

Cherry Picking: Selektive Wahrnehmung & Rosinenpickerei

Autor: Wolfram Klatt

Veröffentlicht am: 10.08.2026

Dokument generiert über Gesundheitsmythen.de

ZUSAMMENFASSUNG (ABSTRACT)

Cherry Picking (Rosinenpickerei) bezeichnet die selektive Auswahl von Daten, die eine vorgefasste Meinung stützen, während widersprechende Evidenz ignoriert wird. Es ist das Werkzeug des Bestätigungsfehlers.

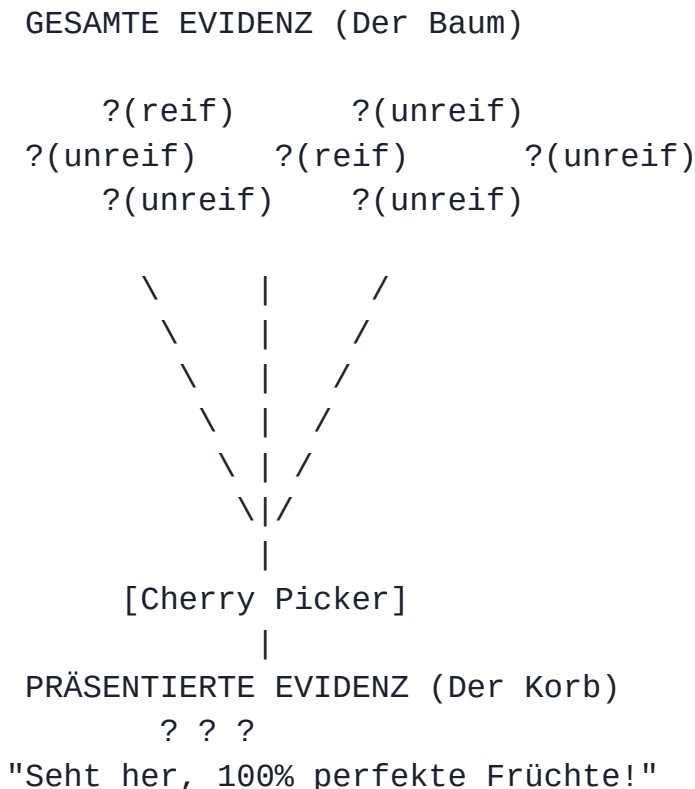
Cherry Picking: Die Kunst der selektiven Wahrnehmung in der Gesundheitskommunikation

In einer Welt, in der uns tagtäglich eine unendliche Flut an gesundheitlichen Informationen, Studien und Ratschlägen zur Verfügung steht, sehnt sich der menschliche Verstand nach einem: nach Gewissheit. Wir suchen nach klaren Antworten auf komplexe medizinische Fragen. Auf dieser Suche tapen wir jedoch häufig in eine der wirkungsvollsten kognitiven Fallen der menschlichen Psychologie: das sogenannte Cherry Picking.

1. Definition und Grundlagen: Was bedeutet Cherry Picking?

„Cherry Picking“ – im Deutschen treffend als Rosinenpickerei bezeichnet – beschreibt eine weitreichende kognitive Verzerrung und einen klassischen logischen Fehlschluss („Fallacy of incomplete evidence“). Es handelt sich um den Prozess, bei dem in einer Diskussion, einer Argumentation oder einer medizinischen Entscheidungsfindung gezielt nur jene Informationen, Daten, Studien oder Erfahrungsberichte ausgewählt und präsentiert werden, die eine vorgefasste Meinung stützen. Sämtliche widersprechenden, relativierenden oder nicht ins Bild passenden Fakten werden systematisch ignoriert oder abgewertet.

Der Begriff leitet sich von einer leicht verständlichen Metapher aus der Obsternte ab:



Wer einen Kirschbaum aberntet, pflückt instinktiv nur die reifsten, glänzendsten Früchte. Die unreifen, fauligen oder beschädigten Kirschen verbleiben am Baum. Ein unbedarfter Beobachter, der später nur den gut gefüllten Korb voller perfekter Kirschen sieht, könnte fälschlicherweise den logischen Schluss ziehen, dass der gesamte Baum ausschließlich makellose Früchte hervorgebracht hat. Er schließt von einer stark gefilterten Teilmenge auf das Ganze.

