

Haavatavate täiskasvanute oskuste arendamine võitluseks veebis leviva desinformatsiooniga

Täiskasvanute õpetajatele mõeldud mitteformaalne haridusprogramm



Allikas: Chat GPT

2026

Autorid:

FENAN Consulting, Madalmaad

Smart Institute, Sloveenia

Vormiväline õppeklubi WE, Leedu

Eesti People to People, Eesti

Soyka NL, Madalmaad

Illustratsioonid:

Unsplash

Chat GPT



See teos on litsentseeritud Creative Commonsi Rahvusvahelise Autorile Viitamine – Mitteäriline kasutus 4.0 litsentsi (CC BY-NC 4.0) alusel. Teil on õigus seda materjali kopeerida, levitada ja kohandada mitteärilistel eesmärkidel, tingimusel et viitate autoritele asjakohasel viisil ning märgite ära kõik tehtud muudatused.

Vastutusest loobumine: Euroopa Komisjon toetab käesoleva materjali avaldamist. Sisu kajastab autorite seisukohti. Komisjon ei vastuta selles sisalduva teabe mis tahes kasutamise eest.

Sisukord

Sissejuhatus	7
Käesoleva juhendi kasutamine	8
Täiendavad projekti ressursid	9
Õppemeetod	10
Miks just see programm?	10
Õppimise põhimõtted	11
Psühholoogiline alus	11
Täiskasvanuhariduse õpetajate roll	11
Kooskõla DigCompEdu raamistikuga	12
1. moodul. Desinformatsiooni liigid ja tehnikad	13
Desinformatsiooni liigid	14
Kuidas desinformatsioon veenab	14
Teabeökosüsteemid	14
Õppimine juhtumiuuringutest	15
Õppimise lähenemisviis	15
Tegevusteks ettevalmistumine	15
Juhendamise näpunäited	15
HARJUTUS 1.1. Tuvasta manipuleerimine	16
📄 Manipulatsiooni tuvastamise kontrollnimekiri	17
ÜLESANNE 1.2. Tõene, eksitav või manipuleeriv?	18
✂️ Väitekaardid	19
📄 Teabe klassifitseerimise leht	21
HARJUTUS 1.3. Koosta võltspostitus	22
📄 Võltspostituse loomise mall	23
HARJUTUS 1.4. Mõtle enne jagamist	24
📄 Peatu enne jagamist – kontrollnimekiri	25
2. moodul. Desinformatsiooni uskumise kognitiivsed tegurid	26
Õppimiseesmärgid	27
Kuidas meie aju töötleb teavet	27
Miks valeinfo tundub tõene	27
Õppimine eneserefleksiooni kaudu	27
Õppimise lähenemisviis	28
Tegevusteks ettevalmistumine	28
Juhendamise näpunäited	28

HARJUTUS 2.1. Tuttavuse illusioon	29
✂ Näidisväited	30
📄 Usaldusväarsuse hindamiseleht	31
HARJUTUS 2.2. Kiire mõtlemine vs aeglane mõtlemine	32
📄 Kiire vs aeglane mõtlemine – töövihik	33
HARJUTUS 2.3. Leia eelarvamusele vastav sõna	34
📄 Eelarvamuste kaardid	35
Stsenaariumikaardid	35
📄 Eelarvamuste vastavustabel	36
HARJUTUS 2.4. Kuidas mälu töötab	37
✂ Näitejutt „	38
📄 Mälestuste meenutamise tööleht	39
HARJUTUS 2.5. Miks tundub see tõene?	40
✂ Näited sotsiaalmeedia postitustest	41
📄 Refleksiooni tööleht	42
Moodul 3. Desinformatsiooni uskumise emotsionaalsed tegurid	44
Õpieesmärgid	45
Kuidas emotsioonid mõjutavad otsustusvõimet	45
Emotsioonid, identiteet ja rühma kuuluvus	45
Emotsionaalsete reaktsioonide juhtimine	45
Õppimise lähenemisviis	46
Tegevusteks ettevalmistumine	46
Juhendamise näpunäited	46
HARJUTUS 3.1. Emotsioonid vs tõendid – väljakutse	47
📄 Emotsioon või tõendid? Tööleht	48
HARJUTUS 3.2. Peatu, mõtle järele, vasta	50
📄 Peatu, mõtle, reageeri – töövihik	51
HARJUTUS 3.3. Sama lugu, erinevad tunded	53
📄 „Sama lugu, erinevad tunded“ – „	54
✂ Näited Lood	56
HARJUTUS 3.4. Kuidas kujundatakse emotsionaalseid sõnumeid	57
📄 Rollikaart 1. Sõnumi kujundaja	58
📄 Rollikaart 2. Kriitiline analüütik	59
📄 Rollikaart 3. Publiku liige	59
✂ Stsenaariumikaardid	60

Moodul 4. Desinformatsiooni uskumise sotsiaalsed tegurid	61
Õppimiseesmärgid	61
Kuidas sotsiaalne mõju kujundab veendumusi	62
Kajakambrid ja filtermullid	62
Usaldus, identiteet ja dialoog	62
Õppimise lähenemisviis	62
Tegevusteks ettevalmistumine	63
Juhendamise näpunäited	63
HARJUTUS 4.1. Erinevate vaatenurkade mõistmine	64
 Vaatenurga tööleht	65
 Lugude kaardid	66
HARJUTUS 4.2. Faktid või tõlgendus?	67
 Faktid või tõlgendus? Tööleht	68
HARJUTUS 4.3. Teise pilguga vaatamine	69
Näidisscenario	70
 Rollikaardid	70
 Ettevalmistustööleht	71
HARJUTUS 4.4. Õppimine dialoogi kaudu	72
 Juhised dialoogi kaudu õppimiseks	73
 Refleksioonileht	74
5. moodul. Kuidas võidelda desinformatsiooni vastu	75
Õpieesmärgid	75
Ennetamine enne parandamist	76
Inokulatsiooniteooria	76
Praktilised kontrollimisoskused	76
Vastamine valeandmetele	76
Õppimine praktika kaudu	77
Digitaalsed vahendid täiskasvanuhariduse õpetajatele	77
Tegevusteks ettevalmistumine	77
Juhendamise näpunäited	77
HARJUTUS 5.1. Peatu, kontrolli, otsusta	78
 Näidiskaardid	79
 Allikad	80
 Kontrollnimekiri	81
HARJUTUS 5.2. Kuulujuttude ahel	83
 Sõnumikaardid	84

 Kuulujuttude ahela tööleht	85
HARJUTUS 5.3. Reageeri rahulikult	86
 Stsenariumikaardid	87
 Vastuskaardid	88
 Refleksioonileht	89
HARJUTUS 5.4. Vastupidava kogukonna loomine	90
 Kogukonna kaardistamise tööleht	91
Tegevuste kohandamine erinevatele õppijatele	93
Piiratud digitaaloskustega täiskasvanud	94
Sisserändajad ja pagulased	94
Eakad	94
Piiratud kirjaoskusega täiskasvanud	95
Segarühmad	95
Töötubade kavandamine	96
Sissejuhatav töötuba (90 minutit)	97
Õpitulemused	97
Poolpäevane töötuba (3 tundi)	97
Õpitulemused	98
Terve päeva kestev töötuba (6 tundi)	98
Õpitulemused	98
Tegevuste valimine erinevate õppeesmärkide jaoks	99
Töötubade läbiviimine veebis	99
Kokkuvõte	101
Lisalugemine	103



Allikas: Unsplash

Sissejuhatus

Käesolev juhend on koostatud Erasmus+ projekti „**Võitlus veebis leviva valeinformatsiooni vastu haavatavate täiskasvanute radikaliseerumise ennetamiseks**” raames. Selle eesmärk on toetada täiskasvanuhariduse õpetajaid ühe tänapäeva hariduse kõige pakilisema väljakutse lahendamisel: aidata õppijatel ära tunda, kriitiliselt hinnata ja reageerida veebis levivale valeinformatsioonile.

Tänapäeval puutuvad õpetajad üha sagedamini kokku õppijatega, kes toovad klassiruumidesse ja töötubadesse teavet sotsiaalmeediast, sõnumivahetusplatvormidelt ja veebikogukondadest. Suur osa sellest teabest on puudulik, eksitav, emotsionaalselt laetud või tahtlikult manipuleeriv. Paljude õpetajate jaoks ei seisne väljakutse mitte lihtsalt valeinfo tuvastamises, vaid sellises reageerimises, mis soodustab järelemõtlemist, tekitamata seejuures konflikte ega tugevdades olemasolevaid veendumusi.

Selle programmi lõppkasusaajad on **haavatavad täiskasvanud**, sealhulgas piiratud digitaaloskustega inimesed, sisserändajad ja pagulased, sotsiaalselt isoleeritud isikud ning teised, kes võivad olla eriti vastuvõtlikud manipuleerimisele, tõrjutusele või radikaliseerumisele. Tugevdades „õpetajate pädevusi, on programmi eesmärk aidata neil

õppijatel arendada kriitilist mõtlemist, digitaalset vastupidavust ja teadlikku osalemist demokraatlikus ühiskonnas.

Programm põhineb lihtsal, kuid olulisel põhimõttel: valeinformatsiooni aktsepteeritakse harva ainult sellepärast, et inimestel puudub teave. Veendumusi kujundavad ka emotsioonid, isiklikud kogemused, sotsiaalne identiteet ja usaldus. Seetõttu nõuavad tõhusad hariduslikud meetmed enam kui faktide kontrollimist. Need nõuavad empaatiat, dialoogi ja võimalusi õppijatele mõtiskleda selle üle, kuidas teave mõjutab nende mõtlemist.

Seetõttu varustab projekt „Online Combat“ täiskasvanuhariduse õpetajaid praktiliste meetoditega, et:

- tuvastada ja analüüsida veebis levivat valeinformatsiooni ja manipuleerimistehnikaid;
- tugevdada õppijate kriitilist mõtlemist ja digitaalset kirjaoskust;
- kasutada kaasahaaravaid hariduslikke lähenemisviise, sealhulgas digitaalseid ja tehisintellekti toetavaid vahendeid;
- soodustada austusväärset dialoogi vastuolulistel teemadel, edendades samal ajal demokraatlikke väärtusi.

Selle asemel, et asetada õpetajad „õigete“ vastuste andjate rolli, julgustab programm neid tegutsema uurimistöö vahendajatenä. Struktureeritud arutelude, praktiliste harjutuste ja ühise järelemõtleamise kaudu julgustatakse õppijaid teavet kahtluse alla seadma, vaatenurki võrdlema ja arendama suuremat vastupanuvõimet manipuleerimisele, säilitades samal ajal vastastikust austust.

Käesolev juhend ühendab tõenditel põhinevaid teadmisi valmisõppetegevustega, mida saab kohandada erinevatele õpikeskkondadele. Koos veebikursusega „Online Combat“, tehisintellekti toetavate vahenditega, õppemänguga ja muude projekti ressursidega pakub see täiskasvanute õpetajatele praktilist tööriistakomplekti, mille abil tugevdada haavatavate täiskasvanute meediapädevust ja demokraatlikku vastupidavust.

Käesoleva juhendi kasutamine

Käesolev juhend on mõeldud **praktiliseks abivahendiks**, mitte õpikuks. Õpetajatelt ei oodata, et nad õpetaksid läbi iga peatüki või viiksid läbi kõik tegevused. Selle asemel julgustatakse neid valida ja kohandama materjale vastavalt õppijate vajadustele, kogemustele ja huvidele.

Juhend on jagatud **viieks temaatiliseks mooduliks**, millest igaüks käsitleb ühte valeinfo põhiaspekti:

1. **Desinformatsiooni liigid ja tehnikad:** arusaam sellest, kuidas valeinfo tekib ja levib.
2. **Kognitiivsed tegurid:** uskumuste kujunemist mõjutavate psühholoogiliste mehhanismide ja kognitiivsete eelarvamuste äratundmine.
3. **Emotsionaalsed tegurid:** uuritakse, kuidas emotsioonid mõjutavad valeinfo levikut ja vastuvõtmist.
4. **Sotsiaalsed tegurid:** identiteedi, usalduse ja rühmadünaamika rolli uurimine.
5. **Desinformatsiooni vastu võitlemine:** praktiliste strateegia, fakti kontrolli meetodite ja ennetavate lähenemisviiside rakendamine.

Iga moodul järgib sama struktuuri:

- lühike ülevaade teemast;
- õpetajatele olulised peamised teoreetilised mõisted;
- praktilised rakendused täiskasvanuhariduses;
- valmis klassi- ja töötoategevused;
- väljaprintitavad töölehed ja abimaterjalid.

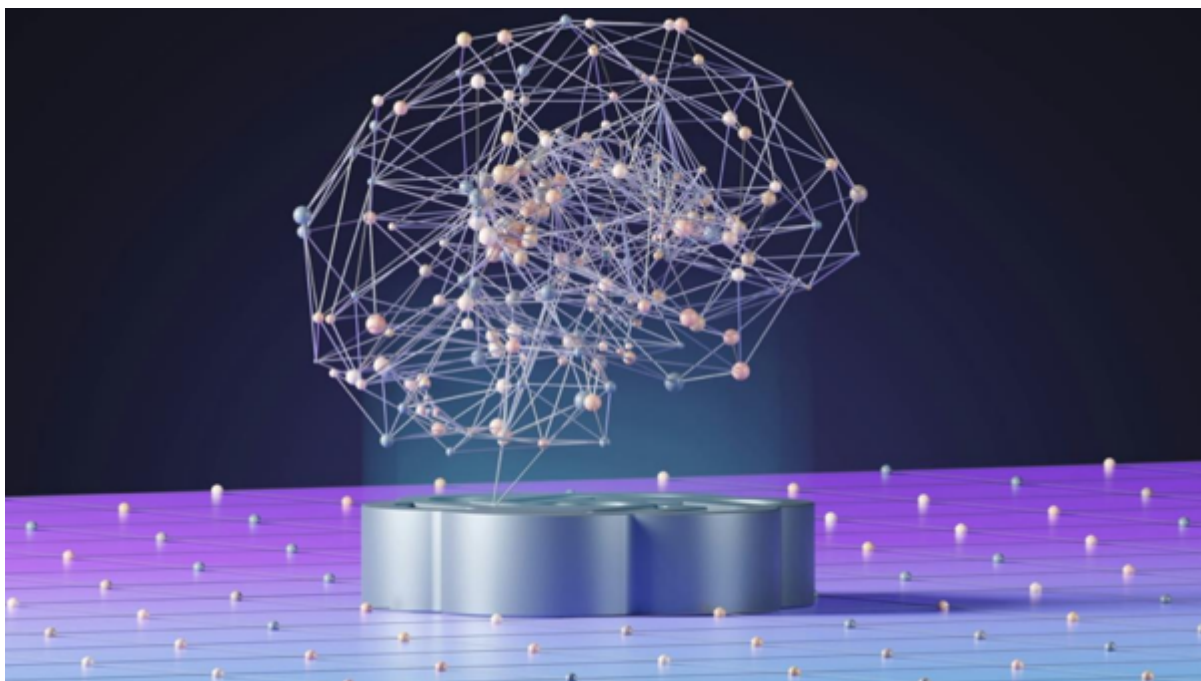
Ülesandeid võib läbi viia eraldi või kombineerida pikemateks töötubadeks. Sõltuvalt osalejate vajadustest võivad õpetajad keskenduda ühele moodulile või integreerida mitme mooduli ülesandeid laiemasse koolitusprogrammi.

Parima õppimistulemuse saavutamiseks soovitame kombineerida lühikesi teoreetilisi sissejuhatusi interaktiivsete harjutuste, rühmaarutelude ja isikliku refleksiooni võimalustega. Paljusid tegevusi saab täiendada projekti veebikursuse, tehisintellekti-chatbot'i ja digitaalsete õppevahenditega, mis võimaldavad osalejatel pärast töötuba iseseisvalt õppimist jätkata. Materjalid on teadlikult paindlikud. Õpetajaid julgustatakse kohandama näiteid, aruteluteemasid ja juhtumiuuringuid osalejate kultuurilise taustaga, digitaalsete oskustega ja õppimisvajadustega, säilitades samal ajal programmi põhiprintsiibid: austusväärne dialoog, tõenditel põhinev mõtlemine ja kriitiline eneseanalüüs.

Täiendavad projekti ressursid

Jätkake õppimist tasuta „*Online Combat*“ ressursside abil:

- **Veebikursus:** iseseisvalt läbitavad moodulid, mis sisaldavad videoid, teste ja täiendavaid juhtumiuuringuid.
- **AI-chatbot:** harjuta valeinfo analüüsimist ja saa isikupärast tagasisidet.
- **Hariv mäng:** õppige interaktiivsete simulatsioonide abil valeandmete ennetamist ja manipuleerimistehnikaid.
- **Allalaaditavad materjalid:** printimiseks mõeldud töövihikud, mallid ja uuendused.



Allikas: Unsplash

Õppemeetod

Miks just see programm?

Võrgus leviv valeinfo on saanud igapäevaelu osaks. Sotsiaalmeedia, sõnumivahetusplatvormid ja tehisintellekti loodud sisu muudavad õppijatele üha raskemaks eristada usaldusväärset teavet manipuleerimisest. Valeinfo levib sageli kiiresti, kuna see on emotsionaalselt kaasahaarav, lihtne jagada ja kooskõlas olemasolevate veendumustega.

Uuringud näitavad, et inimesed usuvad valeandmeid harva lihtsalt teadmiste puudumise tõttu. Veendumusi mõjutavad ka kognitiivsed eelarvamused, emotsioonid, isiklikud kogemused ja sotsiaalne identiteet. Seetõttu nõuab tõhus meediapädevuse haridus enamat kui faktide kontrollimise oskuste õpetamist. See nõuab ka kriitilise mõtlemise, refleksiooni, emotsionaalse teadlikkuse ja austusväärse dialoogi arendamist.

Käesolev programm kasutab **inimkeskseid õppemeetodeid**, mis aitavad õpetajatel tegeleda valeinfo erinevate aspektidega aktiivse õppimise ja praktiliste kogemuste kaudu.

Õppimise põhimõtted

Programm põhineb mitmel tõenditel põhineval hariduspõhimõttel.

- **Õppimine tegutsemise kaudu.** Osalejad õpivad autentseid näiteid analüüsides, probleeme lahendades, reaalseid juhtumeid arutades ja omaenda mõtlemist analüüsides, mitte teoreetilisi kontseptsioone pähe õppides.
- **Järelemõtlemine enne parandamist.** Selle asemel, et valeinformatsiooni kohe parandada, julgustavad õpetajad õppijaid uurima, kust teave pärineb, miks see veenev tundub ja kuidas selle usaldusväärsust hinnata.
- **Dialoog ja koostöö.** Paljudes tegevustes kasutatakse rühmaarutelusid, rollimänge ja ühist analüüsi, et tutvustada osalejatele erinevaid vaatenurki, säilitades samal ajal austusväärse õpikeskkonna.
- **Vastupidavuse arendamine, mitte faktide päheõppimine.** Kuna valeinfo muutub pidevalt, keskendub programm ülekantavate pädevuste arendamisele, mida õppijad saavad rakendada uutes olukordades, sealhulgas kriitiline mõtlemine, allikate hindamine, emotsionaalne teadlikkus ja digitaalne kirjaoskus.

