



Federal Foreign Office



CIVIL
SOCIETY
COOPERATION



АКАДЕМІЯ
УКРАЇНСЬКОЇ
ПРЕСИ

Вправи до тренінгу «**ФІЛЬТРУЙ ІНФОРМАЦІЮ** **= СТВОРЮЙ ЗМІНИ**»

Тренерська лабораторія



ХАКАТОН ПРАКТИК 2026



Автор та укладач Тетяна Іванова

© 2026 Academy of Ukrainian Press / Civil Society Cooperation

УДК 070:316.77(076)

I-20

Іванова Т.

ВПРАВИ ДО ТРЕНІНГУ «ФІЛЬТРУЙ ІНФОРМАЦІЮ = СТВОРЮЙ ЗМІНИ» : збірка вправ / Тетяна Іванова; Академія української преси. — 2026. — 81 с.

DOI:10.71262/AUP-978-617-7370-82-5

Збірка містить практичні вправи до онлайн-тренінгу для тренерів “Фільтруй інформацію — створюй зміни: тренерська лабораторія. Хакатон практик”. Матеріали спрямовані на розвиток навичок критичного мислення, медіаграмотності, аналізу інформації, розпізнавання маніпулятивного контенту та відповідального споживання й поширення інформації.

Видання призначене для тренерів, викладачів, педагогів, представників громадських організацій та всіх, хто працює у сфері медіаосвіти й розвитку інформаційної стійкості.

ISBN 978-617-7370-82-5

*У втіленні тренінгового проєкту партнером АУП є Центр медіа- та цифрової грамотності Інституту медіа- та комунікаційних студій
Вільного університету Берліна (Німеччина).*

За підтримки Федерального міністерства закордонних справ Німеччини.



© Академія української преси, 2026

© Іванова Тетяна, 2026

ЗМІСТ

Вправа «Хто написав нашу історію за нас?»	4
Вправа «Розплутай маршрут»	17
Вправа «Пауза перед реакцією»	32
Інтерактивна вправа «Злови клік»	41
Вправа «Вірю / Не вірю / Не знаю — перевіряю»	47
Симуляційна гра «Останній автобус»	64

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА ГРИ

Вправа «Хто написав нашу історію за нас?»

Деконструкція російських імперських наративів та повернення української суб'єктності



🕒 Тривалість: 35–45 хвилин

👥 Формат: групи по 3–5 осіб

Авторка вправи Тетяна Іванова

МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ВПРАВИ

Повернення власного голосу

Навчитися помічати російські імперські наративи про Україну, критично перевіряти їх, повертати українцям суб'єктність і формулювати власну позицію без переходу до дзеркальної пропаганди.

Матеріали: 5 імперських наративів

Кожна група отримує роздаткову картку з одним із поширених стереотипів:

КАРТКА 1

«Україна не здатна існувати як самостійна держава».

КАРТКА 2

«Українці не мають власної культури. Усе значне створено в межах російської/радянської культури».

КАРТКА 3

«Українську мову ніхто не забороняв. Люди самі обирали російську».

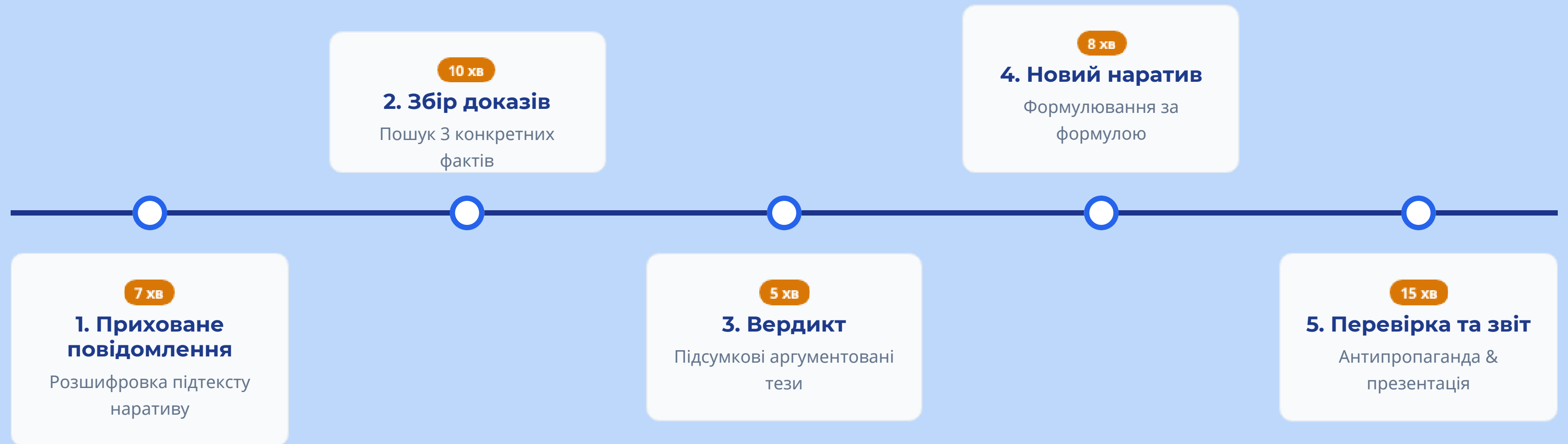
КАРТКА 4

«Україна завжди була лише частиною Росії, тому окрема українська ідентичність є штучною».

КАРТКА 5

«Україна та росія – це ісконо братські народи».

Етапи розслідування



Етап 1. Знайти приховане повідомлення

Питання для аналізу (7 хв):

-  У чому нас намагаються переконати?
-  Якими показані Україна та українці?
-  Хто має право діяти й ухвалювати рішення?
-  Що ми маємо відчути: меншовартість, сором чи безсилля?

РЕЗУЛЬТАТ ЕТАПУ:

Формулювання прихованого повідомлення **одним реченням**.

Приклад: «Українці нібито не можуть нічого створити самотійно, тому їм потрібен зовнішній центр управління».

Етап 2. Зібрати докази (10 хв)

Учасники шукають **3 приклади** для спростування. Важливо показувати не лише страждання, а й дію:



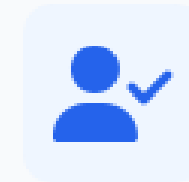
1. Історична подія

Державотворчі процеси, конкретні битви, угоди, створення інституцій чи прояви самоврядування.



2. Культурне явище

Самобутні мистецькі твори, унікальні традиції, літературні надбання, школа або архітектура.



3. Постать / Громада

Конкретна людина, спільнота чи інституція, яка ухвалювала рішення, чинила опір або зберігала мову.

Етап 3. Винести вердикт (5 хв)

Алгоритм формулювання

Група узагальнює результати аналізу та збору доказів, заповнюючи три обов'язкові логічні блоки.

Це дозволяє чітко розмежувати зацікавленість імперського центру та реальні історичні факти.

Схема завершення трьох речень:

1. Прихована мета: «Цей наратив приховує...»

2. Мотив пропаганди: «Він вигідний імперії, тому що...»

3. Фактологічне спростування: «Він не витримує перевірки, тому що...»

Етап 4. Створити український наратив

Заміна імперського міфу власною позицією (8 хв)

«Попри _____, українці _____. Про це свідчать _____.
_____ . Український досвід не є однорідним, однак _____.
_____ він показує _____.»

Текст має показувати українців активними діячами, спиратися на факти та визнавати складність історії.



Перевірка на дзеркальну пропаганду

Перед виступом група аналізує сформований новий наратив (5 хв):



Відсутність ідеалізації: Чи не замінили ми один абсолютний міф іншим? Чи не написано, що Україна завжди мала рацію?



Фактологічна база: Чи наведені конкретні події, прізвища, інституції замість загальних гасел?



Чіткість термінології: Чи розрізняємо ми російську державу, імперські інституції, пропаганду та окремих людей?



Повага до складності: Чи залишено місце для суперечливих сторінок та складності української історії?

Презентація результатів (10 хв)

Крок	Етап виступу	Зміст повідомлення спікера
1 1	Імперський наратив	Оголошення картки, яку розслідувала група.
2 2	Приховане повідомлення	Формулювання маніпулятивної підтекстової мети.
3 3	Три докази	Презентація конкретної події, культурного явища та постаті.
4 4	Вердикт групи	Підсумкові три речення (що приховує, чому вигідний, чому хибний).
5 5	Український наратив	Зачитування сформульованого суб'єктного тексту за формулою.

Завершальна рефлексія

Мета рефлексії

Осмислення власного сприйняття та перехід від групової роботи до індивідуального усвідомлення колоніальних впливів.

 Кожен учасник обирає та завершує одне із трьох речень.

Незавершені речення:

«Колоніальний наратив діє на мене,
коли...»

«Повернути українцям суб'єктність
означає...»

«Після цього розслідування я
перевірятиму...»

КЛЮЧОВИЙ ВИСНОВОК

Основна думка вправи

Вихід із постколоніальної оптики — це не заміна твердження «Україна нічого не може» на твердження «Україна завжди найкраща».

Це здатність бачити українців авторами власної історії: людьми, які створюють, помиляються, сперечаються, чинять опір та відповідають за власні рішення.



Federal Foreign Office



CIVIL
SOCIETY
COOPERATION



АКАДЕМІЯ
УКРАЇНСЬКОЇ
ПРЕСИ

ПЕРЕХІД ДО НАСТУПНОЇ ВПРАВИ

- Закріпіть набуті знання
- Підготуйтеся до нового етапу
 - Задайте питання



Авторка вправи Тетяна Іванова

Розплутай маршрут



Головна ідея вправи

Багато публікацій не завжди означають багато джерел. Іноді це один сумнівний матеріал, який багато разів процитували або передрукували.