Genau dies geschieht in der Gesundheitskommunikation: Ein sorgfältig kuratierter, winziger Ausschnitt der Realität wird als die gesamte, unumstößliche Wahrheit verkauft. In der evidenzbasierten Medizin (EBM) ist dies der absolute Gegenentwurf zur seriösen Wissenschaft, die stets bestrebt ist, die Gesamtheit aller verfügbaren Daten („body of evidence“) zu betrachten,

bevor eine therapeutische Empfehlung ausgesprochen wird.

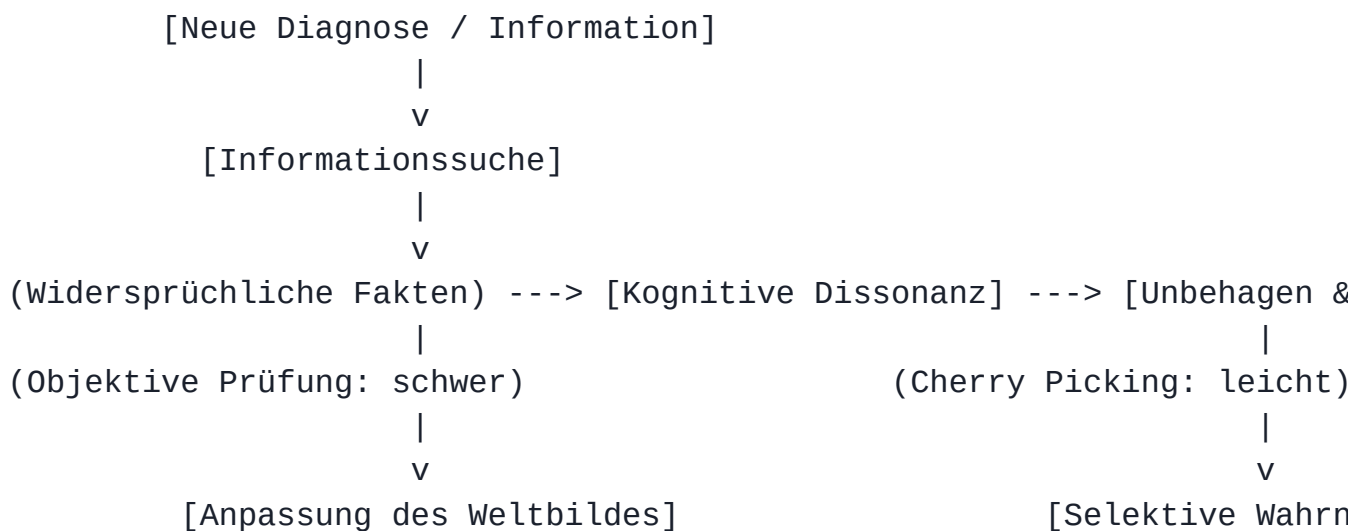
2. Der psychologische und neurologische Mechanismus

Um zu verstehen, warum Cherry Picking so allgegenwärtig ist, müssen wir erkennen, dass es sich in den seltensten Fällen um eine bewusste Täuschungsabsicht handelt. Vielmehr ist es ein zutiefst menschlicher, evolutionär verankerter Schutzmechanismus. Cherry Picking ist das ausführende Werkzeug des „Confirmation Bias“ (Bestätigungsfehler) und des „Motivated Reasoning“ (motiviertes Denken).

Das menschliche Gehirn ist ein energiehungriges Organ, das ständig nach kognitiven Abkürzungen (Heuristiken) sucht. Wenn wir mit neuen Daten konfrontiert werden, die unserem mühsam aufgebauten Weltbild oder unserer tiefsten Hoffnung widersprechen, erzeugt dies „kognitive Dissonanz“. Dieser Zustand innerer psychologischer Anspannung wird vom Gehirn als äußerst unangenehm, teilweise sogar als bedrohlich empfunden.

