

Чайкун Е. С.

Національний університет «Києво-Могилянська академія»

ПРОБЛЕМА ІНФОРМАЦІЙНОГО ІМУНІТЕТУ ТА ВИКЛИКІВ ІНФОДЕМІЇ

Ця стаття присвячена вивченню проблеми інформаційного імунітету та викликів інфодемії. Дослідження проведено на основі аналізу наукової літератури і статистичних даних. У статті розглядаються концептуальне визначення інформаційного імунітету, причини та наслідки його порушення, а також виклики, які постають у сучасному світі внаслідок інфодемії.

Інформаційний імунітет є важливим елементом захисту людини від негативних впливів інформації, що можуть спричинити шкоду здоров'ю, психологічний дискомфорт, а також вплинути на формування світогляду та поведінки.

У статті представлено сучасні технології і методи захисту від шкідливої інформації, а також запропоновано шляхи підвищення рівня інформаційної грамотності населення. Також розглядаються передумови розвитку критичного мислення у суспільстві, такі як демократія, зрозуміла система прийняття рішень та дезорієнтація, стабільність і трансформація, моноканальність інформування та мультиканальність, багатобічність, діалогічність, інтерактивність. У висновках надано огляд ментальних запобіжників, таких як суб'єктивність, індивідуальна картина світу, активна комунікативна поведінка.

Ми поставили таке дослідницьке запитання: які відповідні контрзаходи потрібні для боротьби з інфодемією та які заходи для підвищення інфоімунітету? Дослідження мало на меті визначити інфодемічні виклики та стратегію боротьби з ними. Наявну літературу було проаналізовано за допомогою методів якісного дослідження, зосереджених на механізмі, впливі та протистоянні інфодемії.

Ключові слова: інформаційний імунітет, інфодемія, критичне мислення, емоційний інтелект, медіаграмотність, інформаційна гігієна.

Постановка проблеми. Сьогодні ми живемо в епоху цифрової революції, коли інформація стала найважливішим ресурсом. Люди отримують її з різних джерел, таких як соціальні мережі, сайти новин, інформаційні портали та ін. Однак, на жаль, не всі джерела інформації є надійними та достовірними. Це свідчить про те, що інформаційний імунітет людей порушується, і у зв'язку з цим виникає багато проблем.

Наразі очевидно, що Інтернет, соціальні мережі та інші засоби комунікації з легкодоступними даними сприяють поширенню інформації, яка вводить в оману. Наша стаття має на меті надати огляд проблем інформаційного імунітету та викликів інфодемії, підвищити обізнаність щодо її негативного впливу на суспільство. Крім того, ми наводимо кілька рекомендацій, які можуть запобігти впливу інфодемії.

Інфодемія демонструє, як необмежений доступ до інформації може заплутати та вплинути на поведінку людей під час надзвичайної ситуації. У статті ми обговорюємо невирішені проблеми і пропонуємо напрями досліджень для

підвищення готовності до майбутніх криз у суспільстві.

Враховуючи серйозні інфодемічні загрози в усьому світі, це дослідження має на меті визначити проблеми інфодемії та розробити стратегії її подолання. Результати дослідження можуть пом'якшити несприятливі наслідки інфодемії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом проблема інформаційного імунітету та викликів інфодемії набула особливої актуальності. З розвитком соціуму виникають індивідуальні способи регуляції, в т. ч. і психозахисної. Розвиток особистості в культурі передбачає постійну готовність до змін, підвищення власної психологічної надійності (С. Кузікова, 2018)

Дж. Мейер та П. Селоуей (1990) розробили концепцію емоційного інтелекту, яка набула значної популярності в наукових дослідженнях. Пізніше вони виявили, що успіх у житті залежить не тільки від інтелектуальних здібностей, а й від емоційного інтелекту. П. Селоуей (2004) досліджував питання формування емоційного інтелекту у студентів та викладачів вищих навчальних

закладів. Він наголошує на важливості розвитку критичного мислення і здатності до самоконтролю.

Д. Гулман (1994) у своїх дослідженнях також відзначає важливість розвитку емоційного інтелекту для успішного функціонування людини в сучасному світі.

У своїй книзі “The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains” (2010) американський письменник та журналіст Нік Карр розглядає вплив Інтернету на наш мозок. Автор стверджує, що перехід від традиційного способу читання до «глибокого» читання (тобто уважного, продуманого аналізу тексту) є складним завданням для нашого головного мозку через постійну доступність широкого обсягу інформації в Інтернеті. Він також висловлює занепокоєння, що такий стан може сприяти розвитку психологічних проблем, таких як депресія та тривожність.

О. Суська (2021) досліджувала питання впливу інфодемії на людей та проблему формування інформаційного імунітету в умовах пандемії COVID-19. Вона наголошує на необхідності формування навичок критичного мислення серед населення.

Т. Шмарьова (2004) у своїх наукових публікаціях зосередила увагу на різноманітних аспектах кібербезпеки, зокрема заходах з підвищення інформаційної свідомості серед населення та працівників різних галузей.

Більшість літератури стосується емоційного імунітету, однак зростання обсягів інформації в Інтернеті та швидкість її поширення є викликами для інформаційного імунітету, тому дослідники продовжують шукати шляхи його розвитку і підвищення медіаграмотності серед населення.

Постановка завдання. У цій статті розглянуто поняття та методи отримання інформаційного імунітету, виклики інфодемії, які стали актуальними в сучасному світі. У ній наведено концептуальний огляд останньої літератури з цієї теми, висвітлено теоретичний вимір, узгоджений з вірусною аналогією щодо сприйнятливості, поширення та імунізації від інфодемії.

