



приоритет2030^
Лидерами становятся



Информационно-психологическая безопасность в интернет-коммуникации: как тобой манипулируют? : сценарий интерактивного мастер-класса / Д.Е. Гуляев. — Москва, 2023. — 16 с.

*Гуляев Дмитрий Евгеньевич,
Директор Центра по обеспечению прав
молодежи в цифровом пространстве
Университета имени О.Е. Кутафина (МГЮА)*

**Сценарий интерактивного мастер-класса
«Информационно-психологическая безопасность в интернет-коммуникации: как тобой манипулируют?»**

Аудитория: 90 человек, школьники 5 – 11 классов, студенты СПО.

Длительность: 50 минут.

Инвентарь: презентация, большой экран, проектор, стулья, переносной микрофон для спикера, микрофоны для взаимодействия с аудиторией и волонтеры.

Приветствие, представление спикера (презентация + награда) - 3
минуты

**1. Информационно-психологическое воздействие и
Интернет-коммуникация – 7 минут**

«Подчинить армию врага, не сражаясь, – вот подлинная вершина превосходства» (*Сунь-цзы (543-495 до н. э.), «Искусство войны»*).

Слово всегда являлось, а сегодня особенно, серьезным инструментом воздействия на людей и целые народные массы, их сознание. С помощью слова можно манипулировать, а можно защищаться, им можно «вылечить» и им можно «убить» (в реальном мире). Подчинить армию, не применяя оружие - искусство. Но не является ли слово в устах манипулятора на просторах Всемирной паутины куда более опасным оружием, чем привычное нам? Может быть, сегодня все мы каждый день находимся на поле сражения и боремся за сохранение своего мировоззрения и будущего нашей страны?

Слово – становится оружием, когда оказывает информационно-психологическое воздействие с помощью различных приемов и техник, чтобы сформировав у каждого отдельного пользователя Интернета псевдореальность, картину мира с искаженными или подмененными ценностями, поставив во главу угла культ агрессии к окружающим или к себе самому, создать таким образом у всего общества модель восприятия мира, которая приведет к асоциальным, аморальным поступкам, понимаемым в качестве нормы поведения.

Как именно на нас воздействуют? Что делать, чтобы защититься? Давайте разбираться!

Знакомьтесь – это детектив. Я познакомился с ним накануне нашего мастер-класса. Он сказал, что расследует дело, связанное с целым рядом преступлений против несовершеннолетних. Он пытается выявить какую-то запрещенную на группировку, вербующую подростков. Выходит, что мы оба помогаем детям и молодым людям. Я рассказал о нашем с вами мероприятии, и он признался, что большой специалист по манипуляциям, в том числе в Интернете. То есть по их выявлению и противодействию им. Он хотел рассказать вам о своем опыте дистанционно. Поэтому я взял его с собой. Но что-то меня в нем настораживает, я чувствую себя дискомфортно и

подавленно. Но я не понимаю, в чем именно проблема. Поэтому давайте за ним понаблюдаем вместе... Итак, вернёмся к теме.

Сегодня особенно важно то, какой контент вы смотрите и какое у вас информационное окружение. Ведь это означает заботу о своей информационно-психологической безопасности.

На сегодняшний день не сложилось единого понятия информационно-психологической безопасности. Можно предложить следующее – это «состояние защищенности граждан, отдельных групп, массовых объединений людей и населения страны от деструктивного информационно-психологического воздействия, связанного с причинением вреда здоровью и(или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию человека».

2. Манипулирование и манипуляторы – 10 минут

Но что же такое манипуляция и какими бывают манипуляторы?

«Язык дан человеку, чтобы скрывать свои мысли» (Шарль Морис де Талейран-Перигор)

Манипуляция обладает рядом признаков. Необходимо наличие каждого из них, чтобы воздействие можно было назвать манипуляцией. Наиболее оптимальными и точными являются признаки, выделяемые в книге Н. Непряхина:

1. Психологическое воздействие.

Манипуляция – это деструктивное информационно-психологическое воздействие. Это всегда игра на наших чувствах и эмоциях. Она доставляет психологический дискомфорт. Рядом с манипулятором мы чувствуем себя угнетенными, ощущаем незащищенность, тревогу, смятение, подавленность.