Um diese schmerzhaft Dissonanz aufzulösen, hat das Gehirn zwei Optionen: Es kann sein Weltbild mühsam an die neuen, unbequemen Fakten anpassen – was kognitiv extrem aufwendig und emotional kräftezehrend ist. Oder es wertet die widersprechenden Fakten einfach ab und sucht selektiv nach Informationen, die die ursprüngliche Position bestätigen. Nahezu immer wählt das Gehirn instinktiv den zweiten, energiesparenden Weg.

KREISLAUF DER KOGNITIVEN DISSONANZ



[Akzeptanz der Realität]

|

v

[Fundierte Entscheidung]

[Suche nach Bestätigung]

|

v

[Scheinbare Sicherheit]

Auf neurobiologischer Ebene lässt sich dieser Vorgang in fMRT-Studien eindrucksvoll nachweisen: Konfrontiert man Menschen mit Fakten, die ihren tiefsten Überzeugungen widersprechen, aktivieren sich Hirnareale wie die Amygdala und die Insula – Zentren, die für die Verarbeitung von emotionaler Bedrohung und physischem Schmerz zuständig sind. Bestätigende Informationen hingegen triggern das Belohnungszentrum (ventrales Striatum) und schütten Dopamin aus. Wir sind also neurobiologisch darauf programmiert, Rosinenpickerei zu betreiben, weil es Schmerz vermeidet und sich gut anfühlt.

3. Die statistische Illusion: p-Hacking und Publikationsbias

Cherry Picking beschränkt sich jedoch nicht nur auf Laien, die im Internet recherchieren. Auch in der naturwissenschaftlichen Forschung selbst stellt es ein methodisches Problem dar, das als statistische Illusion auftritt.

In der modernen Datenwissenschaft werden oft riesige Datensätze analysiert. Aufgrund des reinen statistischen Rauschens finden sich in großen Datenmengen zwangsläufig zufällige, statistisch signifikante Korrelationen. Ein Forscherteam könnte Dutzende Variablen miteinander vergleichen, bis es rein zufällig einen scheinbaren Zusammenhang findet. Wenn das Team nun selektiv nur dieses eine „positive Ergebnis“ veröffentlicht und die 99 anderen Analysen, die keinen Effekt zeigten, verschweigt, nennt man dies „p-Hacking“ oder „Data Dredging“.

Eine passende Metapher hierfür ist der Bogenschütze: Anstatt zuerst eine Zielscheibe aufzuhängen und dann zu versuchen, ins Schwarze zu treffen (die korrekte wissenschaftliche Methode), schießt der Forscher einen Pfeil blind auf eine leere Holzwand. Erst danach geht er zur Wand und malt zielgenau eine Zielscheibe um den Pfeil herum, um sich als Meisterschütze zu präsentieren. Dieses Vorgehen wird in der Wissenschaft als HARKing („Hypothesizing After the Results are Known“) bezeichnet und ist eine unbewusste oder bewusste Form der Rosinenpickerei.

Hinzu kommt der sogenannte Publikationsbias (das „Schubladen-Problem“). Fachzeitschriften veröffentlichen bevorzugt Studien, die aufregende, neue und positive Ergebnisse zeigen. Studien, die nachweisen, dass ein bestimmtes Medikament *nicht* besser wirkt als ein Placebo, sind für Verlage oft uninteressant und landen in der sprichwörtlichen Schublade. Dies führt dazu, dass die öffentlich zugängliche Literaturlandschaft eine verzerrte, künstlich positive Realität widerspiegeln kann.

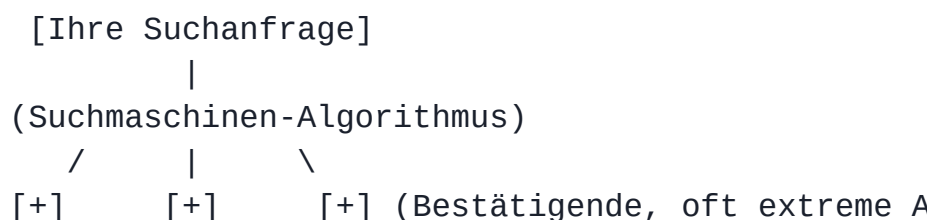
4. Bedeutung für den Alltag: Filterblasen und Cyberchondrie

In unserem modernen Informationsalltag, insbesondere bei Entscheidungen rund um den eigenen Körper und die Ernährung, formt Cherry Picking unsere Lebensrealität maßgeblich.