Виклад основного матеріалу. Інформаційне суспільство зумовлює постійне збільшення потоку інформації, що створює виклики для людського організму, а це може стати причиною різних захворювань, таких як стрес, депресія, інформаційна перенавантаженість тощо [53]. Порушення правил інформаційної етики, надання неякісної та неточної інформації можуть призвести до негативних наслідків, тому важливо підвищити рівень

інформаційного імунітету населення та розробити ефективні методи його захисту.

Інформаційний імунітет – це здатність ідентифікувати маніпуляцію, фейк, оцінити рівень їх небезпеки і вміння їм запобігти. В іншому разі читач/глядач споживає усю інформацію та діє відповідно до неї. Виробити імунітет можна лише за допомогою підвищення медіаграмотності та дотримання правил інформаційної гігієни. Центр протидії дезінформації при РНБО України пояснює, як отримати інформаційний імунітет: отримувати інформацію лише з офіційних джерел; не варто реагувати на занадто емоційні повідомлення; не поширювати неперевірену інформацію [4].

«Інформаційний вірус не береться з повітря, а лягає на живильне середовище, яке є в суспільстві: якщо була нагнана паніка в ЗМІ та додалося, що люди не довіряють владі, а лише собі, а також те, що люди бояться за свою безпосередню безпеку, – це зручний ґрунт для Росії зробити інформаційний вірус з розхитування ситуації...» [9].

Фактори ситуації – це проблеми, властиві самій ситуації, які згодом підживлюють інфодемію. Для прикладу, COVID-19 розвивався як швидко змінювана, динамічна ситуація з мінливими, невідзначеними, складними та неоднозначними елементами [35].

Інформатизація не може функціонувати за наказом з одного центру, вона насправді навіть не поліцентрична. Це повністю відкрита система, що не вкладається у рамки горизонтальної структури. Ця мережева структура не обов'язково є демократичною, тому що можуть з'являтися і з'являються мережі елітні й елітарні» [Суська О. Інформаційний імунітет. Монографія. Київ, 2008. С. 32].

До факторів, які можуть впливати на розвиток інформаційного імунітету в Україні, можна віднести недостатню доступність до якісної інформації та небажання людей орієнтуватися на факти й аргументи. Розвитку інформаційного імунітету допомагає телемарафон «Єдині новини», адже його мета – інформувати населення про ситуацію в Україні від початку російського вторгнення.

Майже половина українців (46%) дивляться марафон «Єдині новини» на телеканалі «1+1», ще 29% – на «ICTV», 24% – на «Україна 24» і 19% – на «Україна». Серед жителів міст із населенням понад 50 тисяч глядачами марафону є 7,88 млн українців і фактично усі вони – 7,83 млн – довіряють «Єдиним новинам». При цьому 2,98 млн громадян дивляться його щодня. У населених пунктах, де проживає менше ніж 50 тисяч осіб,

телемарафон дивляться 10,52 млн українців, щодня за ним стежать 5,94 млн громадян нашої країни, довіряють йому 9,97 млн. Здебільшого глядачі дивляться марафон на телебаченні, близько чверті – на ютубі, ще близько пів мільйона – у додатку «Дія».[18]

Сьогодні найбільшої продуктивності у сфері вивчення протидії маніпуляціям свідомістю набуває теорія Карла Роджерса «Відмова в дозволі впливу». Можна не піддавати сумніву чинсь правоту або відверто заперечувати правдивість інформації (техніка аргументації та спростування). Якщо маніпуляція буде усвідомлена адресатом, можна певним чином гарантувати відсутність побічних негативних впливів, адже захист – це усвідомлена спроба самовизначення суб'єкта. Самопрезентація особи є за своєю природою багатомірною[41].

Причини порушення інформаційного імунітету можуть бути наслідком багатьох чинників. Одним із них є інфодемія – масове поширення неправдивої та недостовірної інформації, що може призвести до втрати довіри до інформаційних джерел. Іншим чинником є погана освіта та низький рівень грамотності, які не дають змоги людям правильно оцінювати і використовувати інформацію. Також роль у порушенні інформаційного імунітету можуть відігравати соціальні мережі, які стають майданчиком для поширення неправдивої та недостовірної інформації, а також сприяють формуванню «бульбашок» інформації.

Основними методами боротьби інфодемією є підвищення рівня грамотності та критичного мислення серед населення, створення законодавства і механізмів контролю за поширенням неправдивої та недостовірної інформації, а також підтримка і розвиток достовірних джерел інформації.

Створення законодавства та механізмів контролю є важливим кроком у боротьбі з інфодемією. Для захисту від неправдивої та недостовірної інформації можна використовувати закони про дифамацію і накладати штрафи на осіб та організації, які поширюють неправдиву інформацію. Також можна створювати незалежні органи, що займаються перевіркою достовірності інформації та контролем за її поширенням. Для цього можна віддавати перевагу незалежним ЗМІ, які дотримуються журналістської етики і забезпечують об'єктивну та достовірну інформацію.

Інфодемія може призводити до стресу, втрати концентрації, порушення сну, депресії, психічної втоми. За даними досліджень, 80% населення

країн світу стикається з інформаційним перенавантаженням, яке впливає на якість життя та продуктивність праці [39].

Концепція інфодемії відома вже більше десяти років. Термін «інфодемія» з'явився у 2003 році й знову використовувався під час пандемії COVID-19. Вперше 11 травня 2003 року його використав Девід Роткопф, оглядач і політолог Washington Post. Це сталося під час пандемії SARS (*тяжкий гострий респіраторний синдром – ТГРС*). Зокрема, Роткопф визначив інфодемію як «кілька фактів, змішаних зі страхом, припущеннями та чутками, посилені і швидко поширені у всьому світі завдяки сучасним інформаційним технологіям, які вплинули на національну та міжнародну економіку, політику і навіть безпеку абсолютно непропорційним чином» [5].

