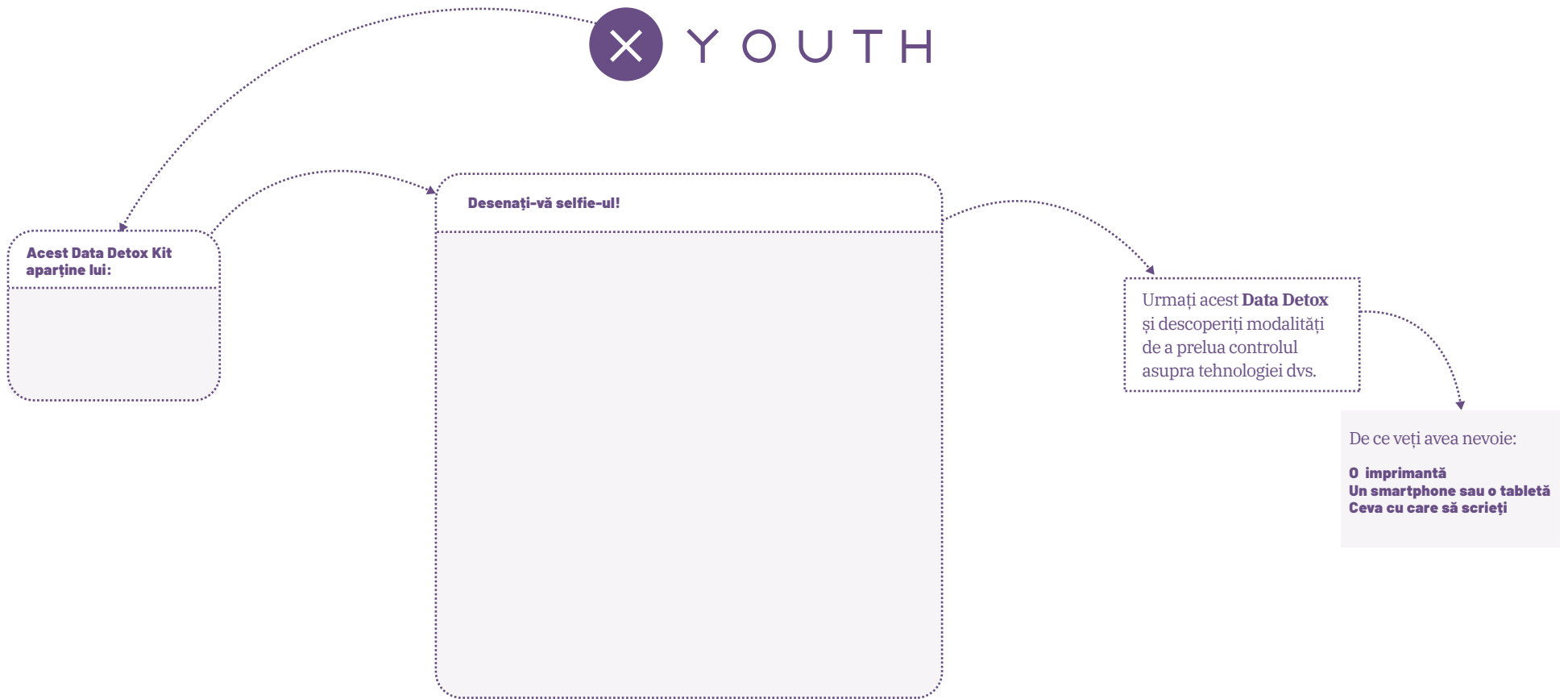


D A T A
D E T O X
X Y O U T H



Produs de
**TACTICAL
TECH**
#datadetox

Spuneți-ne ce părere aveți! Vrem să aflăm de la tineri, educatori și părinți feedback-ul și poveștile dvs. Accesați datadetoxkit.org/en/families pentru a afla mai multe.

În parteneriat cu



Finanțat de
Uniunea Europeană

CONFIDENTIALITATE DIGITALĂ

Kitul Data Detox este ghidul tău în lumea datelor personale. De ce toată lumea continuă să vorbească despre asta? Cum arată? Și cum le puteți păstra în siguranță?

PĂSTRAȚI -VĂ BINÉ DATELE

...pentru că fug

S-ar putea să nu pară mare lucru faptul că anumite detalii despre dvs. sunt cunoscute de către companii. Cui îi pasă dacă sunteți un fan al lui Baby Yoda sau că urmăriți mai multe videoclipuri cu pisici decât cu oameni?

