



Nationalt Center for
Forebyggelse af Ekstremisme

Vejen ud af kaninhullet:

Teknikker til det socialfaglige
arbejde med personer i
konspirationsteoretiske
miljøer

- Forskningsresumé

Escaping the rabbit hole, 2018

Mike West

Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme

© 2021 Nationalt Center for
Forebyggelse af Ekstremisme

Tel. +45 72 14 27 00
E-mail: ekstremisme@siri.dk
www.stopekstremisme.dk

Januar 2022

Alle rettigheder tilhører Nationalt
Center for Forebyggelse af
Ekstremisme.

Udgivelsen kan frit hentes på
www.stopekstremisme.dk.

Nationalt Center for Forebyggelse af
Ekstremismes udgivelser kan frit citeres
med tydelig kildeangivelse.

Indledning

I bogen, *Escaping the Rabbit Hole*, beskriver Mike West, hvordan man kan hjælpe personer ud af konspirationsteoretiske miljøer ved hjælp af en række dialogteknikker. West er en britisk videnskabsjournalist, tidligere computerspilsprogrammør, professionel debunker og grundlægger af Metabunk.

Bogens vidensgrundlag tager udgangspunkt i Wests personlige erfaring fra arbejdet med hjemmesiden *Metabunk*, som er dedikeret til at modbevise konspirationsteorier ved hjælp af fakta og logik. Derudover benytter West en række andre kilder og artikler, som ligeledes arbejder med at modbevise konspirationsteorier, samt trækker på den akademiske litteratur, der findes på området.

Begrebet *kaninhul* henviser til bogen *Alice i eventyrland*, hvor pigen Alice får øje på en talende kanin og vælger at følge den ned i dens hul. Kaninhullet afslører en parallel fantasiverden, hvor virkeligheden gradvist bliver mere og mere forvrænget. Som metafor beskriver kaninhullet således det verdenssyn samt den parallelle virkelighedsopfattelse, der hersker i de konspirationsteoretiske miljøer, som kan være både forvirrende, tidskrævende og komplekse. West peger på, at turen ned i kaninhullet ofte begynder med, at en person ser en konspirationsteoretisk YouTube-video og - ligesom Alice – fortsætter rejsen ind i en parallel verden ved at se flere lignende videoer.

West beskriver, hvordan og hvorfor konspirationsteorier, i nogle tilfælde, kan være problematiske på både individ- og samfundsniveau. På individniveau kan det føre til problematiske valg i tilværelsen i forhold til fx økonomi, sundhed og sociale relationer. Eksempelvis kan personer blive alvorligt syge, hvis de fravælger at blive vaccineret, som følge af deres tro på en konspirationsteori, som mistænkeliggør vaccinationsprogrammer. Troen på konspirationsteorier kan også føre til, at man føler sig marginaliseret, hvilket kan skade vedkommendes sociale relationer og i visse tilfælde medføre en selvforstærkende social isolation. For samfundet kan konspirationsteorierne udgøre en udfordring, da de kan fjerne fokus fra rigtige problemstillinger samt mindske den demokratiske tilslutning i befolkningen. I forhold til forebyggelse af ekstremisme kan konspirationsteorier i samspil med en lang række andre faktorer medvirke til, at personer bevæger sig ind i ekstremistiske miljøer, begår kriminelle handlinger og i værste fald terrorisme. Hertil er det vigtigt at understrege, at langt de fleste, der tror på konspirationsteorier, hverken begår kriminalitet eller bliver en del af ekstremistiske miljøer.

West har udviklet en række dialog- og relationsopbyggende teknikker, som kan hjælpe til at udfordre konspirationsteoretikers verdenssyn:

- 1) At opretholde en effektiv dialog,
- 2) At bidrage med brugbar information,
- 3) At give relationen og dialogen tid.

