

Zijn complotdenkers psychotisch? Een vergelijking tussen complottheorieën en paranoïde wanen

W. Veling, B. Sizoo, J. van Buuren, C. van den Berg, W. Sewbalak, G.H.M. Pijnenborg, N. Boonstra, S. Castelein, L. van der Meer

- Achtergrond** Complottheorieën zijn populair 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.
- Doel** Verkennen van aard, gevolgen en sociaalpsychologische dimensies van complotdenken en beschrijven van overeenkomsten en verschillen met paranoïde wanen.
- Methode** Kritisch beschouwen van relevante literatuur over complotdenken en paranoïde wanen.
- Resultaten** Complotdenken voorziet in epistemische, existentiële en sociale behoeften. Het geeft duidelijkheid in onzekere tijden en aansluiting bij een groep van gelijkgestemden. 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 alleen het doelwit van de veronderstelde samenzwering en staan ze grotendeels alleen in hun overtuiging. Tevens zijn complottheorieën minder gebaseerd op ongewone ervaringen van het zelf, de werkelijkheid of intermenselijke contacten.
- Conclusies** Complotdenken komt veel voor in onzekere omstandigheden. Het geeft mensen houvast, zekerheid, morele superioriteit en sociale steun. Extreem complotdenken lijkt te passen binnen de gangbare psychiatrische definities van paranoïde wanen, maar toch zijn er ook belangrijke verschillen. Om onderscheid te kunnen maken met complotdenken behoeven gangbare definities van wanen verdieping. In plaats van de sterke focus op de foutieve inhoud van waanideeën zou er meer aandacht moeten zijn voor de onderliggende idiosyncratische, veranderde vorm van de werkelijkheidsbeleving.

Onzekere en ingrijpende tijden zoals de coronapandemie zijn een vruchtbare voedingsbodem voor complottheorieën. Veel mensen zijn bezorgd over de grote macht van de economische en politieke elite in de wereld en willen duiding geven aan wat er om hen heen gebeurt. Tijdens de pandemie hebben overheden en grote bedrijven handlingsruimte gekregen en genomen waar burgers weinig inzicht in hebben en nauwelijks controle over hebben. De samenleving ging op slot, een aantal burgerlijke vrijheden werden tijdelijk tussen haakjes geplaatst en er werd geregeerd op basis van nooddecreten.

Het is daarom niet vreemd dat onvrede bij mensen toenam en wantrouwen soms uitgroeit tot complotdenken.

Zo wordt het *Great Reset*-voorstel van het World Economic Forum, gelanceerd in 2020, om na de coronapandemie de wereldeconomie opnieuw en meer duurzaam op te bouwen, wel gezien als een doelbewuste samenzwering van bedrijven en overheden om globale hegemonie te bereiken.

Veel complottheorieën zijn echter extremer. Uit een enquête van Kieskompas in 2020 bleek bijvoorbeeld dat 5,6% van de respondenten het (heel) geloofwaardig vond dat met het coronavaccin een chip wordt geïnjecteerd om mensen permanent te blijven volgen (Kieskompas 2020). Ook zijn er mensen die ervan overtuigd zijn dat de 'Nieuwe Wereldorde' de pandemie als dekmantel gebruikt om in het geheim op grote schaal kinderen

AUTEURS

Wim Veling, psychiater, UMCG, Rijksuniversiteit Groningen.

Bram Sizoo, psychiater, Landelijke Eenheid, Nationale Politie.

Jelle van Buuren, socioloog, ISGA, Universiteit Leiden.

Coen van den Berg, psycholoog, Landelijke Eenheid, Nationale Politie.

Wishal Sewbalak, psychiater, GGZ Delfland.

Marieke Pijnenborg, psycholoog, Rijksuniversiteit Groningen, GGZ Drenthe.

Nynke Boonstra, verpleegkundig specialist ggz, KieN VIP, NHL Stenden hogeschool, Leeuwarden.

Stynke Castelein, medisch socioloog, Lentis, Rijksuniversiteit Groningen.

Lisette van der Meer, psycholoog, Lentis, Rijksuniversiteit Groningen.

Correspondentieadres

Prof. dr. W. Veling (w.veling@umcg.nl).

Geen strijdige belangen meegedeeld.

Het artikel werd voor publicatie geaccepteerd op 17-9-2021.

Citeren

Tijdschr Psychiatr. 2021;63(11):775-781

seksueel te misbruiken. Complottheorieën roepen veel emoties op, met name angst, verontwaardiging, woede en frustratie (Douglas e.a. 2017).

