere als Hexen anzeigten, weil sie sich über sie geärgert hatten. Da aber die Gemeinden die Angeklagten bis zu einem Geständnis unterhalten mussten, fiel nicht nur deren Arbeitskraft weg, sondern auch um so höhere Kosten, je mehr Hexen oder Hexer (vor allem in Irland) angeklagt wurden. Dort wo heftig verfolgt wurde, ging nicht nur das gegenseitige Vertrauen verloren, sondern auch die Finanzen der Gemeinde in die Knie.

Dass bei einem Ereignis, das sich der sinnlichen Wahrnehmung entzieht, Menschen Gerüchten glauben, ist seit Jahrtausenden so. Sie suchen nach Orientierung und festem Halt, um zu wissen, wie sie handeln sollen. Es ist ganz natürlich, dass man sich in solchen Zeiten bei

seinen Freunden Rat zu holen versucht, oder bei Menschen, die so wirken, als wüssten sie Bescheid. Hugo von Hoffmannsthal schreibt in seinem „Buch der Freunde“:

Die gefährlichste Sorte von Dummheit ist ein scharfer Verstand.

Denn der kann sich Erklärungen ausdenken, die einleuchtend wirken, auch, wenn sie nichts mit den Tatsachen zu tun haben.

Gerüchteverstärker neue und „soziale“ Medien

Dass gerade jetzt viele Gerüchte geglaubt werden, hat mit den modernen – und so genannten „sozialen“ - Medien zu tun. Seriöser Journalismus sammelt Tatsachen, prüft und bewertet sie, wählt das Wesentliche aus und veröffentlicht das dann. Solange es noch in vielen Orten zwei Zeitungen gab, wurden Falschmeldungen von der Konkurrenz genüsslich aufgegriffen, belacht und korrigiert. Also bemühte man sich um Sorgfalt. Da heute Pressehäuser möglichst große Gebiete mit möglichst wenigen Journalisten und Redaktionen zu versorgen versuchen (um so höher ist der Gewinn), sind viele kleine Lokalblätter verschwunden, unter den Mantel einer großen Zeitung geschlüpft, oder wurden aufgekauft. Das hat dazu geführt, dass das Vertrauen in die Medien sank, weil überall dieselben Beiträge zu finden sind, entweder, weil sie von der Agentur (meist dpa) übernommen werden (ohne sie zu prüfen oder zu verbessern), oder aber weil ein Journalist für ganz viele Blätter schreiben muss, um davon leben zu können. So entstand der Eindruck von „gelenkten“ Medien, der aber auf falsche Sparsamkeit und den Wunsch nach höheren Gewinnen zurück zu führen ist.

Zweiter Grund für die gesunkene Qualität vieler Medien ist der Wahn, man müsse eine Nachricht exklusiv und als Erster haben. Es muss alles ganz schnell gehen, was zwangsläufig zu Fehlern führt, leider nicht nur der Rechtschreibung, sondern auch beim Inhalt. Ein Beispiel:

Bei einer Tagung über Biogas kommt ein Journalist zufällig gerade dann, als ein Redner deutsche Biogasanlagen als technisch führend bezeichnet. Kurz darauf geht der Journalist wieder, weil er ja ganz schnell den Beitrag machen und veröffentlichen soll. In dem behauptet er, Deutschland sei bei Biogasanlagen führend. Dass in einem späteren Vortrag beschrieben wird, dass bei der Zahl und Nutzung, sowie der Verbreitung von Biogasanlagen China weltweit führend ist, hat der Journalist, weil er nicht die ganze Tagung da blieb (das bezahlt ihm niemand), nicht mitbekommen, erzeugt also eine falsche Information.

