



Οδηγός Ελέγχου Αξιοπιστίας της Πληροφορίας και της Ιστοσελίδας Με επεξήγηση για τους εκπαιδευτικούς

**Οδηγός Ελέγχου Αξιοπιστίας της Πληροφορίας- 6 γρήγορα βήματα για να ξεχωρίζεις την αξιόπιστη πληροφορία υγείας από την παραπληροφόρηση.
ΕΠ ΣΤΟΠ !**

ΠΟΙΟΣ το λέει; (Ε=ειδικός)

Είναι ειδικός επιστήμονας ή απλώς γνωστό πρόσωπο/influencer;
Εκπροσωπεί επίσημο φορέα ή την προσωπική του γνώμη;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Πριν εμπιστευτούμε μια πληροφορία για την υγεία, ελέγχουμε ποιος τη μεταδίδει και αν είναι ειδικός. Ο επιστήμονας υγείας έχει μεγαλύτερη αξιοπιστία από έναν influencer. Αλλά και ο επιστήμονας υγείας πρέπει να είναι ειδικός στο θέμα που μεταδίδει, δηλαδή να διαθέτει τις απαραίτητες σπουδές ή την εξειδίκευση. Πρέπει ακόμα να αναρωτηθούμε: αυτός που μεταδίδει την πληροφορία εκφράζει την προσωπική του άποψη ή εκπροσωπεί έναν επίσημο φορέα υγείας; Οι πληροφορίες από επίσημους φορείς υγείας έχουν μεγαλύτερη αξιοπιστία από τις απόψεις μεμονωμένων ατόμων. Επιπλέον, πρέπει να σκεφτόμαστε αν αυτός που μεταδίδει την πληροφορία έχει κάποιο προσωπικό ή οικονομικό συμφέρον, όπως η διαφήμιση ενός προϊόντος.

ΠΟΤΕ γράφτηκε; (Π= πότε)

Είναι πρόσφατη;
Υπάρχουν νεότερα δεδομένα;
Ειδικά σε θέματα υγείας, τα δεδομένα αλλάζουν γρήγορα.

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Η ημερομηνία μιας πληροφορίας είναι πολύ σημαντική. Τα δεδομένα για την υγεία αλλάζουν πολύ γρήγορα και οι γνώσεις γίνονται εύκολα ξεπερασμένες. Γι' αυτό τον λόγο πρέπει να ελέγχουμε πάντα αν η πληροφορία που μας ενδιαφέρει είναι πρόσφατη (π.χ μέσα στο τελευταίο χρόνο) και αν υπάρχουν νεότερες επιστημονικές εξελίξεις σε σχέση με αυτή.

ΠΟΥ δημοσιεύτηκε; (Σ=σημείο δημοσίευσης)

Σε επίσημη ιστοσελίδα (π.χ οργανισμού, πανεπιστημίου, δημόσιου φορέα)
ή σε τυχαίο blog χωρίς έλεγχο περιεχομένου;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Σημασία δεν έχει μόνο τι διαβάζουμε, αλλά και πού το διαβάζουμε. Μια επίσημη ιστοσελίδα ενός διεθνούς ή εθνικού οργανισμού ή φορέα υγείας, ενός πανεπιστημίου ή ερευνητικού κέντρου, κατά κανόνα, έχει πολύ μεγαλύτερη αξιοπιστία από ένα τυχαίο blog ή μια ιστοσελίδα χωρίς έλεγχο περιεχομένου. Οι αξιόπιστες ιστοσελίδες αναφέρουν ποιος είναι υπεύθυνος για το περιεχόμενό τους, τις επιστημονικές πηγές και

στοιχεία επικοινωνίας. Η κατάληξη μιας ιστοσελίδας μπορεί να μας δείχνει αν η πληροφορία προέρχεται από κρατικό φορέα (.gov), οργανισμό (.org) ή εκπαιδευτικό ίδρυμα (.edu).

ΠΩΣ παρουσιάζεται; (Τ=τρόπος παρουσίασης)

Προκαλεί φόβο ή πανικό;

Χρησιμοποιεί υπερβολικές εκφράσεις; «ΣΟΚ», «ΑΠΟΚΑΛΥΨΗ» ή «ΚΙΝΔΥΝΟΣ»;

Οι έγκυρες πληροφορίες είναι ήρεμες, σαφείς και αντικειμενικές.