Psühholoogiline alus

Programmi aluseks on valeinfo psühholoogiat käsitlevad uuringud, mis näitavad, et uskumuste kujunemist mõjutavad kolm omavahel seotud tegurit:

- **kognitiivsed tegurid**, nagu kinnituse eelarvamus, kordamine ja mõttelised lühiteed;
- **emotsionaalsed tegurid**, sealhulgas hirm, viha ja moraalne pahameel, mis suurendavad valeinfo uskumise ja jagamise tõenäosust;
- **sotsiaalsed tegurid**, nagu identiteet, rühma kuuluvus ja usaldus sotsiaalsete võrgustike vastu.

Need kolm mõõdet moodustavad programmi struktuuri ja kajastuvad kõigis õppetegevustes. Selle asemel, et neid uurida abstraktsete teooriatena, kogevad osalejad, kuidas need mehhanismid toimivad igapäevases veebisuhtluses, ning õpivad praktilisi strateegiaid nende äratundmiseks ja nendega toimetulekuks.

Täiskasvanuhariduse õpetajate roll

Täiskasvanuhariduse õpetajatel on oluline roll õppijate vastupanuvõime tugevdamisel valeinfo suhtes, eriti töötades sisserändajate, pagulaste, eakate ja piiratud digitaalse kirjaoskusega inimestega.

Selle programmi raames ei vaadata õpetajaid „õigete“ vastuste andjatena, vaid **kriitilise uurimise soodustajatena**. Nad loovad õpikeskkonna, kus osalejad tunnevad end mugavalt küsimusi esitades, teavet analüüsides, eeldusi kahtluse alla seades ja vastuolulisi teemasid austusega arutades.

Seetõttu aitab programm õpetajatel:

- tugevdada oma digitaalset ja meediapädevust;
- mõista valeinfo taga peituvaid psühholoogilisi mehhanisme;
- soodustada konstruktiivset dialoogi vastuolulistel teemadel;
- kavandada kaasahaaravaid õppetegevusi, mis edendavad kriitilist mõtlemist ja demokraatlikku osalust.

Kooskõla DigCompEdu raamistikuga

Programm on kooskõlas **Euroopa haridustöötajate digitaalse pädevuse raamistikuga (DigCompEdu)**, tagades, et osalejad omandavad mitte ainult teadmisi valeinfo kohta, vaid ka pädevusi, mis on vajalikud digitaalse kirjaoskuse tõhusaks õpetamiseks.

DigCompEdu valdkond	Kuidas see programm aitab kaasa
Ametialane kaasatus	Koostöö ja hariduspraktikate vahetamine
Digitaalsed ressursid	Digitaalse teabe kriitiline hindamine ja vastutustundlik kasutamine
Õpetamine ja õppimine	Interaktiivsed, õppijakesksed ja mängulised tegevused
Hindamine	Refleksioon, viktoriinid, töövihikud ja arendav tagasiside
Õppijate võimestamine	Mitmekesistele täiskasvanud õppijatele kohandatud kaasavad tegevused
Õppijate digitaalse pädevuse edendamine	Kriitiline mõtlemine, allikate hindamine ja vastutustundlik digitaalne kodakondsus

Integreerides need pädevused kõigisse viide moodulisse, toetab programm **digitaalse hariduse tegevuskava** eesmärgi ja edendab täiskasvanud õppijate elukestvat digitaalset vastupidavust.



Allikas: Unsplash

1. moodul. Desinformatsiooni liigid ja tehnikad

Desinformatsioon on midagi enam kui valeinfo. See on teadlikult loodud selleks, et mõjutada inimeste mõtlemist, tundeid ja käitumist. Emotsioonidele apelleerides, olemasolevaid veendumusi tugevdades ja usaldust ära kasutades võib eksitav sisu kujundada avalikku arvamust, suurendada sotsiaalset lõhet ja aidata kaasa radikaliseerumisele.

Täiskasvanuhariduse õpetajad töötavad sageli õppijatega, kes puutuvad valeandmetega kokku sotsiaalmeedias, sõnumivahetusplatvormidel ja mitteametlikes võrgustikes. Seetõttu on desinformatsiooni toimimise mõistmine esimene samm, mis aitab õppijatel veebiteavet kriitiliselt hinnata.

Õpieesmärgid

Pärast käesoleva mooduli läbimist on õpetajad võimelised:

- eristada erinevaid valeinfo ja desinformatsiooni vorme;
- tunda ära levinud veenmis- ja propagandatehnikaid;
- selgitada, kuidas digitaalsed platvormid võimendavad eksitavat sisu;
- korraldama tegevusi, mis aitavad õppijatel tuvastada manipuleerimist enne teabe vastuvõtmist või jagamist.

Desinformatsiooni liigid

Kõigil eksitavatel andmetel ei ole sama eesmärki. Kasulik on eristada järgmisi:

- **Väärteave** – vale teave, mida jagatakse ilma eksitamise kavatsuseta.
- **Desinformatsioon** – vale teave, mis on loodud või jagatud tahtlikult, et petta.
- **Väärinformatsioon** – tõene teave, mida esitatakse valikuliselt või kontekstist väljaspool, et tekitada kahju.

Praktikas esinevad need kategooriad mitmesugustes vormides, sealhulgas võltsuudised, manipuleeritud pildid, pseudoteaduslikud väited, uudisteks maskeeritud sponsoreeritud sisu ja rohepesu. Kuigi nende eesmärgid erinevad, mõjutavad nad kõik seda, kuidas inimesed teavet tõlgendavad, mitte lihtsalt esitavad fakte.

Kuidas desinformatsioon veenab

Edukas desinformatsioon tugineb harva veenvatele tõenditele. Selle asemel tugineb see psühholoogilisele veenmisele.

Tavapärased võtted hõlmavad:

- emotsioonidele, nagu hirm, viha või uhkus, apelleerimine;
- autoriteetide või väidetavate ekspertide kasutamine;
- mulje loomine, et „kõik usuvad seda“;
- ainult valitud teabe esitamine, ignoreerides vasturääkivaid tõendeid;
- lihtsate sõnumite kordamine, kuni need muutuvad tuttavaks.

Need võtted on tõhusad, sest inimesed tuginevad sageli pigem kiiretele intuiivsetele hinnangutele kui hoolikale kontrollimisele, eriti kiiresti muutuvas veebikeskkonnas.

Teabeökosüsteemid

Digitaalsed platvormid mõjutavad mitte ainult seda, millist teavet inimesed näevad, vaid ka seda, kui kiiresti see levib.

Algoritmid kalduvad eelistama sisu, mis tekitab kaasatust, muutes emotsionaalselt laetud ja vastuolulised sõnumid nähtavamaks. Samal ajal vähendavad **filtermullid** ja **kajaekokambrid** kokkupuudet alternatiivsete vaatenurkadega ning tugevdavad olemasolevaid veendumusi.

Olulist rolli mängib ka usaldus. Inimesi mõjutab sageli rohkem teave, mida jagavad sõbrad, sugulased, kogukonna juhid või mõjutajad, kui algallikas ise. Seetõttu nõuab terve skeptitsismi arendamine nii sisu kui ka selle allika hindamist.

Õppimine juhtumiuuringutest

Reaalsed näited aitavad õppijatel ära tunda manipuleerimistehnikaid autentsetes kontekstides. Käesolevas moodulis kasutatakse juhtumiuuringuid sellistest valdkondadest nagu poliitiline kommunikatsioon, ränne, rahvatervis ja keskkonnakommunikatsioon, et illustreerida, kuidas valeinfo ühendab endas emotsionaalseid üleskutseid, kordamist ja valikulisi tõendeid.

Vaidlusaluste teemade arutamisel peaks keskenduma pigem **sõnumi toimimise** analüüsimisele kui poliitiliste arvamuste või isiklike veendumuste üle arutlemisele. Selline lähenemisviis soodustab kriitilist mõtlemist, säilitades samal ajal austusväärse õpikeskkonna.

Õppimise lähenemisviis

Selle mooduli tegevused põhinevad pigem aktiivsel osalusel kui loengutel. Osalejad analüüsivad realistlikke sotsiaalmeedia postitusi, tuvastavad manipuleerimistehnikaid, arutlevad, miks sõnumid tunduvad veenvad, ja alles seejärel hindavad nende täpsust. See järjekord on taotluslik. Uuringud näitavad, et arusaamine **sellest, miks valeinfo tundub veenev**, on sageli tõhusam kui lihtsalt faktiliste paranduste esitamine. Eesmärk ei ole valeinfo näidete päheõppimine, vaid ülekantavate oskuste arendamine, mida õppijad saavad rakendada iga kord, kui nad puutuvad kokku uue veebisisuga.

Tegevusteks ettevalmistumine

Paljud haavatavad täiskasvanud puutuvad valeinformatsiooniga kokku pigem igapäevastes digitaalsetes platvormides, nagu Facebook, TikTok, YouTube, WhatsApp, Telegram või Instagram, kui traditsioonilistes uudismeedias. Sõnumid on sageli emotsionaalselt kaasahaaravad, visuaalselt veenvad ning neid jagavad usaldusväärsed sõbrad või kogukonna liikmed, mistõttu need tunduvad usaldusväärsed enne, kui neid kriitiliselt hinnatakse.

Selle mooduli tegevused on kavandatud aitama osalejatel ära tunda levinud manipuleerimistehnikaid, tekitamata seejuures häbi, vastasseisu ega poliitilist konflikti. Rõhk ei ole sellel, et õppijatele öeldaks, mida uskuda, vaid sellel, et aidata neil peatuda, küsimusi esitada ja teavet kriitilisemalt hinnata enne selle aktsepteerimist või jagamist.

Juhendamise näpunäited

Nende tegevuste kasutamisel:

- **Looge psühholoogiliselt turvaline keskkond.** Rõhutage, et igaüks on valeinfo suhtes haavatav, ja vältige valede uskumuste naeruvääristamist.
- **Keskenduge mehhanismidele, mitte arvamustele.** Analüüsige, kuidas sõnumid veenavad, selle asemel et arutada poliitilisi või ideoloogilisi seisukohti.
- **Julgustage eneseanalüüsile enne parandamist.** Esitage küsimusi nagu „*Mis teeb selle sõnumi veenvaks?*” või „*Milliseid emotsioone see tekitab?*”, enne kui arutate, kas teave on täpne.
- **Kasutage kättesaadavaid materjale.** Lühikesed tekstid, visuaalsed näited, töövihikud ja ühine analüüs on eriti tõhusad õppijate jaoks, kelle keeleoskus ja digitaalsed oskused on erinevad.
- **Võtke ebakindlus normaalsena vastu.** Julgustage osalejaid ütlema: „*Ma ei ole kindel*“, „*Mul on vaja rohkem teavet*“ või „*Ma kontrolliksin seda esmalt üle*.“ Selle harjumuse arendamine on oluline samm digitaalse vastupidavuse suunas.

Järgmistes harjutustes kasutatakse realistlikke, kuid väljamõeldud näiteid, et illustreerida levinud valeinfo levitamise võtteid, vältides samas kahjulike narratiivide tugevdamist või tarbetut emotsionaalset stressi.

HARJUTUS 1.1. Tuvasta manipuleerimine

 Eesmärk	Tunda ära levinud valeinfo ja manipuleerimistehnikad sotsiaalmeedia postitustes.
 Aeg	30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Sotsiaalmeedia kaardid, manipuleerimise tuvastamise tööleht, pastakad
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
2. Andke igale rühmale 3–4 sotsiaalmeedia kaarti.
3. Paluge osalejatel:
 - määratlada sõnumi tüüp;
 - tõsta esile manipuleerimistehnikaid;
 - otsustada, kas nad usaldaksid seda või jagaksid seda edasi.
4. Tutvustage levinud võtteid:
 - emotsionaalne keelekasutus;
 - võltsitud autoriteet;
 - kiireloomulisus;
 - sotsiaalne tõend („kõik ütlevad nii”);
 - vandenõu raamistik;
 - valikuline teave.
5. Paluge igal rühmal oma analüüsi esitada.

Järelemõtlemine

- Milline postitus tundus kõige veenvam?
- Millised manipuleerimistehnikad esinesid kõige sagedamini?
- Millised hoiatusmärgid olid kõige kergemini äratuntavad?
- Kas emotsioonid mõjutasid teie otsust?

Juhendamise näpunäide

Keskenduge arutelus pigem sellele, **kuidas** sõnum veenab, mitte sellele, kas osalejad sellega nõustuvad.

 Manipulatsiooni tuvastamise kontrollnimekiri**Postitus / Näide nr:** _____ **Mida te märkate?**

- ☐ Emotsionaalne keelekasutus
- ☐ Hirm või viha
- ☐ Kiireloomulisus („Tegutse kohe!”)
- ☐ Ekspert ilma tõenditeta
- ☐ „Kõik ütlevad...”
- ☐ Ühepoolne teave
- ☐ Puudub usaldusväärne allikas
- ☐ Kahtlane pilt
- ☐ Klõpsu meelitav pealkiri
- ☐ Muu: _____

 Mõtteid

Mis on peamine sõnum?

Kas usaldaksid seda postitust?

☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Kas jagaksid seda? Miks?

Kuidas saaksid seda teavet kontrollida?

ÜLESANNE 1.2. Tõene, eksitav või manipuleeriv?

 Eesmärk	Eristada faktilist, eksitavat, manipuleerivat ja kontrollimatu teavet.
 Aeg	20–30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Väljendikaardid, klassifitseerimisleht, kategooriate sildid
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Laotage väitekaardid lauale või seinale.
2. Osalejad töötavad paarides.
3. Iga paar liigitab iga väite järgmiselt:
 - Enamasti tõene
 - Eksitav
 - Manipuleeriv
 - Võimatu kontrollida
4. Paluge osalejatel oma otsuseid selgitada.
5. Juhendage arutelu järgmiste teemade üle:
 - puuduv kontekst;
 - valikulised faktid;
 - emotsionaalsest raamistikust;
 - ebausaldusväärsetest allikatest.

Järelemõtlemine

- Milliseid väiteid oli kõige raskem liigitada?
- Mis teeb teabe pigem eksitavaks kui täiesti valeks?
- Miks on emotsionaalselt dramaatilised sõnumid sageli veenvamad?

Juhendamise näpunäide

Alati ei ole ühte õiget vastust. Julgustage osalejaid oma mõttekäiku põhjendama.

Väitekaardid

1 	„Arstid vihkavad seda lihtsat nippi!”
2 	„Uuring näitab, et inimesed magavad pärast jalutamist paremini.”
3 	„Tuhandeid asendatakse salaja.”

4 	„Viimane uudis: uus seadus piirab teie õigusi!“
5 	„Teadlased on selles küsimuses eriarvamusel.“
6 	„See video kustutati, sest nad kardavad tõde.“

Teabe klassifitseerimise leht

Kaart	 Usaldusväärne	 Vajab rohkem konteksti	 Manipuleeriv	 Ei ole võimalik kontrollida	Miks? (1–2 märksõna)
1	☐	☐	☐	☐	_____
2	☐	☐	☐	☐	_____
3	☐	☐	☐	☐	_____
4	☐	☐	☐	☐	_____
5	☐	☐	☐	☐	_____
6	☐	☐	☐	☐	_____

Mõtteid

Millist väidet oli kõige raskem liigitada? Miks?

Millised hoiatusmärgid aitasid sul otsust teha?

- ☐ Emotsionaalne keelekasutus
- ☐ Puuduvad tõendid
- ☐ Klõpsu meelitav pealkiri
- ☐ Autoriteet ilma tõenditeta
- ☐ Kiireloomulisus
- ☐ Ühepoolne teave
- ☐ Muu: _____

HARJUTUS 1.3. Koosta võltspostitus

 Eesmärk	Mõista, kuidas eksitavaid sotsiaalmeedia postitusi tahtlikult kujundatakse.
 Aeg	30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Fake Post Builderi tööleht, pealkirjade näited, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
2. Selgitage, et iga rühm loob väljamõeldud eksitava sotsiaalmeedia postituse.
3. Iga rühm valib:
 - teema;
 - emotsionaalse vallandaja;
 - pealkirja;
 - pildi kirjelduse;
 - võltsitud eksperdi tsitaadi;
 - kiireloomuline fraas.
4. Rühmad esitlevad oma postitusi.
5. Teised osalejad tuvastavad kasutatud manipuleerimistehnikad.

 **Oluline:** Kasutage ainult väljamõeldud näiteid ning vältige äärmuslikke, rassistlikke või traumeerivaid teemasid.

Järelemõte

- Millised võtted muutsid postitused usutavaks?
- Kas eksitava sisu loomine oli oodatust lihtsam?
- Kuidas aitab nende mustrite äratundmine internetis?

Juhendaja nõuanne

Eesmärk ei ole luua veenvat valeinformatsiooni, vaid mõista, kuidas manipuleerimine toimib.

 **Võltspostituse loomise mall**

 **Teema** _____

 **Emotsioon** ☐ Hirm ☐ Viha ☐ Lootus ☐ Uhkus ☐ Uudishimu ☐ Kiireloomulisus

 **Pealkiri** _____

 **Autoriteet** _____

 **Pilt** Kirjeldage pilti, mida kasutaksite:

 **Kutse tegutsema** ☐ Jaga kohe ☐ Ära jäta seda vahele ☐ Loe lisaks ☐ Tegutse kohe

☐ Muu: _____

 **Milliseid tehnikaid kasutasid?**

☐ Emotsionaalne keel

☐ Võltsaautoriteet

☐ Kiireloomulisus

☐ Sotsiaalne tõend

☐ Klõpsu meelitav pealkiri

☐ Valikuline teave

☐ Vandenõuteooria raamistik

☐ Muu: _____

 **Mõtteid**

Miks inimesed seda postitust usuksid või jagaksid?

HARJUTUS 1.4. Mõtle enne jagamist

 Eesmärk	Harjuta end hindama veebisisu enne selle jagamist.
 Aeg	20 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Kontrollnimekiri „Mõtle enne jagamist“, näited sotsiaalmeedia postitustest
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Esitage mitu emotsionaalselt kaasahaaravat sotsiaalmeedia postitust.
2. Osalejad täidavad individuaalselt kontrollnimekirja enne otsustamist, kas nad jagaksid iga postitust.
3. Võrdle otsuseid väikestes rühmades.
4. Arutage, kuidas aeglustamine muudab taju.
5. Tutvustage ideed, et valeinfo tugineb sageli vahetutele emotsionaalsetele reaktsioonidele.

Järelemõtlemine

- Kas teie otsus muutus pärast kontrollnimekirja täitmist?
- Millised küsimused olid kõige kasulikumad?
- Mis paneb inimesi tavaliselt sisu liiga kiiresti jagama?

Juhendamise näpunäide

Rõhutage, et mõne sekundi võtmine teabe kontrollimiseks on üks lihtsamaid ja tõhusamaid viise valeinfo leviku vähendamiseks.

Peatu enne jagamist – kontrollnimekiri

Näide / Postituse nr: _____

💡 Enne jagamist küsi endalt:

	Küsimus	✅ Jah	❌ Ei
🔍	Kas ma tean, kust see teave pärineb?	☐	☐
⚖️	Kas on olemas tõendeid, mitte ainult emotsionaalset keelt?	☐	☐
😬	Kas pealkiri püüab mind šokeerida, hirmutada või provotseerida?	☐	☐
🌐	Kas ma saan seda teavet kontrollida mõne teise usaldusväärse allika abil?	☐	☐
❤️	Kas ma reageerin emotsionaalselt, selle asemel et kriitiliselt mõelda?	☐	☐
👏	Kas jagaksin seda ikka veel, kui ootaksin paar minutit?	☐	☐

★ Lõplik otsus

- ☐ Jagaksin seda.
- ☐ Ma kontrolliksin seda esmalt.
- ☐ Ma ei jagaks seda.