Das dritte Problem ist, dass die meisten Leute sich über das Internet informieren lassen, weil es bequem ist. Dabei sind die Rechenverfahren (Algorithmen), die für sie Nachrichten auswählen, so gestaltet sind, dass sie vor allem Nachrichten bringen, die der Nutzer zuvor schon bei ähnlichen Meldungen beachtete. Der Hintergedanke ist: Wenn wir dem Nutzer das geben, was ihm gefällt, benutzt er unseren Service länger, und wir verdienen mehr. Die Auswahl der Nachrichten, die man beim Zeitungslesen selbst traf, wird nun von einem Rechenverfahren getroffen, das auf Grund des Verhaltens der Nutzer berechnet, was sie lesen oder hören wollen. Das führt dazu, dass die eigenen Vorstellungen von der Welt bestätigt werden, sich aber immer weiter von dem entfernen, was in Wirklichkeit geschieht. Für den jeweiligen Nutzer unangenehme und unbequeme Nachrichten, die möglicherweise die eigenen Ansichten in Frage stellen, werden ja eher ausgesiebt.

Das nächste Problem sind die sogenannten „Freunde“ in „sozialen“ Medien. Da man für um so wichtiger gehalten wird, je mehr Freunde man hat, besteht die Gefahr, das man Hinz und Kunz zu Freunden erklärt, auch, wenn man sie kaum kennt. Damit kann man auch deren Weltanschauung und deren Verlässlichkeit nicht mehr einschätzen. Man weiß nicht, welche Interessen sie verfolgen. Wenn man sie kaum kennt, kann man dabei auch auf einen Roboter herein fallen, der so tut, als sei er ein Mensch, aber in Wirklichkeit im Dienste eines völlig Unbekannten steht. Der Begriff „Freunde“ wird hier missbraucht um Geschäfte zu machen und dem Nutzer vorzugaukeln er sei beliebt und wichtig.

Da Jede und Jeder im Internet alles veröffentlichen kann, ohne – und das ist ganz wichtig – dass irgend jemand prüft, ob das wahr und richtig ist, oder dreist gelogen, besteht ein riesiger Unterschied zu seriösen Medien, die nur Geprüftes veröffentlichen, oder angeben, wenn es für eine Meldung keine sichere Bestätigung gibt und dem, was man im Internet findet.

Viele Leute sind von den klassischen Medien gewohnt, dass das, was dort veröffentlicht wurde, weitgehend geprüft war und stimmte. Das ist im Internet nicht mehr so, aber Viele vergessen das und glauben alles, was ihnen in scheinbar seriösem Gewand (gedruckt, geschrieben, fotografiert, gefilmt und erzählt) wird. Da eine amerikanische Regelung die Anbieter von Speicherplatz von jeglicher Haftung befreit, kümmern sich dortige Anbieter nur darum, dass sie möglichst viel Geld scheffeln, egal, wer die Folgekosten bezahlt. Sie verstehen überhaupt nicht, warum in Europa Wert auf Datenschutz gelegt wird, warum sie etwas gegen fragwürdige, oder gar nachweislich schädliche Inhalte (Verleumdung, Mobbing, Hass) tun sollen. Das kostet doch bloß Geld und schmälert ihren Gewinn.

Den meisten Nutzern ist auch nicht bekannt, wie sehr man heute Inhalte verfälschen kann. Es ist kein Kunststück mehr einen Pornofilm ins Netz zu stellen und einem der Akteure das Gesicht einer anderen Person „aufzusetzen“, um diese Person zu beschädigen. Man darf im Internet all jenen Informationen nicht trauen, bei denen man nicht 100% sicher ist, dass sie von jemand kommen, dem man vertrauen kann, weil er die Inhalte überprüfte und seriös ist.

Selbst bei seriösen Medien wurden schon hinter deren Rücken Schadprogramme übermittelt. Man kopiert die Seite des Anbieters und versteckt dort das Programm, das man verbreiten möchte. Dann muss man nur noch über falsche Verknüpfungen den Ahnungslosen auf diese, statt der Originalseite, lotsen, um seinen Angriff durchzuführen.

