

## أخبار كاذبة!

نواجه الأخبار الكاذبة الكثيرة على الإنترنت .. وفي رؤوسنا! اسأل نفسك: هل هذا التفكير أخبار كاذبة؟

نسمع الكثير عن الأخبار الكاذبة من خلال وسائل الإعلام، وقد تم تحذيرنا الآن من الانتباه للقصص الإخبارية الكاذبة المنشورة كآخر الأخبار لدينا على وسائل التواصل الاجتماعي.

إنها في كل مكان! يتم إنشاء الأخبار الكاذبة في الغالب من قبل الأفراد والمنظمات الذين لديهم تحيز - ويريدون منا أن نصدق هذا التحيز ونؤمن به. إنهم يشوّهون الحقيقة!

بدأنا الانتباه لذلك في بداية الأمر بعد الأحداث السياسيّة الكبرى في عام ٢٠١٦ - الانتخابات الرئاسيّة الأمريكيّة واستفتاء خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي لعام ٢٠١٦. يُعتقد أن القصص الإخبارية الكاذبة (من جميع الجوانب)، بالأخصّ على وسائل التواصل الاجتماعي، أثرت على طريقة تصويتنا، وبالتالي على النتائج.

يمكننا أن نرى ذلك أكثر الآن، لكننا لم نتمكن من رؤيته جيّدًا في ذلك الوقت - لم يكن الأمر مكشوفًا بالنسبة لنا، وكان معظمنا يميل إلى تصديق ما قرأه وشاهده في آخر الأخبار التي ترده.

ما قد نكون أيضًا أقل وعيًا بشأنه هو (مصنع الأخبار الوهمي) الذي يعمل بتحيزه الخاص، في أذهاننا.

تعمل أذهاننا باستمرار وبجدّ للمساعدة على تفسير العالم من حولنا، لمحاولة الحفاظ على سلامتنا، من خلال تجريب المطابقة بين وضعنا الحالي وما نعرفه من الماضي، أو الأشياء التي نتجّه إليها. لكن في كثيرٍ من الأحيان، تخطئ أذهاننا في الأمور. تحرّف الحقيقة. إنها تبث الأخبار الكاذبة! الدعاية الإذاعية المتحيزة.

## لا تصدق كل ما تفكر فيه!

مثلما أننا لا نشترى كل شيء نراه في متجر التسوق الإلكتروني، فلا داعي لتصديق كل فكرة لدينا.

ابدأ بملاحظة مصنع الأخبار الكاذبة الخاص بك!

- لاحظ واعترف بالأخبار الكاذبة أو الوهميّة.
- لا تصدق كل ما تفكر به!
- حاول تغيير بؤرة التركيز.
- افعل شيئاً آخر أو ببساطة استمر بالمهمة التي بين يديك - بوعي (بانتهاء).