💬 Mõtisklus

Milline küsimus pani sind kõige rohkem mõtlema?

Mida teeksite enne selle postituse jagamist?

💡 Pea meeles

Peatu. Kontrolli. Mõtle kriitiliselt. Siis otsusta.



Allikas: Unsplash

2. moodul. Desinformatsiooni uskumise kognitiivsed tegurid

Inimesed ei usu valeandmeid sellepärast, et neil puudub intelligentsus või haridus. Selle asemel tuginevad nad tavapärasele mõttelisele lühendustele, mis aitavad neil kiiresti töödelda suuri infokoguseid. Need lühendused on igapäevase otsustamisprotsessi jaoks hädavajalikud, kuid võivad samas muuta inimesed vastuvõtlikumaks eksitavale teabele, eriti kiiresti muutavas digitaalkeskkonnas.

Täiskasvanuhariduse õpetajatele on nende kognitiivsete protsesside mõistmine oluline, sest see nihutab fookuse „valevastuste“ parandamiselt õppijate **mõtlemisviisi** mõistmise toetamisele. Selline lähenemisviis vähendab kaitsvat suhtumist ja soodustab pigem eneserefleksiooni kui vastasseisu.

Õppimiseesmärgid

Pärast käesoleva mooduli läbimist on õpetajad võimelised:

- tunda ära levinud kognitiivseid eelarvamusi, mis mõjutavad uskumusi;
- selgitada, miks korduvad või emotsionaalselt kaasahaaravad sõnumid tunduvad veenvad;
- aidata õppijatel eristada tuttavust tõenditest;
- korraldada tegevusi, mis soodustavad pigem reflektiivset kui automaatset mõtlemist.

Kuidas meie aju töötleb teavet

Inimaju lihtsustab teavet pidevalt, et teha kiireid otsuseid. Selle asemel, et iga sõnumit hoolikalt analüüsida, tuginevad inimesed sageli vaimsetele lühiteedele, mida nimetatakse **kognitiivseteks eelarvamusteks ja heuristikateks**.

Need lühiteed on igapäevaelus kasulikud, kuid võivad samas suurendada vastuvõtlikkust valeandmetele. Näiteks:

- **Kinnituse eelarvamus** julgustab inimesi otsima teavet, mis toetab olemasolevaid veendumusi.
- **Tuttavuse eelarvamus (illusoorne tõe efekt)** muudab korduva teabe usaldusväärsemaks.
- **Ankurdamine** põhjustab seda, et esmamuljed mõjutavad hilisemaid hinnanguid.
- **Ülearu enesekindlus** võib viia selleni, et inimesed ülehinnavad oma võimet teavet kriitiliselt hinnata.

Need protsessid mõjutavad kõiki ja neid tuleks käsitleda pigem inimese mõtlemise normaalse osana kui isiklike nõrkustena.

Miks valeinfo tundub tõene

Paljud eksitavad sõnumid on veenvad mitte sellepärast, et need sisaldaksid tugevaid tõendeid, vaid sellepärast, et need on kergesti mõistetavad, emotsionaalselt kaasahaaravad ja korduvad sageli.

Lihtsad loosungid, dramaatilised pealkirjad, isiklikud lood ja emotsionaalselt laetud keel ei nõua nende töötlemiseks suurt vaimset pingutust. Selle tulemusena tunduvad need sageli veenvamad kui üksikasjalikud, tõenditel põhinevad selgitused.

Inimesed kipuvad ka meelde jätma peamist sõnumit, unustades samas, kust see pärines või kas seda hiljem parandati. Korduv kokkupuude suurendab veelgi tuttavust, mistõttu sõnum tundub üha usaldusväärsem.

Nende mehhanismide mõistmine aitab õppijatel hetkeks peatuda, enne kui nad võtavad teavet vastu lihtsalt sellepärast, et see tundub tuttav või ilmselge.

Õppimine eneserefleksiooni kaudu

Selle mooduli tegevused julgustavad õppijaid uurima pigem omaenda mõtlemist kui hindama teiste veendumusi.

Osalejad uurivad selliseid küsimusi nagu:

- Miks tundub see sõnum veenev?
- Milline mõtteline lühend võib mõjutada minu otsust?
- Kas ma tuginen tõenditele või tutvavusele?
- Kas ma reageerin automaatselt või mõtlen kriitiliselt?

Selline reflektiivne lähenemisviis aitab õppijatel mõista, et kognitiivsed eelarvamused mõjutavad kõiki ning et hoolikas mõtlemine võib nende mõju vähendada.

Õppimise lähenemisviis

Selle mooduli harjutused ühendavad lühikesi selgitusi interaktiivsete tegevustega, mis toovad kognitiivsed eelarvamused esile igapäevastes olukordades. Selle asemel, et paluda õppijatel psühholoogilisi mõisteid pähe õppida, saavad nad kogeda, kuidas tähelepanu, kordamine ja intuiitiivne mõtlemine mõjutavad nende enda otsuseid.

Analüüsides realistlikke näiteid, võrreldes esmamuljeid hilisemate järeldustega ja arutades oma mõttekäiku teistega, arendavad osalejad suuremat teadlikkust sellest, kuidas kujunevad veendumused ja kuidas nad saavad veebis teha teadlikumaid otsuseid.

Tegevusteks ettevalmistumine

Inimesed usuvad valeandmeid sageli mitte sellepärast, et nad oleksid hoolimatud või rumalad, vaid sellepärast, et inimaju otsib loomulikult kiireid, lihtsaid ja tuttavaid seletusi. Need tegevused aitavad osalejatel tunnustada oma mõtlemismustreid toetavas ja mittehinnangulises keskkonnas.

Juhendamise näpunäited

Nende tegevuste kasutamisel:

- **Võtke kognitiivsed eelarvamused normaalsena.** Rõhutage, et igaüks tugineb mõttelistele lühendustele, sõltumata haridusest või kogemusest.
- **Keskenduge mõtlemisele, mitte õigsusele.** Julgustage osalejaid selgitama, kuidas nad jõudsid järeldusele, mitte seda kaitsma.
- **Kasutage igapäevaseid näiteid.** Tervishoiualased nõuanded, reklaamid, viraalsed videod ja sotsiaalmeedia postitused on tavaliselt osalejatele lähedasemad kui poliitilised arutelud.
- **Aeglustage otsuste tegemist.** Andke õppijatele aega järele mõelda, enne kui teavet arutatakse või hinnatakse.
- **Julgustage ebakindlust.** Osalejad peaksid tundma end mugavalt, kui nad ütlevad: „Ma pole kindel“ või „Ma vajan enne otsustamist rohkem teavet.“

Järgmised harjutused aitavad õppijatel ära tunda levinud kognitiivseid eelarvamusi, eristada tutvavust tõenditest ning arendada harjumust mõelda järele enne teabe vastuvõtmist või jagamist.

HARJUTUS 2.1. Tuttavuse illusioon

 Eesmärk	Kogege, kuidas korduv kokkupuude mõjutab tajutavat usaldusväärsust.
 Aeg	20–30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Väitekaardid, usaldusväärsuse hindamisleht, pastakad
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Andke igale osalejale usaldusväärsuse hindamisleht.
2. Esitage ükshaaval kuus lühikest väidet.
3. Mõned väited peaksid tegevuse käigus korduvalt esinema, ilma et kordamisele tähelepanu juhitaks.
4. Pärast iga väidet hindavad osalejad, kui usutav see nende arvates on.
5. Selgitage, et kordamine oli taotluslik, ja võrrelge hinnanguid.
6. Juhendage arutelu selle üle, kuidas tuttavus mõjutab otsustusvõimet.

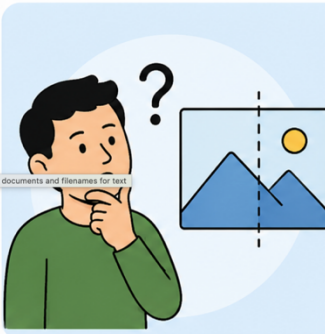
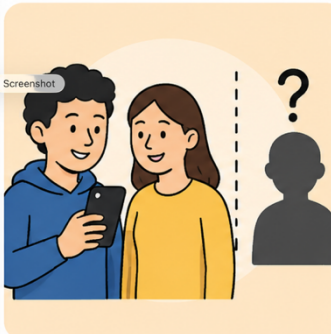
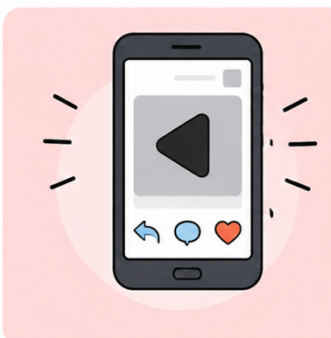
Järelemõtlemine

- Millised väited tundusid kõige usutavamad?
- Kas korduvad väited tundusid usaldusväärsemad?
- Miks mõjutab kordamine meie otsustusvõimet?
- Kus me kohtame korduvalt sõnumeid veebis?

Juhendaja näpunäide

Tuletage osalejatele meelde, et eesmärk **ei ole otsustada, kas väited on tõesed**, vaid jälgida, kuidas korduv kokkupuude mõjutab nende taju.

Näidisväited

	1. Enamik inimesi ei suuda ära tunda tehisintellekti loodud pilte.		4. Inimesed usaldavad sõprade jagatud teavet rohkem kui võõraste oma.
	2. Vee joomine parandab keskendumisvõimet.		5. Viiraliselt leviv postitus on tavaliselt täpne.
	3. Sotsiaalmeediaplatvormid kuulavad salaja vestlusi pealt.		6. Kui teavet näeb mitu korda, tundub see tõene.

Usaldusvääruse hindamisleht

Osaleja: _____

Kui usutav tundub iga väide?

Väide	😊 1 Ei ole usutav	😐 2	😐 3	😊 4	😄 5 Väga usutav
1	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐	☐
6	☐	☐	☐	☐	☐

🗨️ Mõtisklus

Milline väide tundus sulle kõige usutavam? Miks?

Kas korduvad väited tundusid veenvamad?

☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Mida see harjutus meile veebis leviva valeinfo kohta ütleb?

HARJUTUS 2.2. Kiire mõtlemine vs aeglane mõtlemine

 Eesmärk	Võrdle automaatseid esmamuljeid veebiteabe läbimõeldud analüüsiga.
 Aeg	30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Sotsiaalmeedia kaardid, tööleht „Kiire vs aeglane mõtlemine”, ajamõõtja
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Näidake osalejatele **10 sekundit** sotsiaalmeedia postitust.
2. Palu neil kirjutada üles oma esmane reaktsioon ilma aruteluta.
3. Anna osalejatele **2–3 minutit**, et nad saaksid töövahendi abil sama postitust põhjalikumalt analüüsida.
4. Võrdle esmamuljeid teise analüüsiga.
5. Arutage, kuidas aeglasem lähenemine muutis nende hinnangut.

Järelemõtlemine

- Kas teie arvamus muutus pärast postituse analüüsimist?
- Mis mõjutas teie esialgset reaktsiooni?
- Millist olulist teavet märkasid alles hiljem?
- Kuidas võib aeglasem tegutsemine aidata vähendada valeinfo levikut?

Juhendamise näpunäide

Rõhutage, et arvamuse muutmise pärast tõendite läbivaatamist on tugevus, mitte nõrkus.

Kiire vs aeglane mõtlemine – töövihik

Osaleja: _____

Postitus / näide nr: _____

Esimene reaktsioon (10 sekundit)

	Küsimus	Vastus
	Mis tõmbas esimesena teie tähelepanu?	_____
	Millist emotsiooni sa tundsid?	_____
	Minu esimene mulje	☐ Usaldus ☐ Kahtlus ☐ Ei ole kindel

Teine pilk (2–3 minutit)

	Küsimus	Vastus
	Milliseid tõendeid esitatakse?	_____
	Millist teavet puudub?	_____
	Milliseid veenmis- või emotsionaalseid võtteid märkad?	_____
	Kas seda teavet on võimalik mujalt kontrollida?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Lõplik otsus: Pärast mõtlemisaega...

☐ Usaldaksin seda. ☐ Kontrolliksin seda esmalt. ☐ Ei usaldaks seda.

Mõtisklus

Mis muutus sinu esmase reaktsiooni ja lõpliku otsuse vahel?

Milline on üks küsimus, mille sa endalt küsid enne teabe jagamist veebis?

HARJUTUS 2.3. Leia eelarvamusele vastav sõna

 Eesmärk	Tunda ära levinud kognitiivsed eelarvamused, mis mõjutavad seda, kuidas inimesed tõlgendavad veebis leiduvaid andmeid.
 Aeg	30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Eelarvamuste kaardid, stsenaariumikaardid, vastavustabel
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

- Tutvustage viit levinud kognitiivset eelarvamust:
 - Kinnituse eelarvamus
 - Tuttavuse efekt
 - Autoriteedi eelarvamus
 - Negatiivsusmoonutus
 - Kättesaadavuse heuristika
- Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
- Andke igale rühmale üks komplekt eelarvamuste kaarte ja üks komplekt stsenaariumikaarte.
- Paluge osalejatel sobitada iga stsenaarium kognitiivse eelarvamusega, mis nende arvates seda kõige paremini seletab.
- Võrrelge vastuseid ja arutlege, miks erinevad rühmad võisid valida erinevad seosed.

Järelemõtlemine

- Millist eelarvamust oli kõige lihtsam ära tunda?
- Millise eelarvamusega puutute veebis kõige sagedamini kokku?
- Kas olete ise mõnda neist eelarvamustest kogenud?
- Kuidas kognitiivsete eelarvamuste äratundmine aitab parandada kriitilist mõtlemist?

Juhendamise näpunäide

Mõnes stsenaariumis võib esineda rohkem kui üks eelarvamus. Julgustage arutelu selle üle, **miks** osalejad tegid just sellised valikud, selle asemel et otsida üht „õiget” vastust.

Eelarvamuste kaardid

Kaart	Kognitiivne eelarvamus
 1	Kinnituse eelarvamus
 2	Tuttavuse efekt
 3	Autoriteedi eelarvamus
 4	Negatiivsusele kalduvus
 5	Kättesaadavuse heuristika



Stsenaariumikaardid

Kaart	Stsenaarium
 A	„Ma jälgin ainult neid lehekülgi, mis on kooskõlas minu arvamustega.”
 B	„Olen seda väidet palju kordi näinud, seega tundub see tõene.“
 C	„Kuna kuulus inimene jagas seda, peab see olema usaldusväärne.“
 D	„Negatiivsed uudised tunduvad alati olulisemad.“
 E	„Ma nägin internetis ühte dramaatilist näidet, seega arvan, et seda juhtub kõikjal.“

Eelarvamuste vastavustabel

Rühm: _____

Stsenaarium	Valitud eelarvamus	Miks? (1–2 märksõna)
A	_____	_____
B	_____	_____
C	_____	_____
D	_____	_____
E	_____	_____

★ Mõtteid

Milline stsenaarium oli kõige raskem sobitada? Miks?

Milline eelarvamus mõjutab sinu arvates kõige sagedamini sinu veebikäitumist?

HARJUTUS 2.4. Kuidas mälu töötab

 Eesmärk	Uurige, kuidas emotsionaalne raamistik mõjutab tähelepanu, mälu ja meenutamist.
 Aeg	25–30 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Lugu versioon A, Lugu versioon B, mäluharjutuse tööleht, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad kahte rühma.
2. Andke **rühmale A** loo neutraalne versioon.
3. Andke **B-rühmale** emotsionaalselt raamitud versioon.
4. Paluge osalejatel lugeda (või kuulata) lugu ainult üks kord.
5. Oodake 3–5 minutit enne mälu meenutamise töölehe jagamist.
6. Osalejad täidavad töölehe iseseisvalt.
7. Võrdle kahe rühma mälestusi ja arutle erinevuste üle.

Järelemõtlemine

- Millised üksikasjad jäid kõige täpsemalt meelde?
- Milliseid detaile mäletati erinevalt?
- Kas emotsionaalne versioon tegi mõned üksikasjad olulisemaks?
- Kuidas võib emotsionaalne raamistik mõjutada seda, mida inimesed meelde jätavad ja hiljem veebis jagavad?

Juhendamise näpunäide

Ärge paljastage, et on olemas kaks versiooni, enne kui meenutamisülesanne on lõppenud. Üllatus aitab osalejatel mõista, kuidas raamimine mõjutab mälu.

Näitejutt „

Lugu A: Neutraalne	Lugu B: Emotsionaalselt raamitud
Kogukonna pargi renoveerimine	Armastatud kogukonna park seisab silmitsi suurte muutustega
 Kohalik volikogu teatas plaanist renoveerida järgmisel kuul kesklinnas asuvat kogukonnaparki. Projekt hõlmab jalutusradade remonti, uute puude istutamist, täiendavate pinkide paigaldamist ja mänguväljakute seadmete väljavahetamist. Ehitustööd kestavad eeldatavasti umbes kuus nädalat. Selle aja jooksul suletakse osa pargist ajutiselt, samas kui teised alad jäävad avatuks. Elanikud saavad projekti kohta oma arvamust avaldada volikogu veebilehe kaudu.	 Paljud kohalikud elanikud on mures pärast seda, kui volikogu teatas kogukonnapargis toimuvatest suurtest muutustest. Populaarsed jalutuspiirkonnad suletakse, tuttavad puud eemaldatakse ja ehitustööd kestavad nädalaid. Mõned vanemad kardavad, et lapsed kaotavad juurdepääsu oma lemmikmänguväljakule, samas kui teised on mures, et renoveerimise ajal muutub naabruskond vähem külalishahkeks. Elanikke julgustatakse oma muresid väljendama volikogu veebilehe kaudu.
	

Mälestuste meenutamise tööleht

Osaleja: _____

Lugu: ☐ A ☐ B (täidetakse pärast arutelu juhendaja poolt)

Mis juhtus?

Emotsionaalsed üksikasjad

Milliseid emotsioone või muresid sa mäletad?

Faktid, mida mäletad

Kirjutage üles kõik faktid, kohad, kuupäevad, numbrid või tegevused, mida mäletate.

Milles sa pole kindel?

Järelemõtlemine

Millised üksikasjad on teile meelde jäänud?

- ☐ Faktid
- ☐ Emotsioonid
- ☐ Pildid
- ☐ Arvamused
- ☐ Muu _____

Rühmaarutelu. Pärast seda, kui selgus, et oli kaks versiooni:

- Milline rühm mäletas rohkem emotsionaalseid detaile?
- Milline rühm mäletas rohkem faktilisi detaile?
- Kas keegi mäletas teavet, mis oli **vihjatud, kuid mida kunagi sõnaselgelt välja ei öeldud?**
- Kuidas võib emotsionaalne raamistik mõjutada lugude levikut sotsiaalmeedias?

HARJUTUS 2.5. Miks tundub see tõene?

 Eesmärk	Arendada metakognitiivset teadlikkust, uurides, miks mõned sõnumid tunduvad veenvad, enne kui otsustatakse, kas neid usaldada.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Sotsiaalmeedia näited, refleksioonileht, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Näidake osalejatele mitmeid realistlikke sotsiaalmeedia postitusi.
2. Paluge neil kirjutada üles oma esmamuljed, ilma sisu arutamata.
3. Osalejad täidavad individuaalselt refleksioonilehte.
4. Võrdle vastuseid paarides või väikestes rühmades.
5. Arutage, kuidas isiklikud veendumused, sõnumi omadused ja tõendid mõjutasid osalejate hinnanguid.