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Ο τρόπος με τον οποίο παρουσιάζεται μια πληροφορία μάς λέει πολλά για την αξιοπιστία της. Όταν ένα μήνυμα διατυπώνεται έτσι ώστε να φοβίσει ή να πανικοβάλλει και χρησιμοποιεί υπερβολικές εκφράσεις, όπως «ΣΟΚ», «ΑΠΟΚΑΛΥΨΗ» ή «ΚΙΝΔΥΝΟΣ», χρειάζεται προσοχή. Τίτλοι που υπόσχονται «αποκαλύψεις» ή «μυστικά» είναι συχνά *clickbait*: σκοπός τους είναι να τραβήξουν κλικ, όχι να ενημερώσουν υπεύθυνα. Οι αξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία παρουσιάζονται κατά κανόνα με ξεκάθαρο και αντικειμενικό τρόπο, χωρίς υπερβολές.

Ακούγεται λογικό; (Ο=Όντως βγάζει νόημα;)

Ακούγεται λογικό;

Η' υπόσχεται "θαύματα" χωρίς κόπο ή παρενέργειες;

Η υγεία είναι σύνθετη, οι μαγικές λύσεις σπάνια είναι αληθινές.

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Όταν μας δίνεται μία πληροφορία πρέπει να σκεφτόμαστε: είναι πιθανό να ισχύει; Όντως βγάζει νόημα με την κοινή λογική; Αν μια πληροφορία υπόσχεται γρήγορα, εύκολα ή "θαυματουργά" αποτελέσματα, χωρίς προσπάθεια ή παρενέργειες, συνήθως δεν είναι αληθινή. Για παράδειγμα, η χρήση εικόνων "πριν & μετά" που δείχνουν εντυπωσιακά αποτελέσματα μπορεί να παραπλανεί, καθώς είναι πιθανό να έχουν υποστεί επεξεργασία ή να αφορούν μεμονωμένα περιστατικά. Στην υγεία, σπάνια υπάρχουν εύκολες ή μαγικές λύσεις.

Υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα και παραπομπές; (Π=παραπομπή)

Η πληροφορία βασίζεται σε επιστημονικά δεδομένα;

Αναφέρεται η επιστημονική πηγή της πληροφορίας με αντίστοιχη παραπομπή/link; Π.χ.

- επιστημονική έρευνα,
- συστάσεις οργανισμών,
- επίσημη ιστοσελίδα κ.α.

Ή είναι μόνο «ιστορίες επιτυχίας», προσωπικές εμπειρίες, απόψεις, μαρτυρίες χωρίς επιστημονική τεκμηρίωση;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Οι αξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία βασίζονται σε επιστημονικά δεδομένα με τεκμηρίωση. Αυτό σημαίνει ότι αναφέρουν την πηγή της πληροφορίας, όπως έρευνες ή επίσημες συστάσεις οργανισμών ή φορέων και δίνουν συγκεκριμένα στοιχεία για να μπορεί κανείς να ανατρέξει σε αυτά π.χ βιβλιογραφία ή link.

Αν μια πληροφορία στηρίζεται μόνο σε προσωπικές εμπειρίες ή "ιστορίες επιτυχίας", χωρίς τεκμηρίωση, χρειάζεται προσοχή.

Οδηγός αξιολόγησης αξιοπιστίας ιστοσελίδας - 5 βήματα για να ελέγξεις μία ιστοσελίδα πριν εμπιστευτείς κάποια πληροφορία της

Τα 5Π

ΠΟΤΕ αναρτήθηκε η πληροφορία;

- Είναι πρόσφατη;
- Είναι ενημερωμένη η ιστοσελίδα;
- Περιέχει την πιο πρόσφατη πληροφορία;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Μια ιστοσελίδα που ενημερώνεται, διορθώνεται και ανανεώνει τακτικά το περιεχόμενό της με νέες πληροφορίες είναι ένδειξη ότι παρακολουθεί τις επιστημονικές εξελίξεις. Αν δεν φαίνεται τότε γράφτηκε η πληροφορία, ή αν δεν ανανεώνεται τακτικά η ιστοσελίδα, χρειάζεται επιφύλαξη.

