

# Πώς να αντιμετωπίσεις τις θεωρίες συνωμοσίας και την παραπληροφόρηση

Εκτίμησε  
πόσο  
πρόθυμοι  
είναι να  
ακούσουν



Δεν είναι όλοι/ες πάντα προετοιμασμένοι/ες να προσαρμόσουν τις πεποιθήσεις τους και μπορεί να μην θέλεις να αφιερώσεις χρόνο και ενέργεια μιλώντας σε ένα άτομο που είναι απίθανο να αλλάξει. Προσπάθησε να καταλάβεις πόσο πρόθυμος/η είναι να κάνει μια ανοιχτή και απαιτητική συζήτηση και πάρε μέρος μόνο αν διακρίνεις θετικά σημάδια.

Διάλεξε τις  
μάχες σου



Κάποιες θεωρίες συνωμοσίας δεν αξίζουν τον κόπο να καταρριφθούν (κούφια ή επίπεδη Γη, άρνηση της προσσελήνωσης κλπ.) αφού συνήθως δεν μεταφράζονται σε πράξεις και είναι μάλλον απίθανο να επηρεάσουν σημαντικά την κοινωνία.

Μίλα  
κατ'ιδίαν



Μην αντιμετωπίζεις τους ανθρώπους δημοσίως, γιατί έτσι μπορεί να νιώσουν πίεση. Ακόμα κι αν μιλάς με σεβασμό, ίσως να αντιμετωπίσεις αμυντική στάση από το άλλο άτομο προκειμένου να διατηρήσει την αξιοπρέπειά του. Αντιθέτως, προσπάθησε να μιλήσεις σε ένα χώρο προσωπικό, κάπου που ο/η άλλος/η νιώθει ασφαλής.

Μην  
επιτίθεσαι



Προσπάθησε να εμπλακείς σε έναν θετικό διάλογο με εμπιστοσύνη. Δείξε σεβασμό ώστε να αποφύγεις να κάνεις τον/την άλλο/η να αισθανθεί απειλή και να περάσει στην άμυνα.

Κάνε  
ερωτήσεις



Κάνε ερωτήσεις με ειλικρινή περιέργεια για να δείξεις ότι ενδιαφέρεσαι πραγματικά να μπεις στη θέση του άλλου. Η έκβαση της συζήτησης εξαρτάται κι απ' τους δύο, άρα πρέπει να κρατήσεις μια ανοιχτή στάση για να ενθαρρύνεις και την άλλη πλευρά να παραμείνει ανοιχτή. Αυτό θα σε βοηθήσει και να καταλάβεις περισσότερα για τις απόψεις του/της· δεν είναι όλες οι θεωρίες συνωμοσίας ίδιες.

Ξεκίνα ένα  
από κοινού  
ταξίδι για  
την  
ανακάλυψη  
της αλήθειας



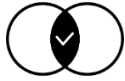
Αντί να αντιμετωπίζεις τον/την άλλο/η ως αντίπαλο, προσπάθησε να παρουσιάσεις την κατάσταση σαν να είστε δύο σύμμαχοι που προσπαθούν να αποκαλύψουν την αλήθεια. Έτσι, έχεις μια κατάσταση που και οι δύο βγαίνουν κερδισμένοι και η παραδοχή ότι κάποιος/α έκανε λάθος δεν αφήνει την αίσθηση της ήττας.

## Απόφυγε την επιστημονική ορολογία



Η χρήση επιστημονικών όρων δεν βοηθά στην κατανόηση και μπορεί να αποξενώσει το κοινό σου. Προσπάθησε να βρεις έναν απλούστερο τρόπο έκφρασης του ίδιου νοήματος.

## Ψάξε για κοινά σημεία



Πολλές θεωρίες συνωμοσίας εμπνέονται από έναν πυρήνα αλήθειας. Αναγνώρισε αυτά τα αληθή στοιχεία (αν υπάρχουν) για να βρεις σημεία συμφωνίας και να βοηθήσεις στην εγκαθίδρυση εμπιστοσύνης.

## Αναγνώρισε τη συναισθη- ματική πλευρά



Παρόλο που οι θεωρίες συνωμοσίας φαίνεται σαν να είναι βασισμένες σε επιχειρήματα, οι άνθρωποι έχουν ψυχολογικούς λόγους να πιστεύουν σε αυτές. Για παράδειγμα, μπορεί να αισθάνονται την ανάγκη για σιγουριά, έλεγχο, νόημα, αίσθηση ότι ανήκουν κάπου. Γι' αυτό τα γεγονότα από μόνα τους συνήθως δεν μπορούν να αλλάξουν τις πεποιθήσεις κάποιου. Πρέπει να βρεις τα συναισθήματα που ωθούν κάποιον/α σε μια θεωρία συνωμοσίας.