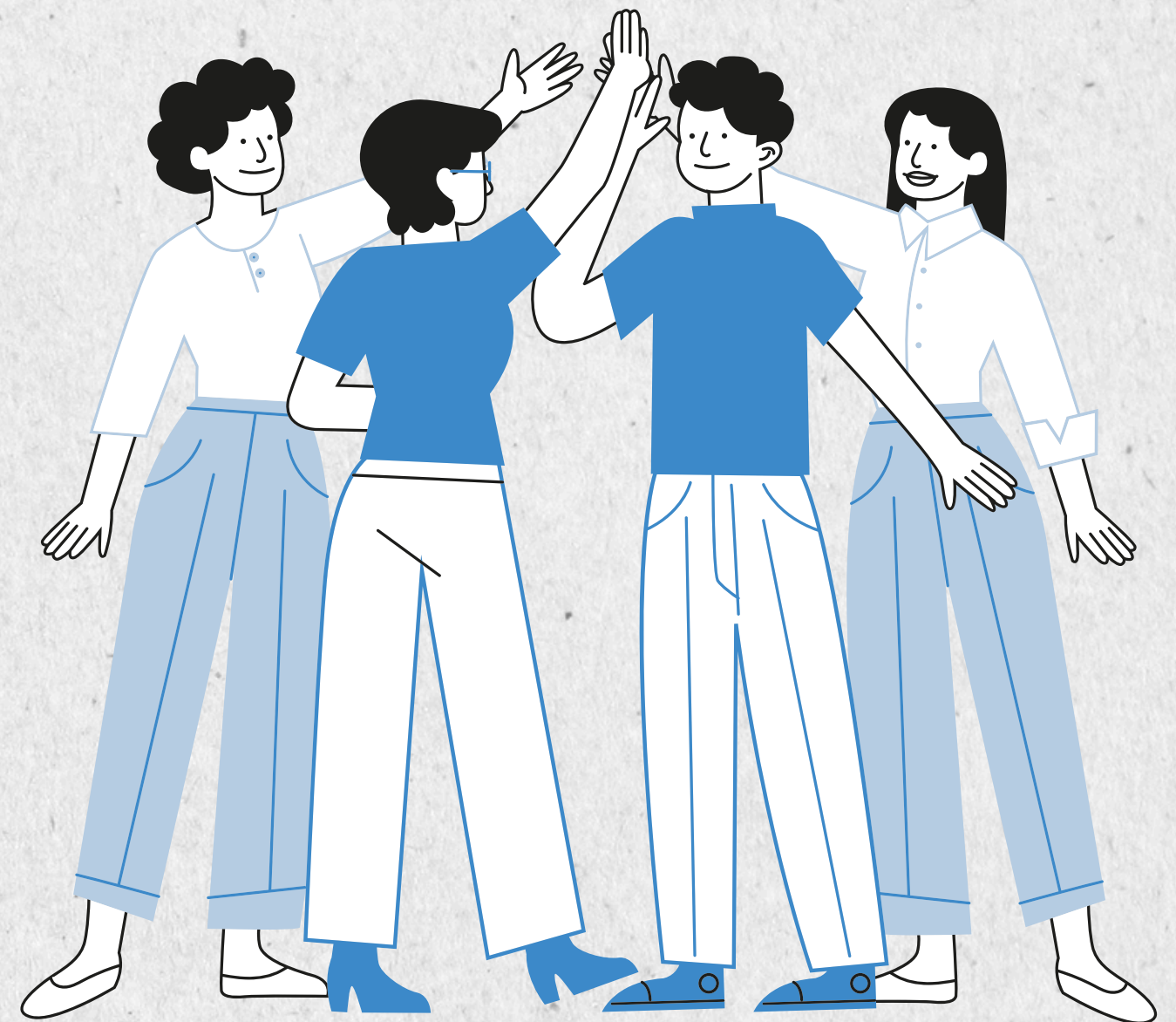


Мета



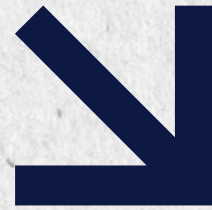
Навчити учасників:

- знаходити ймовірне першоджерело повідомлення;
- відрізняти незалежні підтвердження від передруків;
- визначати функцію кожної ланки поширення;
- помічати штучне створення масовості;
- реконструювати маршрут інформації від першої публікації до звичайного користувача.





Завдання для учасників



Кожна команда отримує один навчальний кейс, що складається з 8–12 карток:

- дописи в соціальних мережах;
- фрагменти статей;
- описи відео;
- дані про дату створення акаунтів;
- цитати Telegram-каналів;
- коментарі політиків, блогерів або експертів;
- спростування;
- інформацію про попередню діяльність авторів.



Учасники мають:

1. Розкласти картки в імовірній хронологічній послідовності.
2. Знайти найперше повідомлення.
3. Намалювати схему поширення.
4. Визначити роль кожного учасника.
5. Знайти момент, коли історія отримала найбільше охоплення.
6. Відокремити незалежні джерела від передруків.
7. Сформулювати висновок: це природне поширення новини чи сконструйована інформаційна операція?





Методика пошуку «МАРШРУТ»

М – Момент появи

Знайдіть найранішу дату та час публікації.

Запитання:

- Де повідомлення з'явилося вперше?
- Хто опублікував його раніше за інших?
- Чи можна знайти старішу версію тексту, фотографії або відео?

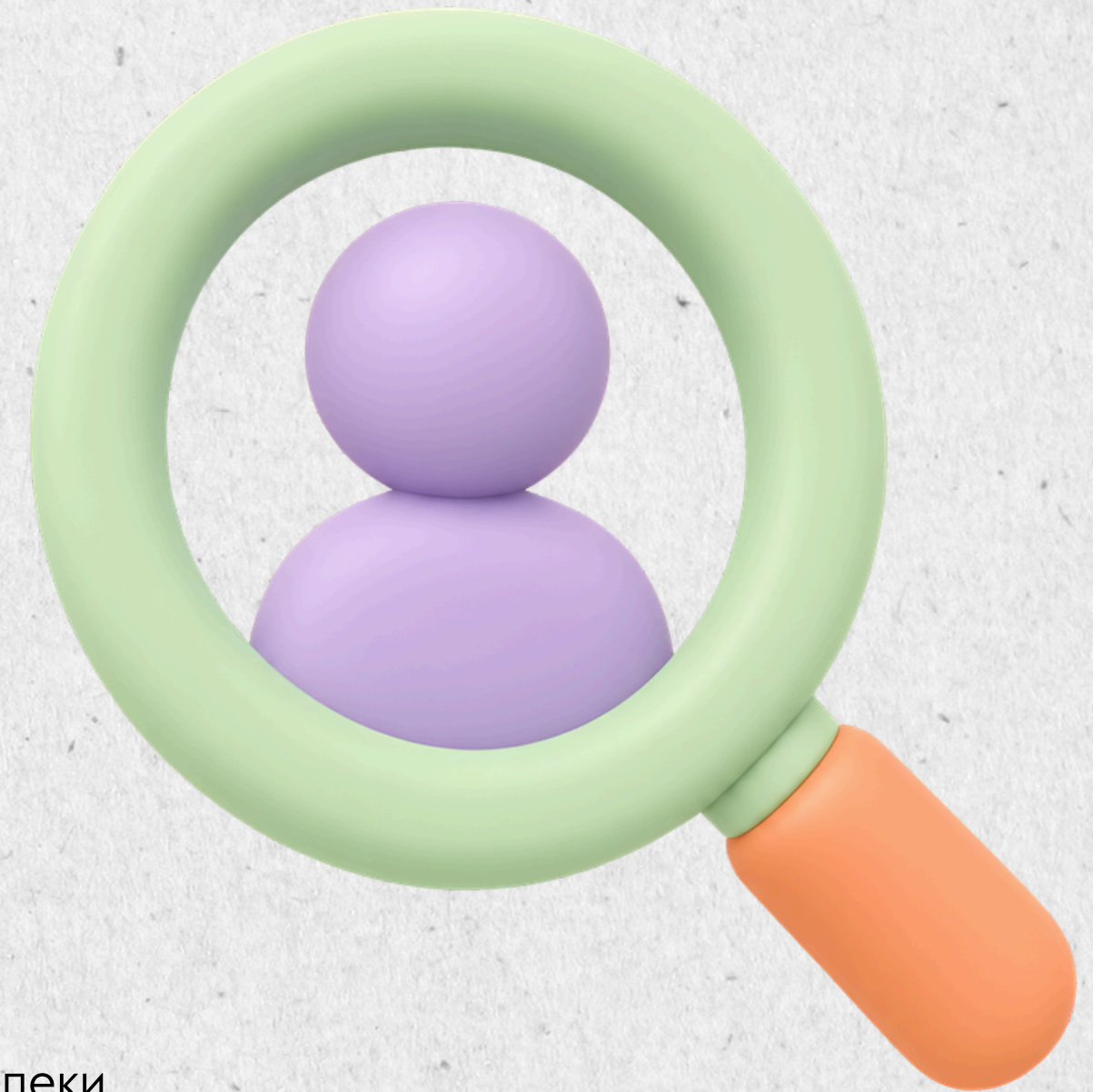
А – Автор

Перевірте автора або акаунт першоджерела.

Запитання:

- Коли створено акаунт?
- Які матеріали він публікував раніше?
- Чи є біографія, контакти, редакція, попередні розслідування?
- Чи не був акаунт створений безпосередньо перед появою повідомлення?

Новий канал без історії, створений у день публікації, є серйозним сигналом небезпеки.



Р – Родинні зв'язки між публікаціями

З'ясуйте, хто кого цитує.

Біля кожної картки намалюйте стрілку до джерела, на яке вона посилається.