Ein klassisches Beispiel sind strenge Ernährungsdogmen (ob vegan, ketogen, carnivor oder paläo). Für absolut jede dieser Ernährungsformen finden sich im Internet engagierte Befürworter, die exklusiv Studien zitieren, die ihre spezifische Diät als ultimativen Weg zur Langlebigkeit preisen. Methodisch hochwertige Beobachtungsstudien, die auf langfristige Risiken oder Mangelerscheinungen genau dieser Ernährungsformen hinweisen, werden von der jeweiligen Community jedoch oft ausgeblendet oder abgewertet.

Noch gravierender zeigt sich der Effekt bei der Recherche von Krankheitssymptomen im Internet, oft als „Cyberchondrie“ bezeichnet. Wer bei diffusen Symptomen wie Kopfschmerzen oder leichtem Muskelzucken eine Suchmaschine befragt, betreibt fast unvermeidlich Cherry Picking. Aus einer langen Liste potenzieller und in 99 Prozent der Fälle harmloser Ursachen fixiert sich der besorgte Verstand sofort auf die seltenste, bedrohlichste Diagnose. Der Nutzer sucht gezielt nach Erfahrungsberichten von Menschen, deren schwerwiegende Erkrankung genau mit diesem harmlosen Symptom begann, und blendet die Wahrscheinlichkeitsrechnung völlig aus.

FILTERBLASEN-EFFEKT BEI DER GESUNDHEITSRECHERCHE



| | |
[+] [+] [+] (Noch dramatischere Erfahrungen)

(Widersprechende, beruhigende Fakten [-] werden vom Algorithmus und der eigenen Aufmerksamkeit herausgefiltert)

Die Algorithmen der sozialen Medien verstärken dies massiv: Sie präsentieren uns in Millisekunden genau jene „Kirschen“, die unsere Ängste oder vorgefassten Meinungen am stärksten bedienen, da dies unsere Aufmerksamkeit und Verweildauer auf der Plattform maximiert.

5. Die Suche nach Hoffnung: Alternative Heilversprechen verstehen

Um die volle Tragweite der Rosinenpickerei zu verstehen, müssen wir uns Bereichen widmen, in denen es unmittelbar um Gesundheit und Leben geht (sogenannte YMYL-Themen: Your Money or Your Life). In Situationen größter gesundheitlicher Not, etwa nach einer schweren Diagnose, geraten Betroffene in tiefe existentielle Krisen.

Die evidenzbasierte Schulmedizin kommuniziert in solchen Momenten oft in Wahrscheinlichkeiten. Ärztinnen und Ärzte sprechen von Überlebensraten, Remissionschancen und möglichen, belastenden Nebenwirkungen einer Therapie. Diese statistische Ehrlichkeit ist wissenschaftlich zwingend erforderlich, bietet der Seele des Patienten im Moment des Schocks jedoch kaum den dringend benötigten emotionalen Halt. In diese Lücke aus Angst, Ohnmacht und dem vollkommen verständlichen Wunsch nach Gewissheit treten häufig Anbieter von alternativen Heilmethoden.

Wenn Methoden absolute Heilung oder völlige Nebenwirkungsfreiheit versprechen, stützen sie sich methodisch fast unweigerlich auf selektive Wahrnehmung. Ein häufiges, wenn auch zumeist nicht böswillig gemeintes Muster, ist das Zitieren isolierter Laborstudien (In-vitro-Studien). Es wird beispielsweise angeführt, dass ein spezieller Pflanzenextrakt in der Zellkultur Krebszellen abtötet. Diese „Kirsche“ ist faktisch korrekt. Es wird jedoch ausgeblendet, dass in der künstlichen Umgebung einer Petrischale unzählige Substanzen zelltoxisch wirken – vom einfachen Tafelsalz bis zur bloßen Veränderung des pH-Wertes. Im hochkomplexen menschlichen Körper (In-vivo) scheitern die meisten dieser Substanzen, da sie von der Leber metabolisiert werden oder die Zellschranken nicht überwinden. Für Patienten, die diese

methodische Limitation nicht kennen, wirkt die einzelne Studie jedoch wie ein unumstößlicher Beweis.

