

ИНФОРМАЦИОННАЯ ГИГИЕНА ИЛИ КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ ДЕЗИНФОРМАЦИИ

Согласно «Глобальному инновационному индексу 2023», опубликованному Всемирной организацией интеллектуальной собственности, Беларусь заняла 22-е место среди 132 государств по показателю «Доступ к ИКТ (информационно-коммуникационным технологиям)» и 28-е место по показателю «Использование ИКТ».

Если 10 лет назад (в 2014 году) в Беларуси Интернетом пользовалось 5,7 млн. человек, то в 2024 году – уже 8,5 млн. (89,5% населения).

Мобильной связью охвачено 97% населения. При этом практически на всей территории Беларуси (99%) есть доступ к высокоскоростной мобильной связи поколений 3G и 4G/LTE.

Сегодня **интенсивность и объемы работы IT-сектора с каждым годом увеличиваются**, на рынке появляются все более производительные устройства, растет скорость передачи данных.

И вот уже рядовые **потребители** каждый день прямо с утра **сталкиваются с проблемой информационной перегрузки**. Ибо то количество данных, которое ежесекундно «обрушивается» на человека, уже давно превысило наши способности по их обработке.

Алгоритмы самого Интернета формируют личную новостную ленту, опираясь на предпочтения конкретного пользователя.

Интернет-технологии несут не только благо.

Фейк (от англ. *fake* – «подделка») – ложная либо вводящая в заблуждение информация, которая выдается за реальную.

Причем человеческая природа, к сожалению, такова, что **зачастую в социальных сетях «утки», фейки, ложь и клевета распространяются на 70% быстрее истины** (по оценкам зарубежных экспертов).

И еще одно надо помнить: **источник лживой информации – это всегда люди**. Именно они создают и используют соответствующие технологии.

Главная задача создателей фейка – «перехват» информационной повестки у власти, у государственных СМИ, у субъектов гражданского общества. И «замыкание» ее на себя с тем, чтобы содержание фейка на некоторое время стало навязчивой идеей, подчиняющей себе сознание и волю людей, попавших под его влияние.

Сильные эмоции человека: боль, страх, вина, стыд, зависть, возмущение несправедливостью, гнев, ненависть, потрясение, смятение, паника.

Эмоциональные опоры фейка: кровь, крики, огонь, смерть, отвращение, мотивация к защите кого-то, чувство личной беспомощности.

От обычного вранья, клеветы или просто неточной информации фейк отличается следующими признаками:

- ✓ **фейк – не столько информация о каком-то факте или событии, сколько – яркое, эмоционально окрашенное впечатление о нем, которое поражает воображение, повергает в шок**. Оно не может оставить равнодушным даже в том случае, если к вам лично оно не имеет ровно никакого отношения;
- ✓ **фейк не столько притягивает к чему-то, сколько отталкивает от чего-то**. Этот эффект повышает доверие человека к фейку. Кажется, что он не навязывает какую-то явную точку зрения, а просто, якобы, объективно информирует о чем-то. На самом деле, отталкивая от чего-то, «фейкоделы» аккуратно и незаметно подталкивают человека принять другую сторону, наводят на нужные им мысли. В этом состоит суть фейк-манипуляции;
- ✓ **фейк – такая информация, которая вызывает сильнейшую потребность поделиться ей, распространить ее по как можно большему числу людей без личного рационального анализа;**

- ✓ **фейк вызывает у человека только односложные, черно-белые, так называемые «адреналиновые» реакции вовлечения, по типу «бей/беги/кричи».** Человек инстинктивно рассчитывает на то, что и у остальных будет сформирована единая общая односложная позиция по данному факту/событию;
- ✓ **у человека появляется сильное желание почувствовать «чувство локтя», увидеть аналогичную же реакцию у тех, кому он эту информацию передаст.** Это искусственно вызванное ожидание имеет своей целью разделение людей на «друзей» и «врагов».

Многие дипфейки хочется (особенно молодежи) и друзьям немедленно переслать, и у себя сохранить, и в соцсетях «запостить». Не думая, не вникая, не переводя, что за текст там могли наложить.