Op het eerste gezicht zijn er veel overeenkomsten tussen paranoïde wanen en complottheorieën. Bij paranoïde wanen zijn mensen ervan overtuigd dat iemand, een organisatie, een kracht of macht hen kwaad wil doen. Waanideeën variëren op een groot aantal dimensies zoals bizarheid, de mate van overtuiging, de mate van preoccupatie en de mate waarin de gedachten lijdensdruk geven (van der Zwaard 2006; Van Os & Reininghaus, 2016). De kern van een waan is volgens DSM-5 dat het om een onjuiste hardnekkige overtuiging gaat die niet vatbaar is voor verandering ondanks bewijs voor het tegendeel.

De inhoud van complottheorieën is net als die van wanen vaak onwaarschijnlijk, en soms zelfs ronduit bizar te noemen. Het zijn vergaande paranoïde ideeën over hooggeplaatste personen, internationale bedrijven en schimmige elites die een aanval doen op de veiligheid en vrijheid van gewone mensen. Ondanks gebrek aan bewijs of zelfs bewijzen voor het tegendeel houden ook complotdenkers stevig vast aan hun overtuigingen. Dit alles roept de vraag op of complotdenken als waan beschouwd moet worden. In dit artikel exploreren we het fenomeen complotdenken en verkennen we overeenkomsten en verschillen tussen complotdenken en wanen.

Complotdenken – fenomeen en gevolgen

De meeste definities van complottheorieën zijn erg devaluerend jegens degenen die deze theorieën aanhan-

gen. Een neutralere definitie is afgeleid van Birchall: 'constructies die een als onrechtvaardig of onverdraaglijk ervaren individuele of maatschappelijke situatie of ontwikkeling verklaren door deze situatie voor te stellen als het doelbewuste resultaat van een groep mensen die in het geheim samenwerkt met kwade bedoelingen' (Birchall 2006).

De coronacrisis heeft alle elementen in zich die complotdenken in de hand werken. Een wereldwijde gebeurtenis met veel impact op mensenlevens en ongekende gevolgen voor de samenleving vraagt om grootse verklaringen (Räikkä 2009). Het dwingende karakter van de overheidsmaatregelen in combinatie met verminderde autonomie voor burgers, voedt weerstand, wantrouwen en antiautoritaire sentimenten. Tegelijkertijd maken onduidelijkheid over de aard, het beloop en bestrijding van de pandemie alternatieve verklaringen aantrekkelijk.

Wat is het nut van complotdenken?

Een manier om complotdenken te begrijpen is om naar de motieven van complotdenkers te kijken. In de literatuur worden epistemische, existentiële en sociale motieven onderscheiden (Douglas e.a. 2017). In een toenemend onoverzichtelijke wereld hebben mensen de epistemische behoefte aan houvast (Harambam 2017). We verlangen naar duidelijke verklaringen voor overwelddigende, ongreepbare en oncontroleerbare gebeurtenissen. Complotdenkers versimpelen de werkelijkheid door een eenduidige, definitieve verklaring voor gebeurtenissen te kiezen, informatie te selecteren die daarbij past en vervolgens geen ruimte meer toe te laten voor alter-

natieve verklaringen. Deze ‘cognitieve afsluiting’ maakt de werkelijkheid weer kenbaar en begrijpelijk (Jameson 1988). Liever een sluitende verklaring dan onzekerheid, zelfs als deze verklaring logisch gezien onbewijsbaar, moeilijk houdbaar of intern tegenstrijdig is.

Existentiële motieven zijn dat complottheorieën veiligheid en meer controle beloven in situaties waar mensen zich angstig en machteloos voelen. Als mensen overheidsinstanties en grote bedrijven wantrouwen en zij ontevreden zijn over de sociopolitieke werkelijkheid kunnen zij met complottheorieën weer zin geven aan een verwarrende en soms als vijandig ervaren realiteit, problemen en tegenslagen rationaliseren en gevoelens van hulpeloosheid verminderen (McArthur 1995). Ten slotte zijn er sociale motieven voor complotdenken, omdat complottheorieën aansluiting bieden bij een *in-group*, wat identiteit, verbondenheid en een zekere superioriteit geeft ten opzichte van de onwetende massa (*out-group*) (Douglas e.a. 2017). Complotdenkers zijn *rebels with a cause*, ofwel: complotdenken levert mensen wat op.

