

УДК 007:070.1:316.776.23

## ТРАНСФОРМАЦІЯ ІНСТРУМЕНТАРІЮ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ГІГІЄНИ В КОНТЕКСТІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

**МЕЛЬНИКОВА-КУРГАНОВА Олена,**

канд. наук із соц. комунік., e-mail: melo5@ukr.net;

**КОЖАРІНА Валерія,**

здобувач другого (магістерського) рівня в, e-mail: lerakozharinao707@gmail.com.

Національний авіаційний університет, Київ, Україна.

**Вступ.** Інформаційна гігієна стала критично важливою в умовах російсько-української війни. Стрімкий розвиток інформаційних технологій та методів ведення інформаційної війни зумовив необхідність адаптації стратегій захисту від дезінформації та маніпулятивного контенту.

**Актуальність та мета.** Актуальність дослідження полягає в необхідності розуміння та вдосконалення методів захисту від інформаційних загроз в умовах триваючої війни. З огляду на інтенсивність кібератак та використання новітніх технологій для створення та поширення дезінформації, дослідження трансформації інформаційної гігієни є важливим. Захист особистих даних, постійне вдосконалення медіаграмотності, навички обирати якісні медіа є актуальним питанням для української аудиторії. Мета дослідження – визначити зміни інструментарію інформаційної гігієни в Україні з початку повномасштабного вторгнення, а також особливості комплексу заходів протидії дезінформації та деструктивним наративам у контексті російсько-української війни. Особлива увага приділяється вивченню адаптивних механізмів протидії дезінформації та деструктивним наративам в умовах російсько-української війни. Це дослідження спрямоване на виявлення нових стратегій та інструментів, що дозволяють ефективно захищати інформаційний простір країни в умовах інтенсивного протистояння.

**Методи дослідження.** Використано аналіз наукової літератури, порівняння даних медіаграмотності, case study ініціатив із медіаосвіти та експертної оцінки.

**Результати.** Проаналізовано еволюцію онлайн-курсів із медіаграмотності, які адаптувалися до нових викликів інформаційної війни. Розглянуто нові методи фактчекінгу та протидії дезінформації, створеної за допомогою ШІ. Досліджено концепцію інфодетоксу як метод адаптації інформаційної гігієни.

**Висновки.** Інформаційна гігієна в Україні зазнала суттєвої трансформації, адаптуючись до викликів війни. Підвищення рівня медіаграмотності, розвиток спеціалізованих освітніх програм та вдосконалення методів фактчекінгу сприяють формуванню стійкості суспільства до інформаційних загроз. Важливим аспектом залишаються постійна зміни методів інформаційної гігієни до нових технологічних викликів, зокрема використання ШІ в створенні дезінформації.

**Ключові слова:** інформаційна гігієна, інформаційна війна, медіаграмотність, критичне мислення, фактчекінг.

**Вступ.** В умовах масштабної дезінформації, пропаганди та ворожих інформаційних атак захист населення від шкідливих впливів набув критичного значення для національної безпеки держави та ефективного функціонування її інституцій. Гігієна спо-

живання контенту як комплекс захисних заходів зазнала значної трансформації під впливом російсько-української війни. Традиційний інструментарій протидії інформаційній агресії не відповідає сучасним загрозам, тому необхідно розробляти та впроваджувати нові адаптивні підходи до захисту населення в медіапросторі.

*Мета дослідження* – визначити зміни інструментарію інформаційної гігієни в Україні з початку повномасштабного вторгнення, а також особливості комплексу заходів протидії дезінформації та деструктивним наративам в контексті російсько-української війни. Для реалізації мети поставлено такі *завдання*: проаналізувати сучасний інструментарій інформаційної гігієни в Україні з початку повномасштабного вторгнення; визначити основні виклики в інформаційному просторі України під час війни; дослідити нові методи та інструменти протидії дезінформації, що з'явилися або набули поширення в умовах війни.

Дослідженням інструментів протидії дезінформації та інформаційної гігієни займалися Д. Гуцуляк [5], О. Король, О. Корнус, А. Корнус та ін. [13], С. Петренко та М. Назаренко [20], Н. Шуляк [25], О. Мороз [16].

*Новизна дослідження* полягає в комплексному аналізі інструментарію інформаційної гігієни в Україні з урахуванням найсучасніших викликів, включаючи використання штучного інтелекту (ШІ) для створення дезінформації. Проаналізовано специфіку нових освітніх ініціатив, розглянуто підходи до інфодетоксу та адаптації фактчекінгових інструментів до сучасних умов інформаційної війни.

*Об'єктом дослідження* є інформаційна гігієна в умовах російсько-української війни. *Предмет* – інструментарій інформаційної гігієни в контексті інформаційного протистояння між Україною та Росією.

**Методи дослідження.** Метод аналізу наукової літератури дозволив систематизувати теоретичні засади інформаційної гігієни та виявити ключові аспекти її трансформації в умовах війни. Порівняльний метод використано для зіставлення даних щодо рівня медіаграмотності населення та інструментарію інформаційної гігієни у різні роки, що дало змогу простежити динаміку змін та виявити тенденції розвитку. Метод case study застосовано при детальному розгляді конкретних ініціатив та онлайн-курсів із медіаграмотності, що дозволило оцінити їх ефективність та вплив на формування інформаційної культури суспільства. Метод експертної оцінки застосовано шляхом аналізу думки фахівця у галузі фактчекінгу (О. Юркової), що дозволило отримати глибше розуміння проблематики та перспектив розвитку інформаційної гігієни в Україні.