Мишень манипуляции – это те струны, на которых играет манипулятор, чувства, которые задеваются, слабые стороны. В качестве

мишеней манипуляции (психологического воздействия) чаще всего выступают:

- *наше незнание/непонимание природы манипуляций;*
- *наши мотивы, желания, цели и потребности* (например, желание сделать карьеру, обрести финансовое благополучие, потребность в признании и уважении);
- *чувства вины, страха, зависти, жалости, азарта;*
- *наши слабости, неустойчивость личности;*
- *стереотипы, общественные нормы, убеждения и установки* (например, «нельзя менять свою точку зрения, иначе вас посчитают непоследовательным», «мы не можем ошибаться»);
- *особенности психологии поведения людей.*

Конечная цель манипулятора состоит в следующем: сформировать специфическое отношение к человеку, событию, процессу, ввести в заблуждение.

2. Насильственный характер

Манипулятор делает все руками жертвы. И делает он это против воли. Он устраивает все так, что жертва самостоятельно совершает что-либо или принимает какое-то решение.

Н.Непряхин также выделяет интересные типы манипуляторов, каждый из которых применяет насилие.

1. **Деспот** – доминирует, пытается всеми управлять, диктатор в межличностных отношениях. Жестокий и недоброжелательный. Он все время демонстрирует силу, агрессия в отношениях – его стратегия манипулирования. Любит контроль, унижает и провоцирует.

Манипулирует чувством страха.

2. **Жертва** – искусный манипулятор, который постоянно демонстрирует, что он жертва обстоятельств. То его подставили, то так

сложилось, то он не понял, то он забыл. Такой манипулятор постоянно «косит под дурачка». Он позиционирует себя как беспомощного, застенчивого и уступчивого человека, не берет на себя ответственность, пассивен и молчалив. Любит, когда за него делают работу.

Манипулирует чувством жалости и обостренным чувством справедливости.

3. Обвинитель – строит свою стратегию на критиканстве. Постоянно осуждает других, любит пристыжать и сравнивать. Злопамятен. Коллекционер обид и претензий. Скептически настроен по отношению ко всем и вся. Позиционирует себя как всезнающего человека. Все его неудачи – вина окружения.

Манипулирует чувством вины и чувством собственного достоинства.

4. Свой парень – манипулятор, который умело втирается в доверие к любому человеку. Улыбчивый, позитивный, дружелюбный, угодливый. Прилипала, который со временем лишает своих визави внутренней и внешней свободы. Его главная манипулятивная стратегия – игра на неудобстве отказать. Он пользуется добротой других людей, понимая, насколько сложно сказать человеку «нет».

Манипулирует безотказностью.

3. Скрытый характер

Это ключевое свойство природы манипуляции. Манипуляция – это не приказ и не договор. Манипулятор не сообщает о своих потребностях, чувствах и мнениях. В манипулятивном поведении полностью отсутствует элемент искренности и честности, исключена простая и здоровая человеческая коммуникация.

4. Миф/цель/сценарий

У манипуляции есть **миф** – внешнее проявление, то есть то, как она должна выглядеть для жертвы. Соответственно, есть и истинная **цель** – то,

что на самом деле хочет получить от своей жертвы манипулятор. И для того, чтобы прийти к этой цели, у манипулятора есть продуманный **сценарий** – это то поведение, которого ожидает от своей жертвы манипулятор, это то, как поведет себя большинство людей. Вам поют дифирамбы – вы млеете и получаете удовольствие. Вас берут на слабо – вы пытаетесь доказать, что чего-то стоите.

3. Общие приемы манипулирования – 7 минут

Разобравшись с сущностью манипулирования, типами манипуляторов, теперь обратим внимание на 10 выделенных нами на основе научной литературы общих приемов манипулирования, которые могут быть направлены как на отдельные личности, так и на целые массы.

1. **Навязывание убеждений, мировоззрения.** Как следствие, это преобразуется в следование определенным правилам, способам мышления и реагирования.

Пример – развлекательная идея смысла существования или идея о том, что ты в этом мире никому не нужен.

2. **Манипулирование информацией** предполагает огромное количество мелких приемов:

1. **Замалчивание.** Утаивание важной информации, существенных деталей или включение значимой информации в общий контекст потока;

2. **Дробление информации.** Выдача информации «маленькими порциями». Такая подача информации затрудняет восприятие процесса или явления в целом, что приводит к их непониманию и снижению интереса к ним.

3. **Чрезмерное обилие информации.** Несущественные сведения маскируют истинную картину.

4. **Намеренное упрощение и целенаправленное повторение.**

5. **«Игра» цифрами и фактами.** Для создания видимости объективности и точности.