Populatiestudies van voor de coronacrisis lieten zien dat complotdenkers relatief vaker man, lager opgeleid, vrijgezel en werkloos zijn en tot een etnische minderheid behoren (Freeman e.a. 2020). Ze hebben vaker lichamelijke en psychische klachten, vaker een psychiatrische stoornis, minder zelfvertrouwen en minder verbondenheid met andere mensen. Ze ervaren zichzelf als lager op de sociale ladder vergeleken met anderen.

Recent Engels bevolkingsonderzoek laat echter zien dat complotdenken meer *mainstream* denken is geworden. Ongeveer de helft van de respondenten geloofde in enige mate dat het virus een door China ontwikkeld biowapen is om het Westen te vernietigen, en ongeveer een vijfde geloofde in enige mate dat de Joden het virus hebben gecreëerd om uit financieel gewin de economie in elkaar te laten storten. Het wantrouwen heeft zich in een groot deel van de bevolking genesteld. Complotdenkers ten tijde van de coronapandemie passen dus minder vaak in de oudere typering (Freeman e.a. 2020).

Negatieve gevolgen van complotdenken

De gevolgen van complotdenken zijn even divers als de complotconstructies zelf en het nut ervan voor individuen. Complotdenken hoeft niet een negatief effect te hebben op de complotdenkers zelf, hun omgeving of de samenleving. Maar negatieve gevolgen kunnen er wel zijn.

Toenemende onzekerheid

Terwijl het motief is om meer zekerheid en controle te krijgen, blijkt in de praktijk dat het gevoel van onzekerheid en afhankelijkheid juist groter wordt waardoor het wantrouwen naar maatschappelijke instituties ook toeneemt (Douglas e.a. 2017). Hierdoor wordt de vatbaarheid voor nog meer complottheorieën groter. Het verstrikt raken in steeds meer en verontrustendere complotten kan snel gaan.

Isolement en teloorgang

Complotdenkers laten hun medestanders weten hoe geïsoleerd en vervreemd ze zich soms voelen. ‘Ik hoor van zoveel mensen dat ze zich geïsoleerd en alleen voelen tijdens dit wakker worden en deze massale paradigmaverschuiving die over de hele wereld plaatsvindt. Echtgenoten kunnen partners niet wakker maken voor de waarheid, familieleden en goede vrienden denken dat je vreemd bent geworden’ (geciteerd in Van Buuren 2016).

Versterken lijden van anderen

De beschuldigingen die complotdenkers richten op degenen die in hun ogen verantwoordelijk zijn voor het onrecht en het kwaad, grenzen aan smaad en laster. Bij recente gebeurtenissen in Bodegraven bijvoorbeeld, waar complotdenkers bloemen en kransen legden bij de graven van gestorven kinderen die in hun optiek het slachtoffer waren van satanistische pedofielenetwerken van de elite, zijn nabestaanden erg gekwetst.

Wat is het gevaar van complotdenken?

Complotdenken kan blijven steken op het niveau van passieve acquisitie; men leest erover, hecht er waarde aan en zal dat af en toe laten blijken aan een ander (McArthur 1995). Daarop kan een activistisch niveau volgen, waarbij de boodschap actief wordt doorgegeven omdat men vindt dat anderen kennis moeten nemen van het schandaal en beschermd moeten worden, bijvoorbeeld tegen de nadelige gevolgen van vaccinatie. In het uiterste – en gelukkig spaarzame – geval kan er echter ook risico en dreiging zijn in termen van geweld. De verantwoordiging over het complot kan zo sterk zijn dat de morele grens van geweld wordt gepasseerd – activisme radicaliseert naar extremisme (Moskalenko & McCauley 2009).

Een recente populatiestudie uitgevoerd in Duitsland toont aan dat complotdenken positief gecorreleerd is met de affiniteit voor extremistisch geweld, zij het sterk afhankelijk van individuele verschillen (Rottweiler & Gill 2020). Het effect is sterker voor individuen met een lagere zelfbeheersing, verminderd vertrouwen in de rechtsstaat en een sterke overtuiging dat zij zelf het vermogen hebben problemen op te lossen.

