كيف يجب أن تتحدث مع الأصدقاء والأقارب الذين يؤمنون بنظريات المؤامرة؟



يشير عمك بينما يمرّر البطاطس المشوية أن لقاح فيروس كورونا سيُستخدَم لزرع شرائح الكترونية في أجسامنا لتتبعنا.
أو ربما يذكر أحد الأصدقاء أن فيروس كورونا "غير موجود". أو يروي ابن عمك الذي لم تره منذ فترة طويلة حكايات مروعة عن كيو أنون QAnon ونخبة الشيطانيين الذين يأكلون الأطفال.

لقد أدت التغييرات الأخيرة في القوانين إلى إحباط مخططات العطلات بالنسبة للكثيرين منا، ولكن قد تجد نفسك تعاني من مواقف مشابهة لتلك خلال الأيام القليلة المقبلة، فبدلًا من مناقشة السياسات المشروعة، ستجد نفسك تتحدث عن مؤامرات خيالية لا صلة لها بالواقع.

إذن كيف تتحدث مع الناس عن نظريات المؤامرة دون إفساد عطلة عيد الميلاد المجيد؟

1-حافظ على الهدوء

في حين أنه من المهم مواجهة الأكاذيب فإنه من غير المفيد الاستشاطة غضبًا.
يقول ميك ويست Mick West، وهو مؤلف كتاب "الهروب من جحر الأرنب": "القاعدة الأولى التي أتبعها هي عدم إفساد عيد الميلاد المجيد. النقاشات المحتدمة ستجعل الجميع يشعر بالسوء وستضعف حجتك".

يلاحظ عالم النفس جوفان بيفورد Jovan Byford، وهو محاضر في الجامعة المفتوحة، أن نظريات المؤامرة غالبًا ما يكون لها بعد عاطفي قوي.
يقول: "إنهم لا يهتمون بالصواب والخطأ فحسب، ولكنهم مدعمون بمشاعر الاستياء والغضب والسخط على الكيفية التي يعمل بها العالم".

لقد ازدادت أعدادهم بشكل هائل هذا العام، فقد بحث الكثيرون عن تفسيرات كبيرة للوباء والسياسة الأمريكية والأحداث العالمية الضخمة.

تفهم كاثرين من جزيرة وايت ذلك أفضل من معظم الناس، اعتادت الشابة البالغة من العمر 38 عامًا أن تكون من أشد المؤمنين بمؤامرة استخدام اللقاحات لإيذاء الناس عمدًا، غير أنها قد رفضت منذ ذلك الحين مثل هذه الادعاءات.

وتقول: "من المهم للغاية أن تظل هادئًا في جميع الأوقات، إن أغلب الناس شغوفون مثلك بمعتقداتهم الخاصة وسيدافعون عنها حتى الموت".

وتذكر أيضًا، يقول الخبراء الطبيون أن الصراخ يزيد من فرصة انتشار فيروس كورونا؛ ذلك سبب آخر للحفاظ على الهدوء.

2- لا تكن ازدرائيًا

تقول كلير واردل Claire Wardle من منظمة First Draft، وهي منظمة غير ربحية لمكافحة المعلومات المضللة: "تعامل مع المحادثات التي تجريها مع الأصدقاء والعائلة بالتعاطف بدلًا من السخرية، استمع إلى ما يقولونه بصبر".

قاعدتها الذهبية هي: "لا تعب على أي شخص أبدًا بسبب آرائه. من المحتمل أن يأتي ذلك بنتائج عكسية".

يوافقها جوفان بيفورد الرأي، إذ يقول:"إذا قررت مناقشة نظريات المؤامرة، فلا ترفض معتقدات الشخص الآخر، ابحث عن أرضية مشتركة".

تذكّر أن الناس غالبًا ما يؤمنون بنظريات المؤامرة لأنهم قلقون في أعماقهم. حاول أن تفهم هذه المشاعر ـ لا سيما بعد الذي مررنا به مؤخرًا.

3- شجّع التفكير النقدي

غالبًا ما يقول الأشخاص الذين يؤمنون بنظريات المؤامرة: "أنا أجري أبحاثي الخاصة".

تكمن المشكلة في أن أبحاثهم تتكون غالبًا من مشاهدة مقاطع فيديو هامشية على اليوتيوب، ومتابعة أشخاص عشوائيين على موقع الفيسبوك، وانتقاء الأدلة من حسابات تويتر المتحيزة.

يقول جوفان بيفورد أن روح الشك التي تسود عالم نظريات المؤامرة هي في الواقع مفتاح رئيسي للتفكير العقلاني.