**Результати й обговорення.** В умовах російсько-української війни інформаційна гігієна набула особливого значення та зазнала трансформації. Стрімкий розвиток технологій і методів ведення інформаційної війни зумовив необхідність адаптації стратегій захисту від дезінформації та маніпуляцій. Українське суспільство зіткнулося з безперервним потоком пропагандистських наративів, що вимагало випрацювання нових підходів до верифікації інформації та стійкості критичного мислення.

На думку Н. Шуляк, «інформаційна гігієна є об'єктом наукових студій, що досліджують взаємодію між людьми та інформаційними технологіями, розробляють методи та засоби гарантування безпеки, збереження та оптимізації роботи з інформацією в цифровому середовищі. Основним завданням інформаційної гігієни є запобігання шкідливим наслідкам використання інформації, введення заходів, спрямованих на подолання інформаційної неграмотності та цифрової нерівності» [25, с. 35].

К. Канішев надає визначення: «інформаційна гігієна – це також і фільтрація потоку отримуваної інформації, що допомагає відсіювати фейки та протистояти шахрайству» [9, с. 2]. На його думку, це поняття включає критичне мислення, медіаграмотність, уміння фільтрувати інформацію. У сучасному світі, особливо в контексті інформаційних війн, зазначена компетентність стає критично важливою для протидії маніпуляціям та інформаційному впливу. Практичні аспекти інформаційної гігієни включають перевірку фактів, обмеження споживання новин, вибір надійних джерел. Вона відіграє

ключову роль у формуванні критично мислячого суспільства, здатного приймати обґрунтовані рішення на основі перевіреної інформації.

Дослідники С. Петренко та Н. Назаренко виділяють чотири основні напрями інформаційної гігієни як засобу протидії інформаційним впливам. Перший – відхід (дистанціювання), що передбачає уникнення контакту з джерелами негативного інформаційного впливу. Другий – блокування, яке включає створення психологічних бар'єрів та критичний аналіз інформації. Третій – управління, що фокусується на контролі інформаційного впливу шляхом зміни його характеристик. Четвертий – затаювання, яке передбачає контроль особистої реакції на зовнішній інформаційний вплив. Ці стратегії допомагають індивідам протистояти негативним інформаційним впливам та зберегти психологічне здоров'я в умовах інформаційного протистояння [20, с. 35].

У контексті розвитку інформаційної гігієни в Україні важливо звернути увагу на результати дослідження, проведеного громадською організацією «Детектор медіа», яке було спрямоване на визначення індексу медіаграмотності українців, надає цінні дані щодо здатності населення критично сприймати та аналізувати інформацію [7; 8]. Згідно з результатами дослідження, рівень медіаграмотності українців значно зріс за період з 2020 до 2022 р. Частка аудиторії з вищим за середній рівнем медіаграмотності збільшилася з 55% до 81%, що свідчить про суттєвий прогрес у розвитку критичного мислення та навичок роботи з інформацією серед населення. Особливо важливим є зростання показників у трьох ключових субіндексах: розуміння ролі ЗМІ у суспільстві, цифрова компетентність та чутливість до спотвореного контенту [8]. Це вказує на підвищення здатності українців розпізнавати дезінформацію та маніпуляції, що є критично важливим в умовах інформаційної війни.

Згідно з результатами дослідження, проведеного у 2023 році, спостерігається динаміка змін у рівні медіаграмотності українського населення. Аналіз даних виявив зниження загального індексу медіаграмотності з 81% до 76%, що свідчить про певні виклики у сфері інформаційної компетентності. Водночас, варто відзначити позитивну тенденцію щодо зростання чутливості до спотвореного контенту з 65% до 70% [7]. Ці дані акцентують увагу на нагальній потребі у подальшому розвитку та вдосконаленні системи медіаосвіти. Такі заходи є критично важливими для підтримання та підвищення рівня інформаційної гігієни в суспільстві, особливо в контексті сучасних викликів інформаційного простору.

Додатковим підтвердженням позитивної динаміки у розвитку цифрових навичок українців є дослідження Міністерства цифрової трансформації України. Згідно з результатами, станом на 2023 рік 93% дорослого населення України віком 18-70 років мають цифрові навички, що на 8% більше порівняно з 2019-м. Частка дорослого населення з рівнем цифрових навичок нижче базового зменшилася з 53% у 2019 році до 40,4% у 2023 році [6, с. 6].

Ці дані підкреслюють важливість і ефективність національних програм із розвитку цифрової грамотності та інформаційної гігієни. Вони також демонструють, що українське суспільство активно адаптується до викликів цифрової ери, підвищуючи свою стійкість до інформаційних загроз та маніпуляцій. Тенденція підвищення критичного мислення та медіаграмотності свідчить про адаптивність українського суспільства до умов інформаційної війни.

Еволюція медіаграмотності під час російсько-української війни стала критично важливою темою. На думку О. Король та ін., «медіаграмотність – це сукупність компетентностей, необхідних для активної участі та інформованості в житті медіасуспільства. Компетентності медіаграмотності можна поділити на чотири групи: розуміння медіа, використання медіа, спілкування за допомогою медіа та здатність використовувати медіа для досягнення своїх цілей» [13, с. 39].

Станом на 2024 р. онлайн-курси з медіаграмотності зазнали значних змін та адаптацій, відображаючи динамічну природу інформаційного протистояння. З початку

повномасштабного вторгнення у 2022 р., українські та міжнародні освітні платформи розробили спеціалізовані програми, спрямовані на підвищення стійкості громадян до дезінформації та пропаганди. Серед україномовних популярних масових відкритих онлайн-курсів (МВОК) є EdEra, Prometheus, Відкритий університет Майдану (ВУМ) [12, с. 83]. Але також варто згадати про такі МВОК, як Дія.Освіта та Coursera.