Problema este ce se întâmplă cu datele dvs. **De-a lungul timpului, eul dvs. online își asumă propria personalitate, cu propriile obiceiuri, aprecieri, respingeri și secrete.**

Poate deveni independentă și poate ajunge în mâinile "brokerilor de date" - companii care câștigă bani din faptul că se uită la datele dvs.

Să începem!

Prodot de

**TACTICAL
TECH**

datadetoxkit.org
#datadetox



1

REVIZUIȚI-VĂ APLICAȚIILE

Aplicațiile folosesc gigabytes prețioși pentru stocare și consumă durata de viață a bateriei, dar pot să și colecteze date - chiar și atunci când nu le utilizați. Eliminarea câtorva aplicații este o modalitate rapidă de a reduce urmele de date și de a mări durata de viață a bateriei și spațiul de stocare. **Bonus!**

Încercați această activitate pentru a vedea dacă sunteți un strângător obsesiv de aplicații:

Hei!

Dacă nu aveți un smartphone, asociați-vă cu cineva care are.

Mai întâi, ghiciți câte aplicații aveți pe telefon (nu trișați!)

Nr. aplicații:

Acum numărați câte aplicații aveți de fapt:

Nr. aplicații:

Întrebați-vă de câte dintre acele aplicații aveți nevoie în realitate. Apoi, treceți prin ele și ștergeți unele dintre cele care nu vă folosesc. Iată cum:

Hei!

Dacă nu sunteți sigur că vreți să ștergeți o aplicație, întrebați-vă, o puteți utiliza într-un browser?

Android: Setări → Aplicații → Selectați aplicația pe care doriți să o deinstalați → Deinstalare

iPhone: Apăsati în jos pe aplicația pe care doriți să o ștergeți și selectați "Ștergeți aplicația". Pentru a șterge o aplicație, atingeți crucea mică a aplicației respective.

2

TELEFONUL DVS. ȘTIE UNDE AȚI FOST?

Unul dintre cele mai valoroase tipuri de date cu caracter personal pe care le lăsați în urmă sunt datele de localizare. Locul în care vă aflați poate dezvălui multe despre cine sunteți - de la ceva evident, cum ar fi vârsta dvs., la ceva mai intim, cum ar fi cine este cel mai bun prieten al dvs.. Aplicațiile dvs. pot urmări și înregistra în mod constant mișcările, fără ca dvs. să știți, iar acest lucru ar putea dezvălui mai multe decât ați vrea.

Să aruncăm o privire la aplicația pe care o utilizați cel mai mult.

Pentru fiecare aplicație, gândiți-vă dacă are sau nu nevoie de acces la locația dvs. pentru a funcționa corect, folosind scala de mai jos.

Notați primele trei aplicații pe care le folosiți cel mai mult

- 1.
- 2.
- 3.

Această aplicație trebuie să știe unde mă aflu:

Niciodată
Uneori
Întotdeauna

Hei!

Unele aplicații vor avea nevoie ocazional de acces la locația dvs., cum ar fi aplicațiile pentru hărți sau aplicațiile meteo.

Acum verificați setările aplicației pentru a modifica permisiunile privind dezvăluirea locației pentru aplicațiile care nu au nevoie de datele locației dvs. pentru a funcționa.

Android:

Setări → Aplicații → Gestionati accesul la locație pentru fiecare aplicație în parte

iPhone:

Setări → Confidențialitate → Servicii de localizare → Gestionati accesul la locație pentru fiecare aplicație în parte.

Bonus :)

Acum că ați limitat datele despre locație disponibile tuturor în mod gratuit, încercați să restricționați accesul și altor funcții încorporate de pe telefon, cum ar fi Contactele, Camera foto și Microfonul.

Dați pagina pentru mai multe detalii!

3

CINE CREDE GOOGLE CĂ SUNTEȚI?

Atunci când utilizați servicii gratuite, cum ar fi produsele Google, le oferiți în mod constant datele. Google poate folosi toate aceste informații pentru a vă crea un profil online, care îi poate ajuta pe creatorii de publicitate să înțeleagă ce v-ar putea plăcea. Dar uneori, acest profil online nu este ceea ce v-ați aștepta.