يقول: "يرى كثير من الناس الذين يؤمنون بنظريات المؤامرة أنفسهم مشككين عقلاء وباحثين عصاميين في القضايا المعقدة، أظهر لهم أنك تقدر ذلك وتشاركهم من حيث المبدأ".

"هدفك ليس جعلهم أقل فضولًا أو تشككًا، بل هو تغيير ما يثير فضولهم أو يشككون فيه".

هذا ما ساعد فيل من بلفاست، فقد كان أحد مؤيدي نظرية مؤامرة أحداث 11 سبتمبر.

يقول فيل:"كنت أشير إلى حقيقة أن هناك العديد من الخبراء الذين شككوا في الروايات الرسمية. كان هذا مقنعًا للغاية بالنسبة لي، لِمَ قد يكذب هؤلاء الخبراء؟".

لكنه بدأ بعد ذلك يشكك ليس فقط بالمصادر الرسمية ولكن أيضًا بـ"الخبراء" البديلين الذين كان يستمع إليهم.

طور فيل فهمًا أعمق للطريقة العلمية والشكوكية. فقط لأن أحد الخبراء يؤمن بشيء ما، فإن ذلك لا يجعله صحيحًا.

ويضيف: "يمكنك العثور على خبراء وأناس أذكياء جدًا ممن يضفون المصداقية على أي موقف".

تقول كلير واردل: "ركّز على أولئك الذين يدفعون بهذه الأفكار، وما قد يحصلون عليه. على سبيل المثال، المكاسب المالية من خلال بيع المكملات الغذائية، أو اكتساب السمعة من خلال اكتساب المتابعين".

4: اطرح الأسئلة

يُعد التأكد من الحقائق أمرًا مهمًا، ولكنه غالبًا لا يكون النهج الصحيح المتبع عند التحدث مع شخص يؤمن بنظريات المؤامرة. يقول الخبراء إن الأسئلة أكثر فعاليةً من التأكيدات.

تقول كلير واردل: "إن التركيز على الأساليب التي يستخدمها الأشخاص الذين يدفعون بالمعلومات المضللة هي وسيلة أكثر فاعليةً من محاولة دحض هذه المعلومات".

فكّر في الاستفسارات العامة التي تدفع الناس إلى التشكيك فيما يؤمنون به؛ على سبيل المثال، هل لديهم معتقدات متناقضة؟ هل تفاصيل النظرية التي يصفونها منطقية؟ هل فكروا في الأدلة المضادة؟

يقول مؤيد نظريات المؤامرة السابق فيل: "من خلال طرح الأسئلة وجعل الناس يدركون العيوب، فإنك تدفع الناس في النهاية إلى الشك في أنفسهم وتشجعهم لسماع وجهات نظر بديلة".

5: لا تتوقع نتائج فورية

قد تأمل أن يقتنع الطرف الآخر عندما تنتهي هذه المحادثة البناءة، ولكن لا تراهن على ذلك.

بالنسبة لأولئك الذين سقطوا في جحر أرنب نظريات المؤامرة، فإن الخروج منه قد يكون بمثابة عملية طويلة بالفعل.

يحذر عالم النفس جوفان بيفورد: "كن واقعيًا بشأن ما يمكنك تحقيقه. نظريات المؤامرة تغرس في المؤمنين بها شعورًا بالتفوق. إنه مولد مهم لتقدير الذات، ما سيجعلهم يقاومون التغيير".

بالنسبة لمدقق الحقائق كلير واردل، لا يتعلق الأمر فقط بالـ"أنا" المتضررة. لقد كان هذا العام مخيفًا، وبالنسبة للكثيرين، كانت نظريات

المؤامرة مصدرًا للراحة.

ويضيف: "عليك أن تدرك أن حياة الناس قد انقلبت رأسًا على عقب، وأن الجميع يسعى للحصول على تفسيرات. إن نظريات المؤامرة ما هي إلا قصصٌ بسيطة وقوية تفسر العالم، ولكن الواقع معقد وفوضوي، وهو أمر يصعب على أدمغتنا معالجته".

لكن الخبراء يتفقون على أنه حتى إذا لم ترَ نتائجَ فوريةً، فلا تستسلم.

- التاريخ: 2021-07-01
- التصنيف: مواضيع علمية متنوعة

#نظريات المؤامرة

المصادر

- /bbc.com

المساهمون

- ترجمة
  - إينس الجعفري
- مُراجعة
  - سارة بوالبرهان
- تحرير
  - رأفت فياض
- نشر
  - Azmi Salem