Ein Experte für Informationstechnik sagte schon vor Jahren:

„Wenn man ins Internet geht, wird man gehackt (Daten gestohlen, die Persönlichkeit ausspioniert, oder Überwachungsprogramme auf den Rechner der Person übertragen). Es ist nur eine Frage, ob jemand bereit ist dafür genug zu bezahlen.“



Profile von Journalisten gibt es schon für vierstellige Summen.

Leider haben auch seriöse Medien die unseriösen Anbieter im Internet mit sich selbst auf eine Stufe gestellt, indem sie zu diesen Medien Links (Verknüpfungen) anbieten, damit sie auf deren Seiten ebenfalls auftauchen und für sich werben können. Dadurch entstand bei Laien der Eindruck, dass „soziale“ Medien und andere Dienste seriös seien. Den Verlagen und Sendern geht es dabei um Werbung für sich selbst. Das Gewinnstreben hat einen Teil der Medien so korrumpiert, dass sie nicht mehr dem Nutzer und damit der

Demokratie dienen wollen (wofür sie zu Recht ein Entgelt fordern könnten), sondern nur noch an den eigenen Gewinn denken, was den Nutzer zur Melkkuh abwertet und letztlich Menschenverachtend ist.

Wenn auch staatliche Stellen sich in den Dienst vorwiegend amerikanischer Firmen begeben, dann stellen sie diese unseriösen Firmen mit seriösen Quellen auf eine Stufe. Ob der Staat, oder mit Steuermitteln bezahlte Stellen (wie hier das RKI) überhaupt fremde Firmen unterstützen und für sie Werbung machen dürfen, gehört eigentlich schon längst höchstrichterlich geklärt.

Zwei der Angebote des RKI sind kommerziell (Twitter & Youtube)! ->

Nur in wenigen Fällen wird der Nutzer darauf hin gewiesen, dass Youtube, Twitter, Facebook, Instagram, und Andere Daten des Benutzers abgreifen, oder Rechte an den Inhalten beanspruchen, die Benutzer dort einstellen. Dass einige dieser Angebote nicht mit dem deutschen

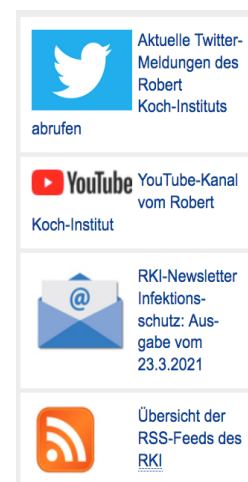
Datenschutz zusammen passen, sollte eigentlich genügen, um einen großen Bogen um derartig unseriöse Dienste zu machen. Wenn Behörden sie benutzen, müsste das eigentlich deren Datenschutzbeauftragter unterbinden, denn der Volksmund sagt zur Recht: „Mitgegangen, mit gehten“ (Wer sich an unredlichen Taten beteiligt, wird ebenfalls bestraft.).

Ein Sprichwort sagt: „Die Lüge ist schon um die halbe Welt, ehe man sie entlarvt hat.“ Man hat das gesehen, als Pinocchios, oder der Münchhausens Nachfolger amerikanischer Präsident war. Die Wahrheit heraus zu finden und die Lüge zu erkennen, erfordert eben mehr Arbeit, als sie auszusprechen. Nun sind aber heute viele Menschen darauf trainiert, dass sie es gerne bequem haben wollen. Nachdenken und Tatsachen überprüfen ist aber unbequem. Da glaubt man lieber, was angebliche „Freunde“ verbreiten.

Hinzu kommt, dass der Alltag heute komplizierter erscheint, als vor 50 Jahren, als es noch keine Mobiltelefone gab, als man noch keine Rechner hatte, noch kein Internet kannte, als Autos und andere Geräte noch nicht sprechen konnten, als man Briefe noch mit der Hand oder der Schreibmaschine schrieb und zum Briefkasten brachte. Der entscheidende Unterschied liegt nicht nur in den neuen Techniken, sondern darin, dass sie sich der sinnlichen Wahrnehmung entziehen. Darum hat man auf dem Bildschirm ein Papierkorb-Symbol, aber man kann Dateien nicht lustvoll zerknüllen, oder in kleine Fitzelchen zerreißen und mit Schwung in den Papierkorb werfen.