Refleksioon

- Milline postitus tundus kõige veenvam?
- Mis mõjutas teie esmamuljet?
- Millised küsimused aitasid teil kriitilisemalt mõelda?
- Kuidas võib see mõtisklus sotsiaalmeedia kasutamisel abiks olla?

Juhendamise näpunäide

Julgustage osalejaid analüüsima **omaenda mõtteid**, mitte teiste arvamusi. Eesmärk on mõista, *miks* sõnum tundub veenev, enne kui otsustada, kas see on usaldusväärne.

Näited sotsiaalmeedia postitustest

Tuttavus	Lihtsus
 Daily Health Tips @DailyHealthTips Follow Drinking warm lemon water every morning detoxes your body and boosts your immunity! 🍋💧 Do it for a week and feel the difference!  8:30 AM · May 12, 2024 💬 167 ↻ 1.2K ❤️ 3.4K 🔗	 Simple Facts @SimpleFacts_ Follow 8 glasses of water a day. Move your body. Eat real food. Sleep enough. That's it.  6:00 PM · Feb 3, 2024 💬 89 ↻ 2.1K ❤️ 5.8K 🔗
Identiteet Asjakohasus	Usaldus allika vastu
 Alex Turner ✓ @AlexTurnerFit Follow As a dad and a coach, I only recommend products I use with my own family. Keeping kids active is the best gift we can give them. ❤️  9:15 AM · Mar 18, 2024 💬 123 ↻ 743 ❤️ 2.6K 🔗	 Dr. Sarah Mitchell ✓ @DrSarahM_D Follow New study: Daily 20-minute walks can reduce the risk of heart disease by up to 30%. Read the full research here 📌  healthresearch.org Daily Walking and Heart Health: New Findings from a 2024 Study 4:45 PM · Apr 28, 2024 💬 56 ↻ 311 ❤️ 1.1K 🔗

Refleksiooni tööleht

Osaleja: _____
 Postitus / Näide nr: _____
 Näide 1 – Tuttavus

Küsimus	Märkused
☁ Kas olete varem sarnaseid sõnumeid näinud?	_____
🔄 Kas sõnum tundub tuttav? Miks?	_____
★ Kas tuttavus paneks sind seda rohkem usaldama?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Näide 2 – Lihtsus

Küsimus	Märkused
✨ Kas sõnum on lihtne ja kergesti meelde jääv?	_____
💬 Kas sellest on välja jäetud olulist teavet?	_____
★ Kas lihtsus muudab selle usutavamaks?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Näide 3 – Identiteedi asjakohasus

Küsimus	Märkused
👤 Kas see sõnum on seotud teie identiteediga?	_____
❤️ Kas keegi selles rühmas usaldaks seda?	_____
★ Kas isiklik seos suurendab usaldust?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

Näide 4 – Usaldus allika vastu

Küsimus	Märkused
👤 Mis teeb allika usaldusväärseks?	_____
📄 Kas tõendeid on tegelikult esitatud?	_____

★ Kas usaldaksite seda postitust allika tõttu?

☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

★ Lõplik mõte

Küsimus	Märkused
Milline postitus tundus kõige veenvam?	
Milline tegur mõjutas sind kõige rohkem?	☐ Tuttavus ☐ Lihtsus ☐ Identiteet ☐ Allikas
Millele pöörad järgmisel korral rohkem tähelepanu?	_____



Allikas: Unsplash

Moodul 3. Desinformatsiooni uskumise emotsionaalsed tegurid

Emotsioonid mõjutavad tugevalt seda, kuidas inimesed teavet tõlgendavad, meelde jätavad ja jagavad. Sõnumid, mis tekitavad hirmu, viha, pahameelt või lootust, köidavad tähelepanu kiiremini ja tunduvad sageli veenvamad kui neutraalne teave. Veebikeskkonnas jagatakse emotsionaalselt laetud sisu ka tõenäolisemalt, mis muudab selle võimsaks vahendiks valeinfo levitamisel.

Haavatavate täiskasvanute jaoks võivad emotsioonid olla eriti olulised, sest ebakindlus, tõrjutus või turvatunne puudumine võivad suurendada selliste sõnumite atraktiivsust, mis pakuvad lihtsaid seletusi, määravad kindlaks süüdlase või loovad kuuluvustunde. Seetõttu peavad täiskasvanuhariduse spetsialistid käsitlema desinformatsiooni mitte ainult faktide küsimusena, vaid ka emotsionaalse ja sotsiaalse protsessina.

Õpieesmärgid

Pärast käesoleva mooduli läbimist on õpetajad võimelised:

- tunda ära veebisisus esinevaid tavalisi emotsionaalseid vallandajaid;
- selgitada, kuidas emotsioonid mõjutavad otsustusvõimet ja jagamiskäitumist;
- eristada emotsionaalseid reaktsioone tõenditest;
- kasutama praktilisi strateegiaid emotsionaalse teadlikkuse ja enesekontrolli toetamiseks.

Kuidas emotsioonid mõjutavad otsustusvõimet

Inimesed tuginevad teabe hindamisel sageli emotsioonidele kui kiirele juhisele. Kui sõnum tekitab tugeva emotsionaalse reaktsiooni, võib see tunduda olulisem, kiireloomulisem või usutavam, kui see tegelikult on.

Veebipõhised platvormid võimendavad seda mõju, edendades sisu, mis tekitab kaasatust. Sõnumid, mis tekitavad hirmu, viha, moraalset pahameelt või ärevust, pälvivad rohkem tähelepanu ja levivad seetõttu tõenäolisemalt.

Tavalised emotsionaalsed vallandajad on:

- **Hirm** – suurendab tähelepanu potentsiaalsetele ohtudele.
- **Viha** – soodustab kiiret otsustamist ja süüdistamist.
- **Vastikustunne** – tugevdab tõrjumist ja stereotüüpe.
- **Negatiivsus** – muudab negatiivse teabe positiivsest teabest meeldejäavamaks.

Need emotsionaalsed reaktsioonid on normaalsed, kuid võivad takistada hoolikat hindamist, kui neid lähemalt ei analüüsita.

Emotsioonid, identiteet ja rühma kuuluvus

Emotsioonid ei toimi isoleeritult. Need on tihedalt seotud identiteedi ja sotsiaalsete suhetega. Inimesed on pigem valmis aktsepteerima teavet, mis toetab nende väärtusi, kinnitab nende kogukonna vaateid või tugevdab eristust „meiesuguste” ja „nende” vahel. Emotsionaalselt laetud sõnumid tugevdavad sageli pigem neid identiteete kui soodustavad kriitilist analüüsi. Selle tulemusena võib valeinfo tunduda veenev mitte tugevate tõendite tõttu, vaid seetõttu, et see on kooskõlas olemasolevate kuuluvustunde, ebaõigluse või ühiste kogemustega.

Emotsionaalsete reaktsioonide juhtimine

Meediapädevuse eesmärk ei ole emotsioone maha suruda, vaid neid ära tunda enne, kui nende ajal tegutsema hakatakse.

Täiskasvanud õppijad saavad arendada välja lihtsaid harjumusi, mis vähendavad emotsioonide mõju:

- peatu enne reageerimist;
- tuvasta, milline emotsioon on vallandunud;
- eraldage tunded tõenditest;
- võrdle mitut allikat;
- jätke teabe jagamine edasi, kuni see on kontrollitud.

Need strateegiad soodustavad pigem läbimõeldud kui impulsiivseid reageeringuid ning aitavad õppijatel arendada suuremat vastupanuvõimet emotsionaalsele manipuleerimisele.

Õppimise lähenemisviis

Selle mooduli tegevused julgustavad osalejaid kogema, kuidas emotsioonid kujundavad tähelepanu, mälu ja otsustusvõimet.

Selle asemel, et arutada vastuolulisi teemasid, analüüsivad õppijad realistlikke meedia näiteid, tuvastavad emotsionaalseid vallandajaid, võrdlevad sõnumite emotsionaalseid ja neutraalseid versioone ning harjutavad lihtsaid reguleerimisstrateegiaid. Kõigi tegevuste vältel on rõhk sellel, et mõista, **kuidas emotsioonid mõjutavad mõtlemist**, mitte osalejate veendumuste hindamisel.

Tegevusteks ettevalmistumine

Emotsionaalsed reaktsioonid on teabe töötlemise normaalne osa. Nende tegevuste eesmärk ei ole emotsioone kõrvaldada, vaid aidata õppijatel neid ära tunda ja luua ruumi järelemõtlemiseks enne reageerimist.

Juhendamise näpunäited

Emotsionaalselt tundlike teemade käsitlemisel:

- **Looge psühholoogiliselt turvaline keskkond.** Kehtestage austuslikud arutelureeglid ja võimaldage osalejatel vajaduse korral tegevustest loobuda.
- **Tunnistage emotsioone, ilma neid tugevdamata.** Kinnitage tundeid, julgustades samal ajal mõtisklema selle üle, mis neid esile kutsus.
- **Keskenduge suhtlusstrateegiatele, mitte poliitilistele arvamustele.** Analüüsige pigem seda, kuidas sõnumid on koostatud, mitte seda, kas osalejad nendega nõustuvad.
- **Kasutage realistlikke, kuid mitte traumeerivaid näiteid.** Vältige graafilisi pilte või näiteid, mis on suunatud konkreetsetele identiteedirühmadele.
- **Julgustage enne arutelu järelemõtlemist.** Kirjalikud vastused vähendavad sageli impulsiivseid reaktsioone ja parandavad vestluse kvaliteeti.
- **Näidake eeskuju emotsioonide reguleerimisel.** Näidake, kuidas pauside tegemine, küsimuste esitamine ja emotsionaalselt laetud sõnumite ümbersõnastamine võivad toetada kriitilist mõtlemist.

Järgmised tegevused aitavad õppijatel tuvastada emotsionaalseid vallandajaid, eristada emotsioone tõenditest ning arendada praktilisi harjumusi, et reageerida läbimõeldult emotsionaalselt laetud veebiteabele.

HARJUTUS 3.1. Emotsioonid vs tõendid – väljakutse

 Eesmärk	Eristada emotsionaalseid reaktsioone ja tõenditel põhinevat hindamist veebiteabe tõlgendamisel.
 Aeg	35–45 min
 Rühm	6–20 osalejat
 Materjalid	Uudisartikkel või sotsiaalmeedia postitus, tööleht „Emotsioon või tõendid?“, pastakad
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Esitage osalejatele realistlik uudisartikkel või sotsiaalmeedia postitus.
2. Paluge neil ilma aruteluta kirja panna oma esmane emotsionaalne reaktsioon.
3. Osalejad täidavad töölehe iseseisvalt.
4. Võrdlege paarides või väikestes rühmades emotsionaalseid reaktsioone ja tuvastage:
 - emotsionaalne keelekasutus,
 - faktilised väited,
 - puuduv teave,
 - toetavad tõendid.
5. Paluge osalejatel analüüsi lõppedes oma esialgset hinnangut üle vaadata.

Järelemõtlemine

- Millist emotsiooni kogesite esimesena?
- Kas teie hinnang muutus pärast tõendite analüüsimist?
- Millised emotsionaalsed märgid mõjutasid teie esmamuljet?
- Kuidas võib emotsioonide eraldamine tõenditest parandada kriitilist mõtlemist?

Juhendamise näpunäide

Rõhutage, et emotsioonid on väärtuslikud signaalid, kuid need ei tohiks asendada tõendeid otsuste tegemisel või teabe jagamisel.

Emotsioon või tõendid? Tööleht

Osaleja: _____

Postitus / Näide nr: _____

♥ 1. MINU REAKTSIOON

Mida ma tundsin, kui ma sõnumit esimest korda nägin?

	Küsimus	Vastus
♥	Milline emotsioon valdas mind esimesena?	_____
🔍	Kui tugev oli see emotsioon?	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5
⚡	Mis pani mind kohe reageerima?	_____

📢 2. SÕNUM

Kuidas mõjutab sõnum minu emotsioone?

	Küsimus	Märkmed
💬	Millised sõnad või pildid tekitavad emotsioone?	_____
⚠️	Kas sõnum tekitab hirmu, viha, kiireloomulisust või lootust?	_____
🎯	Millist tegevust soodustab see sõnum?	_____

🔍 3. TÕENDID

Milline teave toetab sõnumit?

	Küsimus	Märkused
📄	Millised väited on faktilised?	_____
🔍	Milliseid tõendeid on esitatud?	_____
?	Millist teavet puudub?	_____
🌐	Kas ma saan seda teavet mujalt kontrollida?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

★ 4. MINU OTSUS

Pärast sõnumi analüüsimist...

☐ Minu arvamus jäi samaks. ☐ Minu arvamus muutus. ☐ Vajan rohkem teavet.

💬 Minu peamine järeldus

Mis aitas sul liikuda emotsionaalsest reaktsioonist tasakaalukama hinnangu juurde?

HARJUTUS 3.2. Peatu, mõtle järele, vasta

 Eesmärk	Arendada emotsionaalset teadlikkust ja harjutada läbimõeldult reageerimist emotsionaalselt laetud meediasisule.
 Aeg	30 min
 Rühm	8–12 osalejat
 Materjalid	Refleksioonileht, meedia näide (artikkel, video või sotsiaalmeedia postitus), pliiatsid
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Esitage osalejatele meedia näide.
2. Paluge neil täita iseseisvalt refleksioonileht.
3. Võrrelge vastuseid väikestes rühmades ja arutlege, kuidas emotsioonid mõjutasid tõlgendust.
4. Kutsuge osalejaid üles pakkuma välja strateegiaid, mis aitaksid neil sarnastes olukordades läbimõeldumalt reageerida.
5. Kokkuvõtke arutelu, rõhutades, kui oluline on tunda ära emotsioone enne otsuste tegemist või teabe jagamist.

Refleksioon

- Milline samm oli kõige lihtsam? Milline oli kõige raskem?
- Kas oma emotsioonide tuvastamine muutis teie tõlgendust?
- Millised strateegiad võiksid aidata teil enne reageerimist hetkeks peatuda?
- Kuidas võiksid need strateegiad parandada teie käitumist veebis?



Juhendaja nõuanne

Õiged ega valesid emotsioone ei ole. Eesmärk on tunnustada emotsionaalseid reaktsioone ja otsustada, kuidas reageerida läbimõeldult, mitte automaatselt.

 Peatu, mõtle, reageeri – töövihik

Osaleja: _____

Postitus / näide nr: _____

1. MÄRKA

Milliseid emotsioone sa kogesid?

	Küsimus	Märkused
	Millist emotsiooni tundsite esimesena?	_____
	Millist emotsiooni püüab see sõnum sinu arvates esile kutsuda?	_____

2. MÖTLE

Mis põhjustas need emotsioonid?

	Küsimus	Märkused
	Millised sõnad, pildid või ideed tekitasid teie reaktsiooni?	_____
	Kas olete varem kogunud sarnaseid tundeid?	_____

3. NIMETA SEDA

Kirjeldage oma emotsionaalset reaktsiooni võimalikult täpselt.

	Küsimus	Märkused
	Kas saaksid oma emotsiooni täpsemalt kirjeldada? (nt mure, frustratsioon, ärevus, uudishimu)	_____

4. VASTA

Kuidas saaksid oma reaktsiooni viisakalt väljendada?

	Küsimus	Märkused
	Kui sooviksite seda postitust kommenteerida või arutada, mida te ütleksite?	_____

★ 5. VALI

Mis on parim järgmine samm?

Küsimus		Vastus
★	Mida te nüüd teeksite?	☐ Peataks ☐ Kontrolliks ☐ Arutaks ☐ Jagaks ☐ Ignoreeriks

💬 Minu peamine järeldus

Milline strateegia aitab sul tulevikus läbimõeldumalt reageerida?

HARJUTUS 3.3. Sama lugu, erinevad tunded

 Eesmärk	Uurige, kuidas emotsionaalne raamistik muudab seda, kuidas inimesed sama teavet tõlgendavad, sellele usaldavad ja sellele reageerivad.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	10–15 osalejat
 Materjalid	Sama loo kolm versiooni (neutraalne, hirmul põhinev, vihal põhinev), hindamisleht, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
2. Andke igale rühmale sama loo kolm versiooni:
 - Versioon A – neutraalne
 - Versioon B – hirmul põhinev
 - Versioon C – vihale tuginev
3. Paluge osalejatel iga versiooni iseseisvalt läbi lugeda.
4. Täitke hindamisleht kõigi kolme versiooni kohta.
5. Võrrelge hinnanguid rühma sees.
6. Arutlege, kuidas emotsionaalne raamistik mõjutas tajumist, usaldust ja jagamisvalmidust.

Järelemõtlemine

- Milline versioon tundus kõige veenvam?
- Milline versioon tekitas kõige tugevamaid emotsioone?
- Kas tugevamad emotsioonid muutsid loo usutavamaks?
- Milline versioon leviks tõenäoliselt kõige rohkem sotsiaalmeedias? Miks?

Juhendaja näpunäide

Paljastage alles pärast arutelu, et kõik kolm lugu kirjeldavad sama sündmust. See aitab osalejatel mõista, kuidas emotsionaalne raamistik võib mõjutada tõlgendust, ilma et see muudaks aluseks olevaid fakte.

„Sama lugu, erinevad tunded“ – „töövihik“

Osaleja: _____

🔍 Mis muutus kolme versiooni vahel?

- ☐ Pealkiri
- ☐ Sõnavalik
- ☐ Pildid
- ☐ Toon
- ☐ Faktid
- ☐ Teabe järjestus
- ☐ Üleskutse tegutsema
- ☐ Muu _____

Loo versioon	❤️ Emotsioon (1–5)	✅ Usaldusväärsus (1–5)	🕒 Kiireloomulisus (1–5)	✉️ Kas jagaksin seda?
 Neutraalne	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel
 Hirmupõhine	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel
 Põhineb pahameelel	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel

★ Mõtisklus

Milline versioon...

Küsimus	Vastus
Põhjustas kõige tugevamaid emotsioone?	_____
Tundus kõige usutavam?	_____

Kas tekitas suurima kiireloomulisuse tunde?	
Mida jagataks internetis kõige sagedamini?	

**Minu peamine järelalus****Mida õppisite selle tegevuse käigus emotsionaalse raamistamise kohta?**

Näited Lood

Lugu A.: Neutraalne Kogukonna tervisekeskus avab uue vaksineerimiskliiniku



Kohalik tervisekeskus avab järgmisel esmaspäeval uue vaksineerimiskliiniku, et parandada juurdepääsu rutiinsetele vaksineerimistele. Kliinik on avatud kolm päeva nädalas ja aega saab broneerida veebis või telefoni teel. Omavalitsuse sõnul on uue teenuse eesmärk lühendada ooteaegu ja parandada elanike juurdepääsu. Osalemine on vabatahtlik ja inimesed saavad ise valida, kas kasutada uut kliinikut või mitte. Lisateave on kättesaadav omavalitsuse veebilehel.

Lugu B: hirmul põhinev Elanikke hoiatatakse suurenevate terviseriskide eest



Kohalikud tervishoiuametnikud väidavad, et kui rutiinsete vaksineerimistega jätkatakse viivitamist, võivad veelgi rohkem inimesi tõsiselt haigestuda. Sellega seoses avab omavalitsus järgmisel esmaspäeval uue vaksineerimiskliiniku. Ametnikud hoiatavad, et pikad ooteajad võivad jätta mõned elanikud õigeaegse kaitse ilma. Kuigi osalemine on vabatahtlik, soovitavad tervishoiuekspertid inimestel olulisi vaksineerimisi mitte edasi lükata. Lisateavet leiate omavalitsuse veebilehelt.