В. Колмакова та С. Шаров акцентують увагу на популярних курсах з інформаційної гігієни на платформі Prometheus [12, с. 85]. Курс «Інформаційна гігієна під час війни», який передбачає огляд таких модулів: 1. Інформаційне поле під час війни. 2. Як працює російська пропаганда. 3. Аналіз типових кейсів російських інформаційних операцій. 4. Правила інформаційної гігієни. Під час опанування онлайн-курсом «Дезінформація: види, інструменти та способи захисту» користувачі можуть дізнатися про основні інструменти та тактики дезінформації, наротив як основний елемент побудови пропаганди, фейк як інструмент побудови наративу. Онлайн курс «Інформаційна гігієна. Як розпізнати брехню в соцмережах, в Інтернеті та на телебаченні» дозволяє зануритись в актуальні питання медіа та соціо простору: Facebook, Google, You Tube, Viber, Telegram, Вікіпедія тощо. Досить великим за обсягом та змістовим наповненням є курс «Інформаційна безпека». Він містить 10 модулів, в які закладений відеоматеріал, тести та практичні рекомендації. Розробники курсу подають стратегію захисту від інформаційних потоків фейкового спрямування, вказують на правила захисту від інформаційних вірусів, загроз, дезінформації. Курси постійно оновлюються, адаптуючись до нових викликів інформаційної війни. Вони охоплюють теми від розпізнавання фейків про військові дії до захисту особистих даних в умовах підвищеної загрози. Ці освітні ініціативи сприяють розвитку критичного мислення та інформаційної стійкості серед українців різного віку та професій, отже й розповсюдженню інформаційної гігієни.

Освітня платформа Дія.Освіта в розділі з «Кібербезпеки» також пропонує важливі онлайн-курси та інші матеріали з кібергігієни. Вони включають теми з базових навичок поведінки в інтернеті до захисту персональних даних [10].

Отже, курси еволюціонували від базових принципів перевірки фактів до складних стратегій протидії гібридним інформаційним загрозам. Ключовими темами стали розпізнавання фейків, аналіз маніпулятивних наративів та розуміння психологічних аспектів інформаційної війни. Особлива увага приділяється розвитку критичного мислення та емоційної стійкості в умовах інформаційного тиску. Курси включають модулі з кібербезпеки, враховуючи зростаючу роль цифрових технологій у веденні гібридної війни.

Приклади еволюції курсів із інформаційної гігієни демонструють «Персональна кібергігієна» [19] та «Основи кібергігієни» [17] від Дія.Освіта. Перший курс навчає захисту особистих даних, розпізнаванню онлайн-шахрайства та протидії фейкам, що актуально через зростання кіберзагроз у повсякденному житті. Другий, призначений для держслужбовців, фокусується на захисті державних ресурсів від хакерських атак, що особливо важливо в умовах російської агресії, коли державні органи стали мішенню кібератак. Ці курси відображають перехід від базового навчання до комплексного підходу, що поєднує інформаційну та кібербезпеку, критичне мислення та протидію гібридним загрозам, адаптуючись до сучасних викликів інформаційної війни.

Важливим аспектом стала адаптація контенту для різних вікових груп, включаючи спеціальні програми для дітей та літніх людей. Наприклад, ГО «Український інститут медіа та комунікації» проводила міжнародну онлайн-конференцію «Медіаграмотність для людей старшого віку (60+)». Вони представили результати дослідження та потреби літніх людей в освіті з медіаграмотності [24]. А для дітей та підлітків як приклад можна навести кілька існуючих ігор, що допомагають підняти рівень критичного мислення: Interland [29], «Вжити в Інтернеті – місія (не)здійсненна» від проєкту USAID «Медійна програма в Україні» [3], «Медіазнайко» від Академії української преси (АУП) [18] та «Пригоди Літератуса» в українській версії від АУП [24]. Вказані ініціативи демонструють зростаюче розуміння важливості медіаграмотності для різних вікових груп.

Більшість медійних організацій в Україні, особливо фактчекінгові, почали вводити окремі проєкти з контентом про медіаосвіту та медіаграмотність для громадян. Це значний крок для підвищення розуміння медіа серед усіх вікових груп населення. Дослідник М. Яблонський зазначає, що інфомедійна грамотність стає складнішою в умовах війни. Це пов'язано з тим, що російські пропагандисти активно використовують такі інструменти впливу, як пропаганда, дезінформація, фейки та маніпуляції. М. Яблонський підкреслює важливість звернення до висновків авторитетних фактчекінгових організацій як VoxCheck, FactCheck, По той бік новин, НотаЄнота, для протидії інформаційним загрозам [26, с. 495].

Практичний компонент курсів посилюється через залучення учасників до реальних проєктів із фактчекінгу та створення якісного контенту для протидії дезінформації. Наприклад, влітку 2024 р. проводився тренінг проєкту з протидії дезінформації, яким керувала журналістка та співзасновниця організації StopFake О. Юркова [2]. За її словами, учасники проєкту отримали фінансування для власних проєктів протидії дезінформації, наприклад – тренінги в освітніх закладах та публікація статей з підвищення обізнаності на тематику фейків [11].

Станом на 2024 р. ці онлайн-курси не лише підвищують індивідуальну медіаграмотність, але й сприяють формуванню національної інформаційної стійкості, що є ключовим фактором у протистоянні агресії та захисті демократичних цінностей України.