Să vedem ce cred ei. Mai întâi, bifați toate produsele Google pe care le utilizați:

Motor de căutare	Classroom
Gmail	Drive
YouTube	Hangout
Hărți	Family link

Aceasați myactivity.google.com → Intrați în cont → Alte activități Google → Setări reclame Google → Administrați setările pentru reclame →

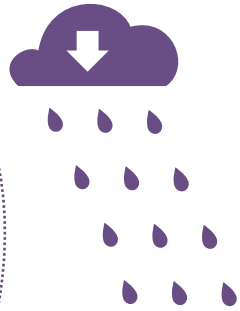
Acum, priviți-vă prin ochii Google!

Derulați în jos pentru a vedea cum sunt personalizate reclamele pentru dvs. (dacă personalizarea reclamelor este dezactivată, activați-o în timp ce desfășurați activitatea)

Bonus :)

În myaccount.google.com/activitycontrols, întrerupeți activitatea web, istoricul locațiilor și istoricul YouTube.

V-a surprins vreunul dintre rezultatele personalizării reclamelor? Poate că v-au greșit vârsta sau au spus că vă place să coaceți prăjituri, când dvs. nu ați făcut niciodată o prăjitură? Dacă preferați să nu vi se creeze profilul psihologic pentru reclame, puteți dezactiva această funcție din partea de sus a paginii.



4

CÂND PARTAJAREA DEVINE REVELATOARE

Știm cu toții că social media poate fi o modalitate excelentă de a vă conecta cu prietenii. Dar este, de asemenea, și locul în care dezvăluim o mulțime de informații despre noi înșine oamenilor pe care s-ar putea să nu-i cunoaștem, inclusiv companiilor care dețin platforme.

Doriți să vă asigurați că partajați cu prietenii și următorii dvs., fără să împărtășiți prea multe aplicațiilor dvs.? Alegeți una dintre următoarele aplicații și vedeți cât de departe puteți parcurge pașii:

Hei!

Atunci când vă înscrieți în aplicații noi, nu vă conectați prin intermediul conturilor de socializare, deoarece acest lucru permite companiilor să își distribuie între ele datele dvs. Încercați să vă conectați cu adresa de e-mail.

Bonus :)

Utilizați platforme de jocuri precum Fortnite sau Minecraft? Încercați să vă întăriți setările de confidențialitate și pe acestea.

Instagram

Profil → Setări:
Cont → Sincronizare contacte → [Dezactivați sincronizarea contactelor](#)
Cont → Conturi conectate → [Deconectați conturile](#)

Snapchat

Profil → Setări:
Servicii suplimentare → Gestionarea preferințelor → Preferințe privind reclamele → [Dezactivați toate preferințele privind reclamele](#)
Servicii suplimentare → Stil de viață și interese → [Dezactivați toate Stilurile de viață și interesele](#)
Servicii suplimentare → Hărți → [Dezactivați datele de utilizare a hărților](#)

Confidențialitatea mea digitală

Felicitări pentru că ați ajuns la sfârșitul programului de dezintoxicare on-line a confidențialității. Acum așezați-vă confortabil, relaxați-vă și verificați toate lucrurile pe care le-ați făcut:

- Mi-am selectat aplicațiile și mi-am redus urmele de date
- Am șters urmele de date privind locația mea.
- M-am văzut prin ochii Google.
- Am încetat să mai distribuie excesiv date prin intermediul platformelor de socializare.

Chiar dacă ați făcut numai unul dintre aceste lucruri, ați făcut deja progrese în ceea ce privește confidențialitatea online. A trăi într-o lume centrată pe date înseamnă că va trebui să continuați să vă îmbunătățiți abilitățile privind păstrarea confidențialității, până când o veți face fără să conștientizați acest lucru.

Spuneți-le și altora! Încurajați-vă prietenii și familia să parcurgă și ei o Data Detox.



URMEAZĂ: SECURITATEA DIGITALĂ

ÎMBUNĂTĂȚI-VĂ SECURITATEA

...cu parole solide

În cazul în care internetul ar fi doar un loc pentru a distribui imagini cu câini care poartă costume de dinozaur, nu ar fi mare nevoie de securitate. Dar internetul este locul unde petreceți mult timp, deci ar trebui să vă securizați conturile.

Iată o modalitate de a verifica: Utilizați numele animalului de companie ca parolă? În zilele noastre, nu există nicio scuză pentru a avea o parolă slabă. Pe măsură ce hackerii se pricep din ce în ce mai bine la furtul conturilor, trebuie să fiți mai pricepuți în ceea ce privește ținerea lor la distanță.