In Nederland is massale agressie (zoals bij het Capitool in Washington op 6 januari 2021) tot nu toe uitgebleven, maar we zien wel een toename van ernstige intimidatie en bedreiging door complotdenkers van personen die een sleutelfunctie hebben bij de bestrijding van de pandemie, maar ook van hun gezinsleden. Dit speelt zich hoofdzakelijk af in de onlineomgeving, maar steeds vaker ook offline, met ongewenst bezoek aan huis of agressieve toenaderingen. De golf aan brandstichtingen bij 5G-masten is een voorbeeld van agressie die naar alle waarschijnlijkheid sterk geïnspireerd is door complottheorieën. Soms plegen complotdenkers agressie vanuit een georganiseerd verband dat vaak associaties heeft met extremistische groeperingen. Volgens het

Openbaar Ministerie kwamen er tussen maart 2020 en maart 2021 ruim vierhonderd meldingen van coronagerelateerde misdrijven binnen, waarvan veel bedreigingen en geweldsincidenten gericht tegen de politie, BOA's en zorgmedewerkers (NCTV 2021). In vergelijking met wanen vormt juist het collectieve aspect van complotdenken een potentieel groter gevaar (zie [figuur 1](#)). De gezamenlijke verontwaardiging over het vermeende onrecht kan voldoende zijn om de morele grens van gevaarlijk gedrag te overschrijden. Zeker wanneer contact met gelijkgestemden, zoals in zogenaamde *echo chambers*, de overhand heeft.

Een specifiek risico gaat uit van mensen die vanwege een onderliggende psychische kwetsbaarheid meer vatbaar zijn voor complottheorieën en daar naar gaan handelen. Onderzoek naar 66 aanhangers van QAnon, een populaire extreemrechtse groepering gebaseerd op complottheorie, die in de Verenigde Staten werden gearresteerd vanwege verschillende misdrijven, liet zien dat bij 44% een traumatische gebeurtenis (zoals misbruik) voorafging aan hun radicalisering (Jensen & Kane 2021). Van de 35 QAnon-aanhangers die werden gearresteerd bij de bestorming van het Capitool, bleek 63% te kampen met mentale gezondheidsproblemen, zoals PTSS, schizofrenie of een bipolaire stoornis.

Zijn complottheorieën paranoïde wanen?

Op het eerste gezicht zijn er veel overeenkomsten tussen complotdenken en paranoïde wanen, maar zijn complottheorieën waanideeën zoals gedefinieerd in de psychiatrie? Een veelgebruikte (DSM-5-)definitie van een waan is 'een foutieve overtuiging, gebaseerd op onjuiste gevolgtrekkingen uit de externe realiteit, die stevig vastgehouden wordt ondanks de denkbeelden van bijna ieder ander en ondanks eenduidig bewijs of aanwijzingen voor het tegendeel. Het denkbeeld is niet van zodanige aard dat het door andere leden van de cultuur of de subcultuur geaccepteerd wordt'. Deze definitie is gegrond in het werk van Jaspers (1923), die de nadruk legde op de onjuiste inhoud van het denkbeeld, de vaste overtuiging en het niet openstaan voor tegenargumenten. Al blijft dit tot op de dag van vandaag de kern van de psychiatrische definitie van een waan, herhaaldelijk is betoogd dat eigenlijk alle onderdelen van de definitie problematisch zijn (David 1999; van der Zwaard 2006). De complottheorieën bij de coronapandemie laten zien dat deze definitie mogelijk aanscherping dan wel verdieping behoeft.

Onjuiste denkbeelden

Hoewel in de geschiedenis is gebleken dat sommige complottheorieën bij nader inzien op waarheid bleken te berusten, zijn veel complottheorieën zeer onwaarschijnlijk en vaak aantoonbaar onjuist. De inhoud van coronacomplottheorieën varieert van paranoïde gedachten over machtige bedrijven tot bizarre overtuigingen over een wereldelite die systematisch en op grote schaal kinderen seksueel misbruikt en offert om hun bloed

te drinken, vaccins die microchips bevatten om ons in de gaten te houden, of het coronavirus dat als militair biologisch wapen is losgelaten om de overbevolking op aarde te bestrijden. Zorgen over de grote macht van bedrijven en overheden zijn algemeen aanvaard, begrijpelijk en aannemelijk. De bizarre, onmogelijke inhoud van extreme coronacomplottheorieën lijkt echter sterk op de inhoud van paranoïde wanen. In beide gevallen zijn de denkbeelden op rationele en objectieve gronden onjuist. De afgelopen jaren wordt het continuümmodel van psychose veel gebruikt, waarin paranoïde wanen niet kwalitatief verschillen van normale achterdochtige gedachten, maar daarvan alleen gradueel verschillen in mate van overtuiging, preoccupatie, lijdensdruk en irrationele inhoud (Van Os & Reininghaus 2016). Complotdenken zou volgens eenzelfde continuüm kunnen worden beschouwd. Het is dan de vraag wanneer complottheorieën irrationeel genoeg zijn om als waanachtig te worden bestempeld en hoe bepaald kan worden of de betreffende theorie in voldoende mate een onjuiste gevolgtrekking uit de externe realiteit is.