Вдалим прикладом сучасного методу інформаційної гігієни є ініціатива О. Мороз «Як не стати овочем», яка фокусується на розвитку двох ключових навичок: уміння фільтрувати інформацію та розуміння функціонування основних сфер життя, таких як політика, економіка, медицина тощо. О. Мороз – експертка з комунікацій із 20-річним досвідом, яка розробила унікальний підхід до навчання інформаційної гігієни, базуючись на своєму глибокому розумінні механізмів створення та розповсюдження інформаційних вірусів. Мета цього проєкту – навчити сім мільйонів українців інформаційній гігієні, це демонструє масштаб та важливість цієї ініціативи в контексті інформаційної гігієни та безпеки України [16].

Експертка з інформаційної гігієни О. Мороз надала три базові правила інформаційної гігієни: 1) почистити свій інформаційний простір від анонімних джерел; 2) відстежувати емоції при перегляді певного контенту; 3) підписатися на ті джерела, які дають найбільш об'єктивну інформацію [27]. Наприклад, із третього правила інфогігієни О. Мороз представила добірку рекомендованих українських ютуб-каналів, які надають якісний та довірливий контент. За її списком таких 27, які вона поділила на історичні, з інформаційної гігієни та протидії інформації, а також – з якісною публіцистикою [23]. Таким чином, ініціатива «Як не стати овочем» є інноваційним та адаптивним методом інформаційної гігієни, який відповідає сучасним викликам інформаційної війни та може значно підвищити рівень інформаційної стійкості українського суспільства.

У сучасному світі російські пропагандисти активно використовують технології ШІ для створення та поширення дезінформації. Ці передові інструменти дозволяють їм генерувати переконливі фейки, маніпулювати відео- та аудіоконтентом, а також створювати дипфейки, які важко відрізнити від реальності. Зокрема «поняття deepfake складається з двох частин: “deep learning” (глибинне навчання) та “fake” (підробка). Це фото, відео чи аудіо, що створюється за допомогою алгоритмів машинного навчання, і повністю відтворює зображення чи відеозображення людини. Фактично створює фейковий матеріал» [21]. Саме тому надзвичайно важливо розвивати навички розпізнавання таких фейків. Це стає ключовим елементом сучасної інформаційної гігієни. Уміння виявляти ознаки штучно згенерованого контенту, перевіряти джерела інформації та критично аналізувати медіаповідомлення – це ті компетенції, які допомагають протистояти інформаційним атакам.

Наприклад, фахівці Інституту інноваційного врядування за підтримки Посольства Великої Британії в Україні розробили посібник для творців контенту (для виявлення

та протидії російській пропаганді в новітніх технологіях), тобто журналістів та користувачів соцмереж, який допомагає визначити російську пропаганду, створювану технологіями ШІ. Він надає інструменти для розпізнавання дезінформації, створеної за допомогою ШІ, особливо в умовах російсько-української війни. У посібнику акцентується увага на важливості фактчекінгу, верифікації інформації та дотримання етичних принципів у роботі з ШІ [1].

Створення дезінформації за допомогою ШІ призвело до великої кількості фейкових новин, тому фактчекінгові організації починають адаптувати свої інструменти спростування такого контенту російських пропагандистів. Аналітик VoxCheck К. Перевощик розповів, які інструменти використовують їхні фактчекери:

1. Ключовим методом є зворотний пошук зображень за допомогою таких систем, як Google Images, Yandex та TinEye, що дозволяє виявити оригінальні джерела фото та відео.

2. Для точного визначення локації використовуються сервіси геолокації, такі як Google Maps, Google Earth та Wikimapia.

3. У рамках програми Third-Party Fact-Checking Meta, VoxCheck застосовує ШІ для виявлення схожого контенту та автоматичного маркування неправдивої інформації.

4. Для розпізнавання облич та пошуку схожих фотографій використовується спеціалізований сервіс PimEyes.

5. Важливою частиною роботи є аналіз відкритих джерел для перевірки заяв, новин, законів, наукових статей та статистичних досліджень. У складних випадках фактчекери звертаються до офіційних установ та експертів для отримання коментарів та роз'яснень [18].

Використання такого комплексу інструментів дозволяє VoxCheck ефективно виявляти та спростовувати фейки, маніпуляції та дезінформацію. Це має критичне значення для підтримки інформаційної гігієни в Україні, особливо в умовах війни, коли достовірність інформації напряму впливає на національну безпеку та суспільну стабільність. Д. Гуцуляк розвиває цю думку, підкреслюючи стратегічну важливість фактчекінгу в умовах інформаційних війн та антиукраїнської пропаганди. Дослідниця зазначає, що створення фактчекінгових організацій, таких як StopFake та VoxCheck, не лише забезпечує платформи для верифікації інформації, але й сприяє формуванню культури критичного сприйняття інформації серед громадськості. На думку Д. Гуцуляка, це є основою для створення обізнаного суспільства, здатного ефективно протистояти інформаційним загрозам в умовах гібридних конфліктів [5, с. 25].

Робота фактчекерів не лише протидіє російській пропаганді, але й підвищує медіаграмотність населення, сприяє формуванню критичного мислення та здатності самостійно розпізнавати неправдиву інформацію. Крім того, така діяльність допомагає зберігати довіру до надійних джерел інформації та підтримувати високі стандарти журналістики в країні.

У сучасному світі, де інформація стала невід'ємною частиною повсякденного життя, феномен інформаційного перевантаження набуває все більшої актуальності. Цей термін описує стан, при якому кількість доступної інформації перевищує когнітивні можливості людини щодо її обробки та засвоєння. Інформаційне перевантаження може призвести до зниження продуктивності, підвищення рівня стресу та погіршення якості прийнятих рішень. Нині інформаційне перевантаження створюють новини про війну, які публікуються у величезній кількості. За дослідженням Н. Максимова та М. Красілова про інформаційне перевантаження, де було використане опитування, майже всі респонденти дивляться новини про війну. Вони зауважують, що тема війни провокує вкрай негативні емоції, такі, як тривога, сум, розпач, страх, спричиняє безсоння, драгівливість. Це є додатковим чинником інформаційного перевантаження [14, с. 125]. Через цей фактор людина може не помітити дезінформацію чи неправдивий контент.