Teknikkerne har et socialfagligt udgangspunkt, der også kan inspirere til det forebyggende arbejde i en dansk sammenhæng. Heriblandt de faglige traditioner for struktureret relationsarbejde og motiverende og anerkendende tilgange til samtaler med udsatte borgere. Specifikt relaterer Wests teknikker sig til nogle af de metoder, som benyttes af mentorer, der arbejder med forebyggelse af ekstremisme, herunder *det motiverende interview*, *den løsningsfokuserede tilgang* og *signs of safety*. Teknikkerne, som West beskriver, kan derfor benyttes som et supplement til eksisterende arbejdsmetoder og tilgange.

Såfremt der blandt kommunale fagprofessionelle er behov for mere indgående viden om specifikke konspirationsteorier, tilbyder centeret rådgivning og viden herom, som er tilgængelig på www.stopekstremisme.dk.

Teknikker til relationsopbygning og en effektiv dialog

For at skabe og opretholde en effektiv dialog er det nødvendigt at forstå præcis, hvad konspirationsteoretikeren tror på og hvorfor. Du kan med andre ord ikke udfordre en konspirationsteoretikers verdenssyn, hvis ikke du forstår, hvordan denne ser og forstår verden. Under dialog- og relationsopbygningen er det vigtigt at være respektfuld, ærlig, åben og høflig og derigennem forsøge at finde et fælles ståsted. Desuden bør du undgå at være alt for afvisende over for personens perspektiver og holdninger, da det kan medføre en tilbagetrækning og forhindre relationsopbygningen.

En brugbar fremgangsmåde er at prøve at forstå, hvad personen tror på ved at lytte og spørge ind til hans eller hendes verdenssyn og konspirationsteorier på en ikke fordømmende eller fordomsfuld måde. Hvis personen for eksempel anbefaler, at du skal se en video eller en hjemmeside, så spørg ind til, hvad personen fandt mest overbevisende. Du kan også spørge ind til, hvad personen mener, er det bedste bevis for konspirationsteorien, hvad der var den primære ting, som gjorde, at personen blev interesseret i teorien, hvad der er de fem mest overbevisende beviser for teorien – som måske kan skæres ned til en top to – og hvorfor så netop disse to beviser? Hvis du kan finde tid, så se evt. videoen eller undersøg nogle af de hjemmesider, som personen henviser dig til. Udover at det giver dig en god baggrundsforståelse for personens verdenssyn og konspirationsteori, så er det også en god investering i tillids- og relationsopbygningen.

Prøv ikke kun at forholde dig til, hvad personen tror på i forhold til den konkrete konspirationsteori, men undersøg forskellige aspekter af teorien. Med det afsæt kan du bedre forstå, hvor på konspirationsteorispektrummet personen befinder sig, og hvor dennes demarkationslinje ligger. Ifølge West kan alle konspirationsteorier indplaceres på et spektrum, som strækker sig fra de helt ekstreme teorier med overnaturlige elementer, som fx reptiler, til de mere fornuftige teorier, som bygger på mulige eller realistiske scenarier. Demarkationslinjen er det punkt på konspirationsteoriens spektrum, som afgrænser, hvad en person finder overbevisende, og hvad denne finder for ekstremt eller fjollet.

Derudover viser demarkationslinjen også, hvor der er en intern uenighed i konspirationssmiljøet. Eksempelvis findes der inden for månelandingsteoriene et bredt spektrum af grupper, som stiller sig kritisk over for månelandingen til andre grupper, som går et skridt videre og afviser, at der overhovedet findes et

rumprogram, eller at den internationale rumstation eksisterer.