Vasthouden ondanks bewijzen tegendeel

Een belangrijk kenmerk van wanen is dat ze hardnekkig worden vastgehouden, ook als er duidelijke bewijzen of aanwijzingen voor het tegendeel zijn. Veel waandenkbeelden zijn echter niet of moeilijk te ontcrachten. Hoe is te bewijzen dat de geheime dienst niet achter iemand aan zit? En wat telt als voldoende bewijs? Conceptueel is dit dus ook een ingewikkeld onderdeel van de definitie (Bentall e.a. 2001). Bij complottheorieën is dat niet anders, omdat ze juist ontstaan in een context van maatschappelijke onvrede, (vermeende) misstanden en onduidelijkheid, waardoor de paranoïde denkbeelden nauwelijks te weerleggen zijn.

Complotdenkers houden eveneens 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 epistemische kennisbronnen als ondersteuning van hun ideeën, zoals spirituele, fysieke of emotionele ervaringen (Harambam 2017). 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. Een voorbeeld: QAnon-aanhangers verwachtten dat de dag van de inauguratie van Joe Biden als president van de Verenigde Staten zou uitlopen op *The Great Awakening*, het moment dat de elite, waaronder Biden zelf, ontmaskerd en gearresteerd zou worden. Toen dat niet gebeurde, was dat niet een bewijs van hun ongelijk, maar stond Biden bij nader inzien toch ook aan de goede kant (Roose 2021).

Het gaat bij complottheorieën dus niet per se over samenhangende feiten. Een onderzoek liet bijvoorbeeld zien dat mensen die één complottheorie geloofden over de dood van prinses Diana ook vaak andere, niet-compatibele complottheorieën over haar dood aannemelijk vonden (Wood e.a. 2012). Meerdere, niet met elkaar verenigbare ideeën kunnen zonder probleem samengaan. Het gaat om de dieperliggende paranoiaïdie.

Niet passend in subcultuur

Een aanvullend criterium voor een waan is dat de overtuiging door bijna niemand wordt gedeeld en niet passend is bij iemands socioculturele achtergrond of bij een subcultuur. Als je in een omgeving verkeert waarin geloof in geesten de norm is, is het niet een waan als je tegenslagen in je leven toeschrijft aan de kwade invloed van boze geesten. In een diepgelovig milieu is het niet een waan als je je uitverkoren voelt door God. Bij coronacomplottheorieën vormen vele duizenden mensen een subcultuur van complotdenkers. Je kunt je aansluiten bij QAnon, maar je ook verbonden voelen met artiesten, fotomodellen en andere influencers die op social media complottheorieën verkondigen. Zoals eerder genoemd, zijn extreme coronacomplottheorieën opgeschoven richting mainstreamdenken (Freeman e.a. 2020), en zijn daarmee dus niet meer passend binnen de definities van een waan.

Toch is hier een kanttekening bij te maken. In een wereld van internet en sociale media verspreiden ideeën zich als wild vuur. Feit en fictie zijn in de gemediatiseerde wereld niet gemakkelijk te onderscheiden (Harambam 2017). Heel snel hebben ideeën een enorm bereik, zeker als influencers ze omarmen. Voor bijna elke opvatting is online wel een subcultuur te vinden, hoe extreem of bizar ook. Dit criterium voor een waan is daarmee moeilijker bruikbaar geworden dan voor het internettijdperk.