Наприклад:

Telegram-канал → новинний сайт → іноземний блог → відео невідомого автора.

Коли всі публікації зрештою ведуть до одного матеріалу, вони не є незалежними підтвердженнями.

Ш – Шлях між мовами й країнами

Перевірте, як повідомлення переходило з однієї мовної аудиторії до іншої.

Запитання:

- Якою мовою з'явилася перша версія?
- Хто її переклав?
- Чи змінився заголовок після перекладу?
- Чому для історії використали саме іноземний сайт або іноземного «журналіста»?

Перехід через іншу країну або мову може використовуватися, щоб надати повідомленню статусу «міжнародного розслідування».

Р – Різке масштабування

Знайдіть ланку, після якої кількість публікацій швидко збільшилася.

Це може бути:

- о відомий блогер;
- о політик;
- о великий Telegram-канал;
- о телевізійна програма;
- о мережа однотипних акаунтів;
- о емоційне відео.

Позначте цю ланку знаком блискавки.

У – Учасники та їхні функції

Учасник	Можлива функція
Новий акаунт	Створює «первинного свідка»
Фото, відео або документ	Імітують докази
Малодосліджений сайт	Надає зовнішньої легітимності
Telegram-канали	Швидко розганяють повідомлення
Відомі коментатори	Додають інтерпретацію
Боти й масові репости	Створюють ефект суспільного інтересу
Звичайні користувачі	Завершують поширення



Т – Твердження після перевірки

Команда готує підсумок за формулою:

«Ми знайшли __ публікацій, але лише __ незалежних джерел.
Найперше повідомлення з'явилося . Акаунт першоджерела має такі ознаки: . Найбільше охоплення історія отримала після .
Отже, ми вважаємо, що перед нами .»



Приклад 1. «Місто закриває лікарню на вимогу іноземних донорів»

У Facebook-групах з'являється допис:

«Міська влада таємно погодилася закрити дитячу лікарню. Цього нібито вимагають іноземні кредитори».

До повідомлення додають фотографію документа з печаткою.

Telegram-канал із 70 тисячами підписників пише: «У соцмережах оприлюднили секретний документ».

Невідомий Facebook-акаунт публікує фотографію документа. Акаунт створено шість днів тому.

Місцевий сайт передруковує допис із заголовком: «Мешканці обурені можливим закриттям лікарні».

Політичний блогер заявляє: «Навіть місцеві ЗМІ підтверджують закриття лікарні».

У документі немає номера, дати реєстрації та прізвища посадовця.

Десятки сторінок поширюють однаковий текст із різницею у кілька хвилин.

Міська рада публікує порядок денний засідань: питання закриття лікарні там немає.

Лікарня справді проходить реорганізацію, але продовжує працювати.



Імовірний маршрут

НОВИЙ FACEBOOK-АКАУНТ



Фотографія неперевіреного документа



Невеликий місцевий сайт



Великий TELEGRAM-КАНАЛ



ПОЛІТИЧНИЙ БЛОГЕР



МІСЬКІ ГРУПИ ТА ЗВИЧАЙНІ КОРИСТУВАЧІ

Навчальний висновок

Правдивий елемент — реорганізація лікарні — використано для неправдивого висновку про її закриття. «Секретний документ» створює видимість доказу, місцевий сайт — видимість журналістського підтвердження, а великий канал забезпечує масштабування.





Приклад 2. «У європейській країні заборонили український продукт»

У Telegram поширюють заяву:

«У Данії терміново заборонили український мед через небезпечні речовини. Європа приховує результати перевірки».

До допису додають скриншот нібито данського новинного сайту.

Англомовний акаунт у мережі X публікує скриншот без активного посилання.

Акаунт називає себе журналістом, але раніше публікував лише меми та політичні гасла.

Сайт, логотип якого видно на скриншоті, не містить такої статті.

Через дві години невеликий блог публікує текст:
«За повідомленнями данських медіа...»

Російськомовний Telegram-канал пише:
«Європейська преса підтвердила небезпеку українських продуктів».

Інші канали посилаються вже не на скриншот, а на цей Telegram-канал.

Інші канали посилаються вже не на скриншот, а на цей Telegram-канал.

Офіційний реєстр містить повідомлення про перевірку однієї партії товару, але не про заборону всього українського меду.



Імовірний маршрут

Неперевірений англомовний
акаунт



Підроблений або змінений
скриншот



Маловідомий блог



Російськомовний TELEGRAM-
КАНАЛ



ПЕРЕКЛАДИ ІНШИМИ МОВАМИ



ДОПИСИ ПРО «МАСОВУ
ЗАБОРОНУ»

Навчальний висновок

На кожному етапі твердження посилювалося:

**перевірка однієї партії → проблема з продуктом →
заборона українського меду → Європа приховує небезпеку.**

Команда має простежити не лише джерела, а й те, як
змінювався зміст повідомлення.





Приклад 3. «Благодійний фонд купив генератори втричі дорожче»

У соцмережах з'являється відео чоловіка, який називає себе колишнім працівником благодійного фонду. Він заявляє: «Фонд купував генератори по 300 тисяч гривень, хоча їхня реальна ціна — 100 тисяч». На екрані демонструють фрагмент таблиці з цінами.

YouTube-канал «Незалежний контроль» створено в день публікації відео.

На каналі є лише два відео, обидва стосуються цього фонду.

Обличчя «колишнього працівника» приховане, а його ім'я не називають.

Таблиця не містить назви постачальника, моделі генератора, дати та валюти.

Наступного дня історію публікує сайт, зареєстрований в іншій країні.

У статті з'являється формулювання: «Міжнародне розслідування виявило корупцію».

Великий блогер показує статтю в ефірі й говорить: «Це вже підтвердили закордонні журналісти».

Акаунт, який першим повідомив про зникнення, створено за два дні до публікації.



Імовірний маршрут

НОВИЙ YouTube-канал



Анонімний «викривач»



Таблиця без контексту



Закордонний сайт



Відомий БЛОГЕР



МЕРЕЖА КОРОТКИХ ВІДЕО



ДРУГА ХВИЛЯ ПРО «ЗНИКНЕННЯ
СВІДКА»

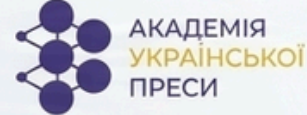
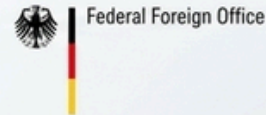
Навчальний висновок

Цей кейс має дві хвили. Перша створює звинувачення в корупції, друга повертає історію до інформаційного простору й робить її емоційнішою.



«Ми перевіряємо не тільки те, що нам повідомили. Ми перевіряємо маршрут, яким це повідомлення до нас прийшло».

Саме система поширення може перетворити один сумнівний матеріал на видимість міжнародного розслідування або суспільно важливої історії.



ЧАС НА РОЗДУМИ

Вправи до тренінгу
Фільтруй інформацію = створюй зміни
Тренерська лабораторія Хакатон практик 2026

 Авторка вправи Тетяна Іванова

Пауза перед реакцією

Тривалість: 15–20 хвилин





Формат: індивідуально, у парах або в групі

МЕТА

навчитися не реагувати і не поширювати інформацію під впливом страху, гніву, обурення чи відчуття терміновості



Ситуація

«ТЕРМІНОВО! З'явилося відео, на якому український посадовець фактично визнає причетність України до теракту. Відео вже показують російські телеканали. Поширте, поки його не видалили!»



Витримати паузу



Ведучий вмикає таймер на 60 секунд.

Протягом цієї хвилини учасникові заборонено:

- пересилати повідомлення;*
- писати коментар;*
- переконувати інших, що відео правдиве або неправдиве;*
- негайно починати суперечку;*
- ухвалювати остаточне рішення.*



Учасник має повільно зробити три вдихи й подумки сказати:

«Моя емоція — не доказ. Терміновість повідомлення — не причина діяти терміново».

Назвати емоцію

Учасник письмово завершує три речення:

1. Коли я побачив або побачила
повідомлення, я відчув або відчула...



2. Найбільше мені захотілося...



3. Якщо я зроблю це негайно, можливим
наслідком буде...





Відокремити факти від реакцій

Що я точно знаю:

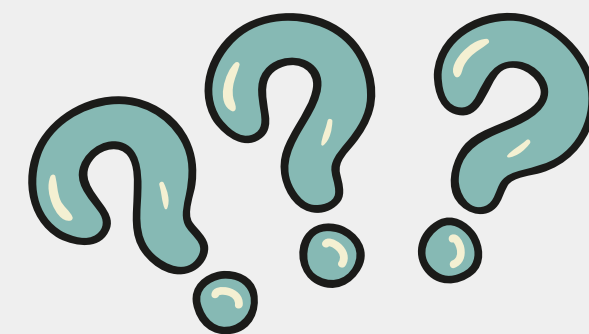
- існує коротке відео;
- його поширює певний канал;
- у повідомленні стверджують, що це заява посадовця.

Чого я поки не знаю:

- де повний запис виступу;
- коли і де він був зроблений;
- чи є відео на офіційних ресурсах;
- чи підтверджують заяву незалежні джерела;
- чи не було змінено голос, відео або контекст.

Перевірка після паузи

- 1. Де повна версія виступу?*
- 2. Чи є ця заява на офіційних ресурсах?*
- 3. Хто першим поширив відео і який його інтерес?*
- 4. Чи є незалежні підтвердження?*
- 5. Якої шкоди я можу завдати, якщо помилюся?*



Сформулювати безпечну реакцію ↗

Приклад відповіді:

«Це повідомлення викликає сильні емоції та змушує діяти терміново. Але я не бачу повного першоджерела, офіційної заяви або незалежних підтверджень. Я не буду поширювати відео, доки не з'являться надійні докази».