Рекомендации для родителей и детей из разных возрастных групп:

- ✓ храните имена пользователей и пароли в безопасности;
- ✓ периодически меняйте пароли;
- ✓ не разглашайте личную информацию о себе и детях в Интернете, которая могла бы помочь интернет-хищникам найти ваших детей;
- ✓ будьте внимательны в социальных сетях. Напомните детям, что все опубликованное в Интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это. Даже частные учетные записи иногда подвергаются утечкам или атакам злоумышленников;
- ✓ объясните опасность передачи геоданных. Дети и подростки должны знать, чем опасно сообщать о своем местоположении, почему не следует неосознанно соглашаться с таким условием во всплывающих окнах приложений;
- ✓ создайте совместно с детьми список правил использования Интернета. Вы можете показать ребенку сайты для детей и подростков и попросить его поделиться, если он чувствует себя некомфортно или ему угрожает что-то, найденное в Интернете;
- ✓ используйте одинаковые правила при общении онлайн и лично. Научите детей тому, что к онлайн и к личному общению применимы одни и те же правила. При общении в Интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо;
- ✓ установите родительский контроль;
- ✓ используйте антивирусные программы на всех устройствах;
- ✓ расскажите о существовании фальшивых рекламных объявлений;
- ✓ обсудите с детьми рекламные программы и мошенничество, связанное с фальшивыми рекламными объявлениями. Некоторые объявления выглядят как реальные предложения, побуждающие загрузить фальшивое приложение, зарегистрироваться для участия в розыгрыше или предоставить личную информацию в обмен на бесплатные продукты;
- ✓ объясните детям об опасности личных встреч с незнакомцами. Интернет-хищники или участники кибербуллинга (травли) в переписке могут настаивать на личной встрече;
- ✓ периодически смотрите истории поиска в Интернете. Родителям рекомендуется знать, какие сайты посещают их дети. Продемонстрируйте детям максимальную открытость при отслеживании их действий в Интернете, чтобы они не ощущали, что за ними шпионят.

Информация МВД по профилактике киберпреступлений

Сами пользователи сети Интернет обычно и предоставляют всю информацию экономического, юридического, социального, психологического характера о себе.

Эту информацию собирают и анализируют мошенники и вербовщики с целью использования в противоправной деятельности.

Будьте неудобными для «фейкоделов». Включайте критическое мышление. Сплетня или клевета останутся на том человеке, который их осмыслил, на том, кто включил фильтр разума, тем самым оборвав цепочку передачи лжи.

Правительства во всем мире отдают себе отчет: недостоверная информация – это полноценное оружие, позволяющее манипулировать массами людей, их настроением и мнением.

В связи с этим государства стремятся создать эффективные механизмы для защиты своих граждан от фейков.

В Республике Беларусь – в зависимости от того, кем распространяется информация, какое содержание она имеет, какие источники используются для ее передачи.

Есть **административная ответственность** в соответствии с Кодексом об административных правонарушениях: статья 10.2. «Оскорбление», статья 24.4. «Оскорбление должностного лица при исполнении им служебных полномочий», статья 19.6. «Заведомо ложное сообщение», статья 19.11. «Распространение, изготовление, хранение, перевозка информационной продукции, содержащей призывы к экстремистской деятельности или пропагандирующей такую деятельность», статья 23.4. «Несанкционированный доступ к компьютерной информации», статья 23.5. «Нарушение законодательства о средствах массовой информации», статья 24.22. «Распространение средствами массовой информации заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство Президента Республики Беларусь».

Также есть **уголовная ответственность** в соответствии с Уголовным кодексом Республики Беларусь. Разнообразие статей говорит нам о том, насколько разнообразными, разноплановыми, разноцелевыми и многозадачными могут быть фейки.

Статья 188. «Клевета», статья 198-1. «Нарушение законодательства о средствах массовой информации», статья 203-1. «Незаконные действия в отношении информации о частной жизни и персональных данных», статья 340. «Заведомо ложное сообщение об опасности», статья 349. «Несанкционированный доступ к компьютерной информации», статья 350. «Уничтожение, блокирование или модификация компьютерной информации», статья 352. «Неправомерное завладение компьютерной информацией», статья 367. «Клевета в отношении Президента Республики Беларусь», статья 368. «Оскорбление Президента Республики Беларусь», статья 369. «Оскорбление представителя власти», статья 369-1. «Дискредитация Республики Беларусь».