Ifølge West kan konspirationsteoretikerens syn på dig være meget lig, hvordan du ser på konspirationsteoretikeren. Fra dennes perspektiv er det dig, der er blevet snydt og manipuleret af falske informationer til at tro på en umulig historie om, hvordan verden fungerer. Her kan der være tale om, at konspirationsteoretikeren opfatter sig selv som den rationelle, som kan hjælpe dig med at se de virkelige facts og beviser. Hvis personen forsøger at overbevise dig om sit verdenssyn og sin konspirationsteori, er det et udmærket udgangspunkt for at starte en dialog:

Du kan f.eks. starte med at sige tydeligt, hvorfor du ikke tror på teorien og ærligt (hvis du mener det) sige, at hvis personen kan fremføre nogle overbevisende facts, vil du overveje vedkommendes argumenter. Denne tilgang kan åbne en dør for, at konspirationsteoretikeren vil fortælle mere detaljeret om konspirationsteorien og sit eget verdenssyn, og det vil øge chancen for, at personen vil lytte oprigtig til dig senere. Det er derfor vigtigt, at du lytter til fortællingen med interesse og respekt, fordi personen så forhåbentlig vil have samme åbne tilgang til dig, når du vælger at bringe din version i spil.

Konspirationsteoretikere har formentlig oplevet situationer, hvor de er blevet grinet af, hånet eller afvist. Derfor vil mange sandsynligvis sætte pris på en ærlig og respektfuld samtale. Du kan dog ikke være sikker på, at dialogen forløber åben og respektfuld. Nogle vil måske beskyldte dig for ikke at være i stand til at forstå deres forestillede kendsgerninger, eller at du er statens forlængede arm og derfor er utroværdig i deres øjne.

Hvordan finder man et fælles ståsted for dialog og diskussion?

West foreslår, at du kan overveje følgende:

- Omformulere, hvad der er blevet sagt, mere præcist, end personen selv formulerede det,
- Giv udtryk for pointer, I er enige om,
- Giv udtryk for, hvad du har lært af personen.

At omformulere, hvad der er blevet sagt, bedre og mere præcist, end personen selv kan det, har to formål. For det første viser du, at du har forstået, hvad personen forsøger at fortælle dig, og at du har en oprigtig interesse i at forstå det og dermed ikke forsøger at nedgøre argumentet. For det andet undgår du, at personen kan beskylde dig for ikke at forstå argumentationen, da du netop har formuleret det endnu bedre.

Hvis du vælger at give udtryk for pointer og argumenter, I er enige om, kan det være fordelagtigt at starte med relaterede, men mindre kontroversielle temaer. Hvis personen f.eks. tror, at der findes mikrochips i vacciner, som har til formål at tankekontrollere verdens befolkning, kan du (hvis du altså har den holdning) starte med at dele din bekymring for kunstig intelligens, og hvad det kommer til at betyde for samfundets indretning fremover. Når I drøfter et mindre kontroversielt/ekstremt emne uden at være enige om alt, hjælper det til at bryde isen, og det viser, at I begge er villige til at lytte, og at I kan være uenige uden at blive uvenner.

Hvis du giver udtryk for, hvad du har lært af jeres samtale, giver det personen en bedre forståelse af, hvad du ved, og hvordan du forstår konspirationsteorien og dennes syn på verden. Det vil grundlæggende være et bedre fundament for en tillidsbaseret kritisk dialog.

Hvordan udfordrer du konspirationsteorier med fakta og logik?

For nogle begynder vejen ud af konspirationsmiljøer med, at de ændrer holdning til et enkelt angiveligt bevis for konspirationsteorien, og for andre er det mængden af såkaldte beviser og mangle modstridende beviser, der bestyrker dem i troen på konspirationsteorien og fastholder dem i miljøerne. Det betyder, at hvis du fremlægger et enkelt bevis på, at konspirationsteorien ikke holder vand, kan de fortsat holde fast i konspirationsteorien ved at lægge sig fast på de andre såkaldte beviser eller ét bevis, som de finder særligt overbevisende.