Pe măsură ce urmați programul Data Detox, **veți învăța cel mai bun mod de a crea parole puternice și sigure pentru a ține străinii la distanță față de conturile dvs.**

Să începem!

Produs de

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

CUM SĂ VĂ ÎMPRIETENIȚI CU UN HACKER?

Există o modalitate simplă de a vă împrieteni cu un hacker - creați parole ușoare, astfel încât să se simtă bineveniți.

Încercați să ghiciți parolele cele mai frecvent utilizate, folosind următoarele indicii:

1 Numărați până la șase (în cifre)

2 Aveți nevoie de asta pentru a vă debloca contul

3 Primele taste de pe o tastatură scriu acest cuvânt din șase litere

4 Eu o să... răspunsul (cel mai popular motor de căutare)

5 Un animal care se leagă prin copaci și mănâncă banane

6 Invită un hacker, fă-l să se simtă...

Asta a fost ușor, nu? Dacă ție îți este ușor, este cu siguranță ușor pentru alte persoane care încearcă să intre în contul tău.

Este normal să alegeți parole ușor de reținut și personale pentru dvs., dar asta înseamnă, de obicei, că nu sunt unice. Deci, cineva care încearcă să vă spargă contul, poate face acest lucru făcând câteva presupuneri sau rulând un program automat.

Bonus :)

Verificați dacă ați fost "pwned" accesând haveibeenpwned.com și verificând implicarea contului dvs. de e-mail într-o situație de încălcare a securității datelor. Dacă aflați că da, acum ar fi un moment bun pentru a vă securiza parolele!

2

LA REVEDERE "123456"

Crearea parolelor de top este ușoară. Tot ce trebuie să faceți este să urmați câteva principii de bază.

Parolele dvs. ar trebui să fie:

Lungi - parolele ar trebui să fie de minimum 8 caractere. Chiar mai bine? 16-20 de caractere.

Unice - fiecare parolă pe care o utilizați - pentru fiecare site - ar trebui să fie diferită.

Aleatorie - parola nu ar trebui să urmeze un model logic sau să fie ușor de ghicit.

Sigure - păstrați parolele într-un loc sigur și nu le notați unde le-ar putea găsi cineva.

Private - nu vă dezvăluiți parolele altor persoane, cu excepția cazului în care vă împart contul cu dvs. sau vă ajută să vi-l gestionați.

Pare greu de creat, ca să nu mai vorbim de ținut minte? Un manager de parole, cum ar fi **1Password** sau **KeePassXC**, este o aplicație care realizează în totalitate crearea, memorarea și stocarea în siguranță, pentru dvs. Tot ce trebuie să faceți este să vă amintiți o parolă principală

Treceți la pasul următor pentru a găsi o altă modalitate de a crea parole puternice.

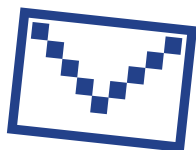
Știați că?

La o parolă de 12 caractere, îi va lua unui computer, în medie, 7,5 milioane de ani pentru a o descoperi, comparativ cu doar 2,6 zile pentru o combinație de 8 caractere.

3

Leneși! s@r sălbăt!c @ SuperMarket

De ce vorbim brusc despre leneși? Titlul acestei secțiuni este o frază de acces - un șir aleatoriu de cuvinte, care sunt atât de ciudate încât sunt, de fapt, mai ușor de reținut decât o parolă, dar mult mai greu de ghicit pentru un intrus.



Încercați să vă faceți propriile dumneavoastră parole. Notați cinci cuvinte aleatorii pentru a construi o frază ciudată, precum titlul acestei secțiuni:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Acum, scrieți la întâmplare unele dintre litere cu MAJUSCULE și adăugați câteva semne de punctuație (!?) -",) și numere și apoi scrieți-o din nou:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Felicitări, tocmai v-ați creat o frază de acces!

Majorității oamenilor le este foarte greu să își amintească combinații aleatorii de litere și numere (parole), dar ne este mult mai ușor să ne amintim fraze și cuvinte (fraze de acces).

Hei!

Amintiți-vă că nu ar trebui să scrieți parolele în locuri în care le-ar putea găsi cineva. Asta înseamnă că nu puteți utiliza fraza de acces de mai sus, dar acum știți cum, puteți crea una într-un loc sigur sau undeva de unde puteți șterge cu ușurință urmele.