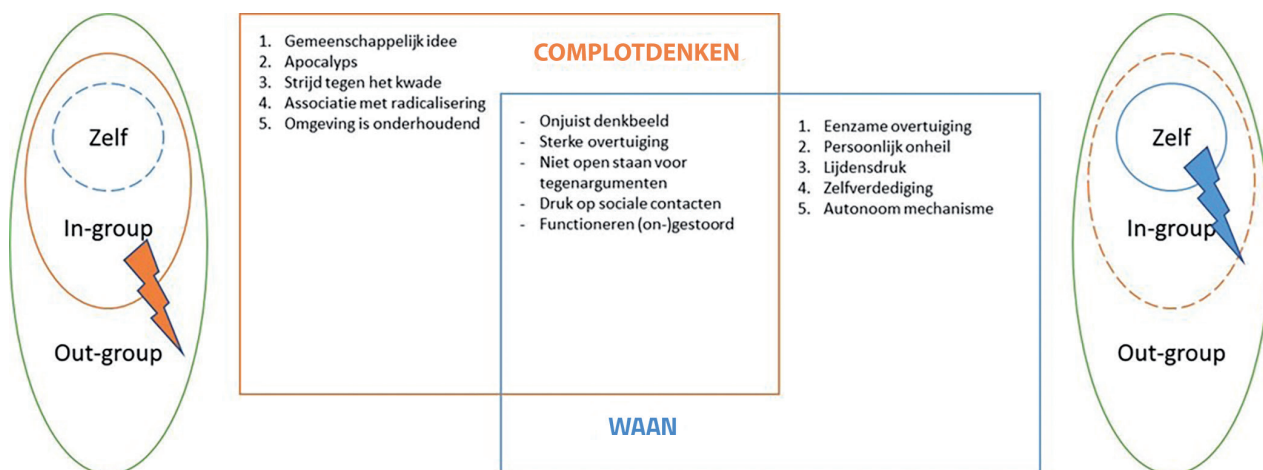
Idiosyncratische ervaringen

Verscheidene auteurs hebben erop gewezen dat de gangbare definities van wanen niet compleet zijn, misschien zelfs de kern van de waan niet bevatten (David 1999; Feyaerts e.a. 2021). Een waan is niet alleen een onjuist denkbeeld dat hardnekkig wordt vastgehouden ondanks rationele tegenargumenten. De manier waarop mensen de werkelijkheid ervaren, is bij wanen wellicht minstens zo belangrijk als de inhoud van de waan. Jaspers (1923) maakte onderscheid tussen wanen en overwaardige ideeën, waarbij hij wanen zag als het gevolg van een radicale verandering in de manier waarop betekenis wordt gegeven aan gebeurtenissen, terwijl overwaardige denkbeelden meer overeenkomen met hartstochtelijke politieke of religieuze overtuigingen.

Het is belangrijk om beter te kijken naar de idiosyncratische in plaats van gedeelde beleving van de werkelijkheid. In tegenstelling tot complotdenkers zijn mensen met een paranoïde waan vrijwel altijd alleen het doelwit (zie figuur 1). De geheime dienst zit om één of andere reden achter hen aan, en niet achter hun huisgenoten. Mensen op straat volgen specifiek hen en zullen alleen hen kwaad doen, anderen lopen geen gevaar. Zij zijn geroepen de wereld te redden, televisieprogramma's hebben het speciaal over hen, hún gedachten worden uitgezonden. Ze zijn niet geneigd bij anderen te informeren of die er ook last van hebben of ook gevaar lopen. Mensen met een waan kunnen wel complottheorieën in hun denkbeelden inpassen, maar die passen dan bij hun eigen particuliere, idiosyncratische ervaringen van de werkelijkheid.

Hoe ontstaan deze idiosyncratische ervaringen? Een klinisch-fenomenologisch model wijst op kwalitatieve veranderingen in de ervaring van de werkelijkheid, waar de inhoud van het denken zich vervolgens naar voegt (Feyaerts e.a. 2021). Subtiele veranderingen kunnen plaatsvinden in zelfbewustzijn, zintuiglijke werkelijk-

Figuur 1. Verschillen en overeenkomsten tussen complotdenken en wanen



heid en intersubjectiviteit, waardoor de alledaagse normaliteit onzeker wordt. Wanen worden gevormd doordat mensen zichzelf anders beleven dan normaal, doordat de werkelijkheid om hen heen zich enigszins anders voordoet of doordat ze sociale interacties anders ervaren (Sass & Byrom 2015).

Neuropsychologische en cognitieve modellen van wanen beschrijven deze processen als perceptuele anomalieën, overmatige betekenisgeving, hyperreflexiviteit, denkfouten als selectieve aandacht en externe attributiestijl, fouten in zelfrepresentatie en mentaliseren (Broyd e.a. 2017). De paranoïde inhoud van de waan wordt daarbij vanzelfsprekend gekleurd door gebeurtenissen, omstandigheden en herinneringen.

Bij complotdenkers lijkt het minder om idiosyncratische, eigen ervaringen te gaan. Het uitgangspunt ligt in significante sociale, maatschappelijke of politieke gebeurtenissen die onzekerheid, controleverlies en onvrede veroorzaken. In tijden van crisis vinden mensen elkaar in paranoïde theorieën die meer grip geven op wat er gebeurt. Complotdenkers ervaren saamhorigheid en zingeving in het bestrijden van een gezamenlijke vijand. Wij worden bedreigd in plaats van alleen ik. De complotideeën zijn minder gebaseerd op ongewone ervaringen van het zelf, de werkelijkheid of intermenselijke contacten; er is juist een verborgen werkelijkheid die samen met de in-group aan het licht gebracht moet worden.

