

Dicas para combater teorias da conspiração e desinformação

Avalie se a pessoa está disposta a ouvir



Nem todo mundo está preparado para mudar as próprias crenças e pode não valer a pena investir tempo e energia falando com alguém que dificilmente mudará de opinião. Descubra se a pessoa está disposta a ter uma conversa “difícil” e aberta, e só se engaje se identificar sinais positivos.

Escolha as suas batalhas



Não vale a pena desmistificar certas teorias da conspiração (terra plana, chegada do homem à lua etc.), já que elas dificilmente têm um impacto imediato nas ações das pessoas e é improvável que elas impactem a sociedade de forma significativa.

Prefira conversas privadas



Para evitar pressões sociais, não confronte as pessoas publicamente. Mesmo que você seja respeitoso, a pessoa pode entrar no modo defensivo. Em vez disso, tente conversar em um espaço privado, onde ela se sinta calma e segura.

Evite ataques



Tente criar um diálogo positivo e baseado na confiança. Demonstre respeito para evitar que a pessoa se sinta ameaçada ou fique na defensiva.

Faça perguntas



Faça perguntas com um tom genuíno de curiosidade para mostrar que você está realmente interessado em se colocar no lugar da outra pessoa. Demonstre a sua própria abertura à mudança para encorajar que ela faça o mesmo. Isso também te ajudará a compreender melhor as crenças dos outros - nem todas as teorias da conspiração são iguais.

Embarque na mesma jornada



Em vez de confrontar a outra pessoa em um contexto de perda e ganho, demonstre que vocês são aliados tentando descobrir a verdade. Dessa forma, a situação estabelecida é de ganho mútuo e o reconhecimento do erro não gera a sensação de derrota.

Evite jargões



O uso de termos complexos atrapalha a compreensão e pode fazer com que o público se torne indiferente em relação ao assunto. Busque maneiras mais simples de expressar as mesmas ideias.

Busque pontos em comum



Muitas teorias da conspiração são inspiradas em algum elemento que se aproxima da verdade. Reconheça esses elementos verdadeiros (se eles existirem) para encontrar pontos em comum e ajudar a estabelecer uma relação de confiança.

Reconheça os sentimentos da pessoa



Ainda que as teorias da conspiração pareçam se basear em algo racional, as motivações para acreditar nelas tendem a ser psicológicas. Por exemplo, as pessoas podem sentir a necessidade de segurança, de controle, de pertencimento ou de propósito. É por isso que, sozinhos, os fatos dificilmente mudam crenças. Além disso, é preciso lidar com os sentimentos que tornam as pessoas mais vulneráveis a teorias da conspiração.

Estabeleça a sua própria legitimidade



Quando estiver conversando com alguém que acredita em uma teoria da conspiração, esteja ciente de que a pessoa pode considerar que você também faz parte da conspiração. Para evitar que isso aconteça, tente se distanciar de indivíduos/instituições que supostamente fariam parte da conspiração (tais como grandes empresas farmacêuticas, no caso das vacinas, ou companhias de energia renovável, quando o assunto for mudanças climáticas).

Adapte a mensagem de acordo com o público



Nem todo mundo acredita nas mesmas teorias da conspiração ou confia nas mesmas fontes. É importante saber quais são as crenças da outra pessoa, em quais autoridades ela confia e quais valores ela defende. Tente adaptar a mensagem de acordo com esses elementos.

Pergunte quais fontes a pessoa está usando



É mais fácil desacreditar uma fonte duvidosa do que desconstruir um conjunto de crenças que seja muito impreciso. Pergunte quais fontes a pessoa está usando, questione a motivação delas, identifique inconsistências e chame atenção para mentiras mais óbvias. Utilize sites de checagem que façam parte da Rede Internacional de Checagem de Fatos (IFCN, sigla em inglês): <https://chequeado.com/latamcoronavirusportugues/>

Mencione o consenso estabelecido entre os especialistas



Seja claro em relação à existência de consensos científicos sobre assuntos como as mudanças climáticas (1, 2) e a COVID-19 (3), mas não insista demais na necessidade de ouvir os especialistas. Considere que essa confiança pode ter sido prejudicada. Mencione os especialistas nos quais a pessoa confia.

Mencione o fato, não se limite a rejeitar a crença da outra pessoa



Mencione o fato sempre que possível. A repetição é a base da familiaridade, e a familiaridade contribui para que uma informação seja percebida como mais confiável e plausível. Use a abordagem Fato-Mito-Falácia-Fato do Manual da Desmistificação (5).