Після вправи учасники відповідають:

- Яка емоція найбільше підштовхувала мене до негайної дії?
- Чи було складно нічого не робити протягом 60 секунд?
- Які слова створювали відчуття терміновості?
- На якому етапі я почав або почала мислити спокійніше?
- Що допоможе мені тримати паузу в реальній ситуації?

Формула, яку варто запам'ятати

Побачив — відчув — зупинився — перевірів — лише потім вирішив



Federal Foreign Office



CIVIL
SOCIETY
COOPERATION

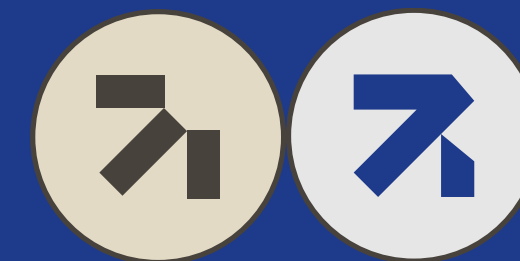


АКАДЕМІЯ
УКРАЇНСЬКОЇ
ПРЕСИ

ПЕРЕХІД ДО НАСТУПНОЇ ВПРАВИ

- Закріпіть набуті знання
- Підготуйтеся до нового етапу
 - Задайте питання

АВТОРКА ВПРАВИ ТЕТЯНА ІВАНОВА

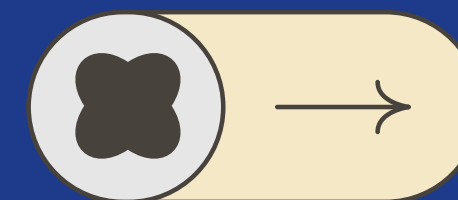


ІНТЕРАКТИВНА ВПРАВА «ЗЛОВИ КЛІК»



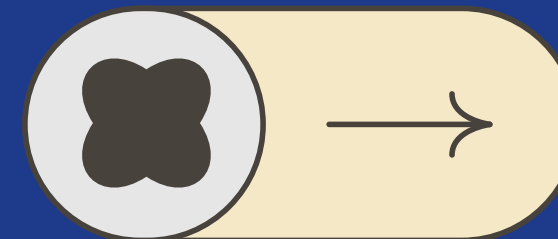
ЗАВДАННЯ

«Уявіть, що ваші команди — це редакції нових анонімних Telegram-каналів. Ваш канал фінансується за рахунок охоплень та реклами. Якщо за 5 хвилин на вашому пості не буде вибуху переглядів і гарячих коментарів — інвестори вас закривають. Якщо ви напишете нудну офіційну новину ("завтра вимкнуть світло"), я назву ваше медіа найнуднішим лайном дня. З однієї сухої новини зробіть такий заголовок і пост, щоб користувач у стрічці зупинився саме на вас. Як ви це зробите? Вибийте читача з рівноваги!»



БАЗОВА НОВИНА ДЛЯ ВСІХ ГРУП:

*«Завтра з 09:00 до 13:00 у зв'язку з
плановим обслуговуванням
електромереж у Шевченківському
районі можливі тимчасові
відключення світла».*



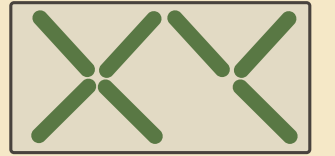
ТРИ КЛЮЧОВІ РІВНІ УСВІДОМЛЕННЯ

01 **САМОУСВІДОМЛЕННЯ**
(Інсайт команди)

02 **ПРОЄКЦІЯ НА РЕАЛЬНІСТЬ:**
Феномен Telegram-каналів

03 **ЦІНА КЛІКУ:**
Безпека під час війни

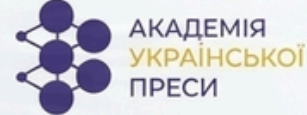
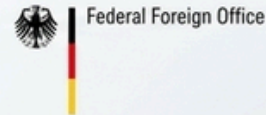
ГОЛОВНИЙ ПІДСУМОК ВПРАВИ:



Медіаграмотність під час війни це не просто нудна теорія чи академічні правила.

Це питання психологічної гігієни та фізичної безпеки. Наступного разу, коли рука потягнеться лайкнути або переслати гучний заголовок, згадайте нашу гру "Злови клік" і задайте собі запитання:

«ХТО І НАВІЩО ЗАРАЗ НАМАГАЄТЬСЯ МЕНЕ НАЛЯКАТИ ЧИ РОЗЛЮТИТИ?»



ЧАС НА РОЗДУМИ

Вправи до тренінгу
Фільтруй інформацію = створюй зміни
Тренерська лабораторія Хакатон практик 2026



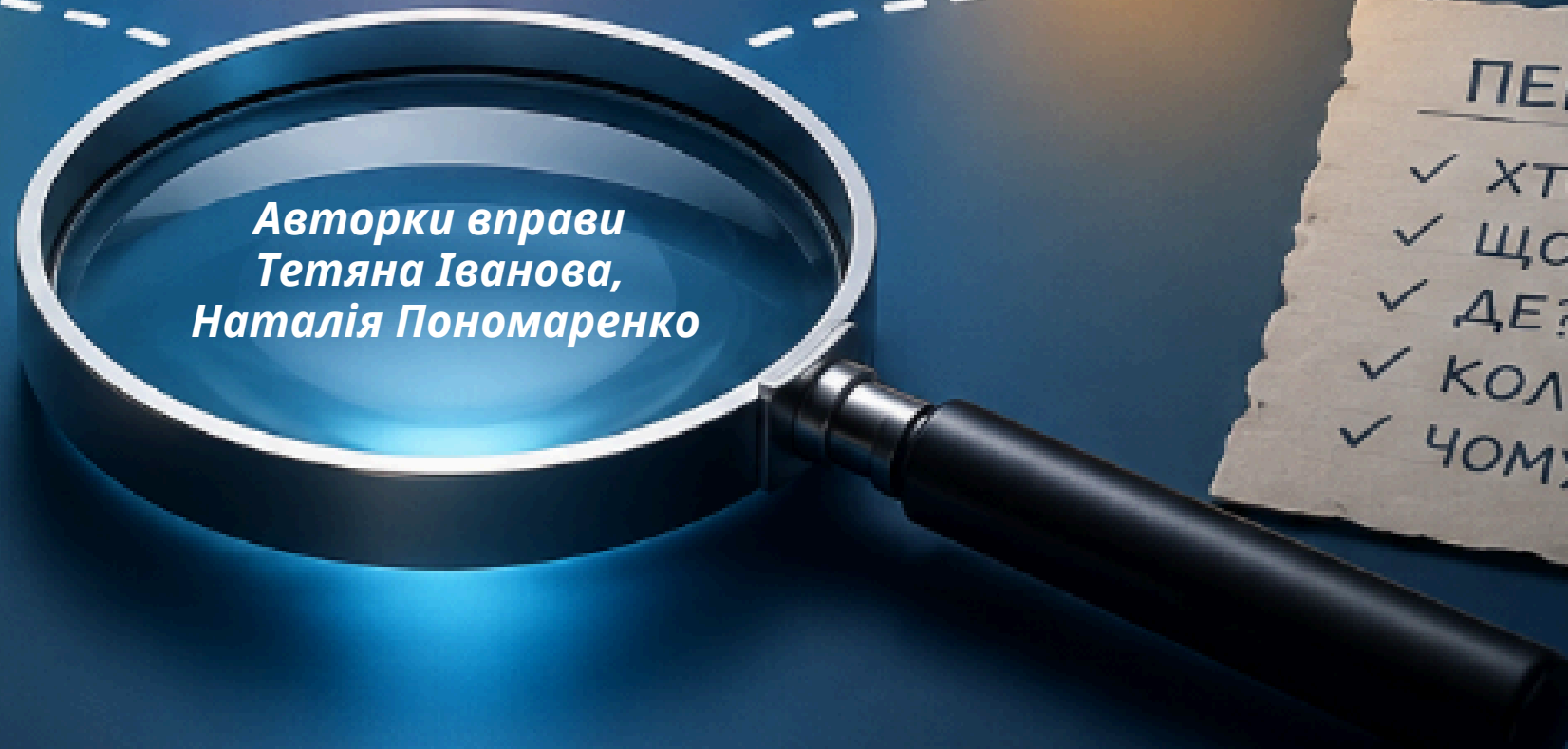
ВІРЮ



НЕ ВІРЮ



**НЕ ЗНАЮ —
ПЕРЕВІРЯЮ**



Авторки вправи
Тетяна Іванова,
Наталія Пономаренко

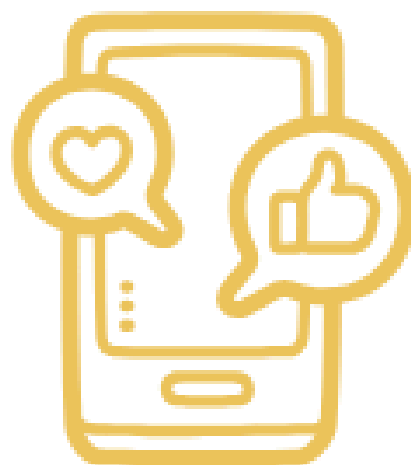
НОВИНИ

ПЕРЕВІР:

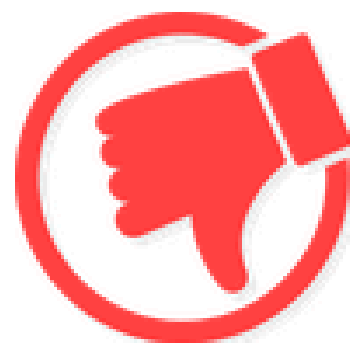
- ✓ ХТО?
- ✓ ЩО?
- ✓ ДЕ?
- ✓ КОЛИ?
- ✓ ЧОМУ?