Conclusies

Complotdenken

Complottheorieën komen veel voor. Ze lijken te passen binnen de gangbare psychiatrische definities van paranoïde wanen. Toch zijn er ook belangrijke verschillen, die duidelijk maken dat de huidige definities van wanen verdieping behoeven. Tijdens de coronapandemie zijn complottheorieën opgeschoven richting mainstreamdenken, vanwege de onzekerheid en oncontroleerbaarheid van alle gebeurtenissen, de grote macht van overheden en bedrijven en de impact van maatregelen op de maatschappij en het persoonlijk leven.

Complotdenken voorziet in een behoefte, doordat het voorziet in duidelijkheid, zekerheid en morele superioriteit in onzekere omstandigheden. Het geeft verbinding met anderen die dezelfde inzichten hebben verworven en strijden om samenzweringen van machtigen aan de kaak te stellen. Uiteindelijk leiden complottheorieën echter vaak tot méér wantrouwen en onwelbevinden (Douglas e.a. 2017). Complotdenken kan bovendien problemen geven in het eigen sociale netwerk dat de denkbeelden vaak niet deelt. Een deel van de complotdenkers wordt activistisch, maar slechts een zeer kleine minderheid gaat over tot geweld. Het risico op geweld lijkt geassocieerd met extreemrechtse sympathieën en bestaande psychiatrische problemen.

Versillen waan en complotdenken

Complottheorieën vertonen overeenkomsten met paranoïde wanen wat betreft onjuiste en soms bizarre inhoud van de denkbeelden, de sterke overtuiging waarmee wordt vastgehouden aan de ideeën en het niet openstaan voor tegenargumenten. Een verschil is dat complotdenkers niet alleen staan in hun overtuigingen, maar elkaar juist vinden in wantrouwen ten opzichte van machtigen die achter de schermen aan de touwtjes trekken. Waar de waan eenzaam is, geven complottheorieën toegang tot een in-group.

Een tweede verschil is dat bij het ontstaan van wanen idiosyncratische ervaringen van de werkelijkheid veelal een rol spelen, die de paranoïde inhoud van het waandenken induceren. De vergelijking tussen paranoïde wanen en coronacomplottheorieën maakt duidelijk dat de gangbare definities van wanen verdieping behoeven, omdat met de huidige definities complotdenken ook geschaard kan worden onder wanen. In plaats van de sterke (cognitieve) focus op de foutieve inhoud van waanideeën zou er meer aandacht moeten zijn voor de onderliggende idiosyncratische, veranderde vorm van de werkelijkheidsbeleving. Het is vooral deze eigenzinnige werkelijkheidsbeleving die leidt tot paranoïde waanideeën als gevolg van pogingen grip te krijgen op perceptuele anomalieën (Feyaerts e.a. 2021).

Beste benadering

Ten slotte volgt uit de verkenning in dit artikel dat de inhoud van de denkbeelden niet de juiste ingang is 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 deze onderliggende epistemische, existentiële en experiëntiële vragen meer recht doet aan de werkelijke problemen die mensen ervaren, en meer ruimte voor oplossingen biedt. Methoden zoals LEAP (*listen, emphasize, agree, partner*), ontwikkeld voor mensen met schizofrenie zonder ziekte-inzicht, kunnen in de omgang met complotdenkers nuttig zijn (Amador 2000). Daarbij gaat het niet om de sterkte van de argumenten, maar om de kracht van de relatie.