## Καθιέρωσε την αξιοπιστία σου



Όταν μιλάς σε ένα άτομο που υποστηρίζει μια θεωρία συνωμοσίας, να ξέρεις ότι μπορεί να σε θεωρεί μέρος της αν νιώθει ότι προσπαθείς να την διαψεύσεις. Για να αποφύγεις κάτι τέτοιο, αποστασιοποίησου από φορείς που υποτίθεται ότι είναι μέρος της συνωμοσίας (όπως μεγάλες φαρμακευτικές αν έχει να κάνει με τα εμβόλια, ή εταιρείες ανανεώσιμων πηγών ενέργειας όσον αφορά την κλιματική αλλαγή).

## Προσάρμοσε το μήνυμα



Δεν πιστεύουν όλοι/ες στην ίδια θεωρία συνωμοσίας ούτε εμπιστεύονται τις ίδιες πηγές. Είναι σημαντικό να αποκτήσεις μια αίσθηση των απόψεων του/της άλλου/ης, των αρχών που εμπιστεύεται και των αξιών που φέρει. Προσπάθησε να εξατομικεύσεις το μήνυμά σου.

## Ρώτα για τις πηγές πληροφόρησης



Είναι πιο εύκολο να αμφισβητήσεις την αξιοπιστία μιας πηγής παραπληροφόρησης από το να αποδομήσεις ένα ασαφές δίκτυο πεποιθήσεων. Ζήτη τις πηγές, θέσε υπό αμφισβήτηση τα κίνητρα πίσω από αυτές, αναγνώρισε ασυνέπειες και τόνισε προφανείς αναλήθειες. Χρησιμοποίησε ιστοσελίδες που κάνουν διασταύρωση πληροφοριών όπως τα [snopes.com](https://snopes.com), [ifcncodeofprinciples.poynter.org](https://ifcncodeofprinciples.poynter.org), [sourcewatch.org](https://sourcewatch.org), [fullfact.org](https://fullfact.org) και το αντίστοιχο ελληνικό, [ellinikahoaxes.gr](https://ellinikahoaxes.gr)

Κάνε αναφορά  
στην  
ομοφωνία των  
ειδικών



Κάνε ξεκάθαρο ότι υπάρχει επιστημονική ομοφωνία για θέματα όπως η κλιματική αλλαγή (1,2) και η COVID-19 (3), αλλά μην επιμένεις στην ανάγκη να ακούμε πάντα τους ειδικούς. Να θυμάσαι ότι η εμπιστοσύνη στους ειδικούς μπορεί να έχει πληγεί. Κάνε αναφορά σε ειδικούς που ο/η συνομιλητής/συνομιλήτριά σου εμπιστεύεται.

Δήλωσε ρητά  
τι ισχύει, μην  
απορρίπτεις  
απλά τη λάθος  
άποψη



Έκφρασε την αλήθεια ξεκάθαρα και επαναλάμβανε την τακτικά. Η επανάληψη είναι η αρχή της εξοικείωσης και η εξοικείωση κάνει κάτι πιο αρεστό και πειστικό. Χρησιμοποίησε το σχήμα Γεγονός-Μύθος-Πλάνη-Γεγονός (Fact-Myth-Fallacy-Fact schema) από το 'The Debunking Handbook' (5).

Βοήθησέ τους  
να  
καταλάβουν  
πώς  
λειτουργεί το  
internet



Πολλοί χρησιμοποιούν το διαδίκτυο μην ξέροντας πώς να προστατευτούν από την παραπληροφόρηση. Βοήθησέ τους να αναγνωρίζουν τα έγκυρα μέσα αξιοποιώντας ιστοσελίδες που κάνουν διασταύρωση πληροφοριών και να μην εξαπατώνται από ιστοχώρους που ψαρεύουν κλικ (clickbait). Δείξε πώς να αναζητούν την πρωταρχική πηγή της άποψης ή πληροφορίας. Εξήγησε ότι οι αλγόριθμοι των social media είναι σχεδιασμένοι ώστε να προωθούν συγκεκριμένο περιεχόμενο σε κάθε χρήστη με σκοπό να αυξήσουν την ενασχόλησή του με αυτά και πώς αυτή η διαδικασία μπορεί να ενισχύει τις πεποιθήσεις κάποιου/ας με το να παρουσιάζει συστηματικά μια μεροληπτική εκδοχή της πραγματικότητας.

Προχώρησε  
βήμα-βήμα



Μην περιμένεις ότι ο/η συνομιλητής/συνομιλήτριά σου θα γίνει άλλος άνθρωπος μετά τη συζήτηση. Χρειάζεται υπομονή και χρόνο ώστε ο καθένας να αφομοιώσει νέες πληροφορίες, να επανεξετάσει τις θέσεις του/της και να οικειοποιηθεί της αλλαγής. Οι άνθρωποι έχουν ανάγκη να νιώθουν ότι έχουν τον έλεγχο των απόψεων και των αποφάσεών τους κι έτσι είναι απίθανο να παραδεχτούν άμεσα ότι είχαν άδικο.