Lugu C: pahameelel põhinev Elanikud seavad kahtluse alla omavalitsuse prioriteetid



Mõned kohalikud elanikud kritiseerivad omavalitsust pärast seda, kui see teatas uue vaksineerimiskliiniku avamisest järgmisel esmaspäeval. Kriitikud väidavad, et riigi raha tuleks kulutada pigem olemasolevate tervishoiuteenuste parandamiseks kui uute rajatiste loomiseks. Teised kahtlevad, kas kohalikud ametivõimud kuulasid enne otsuse tegemist ära kogukonna muresid. Omavalitsus väidab, et kliiniku eesmärk on lühendada ooteaegu ja parandada juurdepääsu. Osalemine on endiselt vabatahtlik ning lisateavet leiab omavalitsuse veebilehelt.

HARJUTUS 3.4. Kuidas kujundatakse emotsionaalseid sõnumeid

 Eesmärk	Uurida, kuidas emotsionaalsed suhtlusstrateegiad mõjutavad tähelepanu, tõlgendamist ja jagamiskäitumist.
 Aeg	35–45 min
 Rühm	9–15 osalejat (kolmeliikmelised rühmad)
 Vahendid	Rollikaardid, stsenaariumikaardid, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad kolmeliikmelistesse rühmadesse.
2. Määrake üks järgmistest rollidest:
 - **Sõnumi kujundaja**
 - **Kriitiline analüütik**
 - **Publiku liige**
3. Andke igale rühmale stsenaariumikaart.
4. Sõnumi kujundaja koostab lühikese sotsiaalmeediapostituse, kasutades emotsionaalseid suhtlusvõtteid, **ilma valete fakte välja mõtlemata**.
5. Kriitiline analüütik tuvastab sõnumis kasutatud veenmistehnikad.
6. Publiku liige kirjeldab oma emotsionaalset reaktsiooni ning seda, kas ta usaldaks seda postitust või jagaks seda.
7. Vahetage rolle ja korrake harjutust uue stsenaariumiga.

Järelemõtlemine

- Millised suhtlusvõtted köitsid teie tähelepanu?
- Millised emotsioonid olid kõige tugevamad?
- Millised võtted mõjutasid usaldust kõige rohkem?
- Kuidas aitab nende strateegiate äratundmine meil veebis kriitilisemalt reageerida?

Juhendaja nõuanne

Rõhutage, et eesmärk **ei** ole luua veenvat valeinformatsiooni, vaid mõista, kuidas suhtlusvalikud võivad kujundada emotsionaalseid reageeringuid.

Sinu roll

Teie ülesanne	Võite kasutada	Ära
Püüa sõnumit kujundada järgmiselt: ☐ Tähelepanu äratav ☐ Emotsionaalne ☐ Lihtne meelde jätta ☐ Lihtne jagada	☐ Emotsionaalne keelekasutus ☐ Isiklik lugu ☐ Tõhus pealkiri ☐ Üleskutse tegutsema	☒ Faktide väljamõtlemine ☒ Isikute või rühmade ründamine ☒ Kasuta solvavat keelt

Rollikaart 2. Kriitiline analüütik

Sinu roll

Analüüsi, kuidas sõnum on üles ehitatud.

Küsimus	Märkmed
 Milliseid emotsioone püüab sõnum esile kutsuda?	_____
 Milliseid suhtlusvõtteid kasutatakse?	_____
 Millised väited vastavad tõele?	_____
 Millised tõendid puuduvad?	_____
 Kas kontrolliksite teavet enne selle jagamist?	☐ Jah ☐ Ei

 _____

Rollikaart 3. Publiku liige

Teie roll

Kirjeldage oma reaktsiooni, justkui oleksite seda postitust internetis näinud.

Küsimus	Vastus
 Milline emotsioon tekkis sul esimesena?	_____
 Kui usutav see sõnum sulle tundub?	○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5
 Kas jagaksid seda?	☐ Jah ☐ Ei ☐ Ei ole kindel
 Miks?	_____

Stsenaariumikaardid

Stsenaarium 1. Kogukonna pargi renoveerimine 	Kohalik omavalitsus on teatanud plaanist renoveerida järgmisel kuul kogukonna parki. Projekt hõlmab jalutusradade remonti, uute puude istutamist, täiendavate pinkide paigaldamist ja mänguväljakute seadmete väljavahetamist. Ehitustööd kestavad eeldatavasti umbes kuus nädalat. Selle aja jooksul on osa pargist ajutiselt suletud, samas kui teised osad jäävad avatuks.
Stsenaarium 2. Uus koolikohustuse eeskiri 	Kohalik keskkool on kehtestanud uue kohaloleku eeskirja, mille eesmärk on vähendada hilinemisi ja põhjendamatuid puudumisi. Kooli sõnul aitab see eeskiri parandada õppimist ja klassiruumide korraldust. Mõned vanemad toetavad muutusi, samas kui teised on mures, et uued reeglid ei pruugi olla piisavalt paindlikud peredele, kes satuvad ootamatutesse olukordadesse.
Stsenaarium 3. Ühistranspordi sõiduplaanide muudatused 	Alates järgmisest kuust võtab kohalik transpordiamet kasutusele uue busside ja rongide sõiduplaani. Muudatuste eesmärk on parandada ühendusi ja vähendada viivitusi tiptundidel. Mõned liinid hakkavad sõitma sagedamini, samas kui teistel liinidel on öhtusel ajal vähem sõite. Amet kinnitab, et jälgib pärast muudatuste rakendamist reisijate tagasisidet.
Stsenaarium 4. Ostupiirangud supermarketites 	Ebatavaliselt suure nõudluse ajal on mitmed supermarketid ajutiselt piiranud valitud toodete arvu, mida iga klient võib osta. Jaemüüjate sõnul on meetme eesmärk tagada, et esmatarbekaubad jääksid kõigile klientidele kättesaadavaks, kuni varud normaliseeruvad.
Stsenaarium 5. Uus kogukonna tervisekeskus 	Omavalitsus on teatanud uue kogukonna tervisekeskuse avamisest, mis pakub ennetavaid tervishoiuteenuseid, vaimse heaolu toetust ja harivaid töötubasid. Keskuse eesmärk on parandada juurdepääsu kohalikule tervishoiule ja edendada tervislikku eluviisi. Osalemine kõigis programmides on vabatahtlik.



Allikas: Unsplash

Moodul 4. Desinformatsiooni uskumise sotsiaalsed tegurid

Inimesed hindavad teavet harva üksi. Sõbrad, perekond, kolleegid, veebikogukonnad ja sotsiaalmeedia võrgustikud mõjutavad kõik seda, mida me usume ja keda usaldame. Sõnumid, mis tugevdavad meie identiteeti või kuuluvustunnet, tunduvad sageli usaldusväärsemad kui teave tundmatutest allikatest.

Haavatavate täiskasvanute jaoks võivad need sotsiaalsed mõjud olla eriti olulised. Väljatõrjutuse, ebakindluse või institutsioonide suhtes valitseva usaldamatuse kogemused võivad suurendada sõltuvust eakaaslaste võrgustikest ja veebikogukondadest, kus valeinfo võib levida pigem korduva jagamise ja sotsiaalse kinnituse kaudu kui tõendite põhjal.

Seetõttu peavad täiskasvanuhariduse õpetajad mõistma valeinfot mitte ainult individuaalse otsusena, vaid ka sotsiaalse protsessina, mida kujundavad suhted, usaldus ja rühma identiteet.

Õppimiseesmärgid

Pärast käesoleva mooduli läbimist on õpetajad võimelised:

- selgitama, kuidas sotsiaalsed suhted mõjutavad uskumuste kujunemist;
- tunnistada identiteedi, usalduse ja rühma kuuluvuse rolli valeinfo levikus;
- tuvastada kaja- ja filtermulle;
- soodustada erinevate vaatenurkade vahelist austusväärset dialoogi.

Kuidas sotsiaalne mõju kujundab veendumusi

Inimesed pöörduvad loomulikult teiste poole, kui otsustavad, mis on tõene või usaldusväärne. Sõprade, pereliikmete, austatud ühiskonnategelaste või veebirühmade jagatud teave tundub sageli veenvam kui tundmatutest allikatest pärinevad sõnumid.

Rühma kuuluvus mõjutab ka seda, kuidas inimesed teavet tõlgendavad. Sõnumeid, mis toetavad „meiesuguste inimeste“ väärtusi, võetakse sageli kergemini vastu, samas kui vasturääkivat teavet võidakse kahtluse alla seada või ignoreerida.

See ei tähenda, et inimesed oleksid irratsionaalsed. Sotsiaalne usaldus aitab meil igapäevaseid otsuseid tõhusalt langetada, kuid see võib meid ka valeteabe suhtes haavatavamaks muuta, kui usaldus põhineb peamiselt rühmaidentiteedil, mitte tõenditel.

Kajakambrid ja filtermullid

Digitaalsed platvormid kohandavad meile kuvatavat teavet isiklikult. Samal ajal kalduvad inimesed järgima ja suhtlema teistega, kellel on sarnased vaated.

Need kaks protsessi koos loovad infokeskkonna, kus samu sõnumeid korduvalt tugevdatakse.

- **Kajakambrid** tekivad sarnaste vaadetega kogukondade sisese sotsiaalse suhtluse kaudu.
- **Filtermullid** tekivad siis, kui algoritmid soovivad sarnast sisu varasema veebikäitumise põhjal.

Need mehhanismid suurendavad tuttavust, tugevdavad usku olemasolevatesse veendumustesse ja vähendavad kokkupuudet alternatiivsete vaatenurkadega.

Usaldus, identiteet ja dialoog

Usaldus mängib olulist rolli selles, kuidas inimesed teavet hindavad. Paljud inimesed tuginevad rohkem isiklikele võrgustikele, kogukonna liidritele või veebimõjutajatele kui traditsioonilistele institutsioonidele.

Kui valeinfo seostub identiteedi või rühma kuuluvusega, on pelgalt faktide parandamine sageli ebaefektiivne. Veendumuse vaidlustamine võib tunduda ka inimese kogukonna või väärtuste vaidlustamisena.

Täiskasvanuhariduse õpetajad saavad õppijaid toetada, luues austavaid ruume, kus erinevaid vaatenurki saab uurida ilma hukkamõistuta. Eesmärk ei ole veenda osalejaid võtma omaks teatud arvamusi, vaid ergutada uudishimu, dialoogi ja kriitilist mõtlemist.

Õppimise lähenemisviis

Selle mooduli tegevused aitavad õppijatel mõista, kuidas sotsiaalne keskkond mõjutab nende mõtlemist.

Osalejad analüüsivad infovõrgustikke, tuvastavad usaldusväärseid allikaid, uurivad erinevaid vaatenurki rollimängude ja dialoogi kaudu ning mõtlevad järele, kuidas veebikogukonnad kujundavad veendumusi. Kogu mooduli vältel on rõhk sotsiaalse mõju mõistmisel, mitte poliitiliste või ideoloogiliste seisukohtade arutamisel.

Tegevusteks ettevalmistumine

Arutelud identiteedi, usalduse ja rühma kuuluvuse teemadel võivad olla emotsionaalselt tundlikud. Seetõttu peaksid täiskasvanuhariduse õpetajad keskenduma pigem austusväärse dialoogi loomisele kui osalejate veenmisele, et üks vaatenurk on õige.

Juhendamise näpunäited

Nende tegevuste juhendamisel:

- **Looge psühholoogiliselt turvaline keskkond.** Lepige enne algust kokku austusväärsed arutelu reeglid.
- **Keskenduge pigem mõistmisele kui veenmisele.** Julgustage osalejaid selgitama, kuidas nad oma järeldusteni jõudsid.
- **Eraldage kogemus tõlgendusest.** Tehke vahet selle vahel, mis juhtus, ja selle vahel, kuidas seda mõistetakse.
- **Julgustage teiste seisukohtade arvestamist.** Kutsuge õppijaid üles mõtlema, kuidas erinevad inimesed võivad sama olukorda tõlgendada.
- **Hinnake ebakindlust.** Osalejad peaksid tundma end mugavalt, kui nad ütlevad: „Ma ei tea” või „Mul on vaja rohkem teavet.”
- **Vältige polariseerivaid näiteid.** Kasutage võimaluse korral igapäevaseid ühiskondlikke olukordi.

Järgmised tegevused aitavad õppijatel ära tunda sotsiaalseid mõjusid, mõista infovõrgustikke ja harjutada erinevate vaatenurkade vahelist aupaklikku dialoogi.

HARJUTUS 4.1. Erinevate vaatenurkade mõistmine

 Eesmärk	Harjutada mõistmist, kuidas erinevad inimesed võivad sama teemat erinevalt tõlgendada, ilma et nende järeldustega nõustutaks või nendega vastu vaieldaks.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	6–12 osalejat (paarid või väikesed rühmad)
 Materjalid	Lugukaardid, perspektiivi tööleht, pastakad
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad paaridesse või väikestesse rühmadesse.
2. Andke igale rühmale üks narratiivkaart.
3. Selgitage, et ülesanne on **mõista narratiivi taga peituvat mõttekäiku**, mitte seda kaitsta ega kritiseerida.
4. Täitke koos perspektiivi tööleht.
5. Iga rühm esitab lühidalt oma analüüsi.
6. Arutage narratiivide sarnasusi ja erinevusi.

Järelemõtlemine

- Mis oli selle vaatepunkti mõistmisel kõige raskem?
- Millised väärtused või mured said selgemaks?
- Kas põhjenduste mõistmine tähendas, et olite nendega nõus?
- Miks on kasulik eristada mõistmist nõustumisest?

Juhendamise näpunäide

Tuletage osalejatele meelde, et eesmärk on **pigem uudishimu kui veenmine**. Teise vaatenurga uurimine aitab meil tõhusamalt suhelda, isegi kui me ei ole ühel meelel.

 Vaatenurga tööleht**Rühm:** _____**Lugu:** _____ **1. Peamine sõnum****Milline on selles narratiivis väljendatud peamine mõte või mure?**
_____ **2. Milliseid eeldusi selles tehakse?****Mida peaks keegi uskuma, et see sõnum oleks mõistetav?**
_____ **3. Millised väärtused või vajadused on olulised?****Millised väärtused või mured tunduvad kõige olulisemad?**☐ Turvalisus☐ Vabadus☐ Õiglus☐ Usaldus☐ Ühendus☐ Turvalisus☐ Austus☐ Muu _____ **4. Miks võiks see inimestele veenev tunduda?**
_____ **5. Teine vaatenurk****Kuidas võiks sama küsimust vaadata keegi, kellel on teistsugune kogemus?**
_____ **Järelemõtlemine****Mida õppisid erinevate vaatenurkade mõistmise kohta?**

✂️ Lugude kaardid

	Lugu A – Kohalik haigla	„Inimesed peaksid võimaluse korral kasutama kohalikke haiglaid, sest tugev avalik tervishoiusüsteem on kasulik kogu kogukonnale.“
	Lugu B – Digitaalsed teenused	„Paljud avalikud teenused peaksid jääma kättesaadavaks isiklikult, sest mitte kõik ei tunne end digitaalsüsteemide kasutamisel mugavalt.“
	Narratiiv C – sotsiaalmeedia	„Sõltumatud loojad selgitavad keerulisi teemasid sageli selgemalt kui traditsioonilised uudisteorganisatsioonid.“
	Narratiiv D – kogukonna turvalisus	„Naabruskondade rühmad peaksid tegema koostööd kohaliku turvalisuse parandamiseks, selle asemel et tugineda ainult ametivõimudele.“

HARJUTUS 4.2. Faktid või tõlgendus?

 Eesmärk	Harjutada sotsiaalsete teemade aruteludes otsese kogemuse ja isikliku tõlgenduse eristamist.
 Aeg	30 min
 Rühm	8–12 osalejat
 Materjalid	Dialog „Reeglid, faktid või tõlgendus?“ Tööleht, ajamõõtja
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Paigutage osalejad ringi või väikestesse arutelurühmadesse.
2. Esitage neutraalne aruteluteema (näiteks: „*Sotsiaalmeedia on muutnud seda, kuidas inimesed teavet usaldavad.*“)
3. Andke osalejatele paar minutit, et nad saaksid töövihiku iseseisvalt täita.
4. Paluge osalejatel jagada oma vastuseid ükshaaval.
5. Enne vastamist teeb iga osaleja lühikese kokkuvõtte eelmise sõnavõtja öeldust.
6. Jätkake, kuni kõik on sõna võtnud.
7. Arutlege, kuidas faktide eraldamine tõlgendustest mõjutab vestlust.

Järelemõtlemine

- Kas oli lihtsam kirjeldada kogemusi või tõlgendusi?
- Kas teise inimese seisukoha kokkuvõtmine parandas arusaamist?
- Kust algasid erinevad tõlgendused?
- Kuidas võib see lähenemisviis parandada vestlusi vastuolulistel teemadel?

Juhendamise näpunäide

Tuletage osalejatele meelde, et erinevad inimesed võivad sama kogemust erinevalt tõlgendada. Eesmärk on neid erinevusi mõista, mitte otsustada, kellel on õigus.

Faktid või tõlgendus? Tööleht

Teema: _____

Enne kui räägite

1.  Rääkige kordamööda.
2.  Kuulake, ilma vahele segamata.
3.  Enne vastamist võtke lühidalt kokku, mida eelmine kõneleja ütles.
4.  Eraldage:
 - **Faktid** – mis juhtus või mida te täheldasite.
 - **Tõlgendus** – mida teie arvates see tähendab.
5.  Keskendu mõistmisele, mitte veenmisele.

1. Faktid

Mida ma isiklikult kogesin, täheldasin või kontrollisin?

2. Tõlgendus

Mida need faktid minu arvates tähendavad?

3. Teine vaatenurk

Mida ütles eelmine kõneleja?

4. Mida ma õppisin?

Kas teise vaatenurga kuulamine muutis või laiendas minu arusaama?

☐ Jah ☐ Veidi ☐ Ei Miks?

Peamine järeldus

Üks asi, mida ma tulevastes aruteludes teisiti teen:

HARJUTUS 4.3. Teise pilguga vaatamine

 Eesmärk	Arendada perspektiivi võtmise oskusi, uurides, kuidas erinevad huvirühmad võivad sama kogukonna probleemi mõista.
 Aeg	40–50 min
 Rühm	6–18 osalejat
 Materjalid	Rollikaardid, ettevalmistusleht, stsenaariumikaart
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Esitage üks kogukonna stsenaarium (näiteks uus tervisekeskus, muutused ühistranspordis või naabruskondlik festival).
2. Määrake igale osalejale erinev huvirühma roll.
3. Andke osalejatele 10 minutit aega töölehe abil ettevalmistamiseks.
4. Korraldage modereeritud arutelu, kus iga osaleja räägib talle määratud rolli seisukohast.
5. Lõpetage arutelu, selgitades välja kokkuleppealad ja ühised väärtused.

Järelemõtlemine

- Millist vaatenurka oli kõige raskem mõista?
- Millised olid iga sidusrühma õigustatud mured?
- Millised väärtused olid kõigil ühised?
- Kuidas võib erinevate vaatenurkade mõistmine parandada arutelusid valeinfo teemal?