У контексті цієї проблеми, інфодетокс набуває особливого значення як метод адаптації інформаційної гігієни. Інфодетокс представляє собою комплекс заходів, спрямованих

на зменшення впливу надмірної інформації на психологічний та фізіологічний стан індивіда. Цей підхід включає в себе свідоме обмеження споживання інформації, фільтрацію джерел та встановлення чітких меж використання цифрових технологій [4, с. 101]

Три принципи ефективного інфодетоксу від менеджера медіаосвітніх програм АУП М. Запорожченка: 1) обмеження часу проведення в мережі та за цифровими пристроями; 2) вибіркоче споживання контенту в той час, коли не обмежуєте себе в часі перебування; 3) концентрація на процесі роботи під час праці з обмеженням чинників, які відволікають [22].

Важливо зазначити, що інфодетокс не передбачає повної ізоляції від інформаційного простору, а пропонує збалансований підхід до споживання інформації. Це включає в себе вибіркоче споживання контенту, встановлення часових обмежень на використання цифрових пристроїв та культивування навичок критичного мислення для ефективно оцінки та фільтрації інформації.

Для ефективного протистояння інформаційному перевантаженню можна застосувати такі стратегії: 1) зберігати баланс між роботою та відпочинком, мати належну фізичну активність для здорового емоційного плану; 2) відключення від соціальних мереж і електронної пошти; 3) фільтрація непотрібної інформації та зосередження на суттєвому [14, с. 125].

У контексті інформаційної гігієни, інфодетокс можна розглядати як проактивний метод адаптації до сучасного інформаційного середовища. Він дозволяє індивіду зберегти контроль над своїм інформаційним простором, підвищуючи якість сприйняття та обробки інформації, а також сприяючи загальному психологічному благополуччю.

Враховуючи вищезазначене, доцільно розглянути трансформацію інструментарію інформаційної гігієни під час повномасштабного вторгнення.

**Таблиця 1. Трансформація інструментарію інформаційної гігієни під час російсько-української війни**

Рік	Методи та інструменти
2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Збільшення уваги до поширення медіаграмотності серед населення, зокрема за допомогою онлайн-курсів на різноманітних МВОК (EdEra, Prometheus, Дія.Освіта, Coursera, ВУМ)§</li> <li>- Активізація діяльності фактчекінгових організацій, таких як Stop Fake, По той бік новин, НотаЄнота та Vox Check тощо;</li> <li>- Створення ініціативи від Оксани Мороз з інформаційної грамотності – «Як не стати овочем»;</li> <li>- Розвиток стратегій протидії російській пропаганді.</li> </ul>
2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Розроблення програм із цифрової грамотності для людей похилого віку;</li> <li>- Створення відеоігор з інформаційної гігієни, медіаграмотності та безпеки в інтернеті для дітей, або перекладання існуючих іноземних ігор на українську мову для вільного використання;</li> <li>- Впровадження концепції інфодетоксу як методу адаптації інформаційної гігієни.</li> </ul>
2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тренінг від експертів для підтримання ідей українців з протидії дезінформації (на прикладі Ольги Юркової та ініціативи від організації StopFake щодо фінансування різноманітних програм);</li> <li>- Створення посібників, які мають сучасні, тобто адаптивні методи роботи з дезінформацією, особливо створеною ШІ;</li> <li>- Посилення інструментів пошуку фейкових новин (особливо дїпфейків) за допомогою технологій ШІ;</li> <li>- Продовження досліджень впливу інформаційного перевантаження на психологічний стан населення.</li> </ul>

Створено авторами за даними аналізу.

Загалом комплексний характер та адаптивність впроваджених в Україні методів інформаційної гігієни сприяють підвищенню стійкості суспільства до гібридних впливів

вів, хоча й потребують подальшого розвитку та вдосконалення з огляду на мінливий характер інформаційних загроз.

**Висновки та перспективи.** У результаті проведеного дослідження було проаналізовано сучасний інструментарій інформаційної гігієни в Україні з початку повномасштабного вторгнення та виявлено його суттєву трансформацію. Встановлено, що основними викликами та загрозами в інформаційному просторі України під час війни є поширення дезінформації, інформаційні перевантаження і вплив на населення.

У дослідженні систематизовано типи інструментарію інформаційної гігієни з 2022 по 2024 рр. З 2022 року значно зросла увага до медіаграмотності, активізувалася діяльність фактчекінгових організацій та розроблялися стратегії протидії російській пропаганді. У 2023 р. з'явилися нові методи та інструменти, такі як програми з цифрової грамотності для людей похилого віку, освітні відеоігри для дітей та впровадження концепції інфодетоксу. А 2024 р. характеризується подальшим розвитком інструментарію, включаючи використання ШІ для виявлення фейкових новин та дослідження впливу інформаційного перевантаження.

Ці заходи демонструють комплексний підхід до протидії дезінформації та деструктивним наративам в контексті російсько-української війни. Важливим аспектом є адаптація інструментів інформаційної гігієни до мінливих умов інформаційного протистояння. Зростання рівня медіаграмотності населення, розвиток критичного мислення та впровадження нових технологічних рішень є ключовими факторами у боротьбі з інформаційними загрозами.