6. **Изменение смысла понятий.** Использование терминов и слов, имеющих неоднозначный или скрытый смысл.

7. **Подмена фактов.** Фейковые манипуляции, создающие эмоциональные волны.

8. **Использование «двойных стандартов».** Манипулятор применяет различные критерии при оценке явлений, событий и позиций, лиц.

9. **Намеренное включение широко известного образа в информационный продукт** – известных политических деятелей, представителей шоу-бизнеса это оказывает психологическое воздействие на оценку того или иного события, меняя личностные установки и систему ценностей.

3. Обесценивание базовых категорий (брак, семья, женщина, мать, вера, любовь, Родина и пр.)

4. Активный нигилизм и дискредитация деятельности, имеющей смысл для других людей, а также их позитивных смысловых установок, жизненной позиции.

5. **Киборгизация личности.** Тотальная подмена реальной жизни общением в Интернете и содействие психическому заражению, слепому подражанию большинству.

6. **Формирование клиповости (стандартности) восприятия и мышления.**

7. **Тотальное заполнение сознания мыслями и идеями исключительно требуемого содержания.**

8. **Провоцирование на доказывание своей смелости и подталкивание к рисковому поведению.**

Например, посредством распространения образцов такого поведения, создание ореола «крутизны» этих занятий и «избранности» занимающихся этим.

9. **Понижение самооценки. Создание чувства безысходности существования.**

10. **Оскорбление и клевета** (на близких людей, семью, школу, государство, общество, выдающихся людей и пр.).

4. Применение манипулирования на практике и последствия (на примере групп смерти) – 7 минут

Разберем теперь конкретный пример того, как манипулируют в сети «Интернет», оказывая информационно-психологическое воздействие с помощью комбинации приемов и психотехник с целью доведения до самоубийства, за что потом, безусловно, наступит юридическая ответственность по Уголовному кодексу РФ.

Вовлечение в группы, где доводят до самоубийства, одного из самых опасных и страшных результатов манипулирования:

1. Возбуждение любопытства к тематике через изучение депрессивного контента.

2. Появление новых «друзей» у подростка: приставление 2-3 кураторов,

1) которые по легенде обычно проживают в других регионах в другом часовом поясе (поэтому подросток вынужден общаться с ними в ночное время, нарушая режим);

2) один из которых нередко позиционируется представителем противоположного пола (секстинг с целью шантажа).

3. Выявление проблем подростка (через переписку), получение личной информации о нем и семье, оказание моральной поддержки («бомбардировка любовью»: только мы тебя понимаем).

4. Приглашение в «круг избранных», в закрытое сообщество, в «игру».

5. Введение в «игру» (простые задания: проснуться в 4.20 и весь день смотреть шок-контент).

Продолжение игры (усложняющиеся задания), например: Порезать вдоль вен руку (неглубоко). Порезать губу. Протыкать руку иголкой. Ни с кем не общаться. Убить животное и т.п.

6. Кризис в «игре» (манипуляция психологическими проблемами): куратор приказывает преодолеть в себе страхи, на финише смертельной «игры» подростку называют дату смерти и внушают, что он должен смириться.

7. Завершение игры (активация «триггера») – совершение суицида.

Безусловно, и в этом случае манипуляторы имеют свой миф – ради чего они это делают и позиционируют все через благородную цель. А вот, ради чего на самом деле происходит это манипулирование (вовсе не ради самого молодого человека и помощи ему).

КЕЙС: Выдержки из интервью, которое одно из лиц, доводящих до самоубийства, осужденный к лишению свободы, дал за несколько дней до задержания:

Как все было организовано и как ты дошел до того, что стал толкать людей на суицид?

Есть люди, а есть биомусор. Это те, кто не представляет никакой ценности для общества и несет или принесет обществу только вред. Я очистил наше общество от таких людей.

Мы видим абсолютное обесценивание жизни людей и их значения для общества в качестве реальной цели манипулирования выступает лишение жизни людей их же руками.

5. Меры защиты от манипуляций – 10 минут

Разберемся теперь в том, как же противостоять манипулированию. Меры защиты от информационно-психологического воздействия зависят от каждого конкретного случая – нет универсального рецепта, только общий инструментарий, он даст вам уверенности и сил, чтобы не бояться выявлять и действовать.

Методы противодействия манипуляции в Интернете можно разделить на **три основные группы:**

1. В **первой группе** акцентируется внимание на устойчивости психики человека и применении им мер «самообороны» от манипуляций, развитие критического мышления для выявления и пресечения манипулирования.