Дослідники зосереджують увагу на факторах відправника, які пов'язані з джерелами дезінформації в інфодемії. Деякі відправники мають власні комерційні чи політичні плани з наміром «обманом змусити людей повірити в щось заради фінансової або політичної вигоди» [38].

Вплив інфодемії на здоров'я населення можна розділити на чотири кластери: I – стрес; II – обман; III – насильство, що призводить до IV – шкоди. Інфодемія може призвести до стресу, а також обману, що призведе до прийняття помилкових рішень. Щоб уникнути цього, потрібно своєчасно спланувати свою реакцію [53]. Корисними інструментами для досягнення цієї мети можуть бути засоби перевірки фактів, застосування фільтрів, рекомендації з медіаграмотності та допомога штучного інтелекту. Його можна використовувати задля автоматичного виявлення фейкових новин.

На початку 2020 року Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) оголосила всесвітню інфодемію. Вона характеризується надлишком інформації, особливо неправдивої та оманливої.

Емоційний інтелект, як компонент соціального мислення, є важливим аспектом інформаційного імунітету людини [42]. Це поняття вперше було запропоноване психологом Пітером Селуовеєм у 1990-х роках. Емоційний інтелект – це здатність розуміти і керувати своїми та емоціями інших людей [1] Дж. Мейер та П. Селуovej вважають, що він складається з п'яти компонентів: 1) усвідомлення власних емоцій; 2) управління власними емоціями; 3) мотивації; 4) розуміння емоцій; 5) соціальних компетентностей [5, с. 31]. Згідно з Мейером та Селуовеєм, емоційний інтелект – це здатність розуміти та керувати власними емоціями й емоціями інших людей, а також вико-

ристовувати цю інформацію для досягнення своїх цілей. Вчені також виділили п'ять його складових: 1) самосвідомість; 2) самокерування; 3) соціальна компетентність; 4) керування емоціями; 5) використання емоцій. Вони створили концепцію емоційного інтелекту та розробили перший тест для вимірювання цього показника.

Деніел Гоулман, американський психолог, який відомий своїми дослідженнями у галузі психології лідерства та емоційного інтелекту, вважає, що емоційний інтелект є ключовою компетенцією для досягнення успіху в житті та роботі. У своїй книзі «Емоційний інтелект: Чому він може мати більше значення, ніж IQ» (1995) Гоулман стверджує, що успіх у житті залежить не тільки від нашого когнітивного інтелекту, а й від того, наскільки ми здатні розуміти та керувати своїми емоціями й емоціями інших людей.

Д. Гоулман також звернув увагу на важливість розвитку емоційного інтелекту в сучасному світі [29]. Його розвиток може зменшити вплив негативної інформації та покращити загальну психічну стійкість [29]. Вивчення та розвиток емоційного інтелекту можуть стати допомогою у боротьбі з інфекцією та зменшити вплив шкідливої інформації на людину.

Дослідники розробили поняття імунізації від фейків, теорію психологічного щеплення [21]. Згідно з нею, як вакцини сприяють виробленню антитіл для імунітету проти майбутніх інфекцій, такого самого ефекту можна досягти з інформацією. Теорія щеплення діє за допомогою двох механізмів, а саме: 1) мотиваційної загрози (бажання захистити себе від маніпуляційних атак), коли відбувається активація імунної системи; 2) попереднього розкриття дезінформації шляхом спростування (для генерації когнітивних «антитіл»). Після того як люди здобудуть «імунітет», вони можуть поширювати щеплення шляхом офлайн- та онлайн-взаємодій (розмова після «щеплення»), що може надати *можливість колективного імунітету в онлайн-спільнотах* [21]. Проте, як і в багатьох біологічних вакцинах, дослідження виявили, що психологічний імунітет також із часом слабшає, але його можна підтримувати протягом кількох місяців регулярними «бустерними» щепленнями [21].

Термін «інфекція» означає надлишок інформації (справжньої чи ні), пов'язаної з певною темою, зростання якої може відбуватися експоненціально за короткий проміжок. [33]. Існує проблема ехокамер, у яких потік інформації часто систематично зміщується у бік однодумців [48].

Під час COVID-19 поняття «інфекція» повернулося із силою, невідомою дотепер. Багато що свідчить, що вона, як і коронавірус, залишиться з нами і надалі через широкий доступ до ЗМІ, в т. ч. інформейменту (інформаційно-розважальні програми), політичної, ділової та будь-якої іншої дезінформації.

Захист від інформаційної шкоди можливий завдяки використанню сучасних технологій і методів. Один з ефективних методів захисту – це критичне мислення та аналіз інформації. Критичне мислення полягає в тому, щоб ставитися до отриманої інформації з критичними запитаннями та перевіряти її достовірність [36]. Також важливо використовувати різноманітні джерела для отримання об'єктивної і повної інформації. Зокрема, корисними будуть наукові публікації, офіційні джерела, статистичні дані, документальні фільми тощо. Крім того, ефективним методом захисту від інформаційної шкоди є зменшення часу, який людина витрачає на використання мобільних пристроїв та Інтернету. Важливо регулювати кількість часу перебування у соціальних мережах та месенджерах, а також контролювати обсяг інформації, яку ми отримуємо через ці канали.

Кризова інформатика досліджує не лише те, як інформація циркулює під час кризових подій, особливо в Інтернеті та соціальних медіа, а й вивчає поведінку людини, як вона реагує на кризові події, а також базується на основі соціології катастроф. Наукові дослідження у сфері інформаційної безпеки показують, що питання інформаційного імунітету є актуальним не лише в Україні, а й у більшості країн світу [8]. Сутність інформаційного імунітету полягає у здатності людини захищати своє здоров'я від впливу шкідливих інформаційних факторів. При цьому важливою є здатність не тільки розпізнавати і відкидати шкідливу інформацію, а й уміння відрізнити правдиву інформацію від фейкової.