Таким чином, дослідження підтверджує, що інструментарій інформаційної гігієни в Україні активно розвивається та адаптується до викликів воєнного часу, сприяючи підвищенню стійкості суспільства до інформаційних маніпуляцій та пропаганди.

Подальші перспективи розвитку наукових досліджень у сфері інформаційної гігієни включають розробку нових методів верифікації інформації в умовах стрімкого розвитку технологій ШІ; дослідження ефективності подачі інформації для підвищення медіаграмотності різних вікових груп; аналіз впливу соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок та поляризацію суспільства.

1. В Україні розробили посібник про використання штучного інтелекту для протидії пропаганді РФ. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-technology/3839316-v-ukraini-rozrobili-posibnik-pro-vikoristanna-stucnogo-intelektu-dla-protidii-propagandi-rf.html> (дата звернення 22.09.2024).

2. В Укрінформі відбувся фінальний тренінг проєкту щодо протидії дезінформації. URL: [https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3886065-v-ukrinformi-vidbuvsya-finalnij-trening-proektu-sodo-protidii-dezinformacii.html?fbclid=IwZXhobgNhZWoCMTAAAR28J6Fwk6\\_PoQ4GfqLznYK P4wYyOEOsnDRJUEaA1r7oZlPssRzRrwUuD\\_o\\_aem\\_zSwgZtyTzlkA-g9kJ5oweQ](https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3886065-v-ukrinformi-vidbuvsya-finalnij-trening-proektu-sodo-protidii-dezinformacii.html?fbclid=IwZXhobgNhZWoCMTAAAR28J6Fwk6_PoQ4GfqLznYK P4wYyOEOsnDRJUEaA1r7oZlPssRzRrwUuD_o_aem_zSwgZtyTzlkA-g9kJ5oweQ) (дата звернення 21.09.2024).

3. Вжити в Інтернеті – місія (не)здійсненна. URL: <http://game.cedem.org.ua/> (дата звернення 22.09.2024).

4. Городецька О. Інформаційний детокс як засіб психологічного захисту особистості. Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності: збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції. Тернопіль: СМП «Тайп», 2020. С. 100-102.

5. Гуцуляк Д. Фактчекінг як інструмент протидії дезінформації в умовах гібридних конфліктів. Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Серія: Філологія, вип. 2(12). 2024. С. 22-26.

6. Дослідження цифрової грамотності в Україні. Третя хвиля. 2023. 70 с.

7. Індекс медіаграмотності українців 2020-2023 (четверта хвиля). URL: <https://detector.media/infospace/article/225738/2024-04-22-indeks-mediagramotnosti-ukraintsiv-20202023-chetverta-khvylya/> (дата звернення 20.09.2024).

8. Індекс медіаграмотності українців: 2020-2022 (коротка презентація). URL: <https://detector.media/infospace/article/210209/2023-04-18-indeks-mediagramotnosti-ukraintsiv-2020-2022-kоротka-prezentatsiya/> (дата звернення 20.09.2024).

9. Канішев К. Інформаційна гігієна та безпека. Фактчекінг. Київ: проєкт Infolight.ua, 2022. 24 с.