4

ÎNCUIAȚI-VĂ DE DOUĂ ORI UȘA DIGITALĂ

Dacă ați urmat toți pașii de mai sus, ar trebui să fi făcut destul de dificilă pătrunderea cuiva în contul dvs. Dar chiar și parolele super puternice nu sunt invincibile.

Autentificarea cu doi factori (2FA) sau autentificarea multi-factor (MFA) este practic un strat suplimentar de securitate, care împiedică pe cineva să intre în contul dvs., chiar dacă vă cunoaște parola - gândiți-vă la asta ca și cum ați pune o a doua încuietore pe ușă.

Majoritatea aplicațiilor oferă această caracteristică. Încercați să o configurați pe unele dintre conturile dvs.

Instagram:

Profil → Setări → Securitate → Autentificare cu doi factori → Începeți

Snapchat:

Setări → Autentificare cu doi factori

Google:

Autentificați-vă în:
<https://myaccount.google.com>
Securitate → Autentificarea în Google → Verificarea în 2 pași

Hei!

Dacă aveți posibilitatea, folosiți-vă adresa de e-mail sau o parolă unică ("OTP") în locul numărului dvs. de telefon. În acest fel, dacă vă aruncați telefonul la toaletă, veți putea totuși să intrați în cont.

Securitatea mea digitală

Felicitări pentru că ați ajuns la sfârșitul programului de detoxifiere a securității digitale. Acum așezați-vă comod, relaxați-vă și verificați toate lucrurile pe care le-ați făcut:

- Știu ce parole să nu folosesc.
- Am învățat cele cinci principii de bază ale parolelor puternice și sigure.
- Mi-am creat propria frază unică de acces.
- Am configurat autentificarea cu doi factori pentru cel puțin un cont.

Acum că v-ați apărat împotriva hackerilor, **transmiteți noile dvs. abilități prietenilor și familiei**. Toți cei cu care sunteți conectați se vor afla în puțin mai mare siguranță ca urmare a eforturilor dvs.

URMEAZĂ:
BUNĂSTAREA
DIGITALĂ

CUM SĂ SUPRAVIEȚUIȚI UNEI DESPĂRȚIRI

...de telefonul dvs.

Vă treziți vreodată privind la un ecran și nu știți cum ați ajuns acolo? Sau poate v-ați dus pe telefon doar pentru a verifica un lucru și apoi BAM! ați petrecut o oră defilând prin Instagram?

Relațiile cu tehnologia pot fi pretențioase, în special cu tot zumzetul, ping-urile, luminile și alertele pe care le primiți. Uneori poate fi greu să vă amintiți de ce vă place să aveți un totuși telefon.

Pe măsură ce urmați acest program Data Detox, **veți învăța cum să construiți o relație mai bună cu dispozitivul dvs.**

Să începem!

Produce de

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

GÂNDIȚI-VĂ LA VREMURILE BUNE

Putem avea o relație de dragoste-ură cu tehnologia. Lucrurile pe care le iubim, cum ar fi să ne facem prieteni și să fim sociabili, pot fi, de asemenea, lucrurile pe care le urâm, cum ar fi să ne simțim singuri sau FOMO.

Cum vă petreceți majoritatea timpului pe internet? (Jocuri, vorbind cu prietenii, privind la TV?). Scrieți motivul în caseta din mijloc. Acum, scrieți ceea ce vă place și ce nu vă place despre această activitate, în spațiul din jurul ei.

VĂ PLACE:

PE INTERNET, ÎMI
PETREC CEA MAI
MARE PARTE
A TIMPULUI:

VĂ DISPLACE:

Bonus :)

Credeți că puteți șterge oricare dintre punctele din coloana "Vă displace" până la sfârșitul acestui program Data Detox? Gândiți-vă cum puteți inclina balanța, astfel încât să puteți utiliza dispozitivul la capacitatea sa maximă.

2

AMINTIȚI-VĂ, NU ESTE VINA DVS.

S-ar putea să simțiți că toata lumea vă spune dvs. și prietenilor dvs. să lăsați telefonul. Dar v-ați oprit vreodată să vă gândiți că s-ar putea să nu fie vina dvs. că sunteți atât de prins? Devine a doua natură să plimbați degetul pe ecran, să apreciați, să derulați și să distribuiți. Dar adesea, vinovate pentru motivul pentru care petrecem atât de mult timp online sunt anumite caracteristici de design.