En mulig metode er at prøve at modbevise alle de angivelige beviser, men da det ofte er meget tidskrævende at prøve at modbevise alle de angivelige beviser, kan du i stedet prøve at bidrage med viden om, hvordan verden og samfundet i virkeligheden hænger sammen og dermed udvide perspektiverne. Eksempelvis med viden om hvordan velstand skabes, hvordan lovgivning og demokratiske valg fungerer, hvem der i virkeligheden er de rigeste i verden mm. Du vil måske opdage, at personen på nogle områder ved mere end dig om, hvordan verden fungerer. Prøv derfor at inddrage personen, så det bliver et fælles projekt at undersøge, hvordan disse samfundsmekanismer fungerer. Begge jeres perspektiver vil blive udvidet, og I kan endda lære noget af hinanden.

Hvis du vælger at modbevise konspirationsteoriens beviser og logik, kan du overveje følgende muligheder:

Én mulighed er, at du kan identificere fejl i konspirationsteorien. Hvis personen f.eks. mener, at der ikke var mange flammer i World Trade Center (WTC), før det kollapsede, kan du vise et billede, som illustrerer, at det faktisk var tilfældet. Det er fint at demonstrere en fejl, men det virker bedre at forklare, hvad der egentlig foregik. Det indebærer en diskussion af underliggende detaljer og en ægte forklaring, der kan erstatte den falske konspirationsteori. Et eksempel kan være at fremlægge opsummeringen af The National Institute of Standards and Technologys tekniske rapport, som beskriver, hvordan og hvorfor tårnene kollapsede.

En anden mulighed er at afsløre kilderne i konspirationsteoriens utroværdighed. Hvis personen eksempelvis argumenterer for, at WTC kollapsede grundet sprængladninger, som tusindvis af "fageksperter" som f.eks. organisationen AE911 tror på, så kan du påvise, at AE911 ikke består af fageksperter, og at organisationen historisk set har videregivet falsk information. Det er en god idé at understrege, at det ikke er et personligt

angreb, men en kritik af kilderne. Det kan være en god måde at få personen til at genoverveje sine kilder.

En tredje mulighed er at sætte spørgsmålstejn ved, om konspirationsteorien overhovedet ville kunne lade sig gøre i virkeligheden. Eksempelvis, hvor mange tusinder eller millioner af videnskabsfolk der skal kontrolleres og holdes tavse for at skjule, at der er mikrochips i vacciner, og hvordan det ville kunne fungere i praksis?

Giv relationen og dialogen tid

Det tager tid at ændre et verdenssyn, og det er sjældent, at mennesker ændrer deres verdenssyn fra den ene dag til den anden. Du kan måske endda under dialogen opleve, at vedkommende ikke rykker sig holdningsmæssigt, og at holdningerne måske endda udvikler sig negativt. Det kan tage uger, måneder eller endda år, før du ser en forandring. Det er også derfor, at de fleste personer, der har været en del af konspirationsteoretiske miljøer, beskriver deres vej ud af kaninhullet som en længerevarende proces, der er startet med, at en ven, et familiemedlem eller en anden vigtig person har givet dem et andet perspektiv. På den lange bane er det således vigtigt at bibeholde dialogen, "plante et frø" og give relationen og dialogen tid.

Vil du læse mere?

Nærværende resumé kan med fordel læses sammen med forskningsresuméet: *Konspirationsteorier - Den ultimative sandhed som forklarer alt, og hvordan alting hænger sammen*, som beskriver, hvordan vi kan forstå konspirationsteorier. Derudover kan forskningsartiklen, *Propaganda i en ekstremistisk sammenhæng*, og Kort Fortalt opsamlingen af artiklen, med fordel læses, da propaganda og konspirationsteorier har mange lighedspunkter. Fælles for konspirationsteorier og propaganda er, at de er bygget op omkring elementer af fakta og sandhed, som flettes ind i egentlig (bevidst manipuleret) desinformation. Det er netop denne konstruktion, som gør, at de fleste mennesker kan blive spundet ind i konspiratoriske fortællinger. I forskningsartiklen og Kort Fortalt opsamlingen om propaganda er de psykologiske mekanismer, der benyttes i konstruktionen af propaganda nærmere beskrevet. Den danske hjemmeside tjekdet.dk kan benyttes til faktatjek.