Ajude a pessoa a compreender como a internet funciona



Muita gente usa a internet sem saber como se proteger de desinformações. Ajude a pessoa a identificar veículos de comunicação legítimos e a reconhecer sites suspeitos por meio da consulta a agências de checagem. Ensine como podemos encontrar a fonte da opinião ou da informação. Explique 1) como os algoritmos das redes sociais são criados para promover conteúdos específicos para cada pessoa com o objetivo de aumentar o engajamento do público e 2) como esse processo pode reforçar as crenças de cada pessoa ao apresentar frequentemente uma versão tendenciosa da realidade.

Tenha paciência



Não espere que a pessoa termine a conversa mudando de ideia. A mudança é um processo lento e contínuo. Tenha paciência, a pessoa levará algum tempo para digerir a informação, reconsiderar os próprios pontos de vista e se apropriar dessa mudança. Os indivíduos precisam se sentir no controle de suas crenças e decisões, por isso é improvável que eles admitam imediatamente que estão errados.

Ajude a pessoa a compreender dados estatísticos



Dados estatísticos podem ser difíceis de compreender intuitivamente (4). Para piorar a situação, algumas empresas usam linguagem confusa para fazer com que os seus produtos pareçam melhores (ex.: um aumento de 2% para 3% pode ser descrito como um aumento relativo de 50%). Ajude a pessoa a compreender esse tipo de dado usando formas de comunicação mais acessíveis. Uma imagem vale mais do que mil palavras, então tente usar gráficos simples e bem planejados. Recursos confiáveis e bem explicados podem ajudar no fortalecimento de argumentos.

Evite a sobrecarga de informações



Não é fácil mudar uma crença. Para chegar a uma conclusão produtiva, é preciso tempo e esforço de ambos os envolvidos. Informações em excesso podem ser intimidadoras e retomar sentimentos negativos. Preste atenção nas reações da pessoa e interrompa a comunicação quando perceber que ela chegou ao próprio limite. Foque na desconstrução de um ou dois argumentos, em vez de questionar todo o sistema de crenças.

Pré-desmistificação / Inoculação



Assim como na medicina, a prevenção é melhor do que a cura. Ensinar a pessoa a verificar fatos, identificar sites suspeitos e indivíduos desonestos, assim como reconhecer e desconstruir argumentos incorretos pode torná-la mais resistente à desinformação e a teorias da conspiração (5). Há uma série de recursos que podem ajudar na explicação de como podemos identificar uma teoria da conspiração (6, 7). Esse processo pode ser até mesmo divertido, já que podemos usar jogos como o goviralgame.com/pt.

Citar como: Armaos, K., Tapper, K., Ecker, U., Juanchich, M., Bruns, H., Gavaruzzi, T., Sah, S., Al-Rawi, A., Lewandowsky, S. (2020). *Dicas para combater teorias da conspiração e desinformação*. Disponível em sks.to/countertips

Tradução: Dayane Machado, Minéya Fantim.

Este folheto é resultado do Workshop Virtual SciBeh 2020 (scibeh.org/events/workshop2020/) "Construindo um ambiente informacional online para uma ciência relevante em termos de políticas" (9-10 de novembro de 2020). Publicado pela primeira vez em dezembro de 2020. Licença Creative Commons.

Recursos:

1. Os cientistas estão de acordo: o aquecimento global está acontecendo e os humanos são a principal causa: <https://www.ucsusa.org/resources/global-warming-happening-and-humans-are-primary-cause>
2. Consenso sobre o consenso: uma síntese de estimativas consensuais sobre o aquecimento global causado pelo homem: <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/11/4/048002>
3. O Memorando John Snow sobre o consenso científico relacionado à COVID-19: <https://www.johnsnowmemo.com/>
4. Gigerenzer, G. (2015). *Perspicácia de risco: Como tomar boas decisões*. Penguin.
5. O Manual da Desmistificação 2020: <http://sks.to/db2020>
6. O Manual das Teorias da Conspiração: <http://sks.to/conspiracy>
7. Comissão Europeia - Identificando teorias da conspiração: https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/coronavirus-response/fighting-disinformation/identifying-conspiracy-theories_en
8. Como conversar com teóricos da conspiração — e ainda ser gentil: <https://www.technologyreview.com/2020/07/15/1004950/how-to-talk-to-conspiracy-theorists-and-still-be-kind/>
9. Há 20 anos eu converso com teóricos da conspiração — aqui estão as minhas seis regras de engajamento: <https://theconversation.com/ive-been-talking-to-conspiracy-theorists-for-20-years-here-are-my-six-rules-of-engagement-143132>