ΠΟΣΟ ΣΧΕΤΙΚΗ είναι η ιστοσελίδα;

- Σχετίζεται το περιεχόμενό της με αυτό που ψάχνω;
- Σε ποιο κοινό απευθύνεται; (στο γενικό πληθυσμό, σε ειδικούς;
- Υπάρχουν πιο κατάλληλες πηγές για το θέμα;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Δεν είναι κάθε ιστοσελίδα κατάλληλη για όλα τα θέματα. Σκέψου αν το περιεχόμενο της αφορά πραγματικά αυτό που ψάχνεις και σε ποιο κοινό απευθύνεται. Όσο πιο εξειδικευμένη και στοχευμένη σε ένα αντικείμενο είναι μια ιστοσελίδα, τόσο πιο χρήσιμη μπορεί να αποδειχθεί.

ΠΟΙΟΣ το γράφει;

- Ο συγγραφέας είναι κατάλληλος ή ειδικός για το θέμα;
- Ποιος είναι εκδότης ή ο χρηματοδότης της ιστοσελίδας;
- Ποιο είναι το όνομα και η **κατάληξη** της ιστοσελίδας;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Ψάξε ποιο άτομο ή ποιος οργανισμός βρίσκεται πίσω από την ιστοσελίδα. Ποιος γράφει το κείμενο, ποιος το χρηματοδοτεί, έχουν γνώση και σχέση με το θέμα; Τι δηλώνει το όνομα της ιστοσελίδας; Η κατάληξη μιας ιστοσελίδας μπορεί να μας δείχνει αν η πληροφορία προέρχεται από κρατικό φορέα (.gov), οργανισμό (.org) ή εκπαιδευτικό ίδρυμα (.edu). Όταν αυτές οι πληροφορίες δεν είναι ξεκάθαρες, χρειάζεται επιφύλαξη.

ΠΟΣΟ ΑΚΡΙΒΗΣ είναι η πληροφορία;

- Υπάρχουν επιστημονικές αποδείξεις και τεκμήρια; (π.χ. βιβλιογραφία, link)
- Είναι ουδέτερο το ύφος και ξεκάθαρες οι πληροφορίες;
- Υπάρχουν ορθογραφικά ή γραμματικά λάθη;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Η ακρίβεια φαίνεται στις λεπτομέρειες.

Οι αξιόπιστες πληροφορίες παρουσιάζονται με σαφήνεια, αποφεύγουν τις υπερβολές και στηρίζονται σε στοιχεία που μπορείς να ελέγξεις μέσω παραπομπών.

Επίσης, ένα προσεγμένο κείμενο, χωρίς ορθογραφικά ή συντακτικά λάθη, δείχνει ότι έχει ελεγχθεί πριν δημοσιευτεί.

ΠΡΟΣ ΤΙ η πληροφορία;

- Ποιος είναι ο σκοπός της; Είναι ξεκάθαρος;
- Να ενημερώσει, να εκπαιδεύσει, να πουλήσει ή να διασκεδάσει;
- Υπάρχουν προκαταλήψεις ή μεροληψία;

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ: Κάθε πληροφορία δημοσιεύεται για κάποιον λόγο. Προσπάθησε να καταλάβεις αν στόχος της είναι να ενημερώσει, να εκπαιδεύσει, να πουλήσει ή να ψυχαγωγήσει. Όταν ο σκοπός δεν είναι ξεκάθαρος ή η πληροφορία εμφανώς μεροληπτική ή διατυπωμένη με προκαταλήψεις, χρειάζεται επιφύλαξη.

Πηγές:

CRAAP Test: <https://library.rrc.ca/WebEvaluation/craap>

CARS Test: <https://library.rrc.ca/WebEvaluation/cars>

SIFT Test: <https://library.rrc.ca/WebEvaluation/sift>

"Το παρόν υλοποιήθηκε με την υποστήριξη του προγράμματος «Ενδυναμώνοντας τους μαθητές να αποφασίζουν για την Υγεία τους – Κριτική αξιολόγηση των προσλαμβανόμενων Πληροφοριών με τη χρήση Ψηφιακών εργαλείων» (ΥΠ3ΤΑ-0561371), το οποίο υλοποιείται στο πλαίσιο της δράσης «SUB1.1: Συμπράξεις Ερευνητικής Αριστείας» της υποδράσης «Στρατηγική για την Αριστεία στα Πανεπιστήμια και την Καινοτομία» (ID 16289), Ελλάδα 2.0 – Εθνικό Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας και χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση Next Generation EU".