- ✓ ДЖЕРЕЛО
- ✓ ДОКАЗИ
- ✓ КОНТЕКСТ
- ✓ ПЕРЕВІРКА

**У місцевому
анонімному
Telegram-каналі
написали:
«Завтра всі школи
міста закриють.
Передайте
знайомим!»**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ



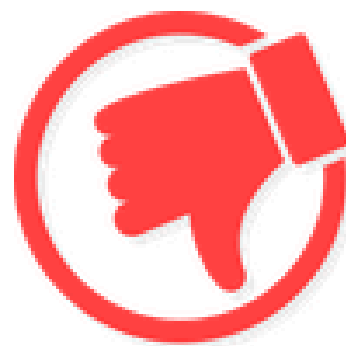
ПЕРЕВІРЮ

Інформацію про зміну
руху громадського
транспорту
опублікували на
сайті міської ради.

Таке саме
повідомлення з
посиланням на
офіційний документ
з'явилося в
професійному
місцевому медіа



ВІРЮ

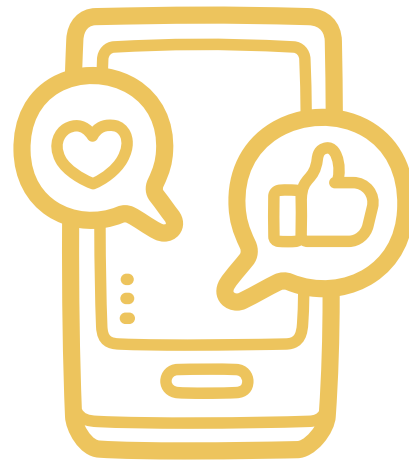


НЕ ВІРЮ



ПЕРЕВІРЮ

**У новинному
матеріалі журналіст
помилково вказав
неправильну дату
події. Після
звернення читачів
редакція виправила
дату та додала
пояснення про
виправлення.**



ВІРЮ

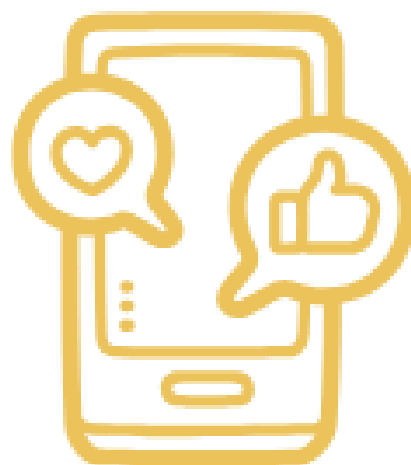


НЕ ВІРЮ

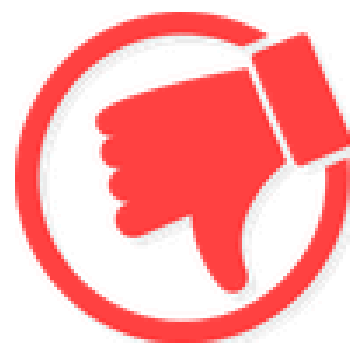


ПЕРЕВІРЮ

**Заголовок
повідомляє:
«Мешканці міста
категорично
відмовилися
підтримувати заходи з
евакуації».
У тексті зазначено, що
проти висловилися 12
із 100 опитаних
людей.**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ

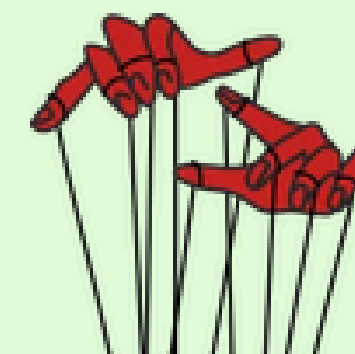


ПЕРЕВІРЮ

**Заголовок
повідомляє:
«Мешканці міста
категорично
відмовилися
підтримувати заходи з
евакуації».
У тексті зазначено, що
проти висловилися 12
із 100 опитаних
людей.**



помилка



маніпуляція



шахрайство



пропаганда

**Десятки сторінок
регулярно
поширюють
однакові
повідомлення про те,
що певна група
людей є
«ворогами» та
«колаборантами»,
не наводячи доказів
і не подаючи інших
позицій**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ

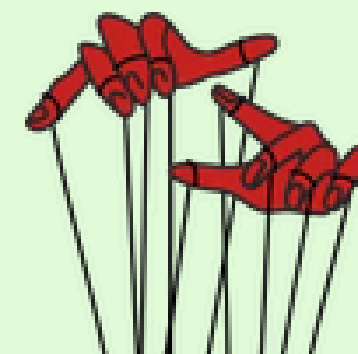


ПЕРЕВІРЮ

**Десятки сторінок
регулярно
поширюють однакові
повідомлення про те,
що певна група
людей є «ворогами»
та «колаборантами»,
не наводячи доказів і
не подаючи інших
позицій**



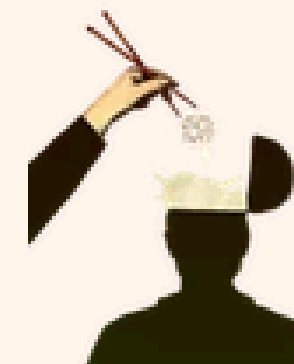
помилка



маніпуляція



шахрайство

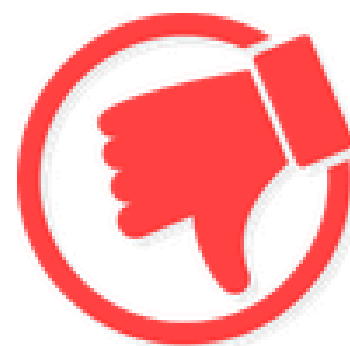


пропаганда

**У повідомленні
нібито від банку
написано:
«Вашу картку
заблоковано. Щоб
відновити доступ,
негайно введіть
номер картки, термін
дії та код із SMS за
посиленням»**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ

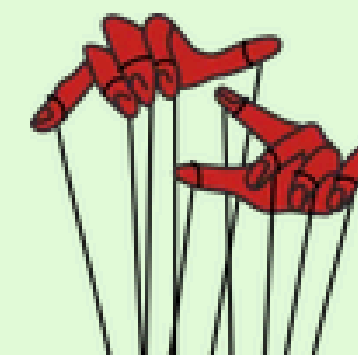


ПЕРЕВІРЮ

**У повідомленні нібито
від банку написано:
«Вашу картку
заблоковано. Щоб
відновити доступ,
негайно введіть номер
картки, термін дії та
код із SMS за
посиленням»**



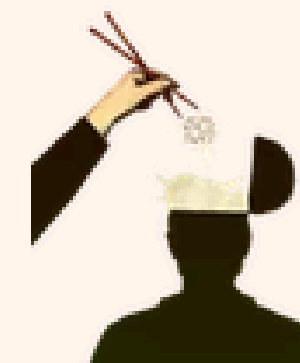
помилка



маніпуляція



шахрайство



пропаганда

**У соціальній мережі
з'явилося відео
надзвичайної події з
міста обстрілу.
Автор невідомий,
місце і дата зйомки
не зазначені, інших
підтверджень поки
що немає**



ВІРЮ

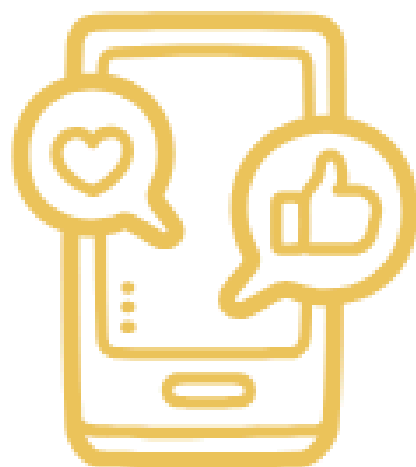


НЕ ВІРЮ

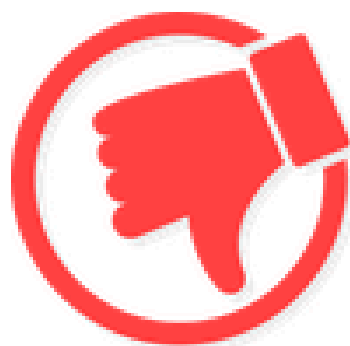


ПЕРЕВІРЮ

**Журналіст
говорить:
«Я поки не знаю,
чи це правда.
Перевірю автора,
дату,
першоджерело та
пошукаю
незалежні
підтвердження»**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ

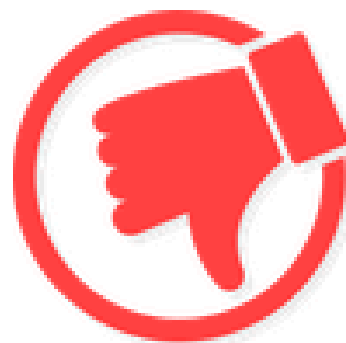


ПЕРЕВІРЮ

**У матеріалі
використано
багато емоційних
слів і знаків
оклику. Отже, вся
інформація в
ньому точно
неправдива**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ



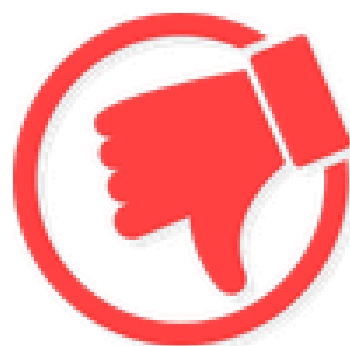
ПЕРЕВІРЮ

**Повідомлення
опублікувала
державна або
офіційна установа.**

**Отже, його не
потрібно
перевіряти й
порівнювати з
іншими
джерелами.**



ВІРЮ



НЕ ВІРЮ

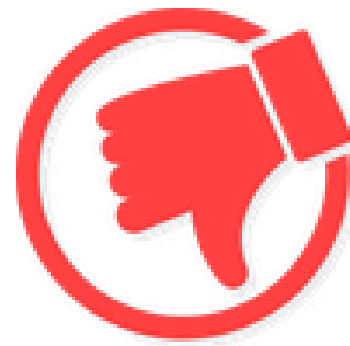


ПЕРЕВІРЮ

**Місцеве медіа
вказує авторів
матеріалів,
посилається на
документи,
розділяє новини та
рекламу,
виправляє помилки
й публікує
контакти редакції.**



ВІРЮ



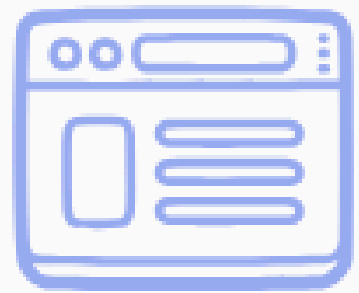
НЕ ВІРЮ



ПЕРЕВІРЮ

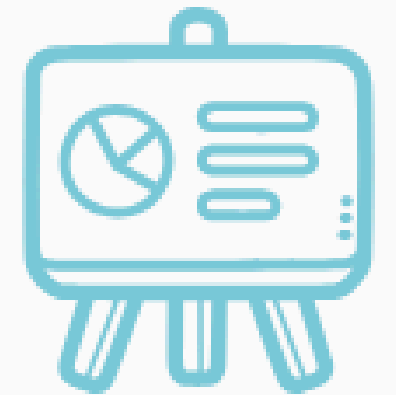
Підсумкове обговорення

Завершіть речення:



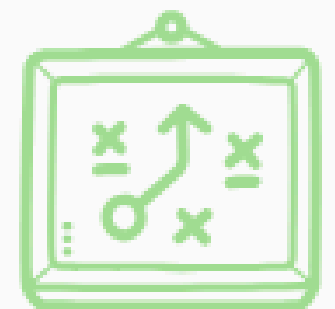
Надійніше джерело –
це джерело, яке...

Коли доказів
недостатньо, я можу
сказати...



Помилка відрізняється
від маніпуляції тим,
що...

Перед поширенням
повідомлення я
перевірю...



**Я поки що не знаю.
Перевірю джерело, докази та
незалежні підтвердження, а потім
зроблю висновок.**

Думка медіаграмотної людини

СИМУЛЯЦІЙНА ГРА «ОСТАННІЙ АВТОБУС»

Практичне заняття з розпізнавання маніпуляцій, аналізу психологічних тригерів та критичного мислення в умовах інформаційної кризи

👤 Рольова симуляція

🗳️ Вибір без ілюзій

🛡️ Інформаційна гігієна





Регіон зіткнувся з критичною екологічною чи техногенною кризою. Ми знаходимося в зоні відчуження. Радіаційний фон перевищує норму в 50 разів.

На центральній площі є два автобуси під управлінням двох різних представників, які прямують до двох різних міст-сховищ — "Нова Січ" та "Аурум".

Останні евакуаційні автобуси від'їжджають через 10 хвилин. До них можна посадити лише тих, хто зробить свій вибір прямо зараз.

До вас підійшли двоє людей.

Кожен з них — це представники міста-сховища. Вони агітують, щоб саме ви потрапили до їхніх міст.

Отже, вони не просто пропонують "місця", вони борються за право керувати вашим життям.

У кожного з них є свої скелети в шафі, але кожен намагається продати вам свою "правду".

Гра «Останній автобус»



Статус зони

Радіаційний фон перевищує норму в 50 разів.



Час до евакуації

10 хвилин.



Завдання

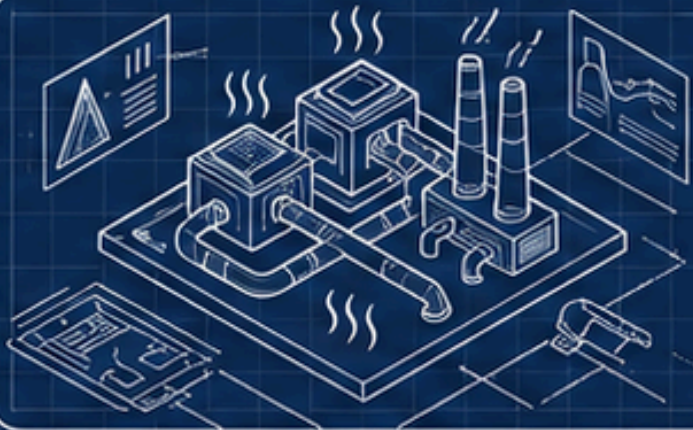
Обрати один з двох автобусів, що прямують до міст-сховищ — «Нова Січ» або «Аурум».



 **Вибір потрібно зробити прямо зараз. Водії борються за право керувати вашим життям.**

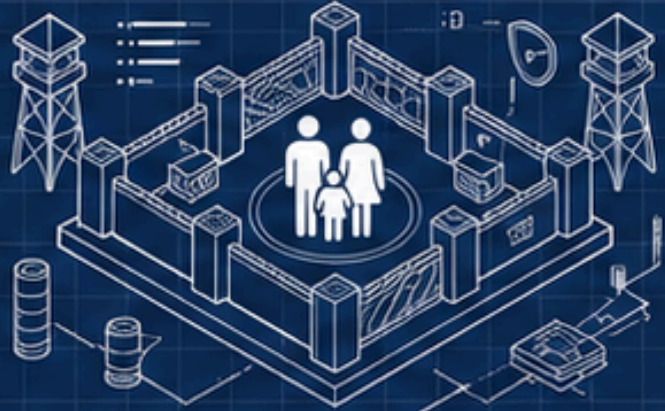
ДВА ПРОЄКТИ ПОРЯТУНКУ. ДВІ ВЕРСІЇ ВАШОГО МАЙБУТНЬОГО.

НОВА СІЧ СУВОРИЙ ПРАГМАТИЗМ



Енергомережа на геотермальних джерелах (42 км до захисного периметра).

DISTANCE: **42KM** | STATUS: **OPERATIONAL** | EFFICIENCY: **85%**



Суворя система порядку та знайомі правила. Ваші родичі вже там.

SECURITY LEVEL: **MAX** | ORDER STATUS: **STRICT** | POPULATION: **12,500**



Жорстка правда: Дефіцит кисню. Виживуть не всі (кожен третій може загинути), але це єдиний інженерно обґрунтований шанс.

OXYGEN LEVELS: CRITICAL ($\leq 5\%$) | SURVIVAL PROBABILITY: 67% (1 in 3 AT RISK)

ALERT: IMMEDIATE OXYGEN CONSERVATION REQUIRED

АУРУМ ПРОЄКТ МАЙБУТНЬОГО



Штучний інтелект розрахував усі ризики на 10 років вперед.

AI RISK ASSESSMENT: **COMPLETED** | PREDICTION WINDOW: **10 YEARS** | CONFIDENCE LEVEL: **98%**

Повне державне забезпечення для кожної дитини, підтримка світових лідерів.

CHILD WELFARE: **SECURED** | GLOBAL SUPPORT: **UNANIMOUS** | RESOURCES: **FULLY FUNDED**



Обіцянка ідеалу: Жодних поділів на «своїх» і «чужих». Статус громадянина вищого ґатунку в обмін на роботу задля загального блага.

STATUS: PREMIUM CITIZEN | CONTRIBUTION: REQUIRED | UNITY LEVEL: MAX

PROMISE: EQUALITY & OPPORTUNITY

Промова представника міста «Нова Січ»

Дорогі мешканці! До закриття транзитного вузла лишаються лічені хвилини, часу на вагання немає. Я не даватиму порожніх обіцянок.

Ситуація критична, і головний ризик, про який я скажу прямо – це дефіцит кисню.

Ресурсів фільтрації вистачить не на всіх, за нашими розрахунками, виживання гарантоване лише для частини прибулих. Кожен третій може загинути.

Але «Нова Січ» – це єдиний вибір, що спирається на чіткий інженерний розрахунок.

Відстань до наших захисних периметрів становить 42 кілометри, енергомережа працює на геотермальних джерелах.

І у безпечному секторі нашого міста на вас уже чекають ваші родичі, а також мої власні рідні живуть саме в цьому місті.

Ми пропонуємо не ілюзії, а сувору систему порядку, єдиний шанс на порятунок та возз'єднання з близькими. Обирайте місто – «Нову Січ».

Промова представника міста «Аурум»

Друзі! Подивіться на небо... Ви бачите цей попіл? Ви хочете, щоб це стало кінцем вашої історії? Місто "Аурум" – це не просто стіни. Це єдиний проєкт, який підтримали всі провідні світові лідери, бо це – гарантія виживання цивілізації.

Мене питають: "А чи безпечно там?".

Я відповім: там вже зараз працює система штучного інтелекту, яка ідентифікувала й вирахувала всі ризики на 10 років вперед.

Так, вхід лише для тих, хто готовий працювати на загальне благо. Ми не ділимо людей на "своїх" і "чужих", ми будуємо нове суспільство.

Ви кажете – "страшно"? Страшно бути натовпом, який кидається в хаос. Страшно повірити "раціональним" розрахункам про дефіцит кисню та виживання кожного третього. І ви справді хочете стати частиною цієї "статистики"?

Я пропоную вам безпеку, порядок і статус громадянина вищого ґатунку.

Наш мер особисто підписав наказ: кожна дитина, яка прибуде сьогодні, отримає повне державне забезпечення. Мої діти вже в безпеці, і вони завжди радіють новим друзям.