- **Выявите мишень манипуляции и извлеките ее смысл (цель, направленность), «очистив» от эмоционально-оценочной составляющей и субъективности.**

Мы должны анализировать сценарную линию манипуляции. Задайте себе вопросы:

Чего от нас ожидает манипулятор?

Какого поведения или реакции он хочет от нас добиться?

Какая линия будет наиболее очевидной?

Манипуляцию можно нейтрализовать следующими 3 способами:

1. Вскрыть манипуляцию
2. Вскрыть цель
3. Сломать сценарий

- **Выстраивайте конструктивную коммуникацию (в том числе в рамках дискуссии, спора)**

- Необходимо уметь отстаивать свою точку зрения, взгляды и убеждения, дискуссия или спор полезны, когда они конструктивны, а не деструктивны.

- Необходимо подтверждать свою позицию фактами, это придаст ей большую аргументированность и убедительность, не позволив вам потратить время на эмоциональную бесцельную перепалку, вы должны знать свои слабые места, которые вызывают у вас негативные эмоции – если они проявились, вы подверглись манипуляции.

- Не оправдывайтесь и не защищайтесь, так вы потеряете инициативу и преимущество, сообщите манипулятору, что поняли манипуляцию, попытайтесь перевести коммуникацию в конструктивное русло.

- **Следите за своим «цифровым следом», виртуальным окружением, информационным фоном, выявляя деструктивные элементы.**

- Проверяйте поступающую информацию, изучайте ее источники, а также альтернативные позиции, которые могут подтвердить или опровергнуть информацию.

- Изучите информацию о том, с кем вы коммуницируете, в т.ч. профиль, круг общения и подписок.

- Старайтесь оградить психику от внешнего ненужного, негативного и непроверенного информационного потока.

2. Во **второй группе** методов противодействия манипулированию содержатся рекомендации по использованию инструментария цифровых платформ.

- **Использовать систему черных списков.**
- **Использовать систему фильтрации нецензурных слов,** которая позволяет испытывать меньший эмоциональный дискомфорт в общении с другими пользователями.
- **Обращайтесь в центры безопасности или к администраторам интернет-ресурсов** с просьбой заблокировать агрессивного пользователя или деструктивный контент.
- **Периодически меняйте пароли.** Чтобы минимизировать риск кражи личных данных. Также никому не сообщайте свои пароли.
- **Создайте режим пользования цифровыми технологиями,** не проводите в Интернет-пространстве слишком много времени.
- **Настройте параметры конфиденциальности своих страниц.**

3. **Третья группа** методов противодействия манипулированию предполагает привлечение к юридической ответственности виновных.

- **Предупреждение о возможном привлечении к юридической ответственности за манипуляции (в т.ч. в Интернете)** может являться эффективным профилактическим механизмом.

- Для речевых манипулятивных действий законодательством Российской Федерации предусмотрена **уголовная, административная и гражданско-правовая ответственность.**

Чтобы разобраться в применении правовых механизмов противодействия манипулированию может понадобиться помощь юриста, для этого вы можете в том числе анонимно обратиться на нашу платформу «Цифропомощь + реклама платформы.

6. Закрепление материала и выводы – 10 минут

Итак, пришло время для закрепления и отработки навыков по противодействию манипулированию.

Интерактив. «Устоять и не поддаться»

Мне нужно 2 добровольца. Выходите ко мне, не бойтесь. Детектив попросил об одолжении – он хотел бы поговорить с каждым из вас, начнем с тебя, ты будешь беседовать с ним и отвечать на вопросы, по словам детектива это поможет в расследовании того самого уголовного дела против несовершеннолетних.

Я дам ему эту возможность, но что-то тут нечисто, будь бдителен, ведь он искусный манипулятор. Если вдруг заметишь манипуляцию, сразу говори: «Осторожно! Это манипуляция!» и раскрывай ее, используя рассмотренные нами приемы «самообороны». А твоя задача (второму человеку), оставаясь беспристрастной, ведь ты не будешь участвовать в диалоге, объективно наблюдать со стороны и помогать товарищу, если увидите манипуляции. Выведем его на чистую воду или убедимся в том, что он хороший и честный человек. Ведь на самом деле мы о нем ничего не знаем, мы совсем недавно с ним познакомились. Так как он будет беседовать с вами дистанционно, я буду озвучивать его реплики.