Juhendamise näpunäide

Eesmärk ei ole arutelu „võita”, vaid mõista, miks mõistlikud inimesed võivad sama olukorda erinevalt näha.

Näidisscenario

Uus kogukonna tervisekeskus

Omavalitsus kavatseb avada uue kogukonna tervisekeskuse, mis pakub ennetavat tervishoiuteenust, vaimse heaolu toetust ja harivaid töötubasid.

Erinevatel kogukonna liikmetel on selle projekti suhtes erinevad ootused ja mured.

✂️ Rollikaardid

Sinu roll	Sinu vaatenurk	Mõelge
👤 Kodanik	Mõelge, kuidas see otsus mõjutab igapäevaelu.	• Kuidas see mõjutab teid või teie perekonda? • Milliseid eeliseid näed selles? • Millised on teie mured?
🏛️ Kohaliku omavalitsuse esindaja	Selgitage, miks see otsus tehti	• Avalik huvi • Piiratud eelarve • Pikaajaline planeerimine
👩 Tervishoiutöötaja	Keskenduge tervishoiuvajadustele ja praktilisele rakendamisele.	• Teenustele juurdepääs • Ennetamine • Kogukonna heaolu
👴 Eakas elanik	Mõelge ligipääsetavusele ja igapäevastele praktilistele vajadustele.	• Transport • Teave • Juurdepääsu lihtsus
📱 Kogukonna blogija	Mõelge, kuidas seda lugu võiks veebis esitada.	• Milline teave võiks tähelepanu äratada? • Kuidas saaksid sellest vastutustundlikult kirjutada? • Milliseid küsimusi võiks teie lugejaskond esitada?
👥 Kogukonna vabatahtlik	Keskenduge koostööle ja kaasamisele.	• Kes sellest kasu saab? • Kes võivad end tõrjutuna tunda? • Kuidas saavad erinevad rühmad koos töötada?

 Ettevalmistustööleht

Roll: _____

 Minu vaatenurk

Mis on minu rolli puhul kõige olulisem?

 Peamised mureküsimused

Loetlege kaks muret.

1. _____

2. _____

 Ühised väärtused

Millist väärtust jagad tõenäoliselt kõigiga?

☐ Turvalisus

☐ Õiglus

☐ Tervis

☐ Austus

☐ Ühendus

☐ Usaldus

☐ Kaasatus

☐ Muu _____

 **Üks küsimus, mille ma esitaksin**

 Järelemõtlemine

Pärast arutelu...

Midagi, mida ma nüüd paremini mõistan:

HARJUTUS 4.4. Õppimine dialoogi kaudu

 Eesmärk	Harjutada aupaklikku arutelu, kuulates erinevaid seisukohti, tunnistades ebakindlust ja olema valmis oma mõtlemist muutma.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	10–15 osalejat
 Materjalid	Dialoogireeglid, refleksioonileht, ajamõõtja
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad kahte väiksesse rühma.
2. Esitage arutlusteema (näiteks: „Sotsiaalmeediaplatformid peaksid tegema rohkem, et vähendada valeinformatsiooni levikut.“)
3. Selgitage, et eesmärk on **õppida**, mitte võita.
4. Korraldage arutelu lühikeste, ajaliselt piiratud voorudena.
5. Osalejad võivad oma arvamusi igal hetkel muuta või täpsustada.
6. Lõpus täidavad kõik osalejad refleksioonilehe.

Refleksioon

- Kas mõni argument pani sind teisiti mõtlema?
- Mis aitas sul mõista teist vaatenurka?
- Kas teie arvamus muutus täielikult, osaliselt või üldse mitte?
- Millised küsimused jäid vastuseta?

Juhendamise näpunäide

Tunnustage uudishimu ja mõtlikku järelemõtlemist. Osalejad peaksid tundma end mugavalt, kui nad ütlevad „Ma ei ole kindel” või „Ma olen oma meelt muutnud”.

Juhised dialoogi kaudu õppimiseks

Arutelu ajal

 **Kuulake lugupidavalt.**

Laske kõigil lõpetada, enne kui vastate.

 **Selgitage oma mõttekäiku.**

Selgita, miks sa nii arvad, mitte ainult seda, mida sa arvad.

 **Tunnusta häid argumente.**

On lubatud öelda:

„See on hea mõte.” või „Seda ma polnud arvestanud.”

 **Ole avatud oma arvamuse muutmisele.**

Õppimine tähendab sageli oma ideede täiustamist, kui saad uut teavet.

 **Ebakindlus on lubatud.**

On täiesti lubatud öelda:

„Ma ei ole kindel.”

„Mul on vaja rohkem teavet.”

„Minu arvamus on muutunud.”

 Refleksioonileht

Teema: _____

 **Minu algne seisukoht**

☐ Nõustun ☐ Ei nõustu ☐ Ei ole kindel

Miks?

 **Üks mõte, mis pani mind mõtlema**

 **Kas mu arvamus on muutunud?**

☐ Jah ☐ Osaliselt ☐ Ei

Kuidas?

 **Millised küsimused jäävad alles?**

 **Üks asi, mida ma täna õppisin**



Allikas: Unsplash

5. moodul. Kuidas võidelda desinformatsiooni vastu

Desinformatsiooni äratundmine on vaid esimene samm. Täiskasvanute koolitajad vajavad ka praktilisi strateegiaid, mis aitavad õppijatel enesekindlalt reageerida, teavet kontrollida ja manipuleerimisele vastu seista enne, kui see juurdub.

Uuringud näitavad, et valeinfo lihtsalt parandamisest ei piisa sageli. Kui valeinfo on muutunud tuttavaks või seotud emotsioonide ja identiteediga, võivad inimesed seda uskuda isegi pärast seda, kui see on ümber lükatud. Seetõttu keskendub tõhus haridus mitte ainult valeinfo parandamisele, vaid ka selle ennetamisele ja kriitilise mõtlemise tugevdamisele.

Õpieesmärgid

Pärast käesoleva mooduli läbimist on õpetajad võimelised:

- selgitama vahet „pre-bunking’u” ja „debunking’u” vahel;
- kasutama immuniseerimisteooriat, et arendada vastupanuvõimet valeandmetele;
- õpetada praktilisi kontrollimisstrateegiaid;

- julgustada igapäevaelus valeteabele austusväärselt reageerima;
- valida sobivaid digitaalseid vahendeid ja õppematerjale.

Ennetamine enne parandamist

Paljud inimesed eeldavad, et valeandmeid tuleks lihtsalt parandada. Kuigi parandused on olulised, näitavad uuringud, et need on sageli vähem tõhusad, kui valed uskumused on juba juurdunud.

Tõhusam lähenemisviis on **ennetav teavitamine** – õppijate ettevalmistamine enne, kui nad valeteabega kokku puutuvad. Selle asemel, et parandada üksikuid valeväiteid, selgitavad õpetajad, kuidas manipuleerimine toimib, et õppijad suudaksid seda ise ära tunda. Selline ennetav lähenemisviis vähendab vastuvõtlikkust paljude erinevate teemade puhul ja toetab pikaajalist vastupidavust.

Inokulatsiooniteooria

Üks kõige paremini tõestatud lähenemisviise valeinfo ennetamiseks on **inokulatsiooniteooria**.

Idee on sarnane meditsiinilise vaktsiiniga: inimesed muutuvad manipuleerimise suhtes vastupidavamaks, kui nad puutuvad esmalt kokku nõrgendatud näidetega koos selgitusega, kuidas need toimivad.

Tõhus vaktsineerimistegevus hõlmab tavaliselt kolme elementi:

-  **Hoiatus:** selgitage, et eksitav teave ja manipuleerimine on veebis levinud.
-  **Selgitus:** näidake, kuidas toimivad levinud võtted, nagu emotsionaalne keelekasutus, võltsitud eksperdid, vandenõuteooriad või eksitavad pildid.
-  **Harjutus:** andke õppijatele võimalus neid võtteid realistlike näidete abil ära tunda ja neile reageerida.

Uuringud näitavad, et **aktiivne osalemine** – analüüsimine, arutlemine ja harjutamine – on tõhusam kui lihtsalt teabe vastuvõtmine.

Praktilised kontrollimisoskused

Ennetamine toimib kõige paremini siis, kui õppijad oskavad ka teavet kontrollida.

Lihtsad kontrollimisharjumused hõlmavad:

- originaalallika kontrollimine;
- mitme usaldusväärse allika võrdlemine;
- otsida pigem tõendeid kui arvamusi;
- emotsionaalse keelekasutuse äratundmine;
- kontrollida, kas pilte või statistikat kasutatakse kontekstis.

Kontrollimine peaks saama pigem rutiinseks harjumuseks kui aeg-ajalt tehtavaks tegevuseks.

Vastamine valeandmetele

Kui valeandmeid levitavad sõbrad, sugulased või kolleegid, võib otsene parandamine tekitada vastuseisu.

Täiskasvanuhariduse õpetajad võivad õppijaid julgustada:

- esitama küsimusi, mitte vaidlema;
- uurima tõendeid ühiselt;
- tunnistama ebakindlust;
- vältima avalikku piinlikkust;
- näitama eeskju austusväärsest dialoogist.

Eesmärk on hoida vestlused konstruktiivsetena, julgustades samal ajal kriitilist mõtlemist.

Õppimine praktika kaudu

Inimesed õpivad kõige paremini, kui nad harjutavad aktiivselt valeinfo äratundmist. Interaktiivsed tegevused, nagu simulatsioonid, rollimängud, viktoriinid ja hariduslikud mängud, aitavad õppijatel turvalises keskkonnas kogeda, kuidas manipuleerimine toimib. Uuringud näitavad ka, et aktiivne õppimine on tõhusam kui passiivne teabe edastamine, sest osalejad genereerivad ise oma vastuseid, selle asemel et lihtsalt fakte pähe õppida.

Digitaalsed vahendid täiskasvanuhariduse õpetajatele

Valeinfo teemalise hariduse toetamiseks on olemas palju tasuta digitaalseid vahendeid. Näiteks:

- **Bad News** – levinud manipuleerimistehnikate äratundmine.
- **Harmony Square** – polariseerumise ja sotsiaalse manipuleerimise mõistmine.
- **Cranky Uncle** – eksitavate argumentide ja loogiliste eksimuste tuvastamine.

Need vahendid on kasulikud näited, kuid õpetajad peaksid tegevusi kohandama kohaliku konteksti ja õppijate vajadustega.

Tegevusteks ettevalmistumine

Käesoleva mooduli tegevused keskenduvad pigem igapäevaste harjumuste kujundamisele kui faktiliste teadmiste kontrollimisele.

Juhendamise näpunäited

Nende tegevuste kasutamisel:

- **Keskenduge praktilistele harjumustele.** Julgustage õppijaid peatuma, küsimusi esitama ja kontrollima, mitte fakte pähe õppima.
- **Vältige avalikku parandamist.** Looge toetav õpikeskkond, kus vead muutuvad õppimisvõimalusteks.
- **Kasutage koostööülesandeid.** Kontrollimine on sageli tõhusam, kui õppijad töötavad koos.
- **Harjutage igapäevaseid olukordi.** Kasutage näiteid perekonnavestlustest, sõnumirakendustest, töökohtadest ja kogukonnarühmadest.
- **Suhtuge ebakindlusesse loomulikult.** Julgustage osalejaid ütleva: „Ma ei ole kindel” või „Kontrollime koos järele.”
- **Kohandage tegevusi õppijate vajadustele.** Trükitud materjalid ja arutelupõhised harjutused sobivad hästi rühmadele, kelle digitaalsed oskused on piiratud.

HARJUTUS 5.1. Peatu, kontrolli, otsusta

 Eesmärk	Harjutada teabe kontrollimist enne otsustamist, kas seda usaldada või jagada.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Näidiskaardid, kontrollnimekiri, allikakaardid, pastakad
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
2. Andke igale rühmale:
 - ühe näidiskaardi,
 - mitu võimalikku allikakaarti,
 - kontrollnimekirja.
3. Paluge rühmadel sõnumit uurida, täites kontrollnimekirja.
4. Osalejad otsustavad, kas nad:
 - usaldavad seda,
 - seda täiendavalt kontrollida,
 - või hoiduksid selle jagamisest.
5. Iga rühm selgitab, **kuidas** nad oma otsuseni jõudsid.

Järelemõtlemine

- Milline küsimus oli kõige kasulikum?
- Millised sõnumid tundusid esialgu veenvad?
- Kas teie arvamus muutus pärast teabe kontrollimist?
- Milliseid kontrollimisharjumusi hakkate igapäevaelus kasutama?

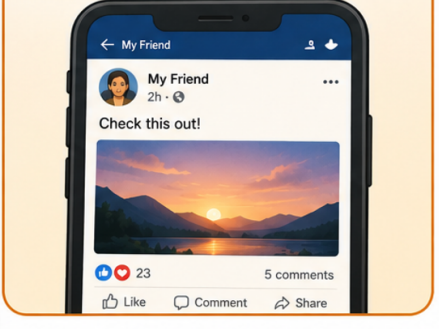
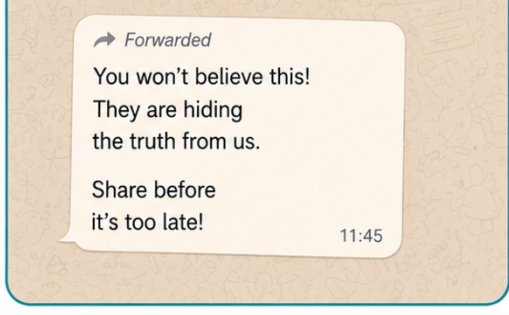
Juhendamise näpunäide

Keskenduge **protsessile**, mitte sellele, kas osalejad jõuavad samale järeldusele. Hea kontrollimine tähendab läbimõeldud küsimuste esitamist enne reageerimist või arvamuse jagamist.

Näidiskaardid

Näide	Väide
	Uus seadus keelustab alates järgmisest kuust mitmed igapäevased toiduained.
	Teadlased on avastanud ravi, mis toimib kõigi puhul.
	Sisserändajad saavad salajasi rahalisi hüvitisi, millele kohalikud elanikud juurdepääsu ei oma.
	Hiljuti jagatud video tõestab valimispettust.

✂ Allikad

 Kohalik ajaleht  Local newspaper 	 Valitsuse veebileht  Government website 
 Ülikooli teadlane  University researcher 	 Sõber sotsiaalmeedias  Friend on social media 
 Mõjutaja  Influencer 	 Anonüümne edastatud sõnum  Anonymous forwarded message 

Kontrollnimekiri

Osaleja: _____

Näide: _____

1. ALLIKAS

✓	Küsimus	Vastus
☐	Kes koostas selle sõnumi?	
☐	Kas allikas on selgelt märgitud?	

2. TÕENDID

✓	Küsimus	Vastus
☐	Kas on tõendeid või ainult väited?	
☐	Kas mõni teine usaldusväärne allikas suudab seda kinnitada?	

3. SÕNUM

✓	Küsimus	Vastus
☐	Kas selles kasutatakse hirmu, kiireloomulisust või pahameelt?	
☐	Kas pealkiri või pilt on eksitav?	
☐	Millist olulist teavet võiks puududa?	

4. MINU REAKTSIOON

✓	Küsimus	Vastus
☐	Kas ma reageerin emotsionaalselt?	
☐	Kas ma teen oletusi?	

★ 5. MINU OTSUS

Pärast teabe kontrollimist:

- ☐ Usaldan seda.
- ☐ Vajan rohkem teavet.
- ☐ Ma ei jagaks seda.

💬 Miks?

HARJUTUS 5.2. Kuulujuttude ahel

 Eesmärk	Vaata, kuidas teave muutub, kui see edastatakse ühelt inimeselt teisele.
 Aeg	25–35 min
 Rühm	10–20 osalejat
 Vahendid	Sõnumikaardid, kuulujutu ahela tööleht, pastakad
 Raskusaste	Algaja

Juhised

1. Palu ühel osalejal lühike sõnum vaikselt läbi lugeda.
2. Ta sosistab sõnumi järgmisele osalejale ainult ühe korra.
3. Sõnum liigub ringis edasi.
4. Viimane osaleja loeb lõpliku versiooni valjusti ette.
5. Võrdle lõplikku sõnumit algse sõnumiga.
6. Korrake seda teise sõnumiga, mis sisaldab emotsionaalsemat keelt.

Järelemõtlemine

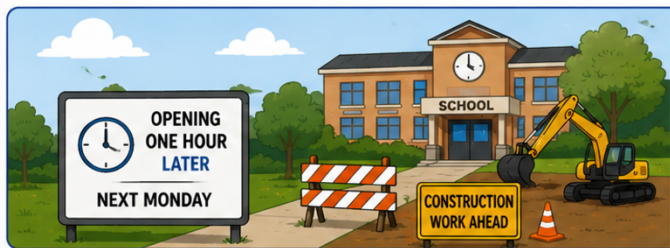
- Millised üksikasjad jäid samaks?
- Millised detailid muutusid või kadusid?
- Kas emotsionaalsed detailid jäid kergemini meelde?
- Kuidas võib teave muutuda, kui seda korduvalt edasi antakse?

Juhendaja näpunäide

Tuletage osalejatele meelde, et mälu muudab teavet loomulikul viisil. Harjutuse eesmärk on mõista, kuidas levivad kuulujutud – mitte kellegi mälu proovile panemine.

✂ Sõnumikaardid

Sõnum A (neutraalne)



Kohalik kool avatakse järgmisel esmaspäeval tund aega hiljem, sest sissepääsu juures toimuvad ehitustööd.

Sõnum B (emotsionaalne)



Vanemad on mures, sest kohalik kool avatakse järgmisel esmaspäeval hiljem, kuna sissepääsu juures toimuvad ehitustööd.

Sõnum C (neutraalne)



Kogukonna park on kuue nädala jooksul osaliselt suletud, kuna sinna paigaldatakse uusi mänguväljakuvahendeid.

Sõnum D (emotsionaalne)



Paljud pered on pahased, sest suur osa kogukonna pargist on mitu nädalat suletud.

Kuulujuttude ahela tööleht

Rühm: _____

Algne sõnum

Kirjuta algne sõnum.

Lõppsõnum

Kirjutage üles lõplik versioon, mida kuulsite.

Võrdle sõnumeid

	Küsimus	Märkus
☐	Millised üksikasjad jäid samaks?	
☐	Millised üksikasjad muutusid?	
☐	Millised üksikasjad kadusid?	
☐	Kas lisati uusi detaile?	

Miks see sinu arvates juhtus?

Mida saame sellest õppida?

Üks asi, mida ma enne teabe jagamist meeles pean:

HARJUTUS 5.3. Reageeri rahulikult

 Eesmärk	Harjuta reageerimist valeinformatsioonile viisil, mis soodustab dialoogi, mitte konflikti.
 Aeg	30–40 min
 Rühm	6–12 osalejat
 Materjalid	Stseenaariumikaardid, vastuskaardid, refleksioonileht
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad paaridesse.
2. Andke igale paarile üks stsenaariumikaart.
3. Üks osaleja loeb stsenaariumi valjusti ette.
4. Teine osaleja vastab, kasutades rahulikku ja konstruktiivset suhtlemist.
5. Arutage, millised vastused soodustavad vestlust ja millised suurendavad konflikti.
6. Vahetage rolle ja korrake harjutust teise stsenaariumiga.