Încercați să potriviți caracteristicile de design din stânga cu aplicațiile din dreapta.

●●● **Bula de tastare** - cele trei puncte care indică faptul că cineva tastează. Oh, suspansul!

Tendința - un nou dans, meme sau stil care este peste tot în feed-ul dvs.

▶ **Redare automată** - nu este nevoie să faceți clic, următorul videoclip va fi redat în 3, 2, 1...

∞ **Swipe-ul infinit** - conținut care continuă să se încarce

👤 **Caseta de premii** - premii, în cazul jocurilor, sau valută care pot fi date la schimb pentru mai multe bunuri

♥ **Like** - ul - un deget mare ridicat sau o inimă, utilizate pentru a lua notă de conținut

★ **Linia (streak-ul)** - recompensa pentru loialitate. Pierde-o și va trebui să o lei de la început

🔄 **Trage pentru a reîmprospăta** - acea întârziere plină de suspans în timp ce așteptați să se încarce mai mult conținut

1. YouTube
2. TikTok
3. Snapchat
4. Fortnite
5. Instagram
6. Netflix
7. Spotify
8. WhatsApp

Hei!

S-ar putea să descoperiți că anumite caracteristici de design se găsesc în mai multe aplicații.

Știați că?

O persoană obișnuită atinge, face clic și glisează pe telefon, în medie, de peste 2.600 de ori pe zi. De câte ori o faceți dvs.?

Dați pagina pentru mai multe informații!

3

PĂSTRAȚI DISTANȚA

Deci, dacă designul este făcut pentru a vă atrage, ce puteți face referitor la asta? Lucrul bun este că majoritatea platformelor facilitează gestionarea acestor trucuri de design, fie prin memento-uri încorporate - cum ar fi cazul Instagram „Ești la curent” (“You’re all caught up”) - fie printr-o simplă schimbare a setărilor.

Iată câteva pe care le puteți face:

WhatsApp

Setări → Cont → Confidențialitate → Confirmare de citire → Dezactivați

YouTube

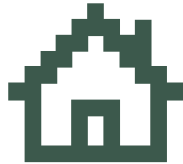
Redare automată → Dezactivare

Instagram

Setări → Activitățile dvs. → Setări notificări → Întrerupeți toate →

TikTok

Confidențialitate și setări → Bunăstarea digitală → Gestionarea timpului petrecut pe ecran → Activați și setați o oră



Amintiți-vă că aceste setări nu trebuie schimbate pentru totdeauna. Trucul este să treceți de primul obstacol atunci când simțiți nevoia să vă verificați telefonul în fiecare minut. Când le porniți din nou, este posibil să vă dați seama cât de enervante au fost la început.

Bonus :)

Vă puteți gândi la un alt truc pentru a limita cât de des vă verificați telefonul?

4

LUAȚI-O DE LA ÎNCEPUT

Dacă vreți ca relația dvs. cu telefonul dvs. să funcționeze, aceasta trebuie să se desfășoare în condițiile dvs. Întoarceți-vă la primul exercițiu, unde ați scris ceea ce vă place despre utilizarea tehnologiei. Poate fi destul de bine, nu-i așa? Trucul este să vă asigurați că vă bucurați de timpul pe care îl petreceți online.

Alegeți-vă propriile strategii de rezervă pentru a le face să funcționeze pentru dvs. Iată câteva pe care le puteți încerca:

Puneți-vă telefonul cu fața în jos, sau chiar mai bine, unde nu-l vedeți.

Dați-l temporar pe modul silențios sau dezactivați-vă notificările.

Dacă oamenii se enervează că stați pe telefon, explicați-le ce faceți acolo (amintiți-vă, pentru ei pare că doar vă uitați la un ecran).

Simțiți că ați vrea să puneți mâna pe telefon? Întrebați-vă de ce.

Verificați statisticile de utilizare – și auto-provocați-vă sau provocați-vă împreună cu prietenii dvs. pentru a le reduce.

TRUC:

D
A
T
A
D
E
T
O
K
I
T

Bunăstarea mea digitală

Felicitări pentru că ați ajuns la sfârșitul dezintoxicării bunăstării digitale. Acum așezați-vă comod, relaxați-vă și verificați toate lucrurile pe care le-ați făcut:

- Am recunoscut ceea ce îmi place și ceea ce nu-mi place în legătură cu utilizarea tehnologiei.
- Am observat câteva caracteristici comune de design în aplicațiile pe care le folosesc.
- Am învățat cum să dezactivez unele dintre aceste caracteristici de design.
- Mi-am găsit propriul mod de a avea o relație mai echilibrată cu tehnologia.