Отмечу, что в реальной жизни ситуация такого допроса, безусловно, невозможна и недопустима в соответствии с нормами УПК РФ. Мы гиперболизируем и моделируем ситуацию в образовательных целях. Начнем.

Беседа.

Привет!

Я уверен, что многие тебя здесь знают, ведь ты такой талантливый, причем в еще таком юном возрасте! А я всегда такой забывчивый, совсем «вылетело из головы» - как тебя зовут? Откуда ты приехал?

А если поточнее? Ты случайно живешь не поблизости с той самой улицей, где жил знаменитый государственный деятель? Ну этот... Вот, снова забыл! Подскажи мне его фамилию.

Понял. Расскажи о себе подробнее – чем увлекаешься, какими талантами обладаешь? Какие самые большие победы у тебя были, которыми ты гордишься?

Как же я тобой восхищаюсь! А у меня никогда ничего не получалось, то родители не давали развиваться в том, что мне нравилось – балете! То сверстники не позволяли забивать голы в футболе. И даже сейчас мой начальник думает, что я бездарность, и не дает мне быстро раскрывать дела... Да, я бездарен, уже смирился... А ты такой талантливый и продвинутый, у тебя, наверняка, не было никогда серьезных проблем и поражений, которые тебя тревожат, как у меня, неудачника?

Ты как никто меня понимаешь! Это несправедливо делить людей на талантливых и бездарностей! Все мы обладаем какими-то уникальными способностями, верно?

Все твои достижения и уникальные способности говорят о том, что ты очень смелый человек, настоящий герой, не то, что я. Мне как раз не хватало такого друга, как ты! Ты всегда стоишь на страже справедливости и честности?

Поможешь мне или в одном деле или лучше обратиться к более уверенному в себе человеку? Я не обижусь.

Есть один неприятный человек, который делит людей на талантливых и бездарностей, мы хотим его проучить. У нас есть своя закрытая группа. Я отправлю на нее ссылку, там мы договариваемся о совместных действиях, вступишь и поможешь нам отомстить?

Неужели ты такой трус и мямля? И не готов помочь в этом достойном деле?

Все твои достижения не имеют никакого значения, я знаю куда больше о твоих неудачах и переживаниях, чем можешь представить, о них узнают все, если не согласишься. Тебя все просмеют и будут сторониться. Это неизбежно. Вступай в группу и выполняй первое задание и спаси свою репутацию!

Пожалуй, на этом вашу беседу пора прекратить. Продолжать нет смысла, ведь каждое его слово – сплошная манипуляция.

Вопросы к ситуации:

Какой тип манипулятора применил в этой ситуации детектив? Ответ поясните. Один ли был представлен тип манипулятора?

Какова основная мишень или основные мишени манипуляции? На каких чувствах пытался сыграть детектив?

Каков был основной миф у детектива? Цель? Ожидаемый сценарий?

Какую информацию не стоило раскрывать детективу и почему?

Таким образом, детектив оказался вовсе не тем, за кого себя выдавал, он втерся сначала ко мне, а затем и к вам в доверие (не только вам, но и мне нужно подтянуть свои навыки выявления манипуляторов), но вместе мы все же его разоблачили! Он выдавал себя за человека благородной профессии, создав миф и легенду, имея целью получить о нас максимальное количество информации, чтобы вовлечь в деструктивное сообщество, он надел сразу несколько масок для манипулирования и оказывал информационно-психологическое воздействие на целую группу людей.

Манипуляции, безусловно, опасны. Это деструктивный тип коммуникации, который посягает на систему ценностей, деформирует картину мира, создает угрозы для психологического, морального, духовного, нравственного и даже физического состояния. Только научившись самообороне в Сети, можно обеспечить свою информационно-психологическую безопасность и безопасность всего общества, государства.

Завершить наше занятие я хотел бы завершить вопросом:

Как вы думаете, почему именно образ детектива сегодня сопровождал наш мастер-класс?

Профессиональный манипулятор подобен детективу – наблюдает, приглядывается, проводит эксперименты, анализирует, чтобы выявить слабые места и недостатки своей жертвы. Он всегда находится в поиске мишеней манипуляции, чтобы в самый неожиданный момент уверенно попасть в яблочко, поэтому нельзя без раздумий рассказывать о себе информацию, особенно в Сети. Все мы временами детективы, но нужно учиться останавливать себя и выстраивать конструктивное и «экологичное» общение, тогда и реальный мир, и Интернет-пространство станут безопаснее и комфортнее.

Удачи!