Однак не всі люди мають розвинені навички критичного мислення, що зумовлено різноманітними факторами, такими як вікові особливості, освітній рівень, соціальний статус тощо. За останні роки вірогідність фейкових новин зросла в кілька разів, і ця тенденція продовжується. Вивчення їх впливу на різні групи людей, включаючи молодь, є актуальним завданням у дослідженні проблем інформаційного імунітету. За дослідженнями О. Суської [10], інформаційний імунітет є важливим фактором у боротьбі з інфекцією. Для забезпечення ефективності інформаційного імунітету необхідно виявити можливі

небезпеки та ризики, що загрожують інформаційній безпеці індивіда. До них можуть належати відкриті мережі, слабкі паролі, незахищені Wi-Fi з'єднання, підозрілі електронні листи та мережеві атаки.

Зважаючи на важливість захисту інформації у сучасному світі, кризова інформатика заслуговує на окрему увагу в нашій науковій статті. Кризова інформатика – це галузь інформатики, що займається захистом інформації в умовах кризових ситуацій, таких як техногенні катастрофи, терористичні атаки, епідемії, війни тощо [8].

У контексті проблеми інформаційного імунітету кризова інформатика може допомогти розв'язати ряд завдань. За останні кілька років ми були свідками багатьох кризових ситуацій, які сталися через порушення інформаційної безпеки. Наприклад, атака на компанію Equifax у 2017 році, під час якої було скомпрометовано більше 143 мільйонів особистих даних, є яскравим прикладом того, як порушення інформаційної безпеки може вплинути на мільйони людей і викликати серйозні наслідки для їхнього життя [16]. Крім того, кризова інформатика може бути корисною у боротьбі з інфодемією. Як ми вже зазначили, інфодемія є поширенням неправдивої або маніпульованої інформації в Інтернеті.

У майбутньому розвиток інформаційного імунітету стане ще важливішим завданням, оскільки збільшується кількість інформації, що оточує людину. Інфодемія є складним викликом, але можливості сучасних технологій дозволяють дізнатися про неї більше, вивчати її та реагувати на неї. Розвиток інформаційного імунітету залежить від багатьох факторів, і важливо усвідомлювати їх, щоб бути успішним у сучасному світі.

Критичне мислення входить у рамки «навичок XXI століття» і вважається однією з цілей освіти. Передумовами розвитку критичного мислення є стабільність та демократія, які стимулюють його, а також зрозуміла система прийняття рішень, діалогічність, інтерактивність та суб'єктність, дезорієнтація, трансформація і мультимедіальність.

Значна роль у формуванні інформаційного імунітету належить медіаграмотності, що включає у себе знання основ медіакультури, вміння критично оцінювати інформацію та розуміти медіа-механізми маніпуляції. Також важливою є інформаційна гігієна, яка передбачає використання інформації з максимальною користю та мінімальною шкодою для здоров'я.

Передумовою розвитку критичного мислення є демократія. У демократичних суспільствах

влада належить народу, свобода думки та висловлювання є їхньою складовою, що дозволяє людям аналізувати й оцінювати інформацію, приймати рішення та виступати з власними поглядами [27].

Розвиток критичного мислення у суспільстві може бути ускладнений через вплив різних факторів, таких як, наприклад, тоталітаризм. У тоталітарних режимах правління здійснюється через засоби примусу та контролю, що призводить до відсутності свободи слова й думки. Таке обмеження відвертає розвиток критичного мислення у суспільстві. Ханна Аренд у своїй книзі «The Origins of Totalitarianism» висвітлює, як у тоталітарних режимах люди стають залежними від держави та втрачають свою індивідуальність [31].

Для того щоб розвивати критичне мислення, необхідна зрозуміла система прийняття рішень. Це означає, що процес прийняття рішень повинен бути доступним і зрозумілим для усіх учасників, що зменшує ризик помилок і забезпечує більш якісні рішення [32]. Ще однією передумовою розвитку критичного мислення є дезорієнтація – стан, коли людина не може знайти відповіді на певні запитання або зорієнтуватися в нових умовах. Але саме дезорієнтація може спонукати до розвитку критичного мислення. Перебуваючи у цьому стані, людина шукає відповіді на запитання і намагається пристосуватися до нових умов.

За словами Джона Дьюї, передумовами розвитку критичного мислення у суспільстві є стабільність та трансформація. Стабільність передбачає певний рівень довіри до суспільства та його інституцій [23]. А трансформація прогнозує здатність людей адаптуватися до змін. Сучасний світ надзвичайно швидко змінюється, тому люди повинні бути здатні змінюватися разом із ним. Це означає, що вони повинні бути відкриті до нових ідей, нових джерел інформації та нових підходів до аналізу даних. З іншого боку, занадто великі зміни можуть призвести до невизначеності, що своєю чергою може пригнічувати розвиток критичного мислення.

Одним із важливих аспектів розвитку критичного мислення є мультимедіальність інформування. Зараз людина має можливість отримувати інформацію з різноманітних джерел, включаючи телебачення, радіо, Інтернет та соціальні мережі. Мультимедіальність інформування забезпечує різноманітність думок та поглядів, що сприяє розвитку критичного мислення [47].

Однак важливо зазначити, що мультимедіальність інформування може бути також негативним фактором, що обмежує розвиток критичного мис-

лення. Інформація, яка надходить із різних джерел, може суперечити одна одній, що також призводить до збоїв у розумінні та її аналізі. В умовах моноканального (однобічного) інформування людина не має можливості отримати повну картину подій і проаналізувати різноманітні джерела інформації. Це призводить до формування стереотипів і уявлень, які можуть бути спотвореними та не відповідати дійсності.