LITERATUUR

- Amador X. I am not sick, I don't need help! Helping the seriously mentally ill accept treatment. New York: Vida Press; 2000.
- Bentall RP, Corcoran R, Howard R, e.a. Persecutory delusions: A review and theoretical integration. *Clin Psychol Rev* 2001; 21: 1143-92.
- Birchall C. Knowledge goes pop : from conspiracy theory to gossip. Oxford: Berg; 2006.
- Broyd A, Balzan RP, Woodward TS, e.a. Dopamine, cognitive biases and assessment of certainty: A neurocognitive model of delusions. *Clin Psychol Rev* 2017; 54: 96-106.
- Buuren J Van. Doelwit Den Haag? Complotconstructies en systeemhaat in Nederland 2000-2014. [proefschrift]. Leiden; 2016.
- David AS. On the impossibility of defining delusions. *Philos Psychiatr Psychol* 1999; 6: 17-20.
- Douglas KM, Sutton RM, Cichocka A. The psychology of conspiracy theories. *Curr Dir Psychol Sci* 2017; 26: 538-42.
- Feyaerts J, Henriksen MG, Vanheule S, e.a. Delusions beyond beliefs: a critical overview of diagnostic, aetiological, and therapeutic schizophrenia research from a clinical-phenomenological perspective. *Lancet Psychiatry* 2021; 8: 137-249.
- Freeman D, Waite F, Rosebrock L, e.a. Coronavirus conspiracy beliefs, mistrust, and compliance with government guidelines in England. *Psychol Med* 2020; doi: 10.1017/S0033291720001890.
- Harambam J. The truth is out there: conspiracy theory in an age of epistemic instability. Rotterdam: Erasmus Universiteit; 2017.
- Jameson F. Cognitive mapping. In: Nelson C, Grossberg L, red. *Marxism and the interpretation of culture*. Londen: Macmillan; 1988. p. 347-57.
- Jaspers K. *Allgemeine Psychopathologie*. 1923.
- Jensen M, Kane S. QAnon offenders in the United States. 2021. <https://www.start.umd.edu/publication/qanon-offenders-united-states>
- Kieskompas. Zin en onzin over het coronavirus. 2020. <https://www.kieskompas.nl/nl/resultaten/>
- McArthur B. 'They're out to get us': another look at our paranoid tradition. *The History Teacher* 1995; 29: 37-50.
- Moskalenko S, McCauley C. Measuring political mobilization: The distinction between activism and radicalism. *Terrorism and Political Violence* 2009; 21: 239-60.
- NCTV. De verschillende gezichten van de coronaprotesten. Den Haag: NCTV; 2021.
- Os J van, Reininghaus U. Psychosis as a transdiagnostic and extended phenotype in the general population. *World Psychiatry* 2016; 15: 118-24.
- Räikkä J. On political conspiracy theories. *The Journal of Political Philosophy* 2009; 17: 185-201.
- Roose K. QAnon believers struggle with inauguration. *The New York Times* 2021. <https://www.nytimes.com/2021/01/20/technology/qanon-inauguration.html>
- Rottweiler B, Gill P. Conspiracy beliefs and violent extremist intentions: the contingent effects of self-efficacy, self-control and law-related morality. *Terrorism and Political Violence* 2020; doi: 10.1080/09546553.2020.1803288.
- Sass L, Byrom G. Phenomenological and neurocognitive perspectives on delusions: A critical overview. *World Psychiatry* 2015; 14: 164-73.
- Wood MJ, Douglas KM, Sutton RM. Dead and alive: Beliefs in contradictory conspiracy theories. *Social Psychological and Personality Science* 2012; 3: 767-73.
- Zwaard R van der. Wat is een waan? Een fenomenologische beschouwing. *Tijdschr Psychiatr* 2006; 48: 453-9.

SUMMARY

Are conspiracy theorists psychotic? A comparison between conspiracy theories and paranoid delusions

W. Veling, B. Sizoo, J. van Buuren, C. van den Berg, W. Sewbalak, G.H.M. Pijnenborg, N. Boonstra, S. Castelein, L. van der Meer

Background Conspiracy theories are popular during the COVID-19 pandemic. Conspiratorial thinking is characterised by the strong conviction that a certain situation that one sees as unjust is the result of a deliberate conspiracy of a group of people with bad intentions. Conspiratorial thinking appears to have many similarities with paranoid delusions.

Aim To explore the nature, consequences, and social-psychological dimensions of conspiratorial thinking, and describe similarities and differences with paranoid delusions.

Method Critically assessing relevant literature about conspiratorial thinking and paranoid delusions.

Results Conspiratorial thinking meets epistemic, existential, and social needs. It provides clarity in uncertain times and connection with an in-group of like-minded people. Both conspiratorial thinking and paranoid delusions involve an unjust, persistent, and sometimes bizarre conviction. Unlike conspiracy theorists, people with a paranoid delusion are almost always the only target of the presumed conspiracy, and they usually stand alone in their conviction. Furthermore, conspiracy theories are not based as much on unusual experiences of their inner self, reality, or interpersonal contacts.

Conclusions Conspiratorial thinking is common in uncertain circumstances. It gives grip, certainty, moral superiority and social support. Extreme conspiratorial thinking seems to fit current psychiatric definitions of paranoid delusions, but there are also important differences. To make a distinction with regard to conspiratorial thinking, deepening of conventional definitions of delusions is required. Instead of the strong focus on the erroneous content of delusions, more attention should be given to the underlying idiosyncratic, changed way of experiencing reality.