Järelemõtlemine

- Millised vastused aitasid vestlust avatuna hoida?
- Millised vastused tekitasid vastupanu?
- Miks on küsimuste esitamine sageli tõhusam kui inimeste parandamine?
- Millist vastust kasutaksite igapäevaelus?

Juhendamise näpunäide

Eesmärk ei ole kohe veenda, vaid luua võimalusi austusväärseks dialoogiks ja ühiseks faktide kontrollimiseks.

✂ Stsenaariumikaardid

 SCENARIO 1	Pereliige jagab perekonna WhatsAppi rühmas vandenõuteooria videot.
 SCENARIO 2	Kolleeg väidab, et ühtegi peavoolu meediat ei saa usaldada.
 SCENARIO 3	Sõber jagab sotsiaalmeedias dramaatilist tervisehoiatust.
 SCENARIO 4	Naaber kordab kontrollimata kuulujuttu sisserrändajate kohta.

Vastuskaardid

 Kasulikud vastused	 Olukorda teravdavad vastused
Kust see teave pärineb?	See on jama.
Kas vaatame koos mõnda teist allikat?	Seda usuvad ainult rumalad inimesed.
Ma pole kindel, kas see on õige.	Sa eksid täielikult.
See kõlab murettekitavalt. Vaatame tõendeid.	Ära levita valesid.
Võib-olla on seal rohkem konteksti.	Sa ilmselt ei saa aru.
Kuidas me teame, et see on tõsi?	See on valeuudis. Arutelu lõpp.
Kas võiks olla ka mõni muu seletus?	Sind on ajupestud.
Tahaksin enne otsustamist rohkem teada saada.	Igaüks, kes seda usub, on asjatundmatu.

Refleksioonileht

Stsenaarium: _____

 Millise vastuse valisite?

 Kas see soodustas vestlust?

☐ Jah ☐ Osaliselt ☐ Ei

Miks?

 Mida võiksid teisiti öelda?

 Üks lause, mida ma meelde jätan

 Kasulikud vestluse alustamise viisid	 Vältida tuleks järgmisi vastuseid
✓ Kust see teave pärineb?	✗ See on rumal.
✓ Kas vaatame veel ühest allikast järele?	✗ Sa eksid.
✓ Miks see veenev tundub?	✗ Sind on ajupestud.
✓ Kas võiks olla ka mõni muu seletus?	✗ Ainult idioot usuks seda.
✓ Vaatame tõendeid koos läbi.	✗ Ära levita valesid.

HARJUTUS 5.4. Vastupidava kogukonna loomine

 Eesmärk	Leida praktilisi viise valeinfo vähendamiseks ja usalduse tugevdamiseks kohalikus kogukonnas.
 Aeg	35–45 min
 Rühm	8–15 osalejat
 Materjalid	Kogukonna kaardistamise tööleht, pabertahvel, kleepuvad märkmepaberid, markerid
 Raskusaste	Keskmine

Juhised

1. Jagage osalejad väikestesse rühmadesse.
2. Paluge igal rühmal arutada, kuidas levib teave nende kogukonnas.
3. Täitke koos kogukonna kaardistamise tööleht.
4. Määrake kindlaks praktilised meetmed, mis võiksid parandada juurdepääsu usaldusväärsele teabele.
5. Esitage kogu rühmale üks või kaks prioriteetset tegevust.
6. Võrrelge ideid ja arutlege, milliseid neist oleks realistlikult võimalik ellu viia.

Järelemõtlemine

- Milliseid ideid saaks kohe ellu viia?
- Millised kogukonna liikmed võiksid aidata?
- Millised väljakutsed võivad tekkida?
- Millisel tegevusel oleks suurim mõju?

Juhendaja nõuanne

Julgustage osalejaid keskenduma **realistlikele kohalikele tegevustele**. Väikesed kogukonnaalgatused on sageli tõhusamad kui suured kampaaniad.

Kogukonna kaardistamise tööleht

1. Kus levib teave?

Kust saavad meie kogukonna inimesed tavaliselt uudiseid või teavet?

- ☐ Perekond
- ☐ Sõbrad
- ☐ WhatsApp või sõnumirakendused
- ☐ Facebook või sotsiaalmeedia
- ☐ Televisioon
- ☐ Ajalehed
- ☐ Kogukonnaorganisatsioonid
- ☐ Usulised organisatsioonid
- ☐ Muu:

2. Kellesse inimesed usaldavad? Keda inimesed tavaliselt kuulavad?

3. Kes võivad vajada lisatuge? Millistel rühmadel võib olla raskem valeandmeid ära tunda?

- ☐ Eakad
- ☐ Noored
- ☐ Uustulnukad
- ☐ Inimesed, kellel on piiratud digitaalsed oskused
- ☐ Sotsiaalselt isoleeritud inimesed
- ☐ Muu:

Miks?

4. Mis võiks aidata?

Valige kolm tegevust.

- ☐ Ühine faktide kontrollimine
- ☐ Ühenduse arutelud
- ☐ Trükitud teabelehed

- ☐ Meediapädevuse töötoad
 - ☐ Vastastikune õppimine
 - ☐ Kohalikud teabedastajad
 - ☐ Usaldusväärsed kontaktisikud kogukonnas
 - ☐ Muu:
-

★ 5. Meie kogukonna tegevus

Üks realistlik tegevus, millega võiksime järgmise kuu jooksul alustada:

👉 Kes võiks aidata?



17 Esimene samm



Allikas: Unsplash

Tegevuste kohandamine erinevatele õppijatele

Täiskasvanute haridusrühmad on harva ühtlased. Osalejad erinevad haridustaustalt, digitaalsetelt oskustelt, keeleoskuselt, kultuurilistelt kogemustelt, tehnoloogia kasutamise enesekindluselt ja varasematelt kokkupuudetelt valeinfo. Need erinevused mõjutavad mitte ainult seda, kuidas õppijad teavet mõistavad, vaid ka seda, kuidas nad aruteludes osalevad, veebisisu tõlgendavad ja haridustegevustele reageerivad.

Seetõttu on käesolevas juhendis esitatud harjutused teadlikult paindlikud, mitte normatiivsed. Õpetajaid julgustatakse kohandama tegevusi oma õppijate eripäradele, säilitades samas üldised õpieesmärgid. Paljudel juhtudel võivad väikesed kohandused – nagu keele lihtsustamine, visuaalsete materjalide suurem kasutamine, aruteluajale lisaaja andmine või töötamine väiksemates rühmades – oluliselt parandada kaasatust ja õpitulemusi. Järgmised soovitused annavad juhiseid tegevuste kohandamiseks mõnede täiskasvanuhariduses kõige sagedamini esinevate õppijarühmade jaoks.

Piiratud digitaaloskustega täiskasvanud

Paljudel täiskasvanud õppijatel on piiratud kogemus digitaalkeskondades navigeerimisel või veebiteabe hindamisel. Nad võivad küll igapäevases suhtluses nutitelefone enesekindlalt kasutada, kuid neil puudub tutvus selliste mõistetega nagu algoritmid, sponsoreeritud sisu, pildi tagurpidi otsing või tehisintellekti poolt loodud meedia. Seetõttu võib tehniline terminoloogia muutuda õppimisele tarbetuks takistuseks.

Nende osalejatega töötades peaksid õpetajad alustama tuttavatest näidetest ja tutvustama järkjärgult keerulisemaid mõisteid. Trükitud materjalid pakuvad sageli mugavamalt lähtepunkti kui reaalses demonstratsioonid digitaalsetel seadmetel, võimaldades osalejatel keskenduda pigem manipuleerimistehnikate äratundmisele kui tehnoloogia kasutamisele.

Õppetegevused peaksid kulgema samm-sammult, pakkudes piisavalt võimalusi kordamiseks ja aruteluks. Paaristöö on eriti tõhus, sest osalejad saavad üksteist toetada ja oma mõttekäiku arutada enne, kui seda kogu rühmaga jagavad.

Selle rühmaga eriti hästi sobivad harjutused on „**Leia manipuleerimine**”, „**Peatu enne jagamist**”, „**Peatu, kontrolli, otsusta ja reageeri rahulikult**”, kuna need keskenduvad pigem praktilisele otsuste tegemisele kui tehnilistele oskustele.

Sisserändajad ja pagulased

Sisserändaja- või pagulastaustaga täiskasvanud õppijad toovad sageli kaasa mitmekesiseid kogemusi meediasüsteemide, valitsusasutuste ja poliitilise suhtlusega. Usaldus teabeallikate vastu võib oluliselt erineda sõltuvalt varasematest kogemustest nende päritoluriikides. Mõned osalejad võivad samuti kokku puutuda keelebarjääridega või tugineda peamiselt oma kogukondades jagatavale teabele.

Seetõttu peaksid haridustegevused soodustama pigem võrdlemist kui hinnangute andmist. Osalejate kutsumine arutama, kuidas teavet erinevates riikides edastatakse, võib õppimist rikastada, tunnustades samal ajal rühma siseseid erinevaid vaatenurki.

Võimaluse korral peaksid näited olema kultuuriliselt kaasavad ja kättesaadavad osalejate eelistatud keeltes. Arutelud peaksid jääma austusväärseteks ja keskenduma pigem valeinfo toimumise mõistmisele kui poliitiliste seisukohtade arutamisele. Lisajaotatud aeg selgitusteks ja väikeste rühmade aruteludeks võib aidata osalejatel tunda end vestlustes osalemisel enesekindlamalt.

Sellised tegevused nagu „**Kogemus vs tõlgendus**”, „**Reageeri rahulikult**” ja „**Vastupidava kogukonna loomine**” sobivad eriti hästi mitmekultuurilistele rühmadele, kuna need edendavad dialoogi, teiste seisukohtade mõistmist ja koostööl põhinevat probleemide lahendamist.

Eakad

Eakad inimesed kasutavad üha enam digitaaltehnoogiaid suhtlemiseks perekonna ja sõpradega, eriti sõnumirakenduste ja sotsiaalmeediaplatvormide kaudu. Samal ajal võivad nad olla eriti haavatavad valeinfo suhtes, mida levitatakse usaldusväärsete isiklike võrgustike kaudu, kus sõnumid jõuavad sageli kohale ilma selge allika või kontrollimisvõimaluseta.

Õppetegevused peaksid tuginema osalejate igapäevastele kogemustele. Näited, mis hõlmavad WhatsAppi, Facebooki, e-posti või kohalikke kogukonnavõrgustikke, on sageli mõttekamad kui näited, mis on võetud tundmatutelt digitaalsetelt platvormidelt. Suurema kirjasuuruse,

selge visuaalse kujunduse ja piisava aruteluaja tagamine aitab kindlustada, et osalejad saavad keskenduda pigem teabe analüüsimisele kui õppematerjalidega toimetulekule.

Vanematel inimestel on sageli ulatuslik elukogemus, mis võib rühmaarutelusid rikastada.

Osalejate julgustamine jagama oma näiteid mitte ainult suurendab kaasatust, vaid näitab ka, et vaeleinfo mõjutab kõiki, sõltumata vanusest või kogemusest.

Eriti sobivad tegevused on „**Leia manipuleerimine**”, „**Peatu, kontrolli**, otsusta” ja „**Kuulujuttude ahel**”, mis on otseselt seotud olukordadega, millega osalejad võivad igapäevaelus kokku puutuda.

Piiratud kirjaoskusega täiskasvanud

Mõnedel õppijatel võib olla raskusi pikemate tekstide lugemisel või keerulise kirjaliku teabe mõistmisel. Sellistes olukordades muutub visuaalne suhtlus eriti oluliseks.

Seetõttu on paljud käesoleva juhendi töölehed koostatud ühtsete ikoonide, lihtsa kujunduse ja piiratud tekstikogusega. Õpetajad saavad tegevusi veelgi kohandada, lugedes juhiseid valjusti ette, demonstreerides ülesandeid enne osalejate alustamist ning soodustades pigem koostööd kui individuaalset tööd.

Vajaduse korral võib kirjalikke vastuseid asendada suulise aruteluga, joonistamisülesannetega või rühmas otsuste tegemisega. Rõhk peaks jääma ideede mõistmisele ja oskuste harjutamisele, mitte kirjalike vastuste koostamisele.

Segarühmad

Paljud täiskasvanuhariduse programmid toovad kokku erinevas vanuses, erineva haridustaustaga, erinevatest kultuuridest pärit ja erineva digitaalse pädevuse tasemega osalejaid. Kuigi selline mitmekesisus võib esialgu tunduda väljakutsena, loob see sageli väärtuslikke võimalusi koostööõppeks.

Paremate digitaalsete oskustega osalejad saavad toetada vähem kogenud osalejaid, samal ajal kui erinevast kultuuritaustast pärit õppijad pakuvad alternatiivseid vaatenurki teabele, usaldusele ja meedia kasutamisele. Struktureeritud paaris- ja väikese rühma tegevused soodustavad seda teadmiste vahetust, vähendades samal ajal survet üksikutele osalejatele. Õpetajad peaksid tagama, et ükski osaleja ei võtaks kogu töötoa vältel endale „eksperdi” rolli. Rollide vaheldumine tegevuste käigus aitab säilitada tasakaalustatud osalemist ja tugevdab arusaama, et igaüks saab nii rühma panustada kui ka sellest õppida.

Lõppkokkuvõttes ei ole eesmärgiks luua täiesti ühtlasi õppegrupe, vaid luua õpikeskkond, kus osalejad tunnevad end turvaliselt, et esitada küsimusi, väljendada ebakindlust ja uurida koos erinevaid vaatenurki. Selline keskkond tugevdab mitte ainult kriitilist mõtlemist, vaid ka usaldust ja dialoogi, mis on hädavajalikud pikaajalise vastupidavuse loomiseks vaeleinformatsiooni suhtes.



Allikas: Unsplash

Töötubade kavandamine

Käesolevas juhendis esitatud harjutused on kavandatud paindlikuks ning neid saab läbi viia eraldi või kombineerida erineva pikkusega töötubadeks. Täiskasvanuhariduse õpetajad töötavad väga erinevates keskkondades – alates kogukonnakeskustest ja raamatukogudest kuni kutseõppeprogrammide ja integratsioonikursusteni – ning ükski töötuba ei suuda rahuldada kõiki vajadusi.

Kindla õppekava järgimise asemel julgustatakse õpetajaid valima tegevusi vastavalt osalejate kogemustele, õppimiseesmärkidele ja kättesaadavale ajale. Mõnedele rühmadele võib kasuks tulla lühike sissejuhatus, mis keskendub praktilistele kontrollimisoskustele, samas kui teised võivad olla valmis uurima valeinfo taga peituvaid psühholoogilisi mehhanisme või osalema keerulisemates aruteludes dialoogi ja kogukonna vastupidavuse teemadel.

Allpool esitatud töötubade näidiskavad illustreerivad, kuidas tegevusi saab ühendada sidusateks õppetundideks. Neid võib vabalt kohandada, lisades või eemaldades harjutusi vastavalt osalejate vajadustele.

Sissejuhatav töötuba (90 minutit)

90-minutiline töötuba sobib teadlikkuse tõstmise üritustele, meediapädevuse sissejuhatavatele sessioonidele, raamatukogudesse, kogukonnaorganisatsioonidesse või osana suuremast koolitusprogrammist. Peamine eesmärk on tutvustada osalejatele valeinfo äratundmise põhiprintsiipe ja julgustada lihtsaid kontrollimisharjumusi, mida saab kohe igapäevaelus rakendada.

Aeg	Tegevus
10 min	Tervitus, tutvustamine ja õpieesmärgid
15 min	Sissejuhatus: Mis on valeinfo?
25 min	Harjutus 1.1 – Leia manipuleerimine
25 min	Harjutus 1.4 – Mõttele enne jagamist järele
15 min	Järelemõtlemine, arutelu ja peamised järeldused

Õpitulemused

Töötoa lõpuks peaksid osalejad oskama ära tunda mitmeid levinud manipuleerimistehnikaid, tuvastada hoiatavaid märke veebisisus ning rakendada lihtsat kontrolliprotsessi enne teabe jagamist.

Poolpäevane töötuba (3 tundi)

Poolpäevane töötuba võimaldab osalejatel minna kaugemale valeinfo äratundmisest ja hakata uurima, miks eksitav teave tundub sageli veenev. See formaat sobib eriti hästi täiskasvanute hariduskeskustele, integratsiooniprogrammidele, töökohal toimuvale koolitusele ja kogukonnaorganisatsioonidele, kes soovivad interaktiivsemat õpikogemust.

Töötuba ühendab praktilisi tegevusi juhendatud aruteluga ning julgustab osalejaid oma mõtlemist ja otsuste tegemist analüüsima.

Aeg	Tegevus
15 min	Tervitus ja sissejuhatus
20 min	Õppemeetodid ja ülevaade
35 min	1. moodul: Valeinfo mõistmine
30 min	Harjutus 1.1 – Tuvasta manipuleerimine
15 min	Kohvipaus

35 min	Moodul 2: Miks valeinfo tundub tõene
30 min	Harjutus 2.2 – Kiire mõtlemine vs aeglane mõtlemine
20 min	Järelemõtlemine ja arutelu

Õpitulemused

Osalejad mõistavad, kuidas kordamine, tutvavus, emotsioonid ja kognitiivsed lühiteed mõjutavad otsustusvõimet, ning hakkavad veebiteabe hindamisel kasutama reflektiivseid strateegiaid.

Terve päeva kestav töötuba (6 tundi)

Terve päeva kestav töötuba pakub piisavalt aega kõigi viie mooduli läbivaatamiseks ning osalejate teadmiste ja enesekindluse järkjärguliseks arendamiseks. Seda formaati soovitatakse kasutada kutsealase arengu programmides, täiskasvanute koolitajate koolitustel ja Erasmus+ levitamisüritustel.

Päeva jooksul liiguvad osalejad valeinfo äratundmisest psühholoogiliste mehhanismide mõistmiseni, emotsionaalsete reaktsioonide juhtimiseni, konstruktiivse dialoogi pidamiseni ja lõpuks strateegiate väljatöötamiseni, et tugevdada vastupidavust oma kogukondades.

Aeg	Tegevus
09:00–09:30	Tervitus ja sissejuhatus
09:30–10:45	1. ja 2. moodul
10:45–11:00	Kohvipaus
11:00–12:15	Praktilised harjutused
12:15–13:00	Lõunasöök
13:00–14:30	Moodulid 3 ja 4
14:30–14:45	Kohvipaus
14:45–15:45	5. moodul ja kogukonna tegevuskava
15:45–16:00	Järelemõtlemine ja hindamine

Õpitulemused

Osalejad läbivad käesolevas juhendis esitatud õppekava tervikuna. Nad saavad kaasa praktilised vahendid valeinfo äratundmiseks, austusväärsete arutelude soodustamiseks, kriitilise mõtlemise toetamiseks ja tegevuste kohandamiseks erinevatele õppijarühmadele.

Tegevuste valimine erinevate õppeasmärkide jaoks

Mitte iga töötuba ei pea hõlmama kõiki viit moodulit. Sõltuvalt osalejate huvidest ja varasematest kogemustest võivad õpetajad valida erinevaid tegevuste kombinatsioone. Allpool toodud näited illustreerivad võimalikke õppekavasid.