Однією з передумов розвитку критичного мислення є багатобічність комунікацій. Діалогічність та інтерактивність є основою багатобічної комунікації. Критичне мислення передбачає не тільки сприйняття інформації, а й активну участь у діалозі та взаємодії. Такий підхід дозволяє збагачувати знання, відкривати нові погляди і поглиблювати розуміння різних питань. Проте однобічність може бути перешкодою до розвитку критичного мислення. Однобічна комунікація має монологічний характер і передбачає передавання інформації від однієї сторони до іншої без можливості обговорення та розуміння різних точок зору [25]. Така комунікація може призвести до формування стереотипів та уявлень, які не завжди відповідають реальності.

Іншою передумовою критичного мислення є суб'єктність. Критичне мислення передбачає не тільки аналіз та сприйняття інформації, а й пошук власних рішень і переконань. Суб'єктивність поглядів є важливою складовою процесу формування критичного мислення. На думку Хабермаса, для того щоб суспільство стало більш демократичним і критичним, потрібно використовувати не лише діалогічні та інтерактивні форми комунікації, а й забезпечувати суб'єктність кожного учасника [30]. Саме це може допомогти уникнути однобічності.

Передумовою успішного формування інфоімуунітету є також економіка, а саме економічний розвиток країни. Зменшення рівня бідності та підвищення рівня життя є факторами, що сприяють зростанню рівня освіти і культури населення, а це, своєю чергою, позитивно впливає на розвиток інфоімуунітету. Країни з високим рівнем економічного розвитку мають більше можливостей для створення інформаційної інфраструктури, забезпечення високошвидкісного Інтернету та розроблення відповідних програм і платформ для розвитку інфоімуунітету.

На розвиток інфоімуунітету також впливає якісна освіта населення. Люди, які мають достатній рівень освіти, здатні критично мислити та аналізувати інформацію, яка до них надходить.

Вони незмінно краще здатні відрізнити правдиві новини від неправдивих [3]. Також, згідно з дослідженнями [7], люди, які ведуть здоровий спосіб життя, відповідально ставляться до свого здоров'я та знають, як користуватися інформацією, менш вразливі до маніпуляцій та дезінформації.

Розшарованість суспільства може стати передумовою формування інформаційного імуунітету. Здатність людей з різних соціальних та культурних груп спілкуватися та взаємодіяти між собою дозволяє уникнути інформаційної ізоляції, яка може призвести до формування спотворених уявлень про світовий порядок. До того ж, розшарованість суспільства забезпечує можливість взаємодії між різними групами, в тому числі між науковцями та споживачами інформації, що дозволяє збільшити якість інформації та сприяє формуванню критичного мислення. Проте згідно з теорією Дюркгейма, якщо суспільство є розшарованим з нечіткими нормами та цінностями, то це може призвести до розладу в індивідуальній поведінці [24].

Інструменти боротьби проти маніпуляцій інформацією також є важливою передумовою формування інформаційного імуунітету. У цьому контексті необхідно розробляти та використовувати інструменти аналізу і критичного оцінювання інформації, що дозволить виявляти маніпулятивні дії.

Інститути є важливою базою для формування інфоімуунітету населення. [26] До них належать: освітні інститути (школи, університети тощо), які забезпечують формування критичного мислення для ефективного відбору та розуміння інформації; медіаінститути (телебачення, радіо, газети, журнали), що відіграють важливу роль у формуванні свідомості та інформаційної культури широких мас;

інститути культури (музеї, театри, кінотеатри, бібліотеки тощо), які забезпечують доступ до культурної спадщини, розвиток культурної освіти та компетентності;

науково-дослідні інститути, що займаються дослідженням різних аспектів інформаційного простору.

Усі ці інститути можуть сприяти формуванню інфоімуунітету населення, але для цього необхідні їх правильне функціонування та взаємодія між ними.

Важливо навчитися захищати свої емоції та психіку в умовах підвищеного стресу, які часто супроводжують сучасне життя. У цьому процесі можуть допомогти практичні заходи психологічного захисту, такі як зміцнення інтелекту,

візуалізація захисних образів та використання різноманітних бар'єрів (словесних, емоційних, інтерпретативних). Зокрема, зміцнення інтелекту може бути важливим фактором у психологічному захисті. Інтелектуальні здібності людини допомагають розуміти складні ситуації, знаходити рішення та оцінювати наслідки своїх дій.

Ще одним ефективним способом психологічного захисту є візуалізація захисних образів, що полягає у створенні в уяві позитивних образів-бар'єрів, які допоможуть захистити психіку від негативних впливів зовнішнього середовища, стресу та негативних емоцій [26].

До інших методів психологічного захисту можна віднести використання різноманітних бар'єрів. Наприклад, словесні бар'єри полягають у тому, щоб не давати інформації або не відповідати на запитання, які можуть спричинити стрес. Емоційні бар'єри забезпечують захист від негативних емоцій, які можуть викликати стрес. Інтерпретативні бар'єри допомагають захиститися від негативних інтерпретацій подій та ситуацій, які можуть викликати стрес. Людина намагається ставитися до подій інтерпретативно, а не реалістично. Проте активний тиск маніпуляцій стає все більш досконалим і витонченим, що потребує володіння усім спектром соціального мислення.

Критичне мислення, емоційний інтелект, інформаційний імунітет є компонентами соціального мислення. Соціальне мислення охоплює процеси, які включають сприйняття, увагу, сприймання інформації, запам'ятовування, розуміння та інтерпретацію соціальних явищ, а також прийняття рішень і дії у соціальних ситуаціях. Розвиток соціального мислення відіграє важливу роль у житті людини, оскільки допомагає розуміти та адаптуватися до соціального середовища.

З розвитком соціуму розвиваються й індивідуальні способи регуляції, у т. ч. й психозахисної. Розвиток особистості в культурі передбачає постійну готовність до змін, підвищення власної психологічної надійності.