Βοήθησέ τους  
να  
καταλάβουν  
τα στατιστικά  
δεδομένα



Μπορεί να είναι δύσκολο να καταλάβει κανείς τη στατιστική διαισθητικά (4). Ακόμα χειρότερα, κάποιες εταιρείες χρησιμοποιούν παραπλανητική γλώσσα για να κάνουν τα προϊόντα τους να φαίνονται πιο ελκυστικά (π.χ. μια αύξηση από το 2% στο 3% μπορεί να περιγραφεί ως μια σχετική αύξηση 50%). Βοήθησε τους ανθρώπους να κατανοήσουν τα δεδομένα χρησιμοποιώντας απλούστερες μορφές (π.χ. απόλυτες αλλαγές, συχνότητες ξεχωριστών αντικειμένων). Μια εικόνα ίσον χίλιες λέξεις, άρα προσπάθησε να χρησιμοποιήσεις ένα απλό, καλοσχεδιασμένο γράφημα. Το να έχεις έμπιστες και ξεκάθαρες πηγές μπορεί να βοηθήσει στο να ισχυροποιήσεις τα επιχειρήματά σου.

## Μην τους πνίξεις στην πληροφορία



Δεν είναι εύκολο να αλλάξεις μια πεποίθηση. Χρειάζεται χρόνο και προσπάθεια κι από τις δύο μεριές για να φτάσουν σε ένα γόνιμο συμπέρασμα. Η υπερβολική πληροφορία μπορεί να γίνει τρομακτική και να προκαλέσει αρνητικά συναισθήματα. Προσπάθησε να παρακολουθείς τις αντιδράσεις του άλλου και σταμάτα όταν δεις ότι φτάνει τα όριά του. Επικεντρώσου στο να αποδομήσεις ένα-δυ επιχειρήματα, όχι ολόκληρο το οικοδόμημα των πεποιθήσεών του.

## Πρόληψη / εμβολιασμός



Όπως και στην ιατρική, η πρόληψη είναι καλύτερη από τη θεραπεία. Το να μάθεις σε κάποιον/α πώς να διασταυρώνει πληροφορίες, να αναγνωρίζει ιστοσελίδες clickbait και φορείς που θέλουν να εξαπατήσουν, όπως επίσης και να αναγνωρίζει και να αποδομεί προβληματικά επιχειρήματα μπορεί να δημιουργήσει ανθεκτικότητα στην παραπληροφόρηση και τις θεωρίες συνωμοσίας (5). Υπάρχουν πολλές πηγές που μπορούν να σε βοηθήσουν να εξηγήσεις πώς να εντοπίζει κανείς μια θεωρία συνωμοσίας (6, 7). Και μπορεί να έχει και πλάκα, με παιχνίδια όπως το [goviralgame.com/en](http://goviralgame.com/en).

### Βιβλιογραφική αναφορά:

Armaos, K., Tapper, K., Ecker, U., Juanchich, M., Bruns, H., Gavaruzzi, T., Sah, S., Al-Rawi, A., Lewandowsky, S. (2020). *Tips on countering conspiracy theories and disinformation*. Διαθέσιμο στο [sks.to/commsflyer-gr](https://sks.to/commsflyer-gr)

Αυτό το φυλλάδιο είναι προϊόν του SciBeh 2020 Virtual Workshop ([scibeh.org/events/workshop2020/](https://scibeh.org/events/workshop2020/)) με τίτλο "Building an online information environment for policy relevant science" (9-10 November 2020). Δημοσιεύτηκε για πρώτη φορά το Δεκέμβριο του 2020. Άδεια πνευματικών δικαιωμάτων: Creative Commons License

### Βιβλιογραφία:

1. Scientists Agree: Global Warming is Happening and Humans are the Primary Cause: <https://www.ucsusa.org/resources/global-warming-happening-and-humans-are-primary-cause>
2. Consensus on consensus: a synthesis of consensus estimates on human-caused global warming: <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/11/4/048002>
3. The John Snow Memorandum on scientific consensus regarding COVID-19: <https://www.johnsnowmemo.com/>
4. Gigerenzer, G. (2015). *Risksavvy: How to make good decisions*. Penguin.
5. The Debunking Handbook 2020: <http://sks.to/db2020>
6. The Conspiracy Theory Handbook: <http://sks.to/conspiracy>
7. European Commission - Identifying conspiracy theories: [https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/coronavirus-response/fighting-disinformation/identifying-conspiracy-theories\\_en](https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/coronavirus-response/fighting-disinformation/identifying-conspiracy-theories_en)
8. How to talk to conspiracy theorists — and still be kind: <https://www.technologyreview.com/2020/07/15/1004950/how-to-talk-to-conspiracy-theorists-and-still-be-kind/>
9. I've been talking to conspiracy theorists for 20 years – here are my six rules of engagement: <https://theconversation.com/ive-been-talking-to-conspiracy-theorists-for-20-years-here-are-my-six-rules-of-engagement-143132>