A fi inteligent în ceea ce privește smartphone-ul dvs. nu înseamnă să vă aruncați telefonul într-un râu, înseamnă să găsiți o modalitate de a vă bucura de tehnologie, fără ca aceasta să vă controleze viața. Vedeți dacă puteți împărtăși unele dintre tehnicile de bunăstare prietenilor și familiei.

URMEAZĂ:
DEZINFORMARE

DEZINFORMARE I

DEZINFORMARE ARTE MARȚIALE

...pentru a reduce haosul



Internetul este o mare de informații - o rețea uriașă de povești, știri despre celebrități și politicieni, reclame care încearcă să vă vândă cele mai recente perechi de teniși, opinii despre TOT și miliarde de poze cu animale. Are atât de multe de oferit!

Dar uneori e greu să vă dați seama ce este adevărat, ce e fals și tot ce este undeva la mijloc.

În acest program Data Detox, veți afla despre puterea de a distribuici atenție.

Să începem!

Produs de

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

SPARGEȚI BALONUL DE FILTRARE

O "bulă de filtrare" este conținutul pe care îl vedeți, pe baza a ceea ce un algoritm crede că v-ar plăcea. Sună bine? Afișarea conținutului personal, relevant, poate fi grozavă, dar v-ați gândit vreodată la toate lucrurile pe care nu le vedeți?

Mai întâi să ne gândim la ce informații vedeți și ce informații nu vedeți.

Asociați-vă cu un prieten sau cu un membru de familie și urmați acești pași, pe conturile dvs. personale de Instagram:

Accesați **Căutare și explorare** (a doua pictogramă din stânga, în partea de jos)

Notați, în bula din stânga, primele 5 lucruri pe care le vedeți. Notați, în bula din dreapta, ce vede partenerul dvs. (cum ar fi fotbal, machiaje, pescuit etc.). Dacă există vreun lucru comun, scrieți-le în spațiul dintre.

Ceea ce vezi:	Ambii văd:	Ce vede el:
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5

Conținutul din bula dvs. de filtrare este acolo, deoarece algoritmul Instagram monitorizează modul în care interacționați cu conținutul.

Nu puteți sparge întotdeauna bula de filtrare, dar o puteți face mult mai mare. Vă place ceva din bula de filtrare a vecinului dvs.? Căutați acel conținut pe Instagram accesând bara de căutare și probabil veți descoperi că acesta va apărea din nou, în curând.

Știați că?

Bulele de filtrare nu există doar pe social media. De asemenea, acestea se folosesc și pe site-uri de streaming precum Netflix, în rezultatele motoarelor de căutare, precum Google și pe platforme video, precum YouTube.

2

RECUNOAȘTEȚI CÂND SUNTEȚI MOMIT

„Momeala prin clic” este un termen utilizat pentru a descrie titlurile supra-evaluate sau inventate, care provoacă oamenii să facă clic pe ele. S-ar putea ca titlul să fi părut interesant, dar articolul să fost, de fapt, de-a dreptul slab. S-a dovedit că nu ați fost nici șocat, nici surprins. Când a fost ultima dată când ați făcut clic pe un titlu sau pe un videoclip care suna așa...

"NU O SĂ CREDEȚI ACESTE TRUCURI DE FRUMUȘETE (NUMĂRUL 5 ESTE ȘOCANT!)"

"DE NECREZUT! A MÂNCAT ASTA ÎN FIECARE ZI ȘI ACUM..."

"OM VS. RECHIN: CE SE ÎNTÂMPLĂ ÎN CONTINUARE TE VA SURPRINDE..."

Gândiți-vă la cineva pe care îl cunoașteți bine. Acum, încercați să alcătuiți propriul dvs. titlu de clic momeală pentru el. Amintiți-vă, trebuie să îi atragă atenția și să-l facă suficient de curios să facă clic pe:

TITLU:

Deși ar putea fi distractiv să creați conținut șocant sau bizar, companiile și proprietarii de site-uri web fac bani din crearea de conținut înșelător, care provoacă oamenii să dea clic și, uneori, contribuie la răspândirea dezinformării.