10. Кібербезпека. Дія.Освіта. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/catalog/topic/cyber-security> (дата звернення 21.09.2024).
11. Кожаріна В. «Потрібні позитивні наративи про Україну»: Ольга Юркова про виклики та майбутнє боротьби з фейками. URL: [https://www.goess.pp.ua/post/potribni\\_pozytyvni\\_naratyvy\\_pro\\_ukraine\\_olha\\_yurkova](https://www.goess.pp.ua/post/potribni_pozytyvni_naratyvy_pro_ukraine_olha_yurkova) (дата звернення 21.09.2024).
12. Колмакова В., Шаров С. Використання МВОК для формування імунітету від інформаційних загроз. Українські студії в європейському контексті: зб. наук. пр. №6. 2023. С. 80-87.
13. Король О., Корнус О., Корнус А., Данильченко О., Нестеренко О., Браславська О. Впровадження медіаграмотності як засобу протидії ворожій пропаганді. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи, 1(11). 2024. С. 37-46.
14. Максимова Н., Красілова Ю. Вплив воєнного стану на інформаційне перевантаження особи. Габітус. Психологія особистості. Випуск 47. 2023. С. 121-126.
15. Медіазнайко. URL: <https://www.aup.com.ua/Game/> (дата звернення 22.09.2024).
16. Мороз О. Як не стати овочем. URL: <https://www.oksanamoroz.com/> (дата звернення 24.09.2024).
17. Основи кібергігієни. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/cyber-hygiene> (дата звернення 22.09.2024).
18. Перевошиков К. Спершу перевір – потім повір. Які інструменти використовують фактчекери VoxCheck. URL: <https://ms.detector.media/trendi/post/31431/2023-03-18-spershu-perevir-potim-povir-yaki-instrumenty-vykorystovuyut-faktchekery-voxcheck/> (дата звернення: 22.09.2024).
19. Персональна кібергігієна. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/personal-cyberhygiene> (дата звернення 22.09.2024).
20. Петренко С., Назаренко Н. Інформаційна гігієна як засіб протидії інформаційним впливам у контексті російсько-української війни. Інформаційна безпека людини, суспільства, держави, 1-3 (34-36). 2022. С. 30-38.
21. Петрів О. Дезінформація та штучний інтелект: (не)видима загроза сучасності. URL: <https://cedem.org.ua/analytics/dezinformatsiya-shtuchnyi-intelekt/> (дата звернення: 22.09.2024).
22. Поліковська Ю. Інфодетокс: 10 кроків до відповідального медіаспоживання. URL: <https://ms.detector.media/internet/post/33473/2023-11-14-infodetoks-10-kroktiv-do-vidpovidalnogo-mediaspozhyvannya/> (дата звернення: 23.09.2024).
23. Поліковська Ю. У проєкті «Як не стати овочем» представили добірку якісних українських ютуб-каналів. URL: <https://ms.detector.media/sotsmerezhi/post/35246/2024-06-17-uroiekti-yak-ne-staty-ovochem-predstavly-dobirku-yakisnykh-ukrainskykh-yutub-kanaliv/> (дата звернення 24.09.2024).
24. Пригоди Література. URL: <https://www.aup.com.ua/mediaosv/onlayn-gra-prigodiliteratusa/> (дата звернення 22.09.2024).
25. Шуляк Н. Інформаційна гігієна в системі стратегічних комунікацій України: дис. доктора філософії: 291 – Міжнародні відносини, суспільні комунікації та регіональні студії. Луцьк, 2024. 263 с.
26. Яблонський М. Інфомедійна грамотність в умовах війни. Освітній процес в умовах воєнного стану в Україні: матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації. Одеса, 2022. С. 494-496.
27. Як формувати в українців інформаційну гігієну. URL: <https://nashkiev.ua/technology/yak-formuvati-v-ukrainsiv-informatsiinu-gigienу> (дата звернення 24.09.2024).
28. 8 листопада – онлайн-конференція «Медіаграмотність для людей старшого віку (60+)». URL: <https://detector.media/infospace/article/218902/2023-11-03-8-lystopada-onlayn-konferentsiya-mediagramotnist-dlya-lyudey-starshogo-viku-60/> (дата звернення 22.09.2024).
29. Interland. Безпека дітей в Інтернеті. URL: [https://beinternetawesome.withgoogle.com/uk\\_ua/interland](https://beinternetawesome.withgoogle.com/uk_ua/interland) (дата звернення 22.09.2024).
1. Ukrinform (2024), Ukraine has developed a manual on the use of artificial intelligence to counter Russian propaganda, available at: <https://www.ukrinform.ua/rubric-technology/3839316-v-ukraini-rozrobili-posibnik-pro-vikoristanna-stucnogo-intelektu-dla-protidii-propagandi-rf.html> (accessed September 22, 2024).
2. Ukrinform (2024), The final training of the project on countering disinformation took place in Ukrinform, available at: [https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3886065-v-ukrinformividbuvsya-finalnij-trening-proektu-sodo-protidii-dezinformacii.html?fbclid=IwZXhobgNhZWOCMTAAAR28J6Fwk6\\_PoQ4GfqlzYKP4wYyOEosnDRJUEaA1r7oZlPssRzRrwUuD\\_o\\_aem\\_zSwgZtyTzlkAg9kJ5oweQ](https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3886065-v-ukrinformividbuvsya-finalnij-trening-proektu-sodo-protidii-dezinformacii.html?fbclid=IwZXhobgNhZWOCMTAAAR28J6Fwk6_PoQ4GfqlzYKP4wYyOEosnDRJUEaA1r7oZlPssRzRrwUuD_o_aem_zSwgZtyTzlkAg9kJ5oweQ) (accessed September 21, 2024).

3. Surviving on the Internet is an (un)achievable mission, available at: <http://game.cedem.org.ua/> (accessed September 22, 2024).
4. Gorodetska, O. V. (2020), Information detox as a means of psychological protection of the individual, Development of professional skills of a teacher in the conditions of a new socio-cultural reality: collection of materials of the III International Scientific and Practical Conference, Ternopil: SMP "Taip", pp. 100-102.
5. Hutsulyak, D. (2024), Fact-checking as a tool for countering disinformation in hybrid conflicts, Scientific works of the Interregional Academy of Personnel Management. Series: Philology, issue 2(12), pp. 22-26.
6. Digital Literacy Survey in Ukraine, The third wave, 2023, 70 p.
7. Detector media (2024), Media Literacy Index of Ukrainians 2020-2023 (fourth wave), available at: <https://detector.media/infospace/article/225738/2024-04-22-indeks-mediagramotnosti-ukraintsiv-20202023-chetverta-khvylya/> (accessed September 20, 2024).
8. Detector media (2023), Media Literacy Index of Ukrainians: 2020-2022 (short presentation), available at: <https://detector.media/infospace/article/210209/2023-04-18-indeks-mediagramotnosti-ukraintsiv-2020-2022-korotka-prezentatsiya/> (accessed September 20, 2024).
9. Kanishev, K. (2022), Information hygiene and security, Fact-checking, Kyiv: Infolight.ua project, 24 p.
10. Diia.Osvita, Cybersecurity. Action.Education, available at: <https://osvita.diia.gov.ua/catalog/topic/cyber-security> (accessed September 21, 2024).
11. Kozharina, V. (2024), "We need positive narratives about Ukraine": Olha Yurkova on the challenges and future of fighting fakes, available at: <https://www.goecp.pp.ua/post/potribni-pozytyvni-naratyvy-pro-ukraine-olha-yurkova> (accessed September 21, 2024).
12. Kolmakova, V. O., Sharov, S. V. (2023), Using MOOCs to build immunity from information threats, Ukrainian Studies in the European Context: a collection of scientific articles, №6, pp. 80-87.
13. Korol, O., Kornus, O., Kornus, A., Danylchenko, O., Nesterenko, O., Braslavskaya, O. (2024), Implementation of media literacy as a means of countering hostile propaganda, Psychological and Pedagogical Problems of the Modern School, 1(11), pp. 37-46.
14. Maksymova, N., Krasilova, Y. (2023), Influence of martial law on the information overload of a person, Habitus, Psychology of personality, issue 47, pp. 121-126.
15. Mediaznayko, available at: <https://www.aup.com.ua/Game/> (accessed September 22, 2024).
16. Moroz, O., How not to become a vegetable, available at: <https://www.oksanamoroz.com/> (accessed September 24, 2024).
17. Diia.Osvita, Fundamentals of cyber hygiene, available at: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/cyber-hygiene> (accessed September 22, 2024).
18. Perevoshchikov, K. (2023), First check – then believe. What tools do VoxCheck fact-checkers use?, available at: <https://ms.detector.media/trendi/post/31431/2023-03-18-spershu-perevir-potimpovir-yaki-instrumenty-vykorystovuyut-faktchekery-voxcheck/> (accessed September 22, 2024).
19. Diia.Osvita, Personal cyber hygiene, available at: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/personal-cyberhygiene> (accessed September 22, 2024).
20. Petrenko, S., Nazarenko N. (2022), Information hygiene as a means of counteracting information influences in the context of the Russian-Ukrainian war, Information security of a person, society, state, 1-3 (34-36), pp. 30-38.
21. Petriv, O. (2023), Disinformation and artificial intelligence: (un)visible threat of our time, available at: <https://cedem.org.ua/analytics/dezinformatsiya-shtuchnyi-intelekt/> (accessed September 22, 2024).
22. Polikovska, Y. (2023), Infodetox: 10 steps to responsible media consumption, available at: <https://ms.detector.media/internet/post/33473/2023-11-14-infodetoks-10-krokv-dovidpovidalnogo-mediaspozhyvannya/> (accessed September 23, 2024).
23. Polikovska, Y. (2024), The project "How not to become a vegetable" presented a selection of high-quality Ukrainian YouTube channels, available at: <https://ms.detector.media/sotsmerezhi/post/35246/2024-06-17-u-proiekti-yak-ne-staty-ovochem-predstavyly-dobirku-yakisnykh-ukrainskykh-yutub-kanaliv/> (accessed September 24, 2024).
24. Academy of Ukrainian Press, Adventures of Literatus, available at: <https://www.aup.com.ua/mediaosv/onlayn-gra-prigodi-literatusa/> (accessed September 22, 2024).
25. Shuliak, N. O. (2024), Information Hygiene in the System of Strategic Communications of Ukraine: Doctoral dissertation: 291 – International Relations, Public Communications and Regional Studies, Lutsk, 263 p.