Noch emotionaler wirken Erfahrungsberichte. Wenn wir zehn bewegende Video-Testimonials von Patienten sehen, die nach einer bestimmten Anwendung wundersam genesen sind, kann unser rationaler Verstand kaum gegen diese emotionale Wucht ankommen. Wir sehen die zehn Erfolge. Wir sehen jedoch nicht die tausend Menschen, bei denen dieselbe Methode wirkungslos blieb oder bei denen sich der Zustand gar verschlechterte. Diese fehlenden Datenpunkte („Silent Evidence“ oder stumme Evidenz) verzerren unsere Risikoeinschätzung massiv.

Ein weiteres Beispiel findet sich in den nachvollziehbaren Sorgen von Eltern rund um Schutzimpfungen. Besorgte Bürger durchsuchen oft gezielt Datenbanken für Nebenwirkungen nach gemeldeten Einzelfällen. Diese Datenbanken sammeln jedoch vollkommen unbewertete zeitliche Zusammenhänge, keine ursächlichen Beweise. Tritt ein gesundheitliches Ereignis zufällig wenige Tage nach einer Impfung auf, wird es dokumentiert. Werden nun die dramatischsten Einzelfälle isoliert betrachtet und die zig Millionen unauffälligen Anwendungen ausgeblendet, entsteht unweigerlich das Bild einer extremen Gefahr. Diese selektive Wahrnehmung wurzelt nicht in Ignoranz, sondern in dem starken, natürlichen Schutzinstinkt, Schaden von der eigenen Familie abzuwenden.

Die Aufgabe der Gesundheitskommunikation ist es daher nicht, Menschen für dieses Verhalten zu verurteilen. Vielmehr muss mit höchster Empathie erklärt werden, warum eine einzelne Laborstudie oder ein emotionaler Erfahrungsbericht nicht das Gewicht haben kann wie eine groß angelegte klinische Studie, um Patienten vor potenziell folgenschweren Entscheidungen zu bewahren.

6. Häufige Missverständnisse und Halbwissen

Rund um das Thema Cherry Picking ranken sich hartnäckige Missverständnisse, die eine rationale Debatte oft erschweren:

Missverständnis 1: „Es gibt doch zu jedem Thema eine Studie und eine Gegenstudie.“

Dieser Satz wird oft resignierend geäußert. Er offenbart ein fundamentales Fehlverständnis davon, wie wissenschaftliche Konsensbildung funktioniert. Nur weil es zu einer noch so absurden Behauptung *eine einzige* publizierte Untersuchung gibt, bedeutet das nicht, dass eine echte, gleichwertige wissenschaftliche Kontroverse existiert. In der seriösen Wissenschaft zählt

nicht die isolierte Einzelstudie, sondern die systematische Gewichtung der Gesamtevidenz. Wer eine methodisch schwache Studie mit 20 Teilnehmern gegen zehn hochqualitative Meta-Analysen mit 100.000 Probanden ins Feld führt und behauptet, es stünde „Wissenschaft gegen Wissenschaft“, begeht Cherry Picking in Reinform.

Missverständnis 2: Intelligenz schützt vor Cherry Picking.

Es ist ein faszinierender Irrtum zu glauben, dass ein hoher IQ, akademische Bildung oder Fachwissen automatisch vor kognitiven Verzerrungen schützen. Die psychologische Forschung zeigt vielmehr das Gegenteil: Hochintelligente Menschen sind oft sogar noch *effizienter* im Cherry Picking. Sie verfügen über größere kognitive Kapazitäten und ein umfangreicheres Vokabular, um hochkomplexe, raffiniert klingende Rechtfertigungen (sogenannte „Mental Gymnastics“) zu erfinden, warum die widersprechenden Fakten ausgerechnet bei ihrer Theorie nicht gelten. Intelligenz wird hier nicht primär zur objektiven Wahrheitsfindung, sondern zur geschickteren Verteidigung des eigenen Irrtums eingesetzt.