Die Digitalisierung hat viele Bereiche des Lebens unseren Sinnen entzogen. Damit sind wir auf Darstellungen der Wirklichkeit angewiesen, die wir aber viel schlechter überprüfen können. Man kann Kleider und Stoffe, die auf dem Bildschirm gezeigt werden, nicht prüfend in die Hand nehmen. Man riecht Speisen, die dort gezeigt werden nicht, kann nicht probieren, wie einst in Mutters Küche. Da im Digitalen nicht nur Texte, sondern auch Töne, Bilder und Filme viel leichter gefälscht werden können, geschieht das auch öfter.

Wenn der Alltag Vielen komplizierter erscheint, wächst das Bedürfnis nach Wissen und nach Orientierung. Wenn ein Teil der Medien seine Aufgabe zugunsten des Gewinns vernachlässigt und unglaubwürdig wird, wendet man sich denen zu, die man für Freunde hält. Da die meist



auch nicht wesentlich mehr wissen, als man selbst, erklärt das die Faszination, wenn jemand die Welt scheinbar zu erklären vermag.

Und weil man selbst auch als „gut informiert“ gelten will, schickt man alles, was einen beeindruckt, rasch weiter, ohne erst mühsam zu prüfen, ob das der Wahrheit entspricht. Das wertet das Rechenverfahren aus und bietet in Zukunft entsprechende Meldungen an. Prompt wird der Mensch in seiner Meinung beeinflusst.

Bei einem Versuch Anfang der 70er Jahre, schickte man zwei Gruppen Studierenden entweder eine konservative oder eine fortschrittliche Zeitung ins Haus, als ob sie diese abonniert hätten. Sie konnten sie wegwerfen, oder lesen, aber am Ende des Versuches war die eine Gruppe in ihren Ansichten konservativer geworden und die andere fortschrittlicher.

Das zeigt, wie sehr Menschen sich von ihrer Umgebung beeinflussen lassen. Auch das dürfte aus der Frühzeit stammen, als es wichtig war, dass die Gruppe, in der man lebte, ungefähr dieselben Ansichten hatte, um sich nicht heillos zu zerstreiten.

Kurzum:

- Menschen suchen in Gerüchten Halt, wenn sie zu wenig wissen, um eine Lage wirklich beurteilen zu können.
- Die moderne Welt erscheint Vielen so kompliziert, dass sie das ständig tun (müssen?).
- Menschen wollen mit ihrer Gruppe in Eintracht leben und ähnlicher Meinung sein.
- Viren, aber auch viele digitale Inhalte, entziehen sich den Sinnen und damit der eigenen Beurteilung. Man muss also auf Fachleute vertrauen. Aber Wissenschaft ist stets im Wandel und kennt keine endgültigen Wahrheiten, sondern nur den „Stand des Wissens“.
- Da ein Teil der Medien nicht mehr als redlicher Vermittler handelt, sondern den Gewinn höher stellt, als ihre gesellschaftliche Aufgabe, wurde Vertrauen zerstört.
- Da Inhalte im Internet – anders als in seriösen Medien – nicht überprüft werden, ergibt das eine Vielzahl von Halbwahrheiten und Lügen, die die Menschen noch mehr verwirrt.
- Da so genannte „soziale“ Medien den Begriff „Freunde“ missbrauchen, obwohl es sich meist nur um Bekannte handelt, gaukelt man den Benutzern Verlässlichkeit und Vertrauenswürdigkeit vor.
- Die Nachrichtenauswahl durch Dienste im Internet richtet sich nicht danach, was wirklich geschieht, und was der Benutzer wissen sollte, sondern danach, was der Nutzer gerne lesen, hören, sehen möchte.
- Da sich das Weltbild des Menschen aus vielen einzelnen Sinneseindrücken und Erlebnissen zusammen setzt, genügen schon wenige falsche Eindrücke - etwa eine rosa Brille - um den Menschen unsicher zu machen und in die Irre zu führen.