Відмова у дозволі впливу є ефективним засобом протидії маніпуляціям свідомістю. Основним принципом такої відмови є відмова від активного сприйняття, оцінювання та інтерпретації інформації, що надходить ззовні. Відмова у дозволі впливу полягає у тому, щоб замість пасивного сприйняття інформації зосередитися на своїх власних цінностях, потребах та переконаннях і відкидати будь-яку інформацію, що суперечить їм.

Згідно з дослідженнями О. Суської та Т. Шмарьової (2019), важливим фактором формування

інформаційного імунітету є розуміння принципів критичного оцінювання інформації, зокрема її достовірності, обґрунтованості та актуальності. Також дослідники наголошують на необхідності вміння аналізувати та оцінювати інформацію з різних джерел, зокрема медіаресурсів та соціальних мереж, що часто містять фейкові новини і маніпулятивну інформацію.

Крім того, згідно з дослідженням О. Суської (2016), важливим фактором формування інформаційного імунітету є психологічний стан особистості, зокрема самооцінка та ставлення до себе як до інформаційної сутності. Авторка вважає, що особистість, яка має високу самооцінку та позитивне ставлення до себе, є більш стійкою до негативних впливів інформації та володіє більш високим рівнем інформаційного імунітету.

Отже, інформаційний імунітет є важливою складовою інформаційної безпеки як особистості, так і держави загалом. Формування інформаційного імунітету передбачає розвиток інформаційної грамотності та критичного мислення.

Висновки і пропозиції. Інфодемія стала суттєвим викликом для нашого суспільства в умовах розгортання кіберпростору та інформаційних технологій. Щоб зберегти свій інформаційний імунітет, необхідно розвивати критичне мислення та критичну грамотність, вміти аналізувати і перевіряти інформацію з різних джерел. Також необхідно враховувати психологічний аспект та дотримуватися принципів цифрової гігієни.

Інфодемія, як масове поширення неправдивої та недостовірної інформації, може мати серйозні наслідки для суспільства, економіки і здоров'я людей. Інформаційний імунітет є важливим чинником для забезпечення здоров'я та безпеки людей в епоху цифрових технологій і масової комунікації. Інформаційна грамотність та розвиток критичного мислення є ключовими для інформаційного імунітету.

Розвиток інформаційного імунітету в Україні потребує комплексної підтримки держави, громадських організацій, засобів масової інформації.

Серед заходів, які можуть сприяти розвитку інформаційного імунітету в Україні, можна виділити такі: розроблення та впровадження програм навчання критичного мислення і медіаграмотності у школах та вищих навчальних закладах; підтримка проєктів з медіаосвіти, які сприяють розвитку критичного мислення, відповідального сприйняття інформації та захисту від маніпуляцій; підтримка ініціатив громадських організацій, спрямованих на підвищення рівня медіагра-

мотності і розвитку інформаційного імунітету; запровадження нормативно-правових актів, спрямованих на захист від маніпулятивної інформації та підвищення рівня критичного мислення у суспільстві; створення інфраструктури для забезпечення доступу до якісної і достовірної інформації, а також підвищення рівня цифрової грамотності населення; проведення кампаній з популяризації культури медіаспоживання та відповідального сприйняття інформації.

Розвиток інформаційного імунітету в Україні важливий для забезпечення національної безпеки, підвищення якості життя громадян та рівня демократії у суспільстві. Тому необхідно вжити всіх заходів для зростання медіаграмотності і розвитку критичного мислення серед населення, а також забезпечення доступу до якісної та достовірної інформації.

Отже, можна зробити висновок, що інформаційний імунітет є важливою складовою нашої психічної та фізичної стійкості в умовах інфодемії. Це вимагає від нас постійної самоосвіти, розвитку медіаграмотності та критичного мислення, а також збалансованого використання Інтернету і соціальних медіа. Люди з вищим рівнем медіаграмотності та емоційного інтелекту краще розуміють і критично оцінюють інформацію, менш схильні до маніпуляцій та розповсюдження недостовірної інформації.

Ментальними запобіжниками інфодемії є суб'єктність та індивідуальна картина світу суб'єкта – споживача медіановин, яка завжди буде відрізнятися від того контенту медіадискурсу,

який присутній на даний момент у сучасному медіапросторі, де все активніше взаємодіють і традиційні медіа, і ресурси інтернетмереж.

Активна комунікативна і публічна поведінка (зокрема, медіаповедінка) не тільки забезпечує реалізацію інтересів, інформаційних потреб і запитів особистості, а й одночасно стає дієвим механізмом соціалізації, формування політичної культури, громадянської позиції особи, усвідомленої участі в інформаційному обміні.

Представлена у статті інформація ґрунтується на якісних матеріалах, отриманих з оглядів. Багато явищ, представлених в оглядах, ґрунтувалися на спостереженнях, а не обов'язково на контрольованих експериментах. Отже, висновок про причинно-наслідковий зв'язок, а не про асоціацію слід робити з обережністю. Тим не менше, ця робота є інформативною та узагальнюючою у контексті цих обмежень. Цей звіт є цікавим як основа для майбутніх досліджень.

Для подальшого вивчення проблеми інфодемії необхідно провести комплексні соціологічні дослідження, щоб виявити залежності між рівнем освіти, віком та іншими факторами інформаційної грамотності і здатністю до відбору та аналізу інформації. Попередні дослідження засвідчують, що інфодемія може мати серйозні наслідки для суспільства, зокрема впливати на процеси прийняття рішень, здоров'я та безпеку людей. Тому вирішення цієї проблеми потребує комплексного підходу, що об'єднує зусилля дослідників, громадськості та влади.