26. Yablonsky, M. (2022), Infomediary literacy in wartime, The educational process under martial law in Ukraine: materials of the All-Ukrainian scientific and pedagogical advanced training, Odesa, pp. 494-496.

27. How to form information hygiene in Ukrainians, available at: <https://nashkiev.ua/technology/yak-formuvati-v-ukraintsiv-informatsiinu-gigienу> (accessed September 24, 2024).

28. Detector media (2023), November 8 – online conference “Media literacy for older people (60+)”, available at: <https://detector.media/infospace/article/218902/2023-11-03-8-lystopada-onlayn-konferentsiya-mediagramotnist-dlya-lyudey-starshogo-viku-60/> (accessed September 22, 2024).

29. Interland, Children’s safety on the Internet, available at: [https://beinternetawesome.withgoogle.com/uk\\_ua/interland](https://beinternetawesome.withgoogle.com/uk_ua/interland) (accessed September 22, 2024).

UDC: 007:070.1:316.776.23

## TRANSFORMATION OF INFORMATION HYGIENE TOOLS IN THE CONTEXT OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

**Melnykova-Kurhanova Olena**, PhD (Social Communications), Associate Professor, e-mail: mel05@ukr.net.

ORCID – <https://orcid.org/0000-0002-1364-0264>

**Kozharina Valeriia**, PhD student of the second (master’s), e-mail: lerakozharina0707@gmail.com. National Aviation University, Kyiv, Ukraine.

**Introduction.** Information hygiene has become critically important in the context of the Russian-Ukrainian war. The rapid development of information technology and methods of information warfare has necessitated the adaptation of strategies to protect against disinformation and manipulative content.

**Relevance and purpose.** The relevance of the study lies in the need to understand and improve methods of protection against information threats in the context of the ongoing war. Given the intensity of cyberattacks and the use of the latest technologies to create and spread disinformation, the study of the transformation of information hygiene is important. The protection of personal data, continuous improvement of media literacy, and the ability to choose quality media are important issues for the Ukrainian audience. The purpose of the study is to identify changes in the information hygiene tools in Ukraine since the beginning of the full-scale invasion, as well as the specifics of a set of measures to counter disinformation and destructive narratives in the context of the Russian-Ukrainian war. Particular attention is paid to the study of adaptive mechanisms for countering disinformation and destructive narratives in the context of the Russian-Ukrainian war. This study aims to identify new strategies and tools that can effectively protect the country’s information space in the face of intense confrontation.

**Research methods.** The research was based on the analysis of scientific literature, comparison of media literacy data, case studies of media education initiatives, and expert evaluation.

**Results.** The article analyses the evolution of online media literacy courses that have adapted to the new challenges of the information war. New methods of fact-checking and countering disinformation created by AI are considered. The concept of infodetection as a method of adapting information hygiene is explored.

**Conclusions.** Information hygiene in Ukraine has undergone a significant transformation, adapting to the challenges of war. Raising the level of media literacy, developing specialised educational programmes and improving fact-checking methods contribute to building the society’s resilience to information threats. An important aspect is the constant change in information hygiene methods to meet new technological challenges, including the use of AI in creating disinformation.

**Keywords:** *information hygiene, information warfare, media literacy, critical thinking, fact-checking.*

Стаття надійшла до редакції 03.10.2024 р.

Рекомендовано до видання 07.11.2024 р.