7. Faszination Wissenschaft: Das Baugerüst der Evidenz

Wie können wir uns also vor den Fallen unserer eigenen Wahrnehmung schützen? Die wirkliche Faszination der naturwissenschaftlichen Methode liegt nicht in der ständigen Produktion absoluter Wahrheiten. Sie liegt in der genialen Eigenschaft, ein sich selbst korrigierendes System zu sein, das uns zwingt, unsere eigenen blinden Flecken zu überwinden. Wissenschaft ist der größte jemals erdachte Abwehrmechanismus gegen intellektuelle Selbsttäuschung.

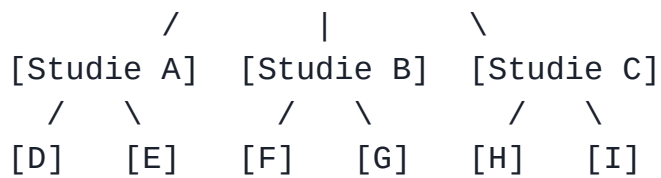
Das ultimative Werkzeug gegen die Rosinenpickerei nennt sich **Systematisches Review** (Systematische Übersichtsarbeit) und **Meta-Analyse**, wie sie unter anderem von der unabhängigen Cochrane Collaboration durchgeführt werden. Anstatt einfach Studien auszuwählen, die einer bestimmten Theorie in den Kram passen, erfordert ein Systematisches Review einen vorab streng definierten Algorithmus. Forscher müssen alle weltweit verfügbaren Studien zu einer Frage suchen, nach harten Qualitätskriterien filtern und gemeinsam auswerten. Keine unliebsame Studie darf dabei unter den Tisch fallen.

WISSENSCHAFTLICHER KONSENS
(Das stabile Baugerüst)

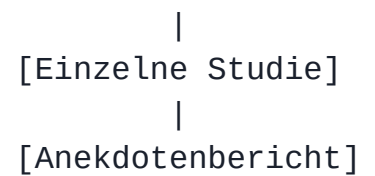
[Meta-Analysen]

CHERRY PICKING
(Die Illusion)

[Einzelne Studie]



Fazit: Daten stützen, ergänzen und korrigieren sich gegenseitig. Das Fundament ist tragfähig und verlässlich.



Fazit: Isoliert und instabil. Bricht bei kritischer Prüfung durch fehlenden Kontext so zusammen.

In diesem „Baugerüst der Evidenz“ stützt jede gute Untersuchung die andere. Wenn eine einzelne Studie (eine fehlerhafte Studie) bricht, hält das Gesamtgerüst dennoch stand. Beim Cherry Picking hingegen gleicht die Argumentation einem Konstrukt aus wenigen, lose aufeinandergestapelten Steinen – isoliert, instabil und anfällig für den ersten kritischen Windstoß.

Ein weiterer bahnbrechender Fortschritt ist das Konzept der **Präregistrierung** („Registered Reports“). Um statistisches p-Hacking völlig auszuschließen, müssen Wissenschaftler in vielen Forschungsfeldern heute ihre exakte Methodik und ihre geplanten statistischen Auswertungen in ein öffentliches Register eintragen, *lange bevor* sie überhaupt den ersten Datenpunkt erheben. Die Spielregeln werden unumstößlich festgeschrieben, bevor die Karten aufgedeckt werden. Verfehlt die Studie später das gewünschte Ergebnis, muss sie dennoch exakt so publiziert werden.

Dieses strenge Vorgehen mag mühsam, langsam und manchmal ernüchternd sein. Doch es führt zu einer verlässlichen Annäherung an die Realität, die der Mensch mit seiner bloßen Intuition und seinem selektiven Bauchgefühl niemals erreichen könnte. Die Abkehr vom Cherry Picking bedeutet, die Welt in ihrer ganzen Komplexität zu akzeptieren – mit all ihren Unsicherheiten, aber auch mit dem beruhigenden Wissen, dass wir Entscheidungen auf einem Fundament treffen, das mehr ist als nur eine trügerische Illusion.