Список літератури:

1. Денисевич О. О. Critical thinking role in educational reform of high school in information society. *Proceedings of the national aviation university. series: philosophy, cultural*. 2011. Vol. 13, no. 1. URL: <https://doi.org/10.18372/2412-2157.13.8382>
2. Дзьобань О. П., Рубан О. О. Modern person: security problems of adaptation to the new information environment. *Information and law*. 2019. No. 1(28). P. 9–18. URL: [https://doi.org/10.37750/2616-6798.2019.1\(28\).221254](https://doi.org/10.37750/2616-6798.2019.1(28).221254)
3. Запороженко О. Основні принципи освіти в інформаційному суспільстві. *Human Studies a collection of scientific articles Series of «Philosophy»*. 2021. №41. С. 148–161. URL: <https://doi.org/10.24919/2522-4700.41.10>
4. Звіти – Центр протидії дезінформації при Раді національної безпеки та оборони України. *Центр протидії дезінформації | Головна сторінка*. URL: <https://cpd.gov.ua/category/reports/>
5. Інфодемія, або паралельна чума. *StopFake*. URL: <https://www.stopfake.org/uk/infodemiya-abo-paralelna-chuma/>
6. Кузікова С. Організація фахової підготовки студентів-психологів як технологія формування суб'єкта саморозвитку. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2018. Вип. 1 (38). С. 36–40.
7. Макгонігал К. Радість руху: як фізична активність додає впевненості, зближує людей і робить їх щасливішими. Наш формат, 2022.
8. Новородовський В. Інформаційна безпека України в умовах російської агресії. *Society. Document. Communication*. 2020. № 9. С. 150–179. URL: <https://doi.org/10.31470/2518-7600-2020-9-150-1179>
9. Поліщук А. «Інтерв'ю із засновницею волонтерської ініціативи «Як не стати овочем» Оксаною Мороз. *«День»*. 2020. 19 берез.

10. Суська О. О. Інформаційний імунітет: проблеми психологічного захисту в інформаційному просторі. : монографія. Київ, 2008.
11. Суська О. О. Мотиваційна парадигма інформаційного вибору за умов персоніфікації медіа-комунікативного простору. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2016. № 2. С. 141–150.
12. Суська О. О. Нові медійні практики як фактор формування особистості. *Проблеми політичної психології*. 2016. Вип. 4 (18). С. 122–132.
13. Суська О. О. Право людини на інформацію як базова ознака комунікативних стосунків в інформаційному суспільстві. *Комунікація*. 2012. № 2. С. 30–41.
14. Хорошко В. О., Хохлячова Ю. Є. Особливості оцінки безпеки інформаційних систем. *Ukrainian information security research journal*. 2012. Т. 14, № 2 (55). URL: <https://doi.org/10.18372/2410-7840.14.2175>
15. Хорошко В. О., Хохлячова Ю. Є. Information war protection from destructive informational and psychological influences. part 2. *Ukrainian scientific journal of information security*. 2019. Т. 25, № 1. URL: <https://doi.org/10.18372/2225-5036.25.13666>
16. Через хакерську атаку компанія equifax втратила \$87,5 млн. | інтегратор amica. *AMICA. Системний інтегратор*. URL: <https://amica.ua/kompaniya-equifax-zaznala-zbytkiv-na-sumu-87-5-mln-v-tretomu-kvartali/>
17. Шмарьова Т. Інформаційний імунітет: законодавче врегулювання і практика. *Наукові записки НАУКМА: юридичні науки*. 2004. Т. 26. С. 100–103.
18. 75% українців довіряють телемарафону «Єдині новини» – дослідження Gradus Research Company – Національна рада України з питань телебачення і радіомовлення. *Національна рада України з питань телебачення і радіомовлення*. URL: <https://www.nrada.gov.ua/75-ukrayintsiv-doviryayut-telemarafonu-yedyni-povnyu-doslidzhennya-gradus-research-company/>
19. Carr N. G. *Shallows: what the internet is doing to our brains*. Norton & Company, Incorporated, W. W., 2020. 320 p.
20. Caruso D. R., Salovey P. *Emotionally intelligent manager: how to develop and use the four key emotional skills of leadership*. ReadHowYouWant.com, Limited, 2019.
21. Compton J. Image prepare: image repair, inoculation theory, and anticipated attacks on credibility. *The international journal of the image*. 2016. Vol. 8, no. 1. P. 1–9. URL: <https://doi.org/10.18848/2154-8560/cgp/v08i01/1-9>
22. Cramer P. Defense mechanisms in psychology today: further processes for adaptation. *American psychologist*. 2000. Vol. 55, no. 6. P. 637–646. URL: <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.6.637>
23. Dewey J. “How we think”. Barnes & Noble, 2005. 190 p.
24. Durkheim E. *Law, community and social solidarity. Jurisprudence*. Third edition. | Milton Park, Abingdon, Oxon ; New York, NY : Routledge, [2018], 2018. P. 83–88. URL: <https://doi.org/10.4324/9781315795997-8>
25. Facione P. *THINK critically*. Pearson, 2015.
26. Fukuyama F. *Trust: the social virtues and the creation of prosperity*. Free Press, 1996. 480 p.
27. Gabrielsson D. The role of actual democracy in the link between national identity and support for democracy. *Comparative sociology*. 2021. Vol. 20, no. 4. P. 473–500. URL: <https://doi.org/10.1163/15691330-bja10042>
28. Gergen K. J. Social psychology as history. *Journal of personality and social psychology*. 1973. Vol. 26, no. 2. P. 309–320. URL: <https://doi.org/10.1037/h0034436>
29. Goleman D. *Emotional intelligence: why it can matter more than IQ*. Bantam, 1997. 368 p.
30. Habermas J. *Between facts and norms: contributions to a discourse theory of law and democracy*. Polity Press, 2015. 636 p.
31. Hannah A. *Origins of totalitarianism*. Penguin Books, Limited, 2017.
32. <https://fitk.iainambon.ac.id/tadrisipa/wp-content/uploads/sites/6/2020/10/Cambridge-Thinking-Skills-Critical-Thinking-and-Problem-Solving.pdf>
33. Infodemic. *World Health Organization (WHO)*. URL: https://www.who.int/health-topics/infodemic#tab=tab_1
34. Investigating the Protective Role of Mastery Imagery Ability in Buffering Debilitative Stress Responses / M. L. Quinton et al. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01657>
35. La Bella E., Allen C., Lirussi F. Communication vs evidence: What hinders the outreach of science during an infodemic? A narrative review. *Integrative medicine research*. 2021. Vol. 10, no. 4. P. 100731. URL: <https://doi.org/10.1016/j.imr.2021.100731>
36. Lipman M. *Critical thinking and education. Inquiry: critical thinking across the disciplines*. 1988. Vol. 2, no. 2. P. 1–2. URL: <https://doi.org/10.5840/inquiryctnews19882252>
37. McAfee A. *More from less: the surprising story of how we learned to prosper using fewer resources – and what happens next*. Simon & Schuster, Limited, 2020. 352 p.
38. Pennycook G., Rand D. G. The psychology of fake news. *Trends in cognitive sciences*. 2021. Vol. 25, no. 5. P. 388–402. URL: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.02.007>