Dați pagina să aflați mai mult!

Hei!

Interacțiunea cu conținutul nu înseamnă doar să vă placă și să distribuiți, ci poate însemna și timpul pe care îl petreceți uitându-vă la ceva

A DISTRIBUI CU ATENȚIE

Există tot felul de alte informații false sau înșelătoare care se pot răspândi rapid și, înainte să vă dați seama, acestea sunt distribuite de oameni în care aveți încredere. Este important să vă gândiți la rolul pe care îl aveți în modul în care se răspândesc informația.

Notați ultimul lucru pe care l-ați împărtășit cu prietenii dvs.:

Acum încercați să răspundeți la următoarele întrebări:

Ce v-a atras atenția?
a avut o imagine șocantă?

Unde l-ați văzut?

<input type="checkbox"/>	platformă de socializare
<input type="checkbox"/>	site de știri
<input type="checkbox"/>	aplicație de chat
<input type="checkbox"/>	altele

Cine l-a creat?
care site web, autor?

De ce a fost făcut conținutul? puteți selecta mai multe

<input type="checkbox"/>	să provoace
<input type="checkbox"/>	să inspire
<input type="checkbox"/>	să educe
<input type="checkbox"/>	să informeze
<input type="checkbox"/>	să distreze
<input type="checkbox"/>	altele

De ce l-ați redistribuit?

Întrebați-vă: "Redistribuindu-l, am făcut lumea un loc mai bun?"

Da

Nu

A fost greu să răspundeți la toate întrebările? Poate fi dificil să o lăsați mai ușor pentru a cumpăni, mai ales atunci când tocmai ați văzut ceva care vă șochează sau vă uimește. Gândiți-vă de două ori înainte de a redistribui.

CONȘTIENTIZAȚI-VĂ PŪTEREA DE A FACE VALURI

Redistribuim lucruri din tot felul de motive - plictiseală, umor, emoție - dar și pentru că ne pasă. Problemele care ne interesează fac parte din ceea ce suntem. Acestea influențează ce spunem, cum acționăm și cu cine ne petrecem timpul, și același lucru este valabil și pentru ceea ce faceți online.

Gândiți-vă la o problemă sau la un subiect care vă interesează și scrieți-l aici: (cum ar fi criza climatică, feminismul, drepturile animalelor, sportul, mâncarea)

Acum încercați să răspundeți la următoarele întrebări bifând casetele:

Am văzut alți utilizatori de internet interacționând cu acest subiect prin:

distribuirea articolelor șocante, chiar dacă conținutul ar putea să nu fie adevărat

împărtășirea gândurilor, ca și cum acestea ar fi fapte, deși, foarte probabil, acestea reprezintă doar opinia lor

distribuirea imaginilor care par a fi ceva ce nu sunt

urmarea unui trend, pentru că este viral

Exprimați în mod activ lucruri de care vă pasă? Oamenii împărtășesc adesea lucruri cu care nu sunt de acord, pentru că vor să demonstreze ceva. Data viitoare când vedeți că se răspândesc dezinformări despre subiectul care vă interesează, reflectați înainte de a comenta, distribui sau posta. Și dacă vă simțiți confortabil, încercați să o semnalati ca informație incorectă sau înșelătoare.

Știați că?

În 2019, când au avut loc incendiile din pădurea tropicală amazoniană, liderii mondiali, inclusiv președintele francez, au redistribuit, fără să știe, imagini false despre acestea, care circulau pe internet.

Dezinformarea mea Arte Marțiale

Felicitări pentru că ați ajuns la sfârșitul dezintoxicării privind dezinformarea. Acum așezați-vă comod, relaxați-vă și verificați toate lucrurile pe care le-ați făcut:

- Mi-am dat seama cum arată bula mea de filtrare.
- Am învățat cum să descopăr titlurile care instigă la a le accesa.
- M-am oprit să mă gândesc înainte de a redistribui.
- M-am gândit cum îmi pot folosi noile abilități pentru lucrurile de care îmi pasă.

Internetul poate fi un loc copleșitor, dar dacă încercăm cu toții să facem o pauză și să redistribuim cu înțelepciune, va fi un loc mai bun. Transmiteți-vă noile abilități prietenilor și familiei și vedeți dacă puteți răspândi pozitivitatea.

Pentru a găsi mai multe sfaturi pentru toate vârstele despre detoxifierea datelor, vizitați datadetoxkit.org