Õppimiseesmärk	Soovitavad moodulid
Sissejuhatus valeandmetesse	Moodulid 1 → 5
Digitaalmeediaoskus	Moodulid 1 → 2 → 5
Kriitiline mõtlemine	Moodulid 2 → 3
Dialoog ja sotsiaalne ühtekuuluvus	Moodulid 3 → 4
Kogukonna vastupidavus	Moodulid 4 → 5
Kõikehõlmav koolitus	Moodulid 1 → 2 → 3 → 4 → 5

Neid õppekavasid tuleks vaadelda pigem soovitusena kui kindlate programmide. Õpetajaid julgustatakse neid kohandama vastavalt osalejate huvidele, kättesaadavale ajale ja kohalikule kontekstile.

Töötubade läbiviimine veebis

Enamik käesolevas juhendis esitatud tegevusi on võimalik edukalt läbi viia ka veebipõhises või segaõppe keskkonnas. Kuigi mõned harjutused vajavad väikeseid kohandusi, jäävad üldised õppeasemärgid samaks.

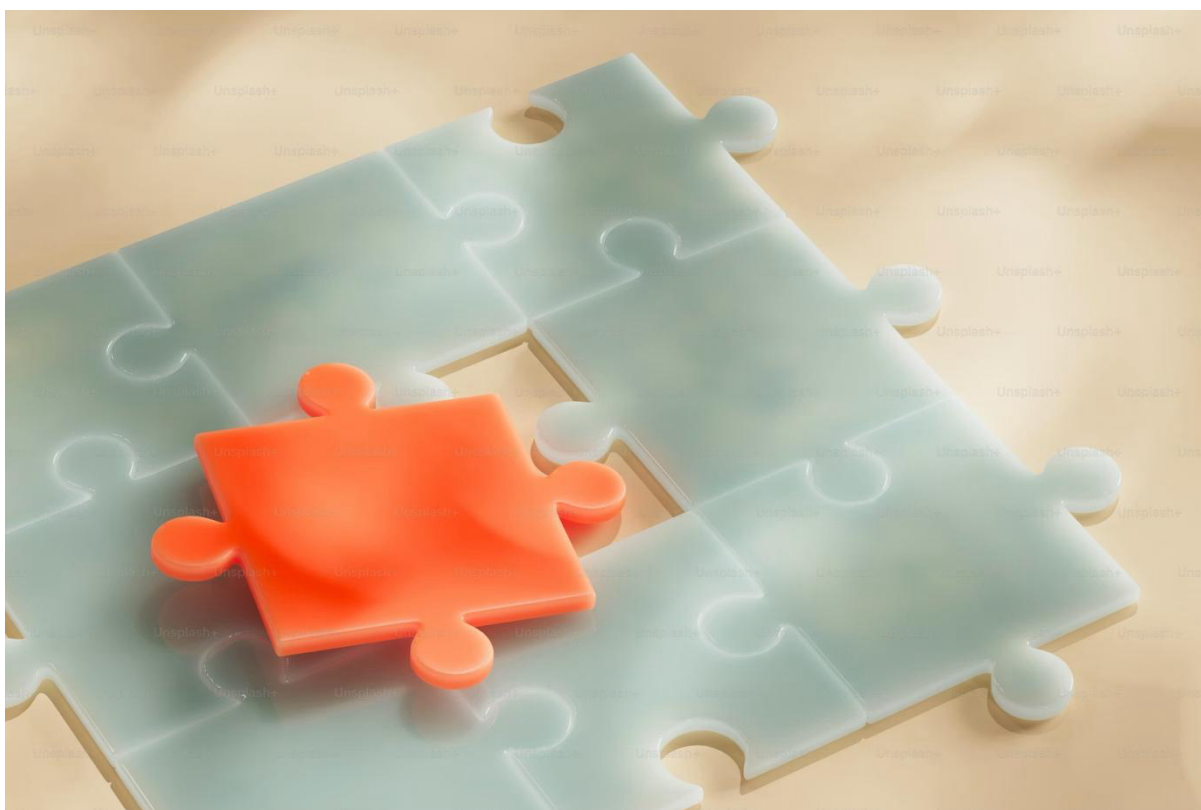
Veebipõhiseid töötubasid planeerides peaksid õpetajad osalejatele eelnevalt jagama tööviikuid ja kasutama digitaalseid koostöövahendeid, nagu rühmatööruumid, veebitahvliid, jagatud dokumendid või hääletustarkvara. Tegevused, mis hõlmavad paaristööd või väikeste rühmade arutelusid, saab tavaliselt minimaalsete muudatustega üle viia virtuaalsetesse rühmatööruumidesse.

Osalejate kaasatuse säilitamiseks peaksid veebisessioonid vahelduma lühikeste ettekannete, interaktiivsete tegevuste ja rühmaarutelude vahel. Sagedased võimalused järelemõtleamiseks ja tagasiside andmiseks aitavad säilitada tähelepanu ja soodustavad aktiivset osalemist kogu sessiooni vältel.

Õpetamisstrateegia	Soovitavad vahendid
Väikeste rühmade arutelu	Rühmatööruumid (Teams, Zoom)
Koostöölehed	Microsoft Forms, Google Docs, Padlet
Ideede genereerimine	Miro, Mural, Jamboard ja nende alternatiivid

Kiire tagasiside	Mentimeter, Slido, küsitlused
Ressursside jagamine	Projekti veebileht, õpihaldussüsteem (LMS), e-post

Sõltumata sellest, kas töötuba toimub näost-näku või veebis, jääb õpetaja roll samaks: luua turvaline õpikeskkond, kus osalejad tunnevad end mugavalt küsimusi esitades, erinevaid vaatenurki uurides ja uusi viise teabe hindamiseks harjutades. Kogu programmi vältel peaks rõhk jääma uudishimulikkusele, järelemõtlemisele ja koostööpõhisele õppimisele, mitte teadmiste kontrollimisele või poliitiliste seisukohtade arutamisele.



Allikas: Unsplash

Kokkuvõte

Digitaalse suhtluse kiire kasv on muutnud seda, kuidas inimesed teabele juurde pääsevad, seda tõlgendavad ja jagavad. Kuigi need muutused on loonud enneolematuid võimalusi õppimiseks, osalemiseks ja sotsiaalsete suhete loomiseks, on need samas suurendanud ka kokkupuudet valeinfo, manipuleerimise ja emotsionaalselt mõjutava sisuga. Paljude haavatavate täiskasvanute jaoks võib tänapäeva teabekeskkonnas orienteerumine olla keeruline, eriti kui eksitav teave on kooskõlas nende olemasolevate veendumuste, emotsioonide või usaldusväärsete sotsiaalsete võrgustikega.

Käesolev juhend on koostatud selleks, et toetada täiskasvanuhariduse õpetajaid nende väljakutsetega toimetulekul praktiliste ja tõendus põhiste hariduslike lähenemisviiside abil. Selle asemel, et käsitleda valeinformatsiooni lihtsalt valeteabe probleemina, tunnustab programm, et inimeste veendumusi mõjutavad kognitiivsed lühiteed, emotsionaalsed reaktsioonid, sotsiaalsed suhted ja digitaalsete platvormide ülesehitus. Seetõttu nõuab vastupidavuse arendamine enam kui osalejatele valeväidete tuvastamise õpetamist. See

eeldab kriitilise mõtlemise, emotsionaalse teadlikkuse, austusväärse dialoogi ja praktiliste kontrollimisharjumuste arendamist, mida saab rakendada igapäevaelus.

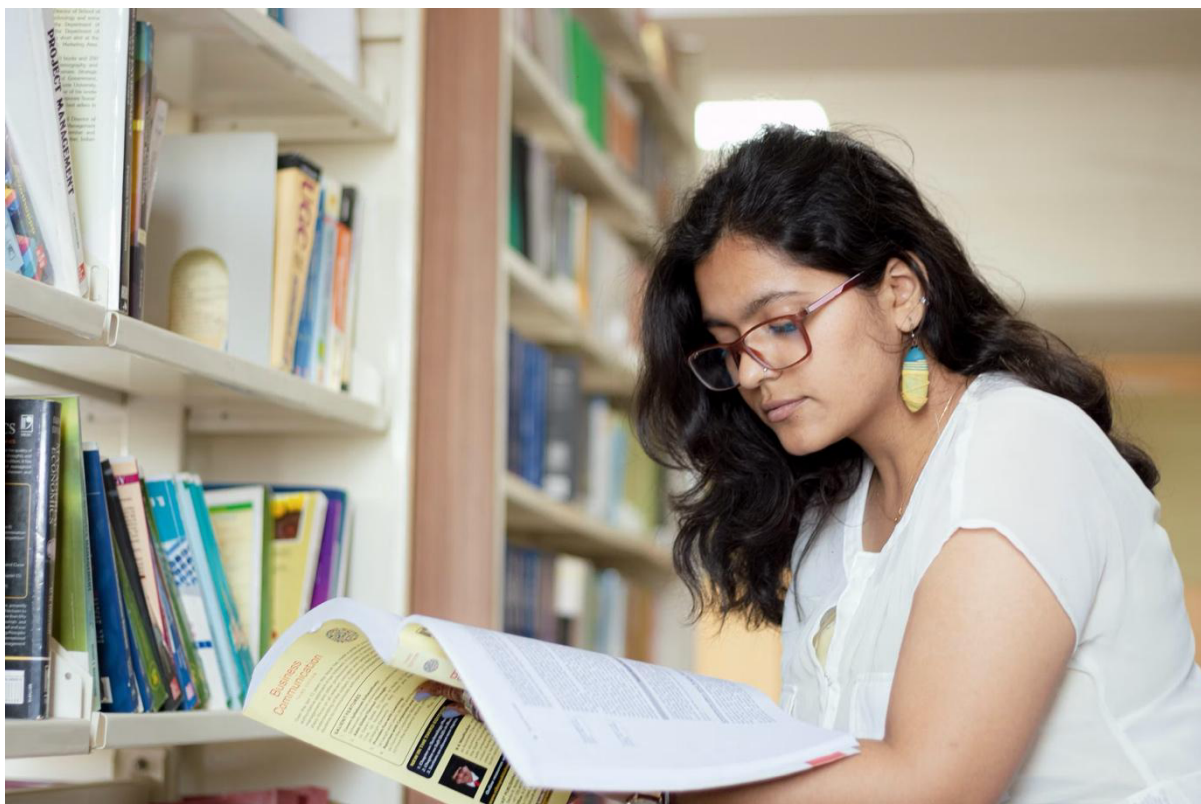
Viie mooduli jooksul liiguvad õpetajad ja õppijad järk-järgult valeinfo tehnikate äratundmisest arusaamiseni, miks eksitav teave tundub veenev, kuidas emotsioonid ja sotsiaalsed mõjud kujundavad otsustusvõimet ning kuidas üksikisikud ja kogukonnad saavad konstruktiivselt reageerida. Tegevused rõhutavad pigem aktiivset osalemist, refleksiooni, koostööd ja kogemuslikku õppimist kui faktide päheõppimist või vastuoluliste teemade arutlemist. Selline lähenemisviis aitab osalejatel arendada ülekantavaid oskusi, mis jäävad asjakohaseks isegi siis, kui digitaaltehnoloogiad ja valeinfo strateegiad jätkuvalt arenevad. Käesoleva juhendi harjutused on mõeldud pigem paindlikeks kui normatiivseteks. Täiskasvanute õpetajaid julgustatakse neid kohandama erinevate õpikontekstide, kultuuriliste taustade ja digitaalse pädevuse tasemetega. Olgu tegemist sisserändajate ja pagulastega, eakate inimestega, kogukonnaorganisatsioonidega või piiratud digitaalse kogemusega õppijatega, jääb õpetaja roll samaks: luua toetav õpikeskkond, kus saavad õitseda uudishimu, austusväärne dialoog ja kriitiline refleksioon.

Lõppkokkuvõttes ei ole vastupidavuse tugevdamine valeinformatsiooni suhtes mitte ainult hariduslik, vaid ka sotsiaalne väljakutse. Iga vestlus, mis soodustab küsimuste esitamist vastasseisu asemel, iga õppija, kes mõtleb enne teabe jagamist hetkeks järele, ja iga kogukond, mis väärtustab tõendeid ja empaatiat, aitab kaasa tervemale teabekeskkonnale. Täiskasvanuhariduse õpetajatel on selles protsessis oluline roll, aidates õppijatel saada enesekindlateks, reflektiivseteks ja vastutustundlikeks osalejateks digitaalses ühiskonnas.

Loodame, et käesolev juhend ei ole mitte ainult õppetegevuste kogumik, vaid ka praktiline ressurss, mis inspireerib õpetajaid jätkama kohanemist, eksperimenteerimist ja heade tavade jagamist. Uute tehnoloogiate tekkimisel ja teabekeskonna pideval muutumisel jäävad elukestev õpe, kriitiline uurimine ja koostöö demokraatliku osaluse ja sotsiaalse ühtekuuluvuse olulisteks alustaladeks.

Projekt „Online Combat“ näitab, et vastupidavuse arendamine valeinformatsiooni suhtes on võimalik, kui haridus ühendab teaduslikud tõendid praktilise kogemuse, aktiivse osaluse ja õppijate mitmekesise taustaga arvestamisega. Varustades täiskasvanuhariduse õpetajaid tõhusate meetodite ja kohandatavate õppevahenditega, soovime aidata kaasa teadlikumate inimeste, tugevamate kogukondade ja vastupidavama digitaalse ühiskonna tekkele.

Väärteabe uurimise valdkond areneb kiiresti koos digitaaltehnoloogiate arenguga. Õpetajaid julgustatakse uurima uusi uuringuid, jagama kogemusi kolleegidega ning kohandama käesolevas juhendis esitatud tegevusi oma õppijate ja kogukondade vajadustele. Pidev kutsealane enesetäiendamine on üks tõhusamaid viise, kuidas tugevdada vastupanuvõimet väärteabele täiskasvanuhariduses.



Allikas: Unsplash

Lisalugemine

Lugejatele, kes soovivad süvendada oma arusaama käesolevas juhendis käsitletud teemadest, võivad järgmised allikad osutada eriti kasulikuks. Allpool esitatud valik hõlmab alusteadmisi pakkuvaid väljaandeid, hiljutisi teaduslikke ülevaateid ja praktilisi raamistikke, mis täiendavad iga moodulit.

Sissejuhatus: valeinfo mõistmine

- Greifeneder, R., Jaffé, M., Newman, E., & Schwarz, N. (Eds.). (2020). *The Psychology of Fake News: Accepting, Sharing, and Correcting Misinformation*. Routledge.
- Wardle, C., & Derakhshan, H. (2017). *Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making*. Council of Europe.
- European Commission. (2020). *European Democracy Action Plan*. Publications Office of the European Union.

1. moodul. Valeinfo äratundmine

- Vosoughi, S., Roy, D., & Aral, S. (2018). The spread of true and false news online. *Science*, 359(6380), 1146–1151.
- Chen, X., Zhou, Y., Lv, J., Zhang, X., & Chen, H. (2023). The spread of misinformation on social media: A systematic review. *Social Network Analysis and Mining*, 13(1), 1–28.
- Kozyreva, A., Lewandowsky, S., & Hertwig, R. (2020). Citizens versus the Internet: Confronting Digital Challenges With Cognitive Tools. *Psychological Science in the Public Interest*, 21(3), 103–156.

Moodul 2. Miks inimesed usuvad valeandmeid

- Ecker, U. K. H., Lewandowsky, S., & Cook, J. (2022). The psychological drivers of misinformation belief and its resistance to correction. *Nature Reviews Psychology*, 1, 13–29.
- Pennycook, G., & Rand, D. G. (2019). Lazy, not biased: Susceptibility to partisan fake news is better explained by lack of reasoning than by motivated reasoning. *Cognition*, 188, 39–50.
- Brashier, N. M., & Marsh, E. J. (2020). Judging truth. *Annual Review of Psychology*, 71, 499–515.
- Hassan, A., & Barber, S. J. (2021). The illusory truth effect: A meta-analysis. *Cognitive Research: Principles and Implications*, 6(1), 1–16.

Moodul 3. Emotsioonid ja valeinfo

- Brady, W. J., Wills, J. A., Jost, J. T., Tucker, J. A., & Van Bavel, J. J. (2017). Emotion shapes the diffusion of moralized content in social networks. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(28), 7313–7318.
- Gross, J. J. (2015). The extended process model of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*, 26(1), 130–137.
- Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffmann, J. D., & Simmons, D. N. (2025). RULER: A theory-driven, systemic approach to social, emotional, and academic learning. In *Social and Emotional Learning* (pp. 20–38). Routledge.
- Keib, K., Espina, C., Lee, Y. I., Wojdyski, B. W., Choi, D., & Bang, H. (2018). Picture this: The influence of emotionally valenced images on attention, selection, and sharing of social media news. *Media Psychology*, 21(2), 202–221.

4. moodul. Sotsiaalne mõju ja dialoog

- Sunstein, C. R. (2017). *#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*. Princeton University Press.
- Pariser, E. (2011). *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. Penguin Press.
- Oyserman, D., & Dawson, A. (2020). Your fake news, our facts: Identity-based motivation shapes what we believe, share, and accept. In R. Greifeneder et al. (Eds.), *The Psychology of Fake News*.
- Moore-Berg, S. L., Hameiri, B., & Bruneau, E. G. (2022). Empathy, dehumanization, and misperceptions. *Social Psychological and Personality Science*, 13(2), 645–655.

5. moodul. Vastupidavuse arendamine

- Compton, J., van der Linden, S., Cook, J., & Basol, M. (2021). Inoculation theory in the post-truth era: Extant findings and new frontiers for contested science,

misinformation, and conspiracy theories. *Social and Personality Psychology Compass*, 15, e12602.

- van der Linden, S., & Roozenbeek, J. (2020). Psychological inoculation against fake news. In R. Greifeneder et al. (Eds.), *The Psychology of Fake News*.
- Banas, J. A., & Miller, G. (2013). Inducing resistance to conspiracy theory propaganda: Testing inoculation and metainoculation strategies. *Human Communication Research*, 39(2), 184–207.
- Spearing, E. R., Gile, C. I., Fogwill, A. L., Prike, T., Swire-Thompson, B., Lewandowsky, S., & Ecker, U. K. H. (2025). Countering AI-generated misinformation with pre-emptive source discreditation and debunking. *Royal Society Open Science*, 12(6).

Täiskasvanuharidus ja õpetamispraktika

- Redecker, C. (2017). *European Framework for the Digital Competence of Educators (DigCompEdu)*. Publications Office of the European Union.
- European Commission. (2021). *Digital Education Action Plan 2021–2027: Resetting Education and Training for the Digital Age*. Publications Office of the European Union.
- Aryal, M. (2024). Reflective teaching and practices in the classroom. *Journal of Multidisciplinary Research Advancements*, 2(1), 26–31.
- Mathew, N. G. (2012). Reflective classroom practice for effective classroom instruction. *International Education Studies*, 5(3), 205–211.

Praktilised veebivahendid

Lisaks akadeemilisele kirjandusele võivad õpetajad leida järgmisi tasuta kättesaadavaid ressursse kasulikuks klassiruumi ettevalmistamisel ja kutsealase arengu toetamisel:

- **Online Combat** – Digital Media Literacy online course, AI assistant and educational game/Digitaalmeediaoskuse veebikursus, tehisintellekti abilise ja haridusmäng. <https://onlinecombat.org>
- **European Digital Media Observatory (EDMO)** – <https://edmo.eu>
- **EUvsDisinfo** – <https://euvsdisinfo.eu>
- **UNESCO Media and Information Literacy/ UNESCO meedia- ja infokirjaoskus** – <https://www.unesco.org/en/media-information-literacy>
- **Digital Competence Framework for Educators (DigCompEdu)** – European Commission/Euroopa Komisjon.