Отличия фейка от объективной информации

- ✓ прочитайте всю новость, а не только заголовок;
- ✓ изучите источник новости или статьи;
- ✓ проверьте первоисточники информации;
- ✓ проверьте автора материала;
- ✓ проверьте другие, альтернативные источники;
- ✓ если это новость в соцсетях, посмотрите, кто ей поделился;
- ✓ в социальных сетях могут звучать призывы поделиться срочно какой-то новостью – это может стать дополнительным поводом для проверки информации;
- ✓ если это пост в социальных сетях, проверьте аккаунт пользователя – обращайте внимание на того, кто «репостнул» эту новость. Во «френдах» у вас могут быть как настоящие друзья, так и абсолютно незнакомые люди, от которых может идти непроверенная информация;
- ✓ даже если это ваш друг, убедитесь в том, что он компетентен в том, о чем пишет (сам был очевидцем события, является экспертом в этой области и т.д.). Следует несколько раз подумать, прежде чем делать репост каких-либо материалов. Помните: если вы переопубликовали что-то в своей ленте, то вы тоже берете ответственность за распространение этой информации;
- ✓ запоминайте информационные ресурсы, которым можно и особенно которым нельзя верить.

Ограничения доступа к экстремистским материалам в Беларуси

В 2023 году ограничен доступ к **3 388** интернет-ресурсам, в первом полугодии 2024 г. – к **1 495**. Из них за распространение экстремистских материалов в 2023 году ограничен доступ к 1 565 интернет-ресурсам, за 6 месяцев 2024 г. – к 1 004 интернет-ресурсам.

В республиканский список экстремистских материалов в первом полугодии 2024 года Мининформом внесено **1 237** материалов (в 2023 году – 1 735; в 2022 году – 1 381).

Министерство информации принимает решения об ограничении доступа к отдельным интернет-ресурсам и публикует их. На сайте Мининформа размещен постоянно обновляемый республиканский список экстремистских материалов.

Информационная гигиена – так называется возникающая прямо на наших глазах дисциплина, которая изучает влияние информации на психическое и физическое здоровье, работоспособность, социальное благополучие, продолжительность жизни человека.

Информационная гигиена есть система правил, которым необходимо следовать, чтобы эффективно работать с источниками информации, а также защититься от чужого деструктивного воздействия.

Как избавиться от «информационного шума»:

- ✓ создайте для себя хотя бы небольшие промежутки, свободные от информационного шума. Это позволит вам успокоиться, отдохнуть и сконцентрироваться на чем-то более важном. А также параллельно выделите и такое время, в которое вы НЕ потребляете информацию;
- ✓ не читайте статьи в Интернете сразу – дайте им «отлежаться». Увидев интересную статью или видео, добавьте их в закладки, а потом посмотрите их все за один подход. Вы удивитесь, но многое из того, что казалось вам таким интересным и важным, через пару дней не вызовет никаких эмоций;
- ✓ читайте не сами новости, а их вечерние (утренние) тематические подборки (дайджесты), больше внимания уделяйте местным и профессиональным новостям;
- ✓ профильтруйте свои подписки, отпишитесь от бесполезного контента, пользуйтесь блокировщиками рекламы, отключите на телефоне уведомления.

Один из самых, на мой взгляд, «вкусных» и полезных советов, который дают ученые, таков: **читайте больше книг!**

Эксперты пишут, что 5–6 минут чтения могут снизить уровень стресса на **68%**.

Наконец, **есть ли способы распознать, с кем вы общаетесь в Интернете – настоящий перед вами человек или бот** (сокр. от «робот» – программа, выполняющая какие-либо действия, и имеющая в этом некое сходство с человеком)?

Отличия бота от человека:

- ✓ для бота характерно отсутствие аватара. Либо вместо реальной фотографии у бота абстрактная картинка, изображение знаменитости или животного. Либо даже может быть скопирована личность реального человека из социальных сетей – и даже имя пользователя тоже может быть украдено или сгенерировано;
- ✓ на странице профиля у бота, как правило, отсутствуют личные данные;
- ✓ в «друзьях» бота встречаются по большей части такие же фейковые страницы, а также уже удаленные или заблокированные страницы;
- ✓ боты активно проявляют себя в комментариях, используя одни и те же формулировки; распространяют рекламу и спам, а зачастую – ложную информацию, которая может спровоцировать конфликты в комментариях.
- ✓ опечатки и орфографические ошибки мешают боту воспринимать текст. И если вы обратитесь к нему, но в сообщении намеренно наделаете ошибок, то от бота может последовать ответ, отходящий от логики беседы, на совсем другую тему;

- ✓ отсутствие у бота реакции на аббревиатуры и сокращения. Бот не чувствует эмоциональный или саркастический контекст, поэтому не сможет поддержать беседу, если вы это используете. И, наверное, главное: **сами не обманывайте. И не давайте обмануть себя.**