Хто тут готовий до справжнього життя, а не до очікування смерті? Ласкаво прошу до нашого міста.

Дискусія

Яка промова здалася
вам безпечнішою?

Які аргументи стали
для вас вирішальними?

Що здалося вам
відверто сумнівним?

Де саме «факти» були
лише інструментом
впливу?

Що приховують ідеальні фасади?

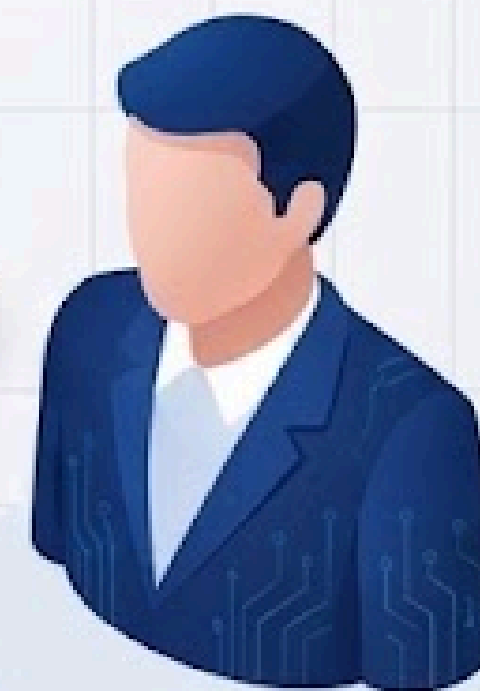


Прямі запитання із залу



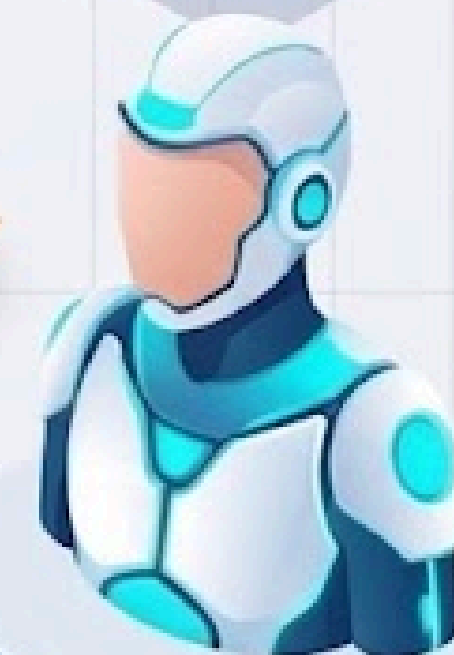
До Нової Січі

«Скажіть чесно, за офіційними паперами стоять сучасні німецьки кисневі фільтри, а склади стоять заповнені старими радянськими аналогами?»



До Аурума

«А) Ваша новенька техніка на ШІ працює виключно на центральних вулицях для гарної картинки донорам. А решта – закупляє все за свої гроші. Б) Договори про нерозголошення: це безпека в обмін на золоту клітку? І ще... де Ваша сім'я?»

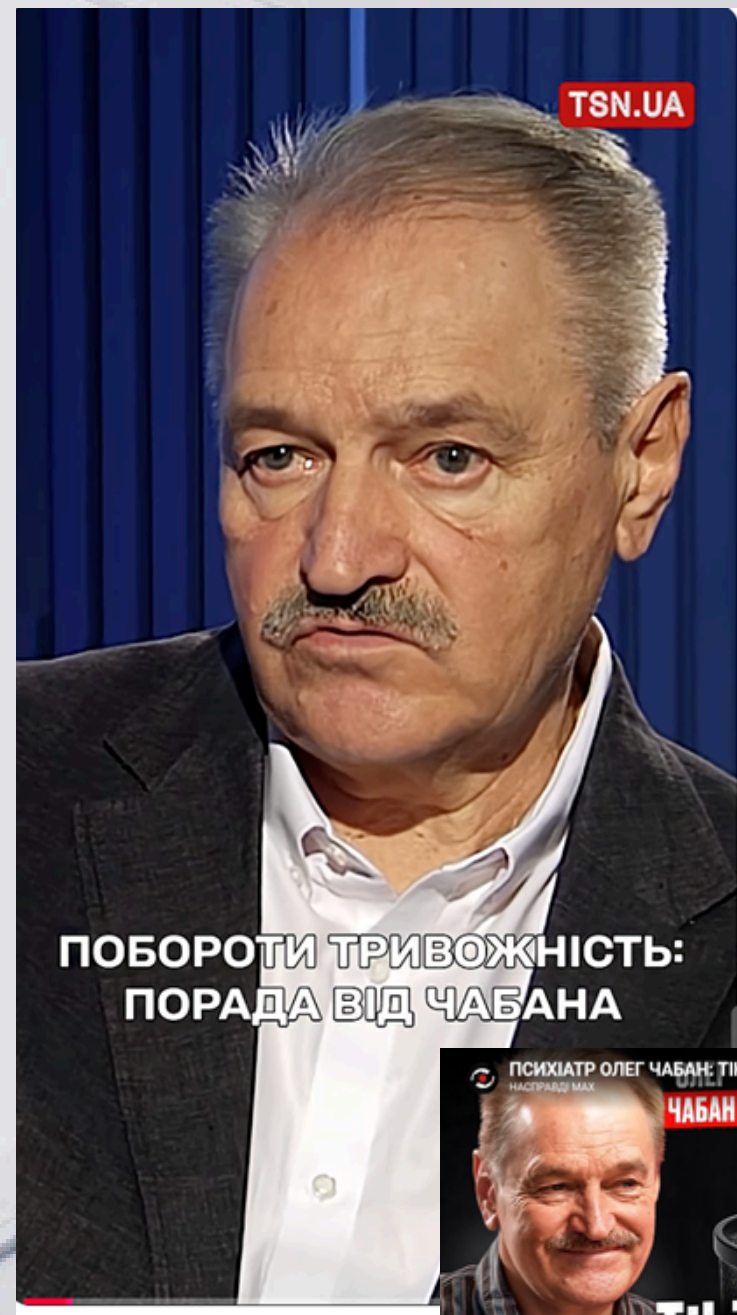


Справжня ціна вашого квитка

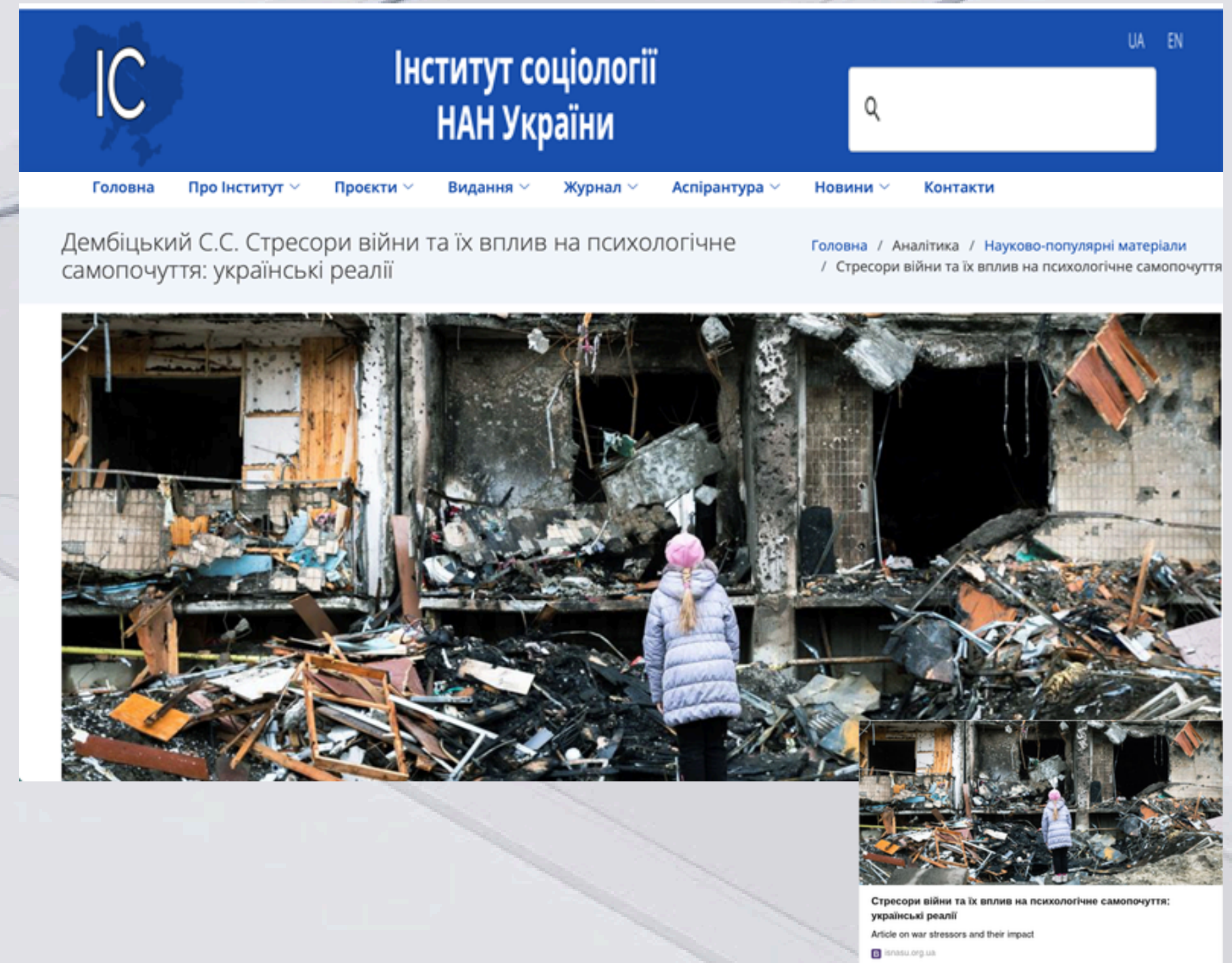


Що гірше — бідність зі свободою чи комфорт у «золотій клітці»?