Es sind also eine ganze Menge verschiedener Einflüsse, die dafür sorgen, dass heute mehr Menschen Gerüchten Glauben schenken, als zu Zeiten, als man sie nur im persönlichen Gespräch mitgeteilt bekam. Das Internet fördert ihre Verbreitung ungeheuer. Das machen sich Manche (z.B. Trump) zunutze und stellen die Welt so dar, wie sie sie gerne hätten.

Da niemand die Welt völlig verstehen kann, führt die Unsicherheit zum Glauben an Gerüchte. Da dieser Glaube mehr Halt gibt, als die Wissenschaft, ist er verlockend. Weil es schwer ist Irrtümer zu erkennen und einzugestehen, hängt man an seinem Weltbild und will es nicht loslassen, auch weil man fürchtet handlungsunfähig zu werden. Dabei verstärkt der rasche technische Wandel die Unsicherheit, weil Viele ständig Angst haben nicht mehr mit zu kommen und den Anschluss und damit die Wertschätzung, ja vielleicht sogar die Arbeitsstelle zu verlieren.

Im Politischen zeigt sich das einerseits als Trend zu konservativen Regierungen, oder Diktaturen, und in Demokratien durch eine Zunahme an kleinen Parteien und deren Erfolgen bei Wahlen. Damit wächst einerseits die Gefahr der Regierungsunfähigkeit mangels einer Mehrheit und andererseits die Gefahr, dass autoritäre Systeme die Spielregeln der Weltpolitik zu ihren Gunsten zu verändern versuchen, was die Gefahr von Kriegen erhöht.

So gesehen sind diejenigen, die – wie kleine Kinder, die meinen verschwunden zu sein, wenn sie sich die Augen zuhalten – die Gefahren einer Pandemie nicht wahr haben wollen, sich und ihre Mitmenschen nicht schützen wollen, sondern behaupten, das sei alles nur eine Erfindung, um die Menschen zu gängeln, solange kaum belehrbar, bis sie selbst erkranken. Dass sie damit auch andere Menschen in Gefahr bringen, an deren Erkrankung oder Tod sie schuld sein können, wollen sie ebenfalls nicht sehen. Dass deren Demonstrationen zu mehr Ansteckungen führen, wurde bereits bewiesen.

Das führt zu dem Paradox, dass Menschen, die handlungsfähig bleiben wollen, um verantwortlich Handeln zu können, durch das Glauben von Gerüchten Handlungen begehen, die sie nicht verantworten können.

Vielleicht könnte man Einige zu einem verantwortlicheren Verhalten anregen, wenn man sie daran erinnert, dass man im Straßenverkehr stets damit rechnen muss, dass ein Anderer einen Fehler macht, um durch die eigene Reaktion, den Schaden zu vermeiden oder klein zu halten. Weil man gemerkt hat, dass Menschen, die angegurtet sind, weniger schwer verletzt werden, gibt es eine Gurtpflicht. Genau so sollte man – für den Fall, dass jemand ansteckend ist – eine Maske tragen und Abstand halten. Das nützt nebenbei auch gegen die Grippe, wie sich diesen Winter zeigte.

Grundsätzlich wird sich das Problem nicht rasch lösen lassen, weil echtes Vertrauen sehr viel Zeit braucht um zu wachsen, denn man muss dafür immer wieder gute Erfahrungen mit einem Menschen, mit einer Institution oder Regeln gemacht haben. Außerdem braucht man ein gesundes (realistisches, angemessenes) Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die eigene Person, damit man sich nicht von allem Möglichen unsicher machen lässt.