39. Report: 80% of global workers experience information overload. *Datanami*. URL: <https://www.datanami.com/2022/08/18/report-80-of-global-workers-experience-information-overload/>
40. Ries M. The COVID-19 infodemic: mechanism, impact, and counter-measures—a review of reviews. *Sustainability*. 2022. Vol. 14, no. 5. P. 2605. URL: <https://doi.org/10.3390/su14052605>
41. Rogers C. Psychotherapy. *Current trends in psychology*. Pittsburgh. P. 109–137. URL: <https://doi.org/10.1037/13989-005>
42. Salovey P., Mayer J. D. Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*. 1990. Vol. 9, no. 3. P. 185–211. URL: <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
43. Savchenko S., Kurylo V. Formation of Critical Thinking as One of the Conditions for Successful Socialization of the Modern Personality. *Bulletin of luhansk taras shevchenko national university*. 2019. T. 1, № 6(329). C. 64–71. URL: [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-6\(329\)-1-64-71](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-6(329)-1-64-71)
44. Smith J. Reviews : Jürgen Habermas, the structural transformation of the public sphere: an inquiry into a category of bourgeois society (polity press/mit, 1989). *Thesis eleven*. 1992. Vol. 31, no. 1. P. 182–187. URL: <https://doi.org/10.1177/072551369203100115>
45. S.o. P. Emotional intelligence of personality and features of its condition. *Scientific journal of kherson state university. series: psychological sciences*. 2019. No. 1. P. 260–265. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-1-43>
46. Susska O., Pashchenko H. Socio-communicative and cultural practices during the pandemic period. *European political and law discourse*. 2021. Vol. 8, no. 2. P. 123–128. URL: <https://doi.org/10.46340/eppd.2021.8.2.18>
47. The development of critical thinking for students in vietnamese schools: from policies to practices / H. Thi Nhat et al. *American journal of educational research*. 2018. Vol. 6, no. 5. P. 431–435. URL: <https://doi.org/10.12691/education-6-5-10>
48. The echo chamber effect on social media / M. Cinelli et al. *Proceedings of the national academy of sciences*. 2021. Vol. 118, no. 9. P. e2023301118. URL: <https://doi.org/10.1073/pnas.2023301118>
49. The social media context interferes with truth discernment / Z. Epstein et al. *Science advances*. 2023. Vol. 9, no. 9. URL: <https://doi.org/10.1126/sciadv.abo6169>
50. Thoman E., Jolls T. Media literacy—a national priority for a changing world. *American behavioral scientist*. 2004. Vol. 48, no. 1. P. 18–29. URL: <https://doi.org/10.1177/0002764204267246>
51. van der Linden S. Misinformation: susceptibility, spread, and interventions to immunize the public. *Nature medicine*. 2022. Vol. 28, no. 3. P. 460–467. URL: <https://doi.org/10.1038/s41591-022-01713-6>
52. Zahariades D. The art of saying NO: how to stand your ground, reclaim your time and energy, and refuse to be taken for granted. Independently published, 2017. 170 p.
53. Zarocostas J. How to fight an infodemic. *The lancet*. 2020. Vol. 395, no. 10225. P. 676. URL: [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30461-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30461-x)

Chaikun E. S. PROBLEM OF INFORMATION IMMUNITY AND CHALLENGES OF INFODEMIC

This article is dedicated to the study of the issue of information immunity and the challenges of the infodemic. The research is based on the analysis of scientific literature and statistical data. The article discusses the conceptual definition of information immunity, the reasons and consequences of its violation, as well as the challenges that arise in the modern world due to the infodemic.

Information immunity is an important element of human protection against the negative effects of information that can cause harm to health, and psychological discomfort, as well as influence the formation of worldview and behaviour. The article presents modern technologies and methods of protection against harmful information, as well as proposes ways to increase the level of information literacy of the population. The preconditions for the development of critical thinking in society are also discussed, such as democracy, a clear decision-making system, disorientation, stability and transformation, mono channel and multichannel information, versatility, dialogicality, interactivity. The conclusions provide an overview of mental safeguards, such as subjectivity, individual worldview, and active communicative behaviour.

We posed the research question of what corresponding countermeasures are needed to combat the infodemic and what measures can be taken to increase information immunity. The research aimed to identify infodemic challenges and a strategy to combat them. Existing literature was analyzed using qualitative research methods focused on the mechanisms, impacts, and resistance to the infodemic.

Key words: information immunity, infodemic, critical thinking, emotional intelligence, media literacy, information hygiene.