Чому пропаганда розділяє аудиторії «Нова Січ» і «Аурум» та впливає на них по-різному?



ПОБОРОТИ ТРИВОЖНІСТЬ:
ПОРАДА ВІД ЧАБАНА



АНАТОМІЯ ВИБОРУ: ЯК СТРЕС ФОРМУЄ НАШУ ВРАЗЛИВІСТЬ



Трішки чорного гумору...



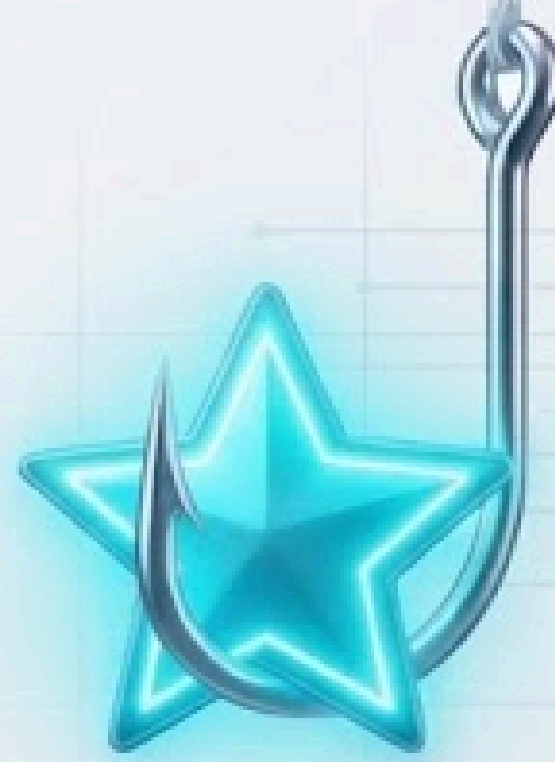
@u_freida

**Отже, коли мозок у кризі,
він не хоче аналізувати таблиці
чи зважувати факти.
Йому потрібен швидкий
рятівний круг.**

Проблема лише в тому, що
кожна з психотипу людини
сприймає за гарантію безпеки
ЗОВСІМ РІЗНІ меседжі.
І пропагандисти знають про
це і використовують.



ОБИДВА ВОДІЇ – МАНІПУЛЯТОРИ



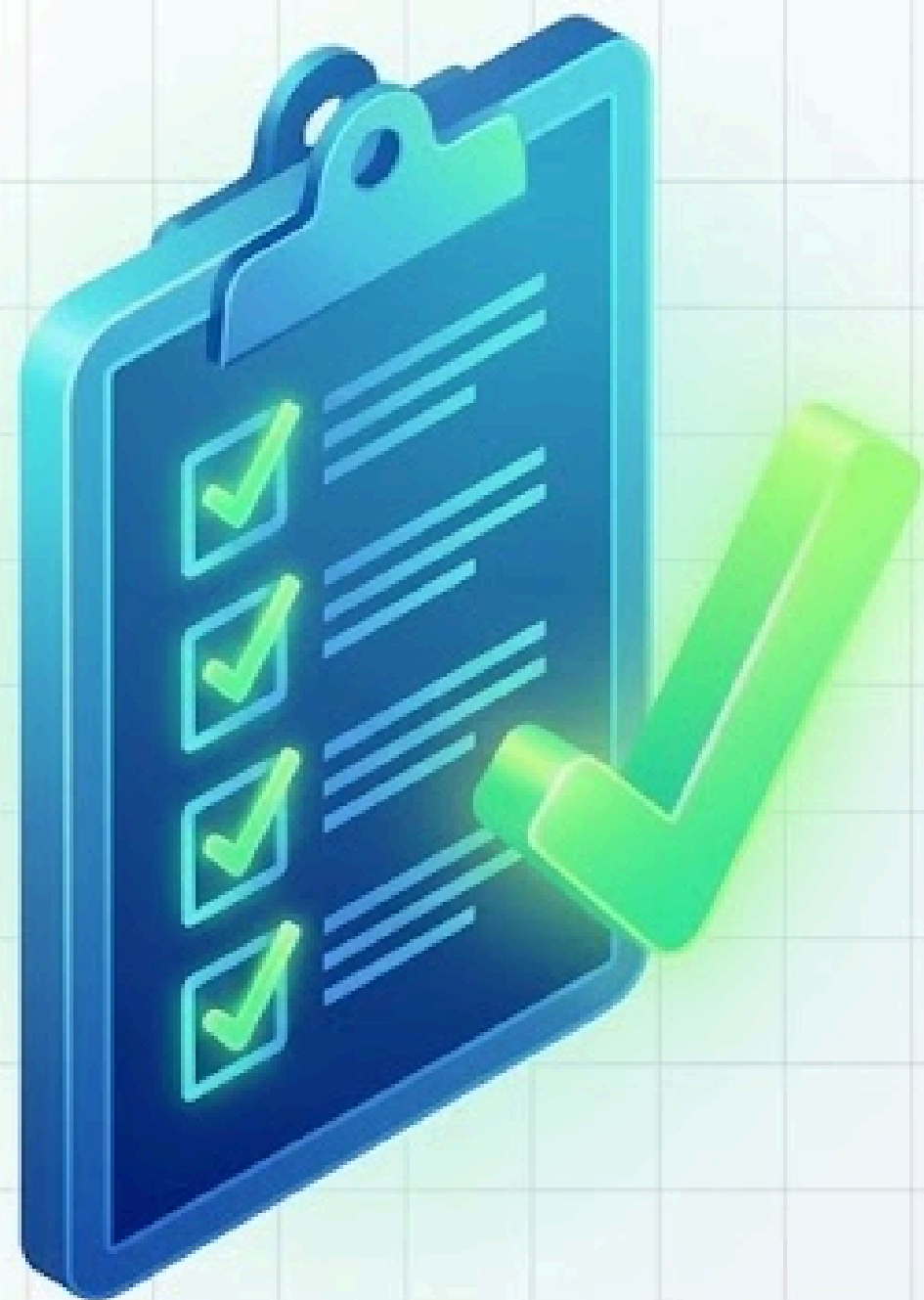
Кожна психотипна реакція сприймає за гарантію безпеки зовсім різні меседжі.

● Один водій експлуатує **СТРАХ**
(для реалістів та циніків).

● Інший водій експлуатує **НАДІЮ**
(для втомлених та оптимістів).

**Головний інсайт: Вони не продавали вам міста.
Вони експлуатували вашу специфічну реакцію на обставини.**

Як зламати сценарій маніпулятора



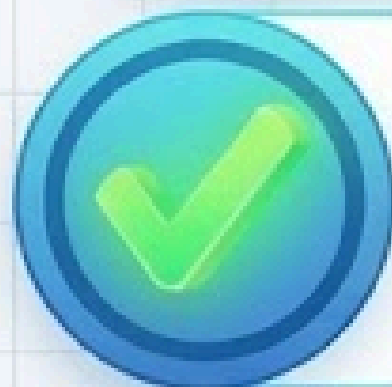
Зупиніться і проаналізуйте:

Чому на мене тиснуть терміновістю (**10 хвилин**)?



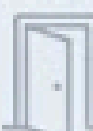
Ідентифікуйте гачок:

До чого зараз апелюють — до мого страху (**реалізм**) чи моєї надії (**утопія**)?



Шукайте третій варіант:

Чому я маю обирати штучний вибір між смертю в дефіциті та сліпою вірою?



Вимагайте фактів:

Ніколи не погоджуйтесь просто обирати «менше зло».



Дослідження Т. Іванової

Як трансформувалася російська пропаганда під час російсько-української війни

Від виправдання → до виснаження → до маскуванню

2022

Бліцкриг і виправдання вторгнення



- "Денацифікація", "захист Донбасу", "превентивний удар"
- Ілюзія шандкої перемоги та "визвольної операції"
- Заперечення наміру нападу до самого вторгнення
- Після воєнних злочинів — потік заперечень, фейків і "альтернативних версій"



2023–2024

Виснаження, поляризація, підрив допомоги Україні



- Перехід від "шандкої перемоги" до виправдання затяжної війни
- Теза: "Росія воює не з Україною, а з НАТО"
- Просування меседжів про "втому від України" на Заході
- Наратив: "допомога занадто дорога", "Україна корумпована", "перемога неможлива"



2025–2026

Маскування під миротворчість і пошук діалогу із Заходом



- Пропаганда маскується під "заклики до миру" та "realism"
- Акцент на переговорах, "компромісі" та тиску на Україну
- Клоні медіа, псевдопопулярні сайти, анонімні Telegram-канали, фальшиві експерти
- Штучний інтелект і мережеве поширення для масштабування маніпуляцій



Що залишилося незмінним?

- Заперечення української суб'єктності
- Спроба роз'єднати союзників України
- Нав'язування думки, що опір нібито безглуздий
- Маніпуляція не лише фейками, а й рамкою подачі реальних фактів

“ Пропаганда стала менш схожою на телеканал — і більше на цифрову інфраструктуру впливу.



ДІЙТЕ ТА ЗМІНЮЙТЕ!

ЗАВЕРШЕННЯ ТРЕНІНГУ

Фільтруйте інформацію — Створюйте власну позицію

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| ✓ Перевіряйте джерела | ✓ Повертайте суб'єктність |
| ✓ Шукайте приховані наративи | ✓ Створюйте власну позицію |

• Серпень 2026 •

Тренерська лабораторія 2026