



• • •

О *войне* в
Украине надо
ГОВОРИТЬ

надо
говорить

•••

Говорить о войне в Украине очень важно. Подобные разговоры могут быть сложными. Но они не должны быть такими.

Надо Говорить существует для того, чтобы поддержать россиян, живущих за границей, в сложных разговорах о войне в Украине с друзьями и родственниками на родине. Здесь вы найдете информационные ресурсы и советы экспертов, которые помогут начать и продолжать конструктивные разговоры на сложную тему.

...

Содержание

- ① *О Надо Говорить*
- ② Почему надо говорить о войне в Украине?
- ③ Как вести трудные разговоры
- ④ Как опровергать ложные нарративы о войне
- ⑤ Как распознать пропаганду
- ⑥ Как безопасно общаться в Интернете

1 *О Надо Говорить*

Надо Говорить – это информационно-просветительская платформа, которая рассказывает о важности трудных разговоров о войне в Украине и поддерживает тех, кто решился обсудить эту тему с родными и близкими.

Проект «*Надо Говорить*» возглавляет Parents Press Sweden, сеть независимых журналистов и редакторов. Проект был разработан при участии психологов и русской диаспоры и при поддержке независимых партнеров.

Советы, которым стоит следовать

Наши рекомендации были разработаны в сотрудничестве с поведенческими психологами и с проживающими за границей россиянами,

а также с учетом последних исследований и опыта ведения таких трудных разговоров. Наши ресурсы помогут вам применять эти рекомендации на практике. Вы найдете здесь упражнения по саморегуляции, информацию о том, как обезопасить себя в трудных разговорах, как проверять факты, где найти надежные источники информации и др.

Если вы хотите разобраться в психологических аспектах общения, узнать, как подготовиться к разговору и как реагировать на доводы оппонента, то здесь вы найдете ответы на эти и подобные вопросы.

Сайт *Надо Говорить* nadogovorit.com

2 Почему надо говорить о войне в Украине?

• • •

Возможно, вы уже пытались говорить о войне в Украине и в итоге либо перестали общаться со своими близкими в России, либо отдалились от них.

Вместо того чтобы мириться с этим, можно научиться говорить на сложные темы без ущерба для отношений. Ведь если к этим разговорам подходить деликатно и выстраивать их грамотно, ваши отношения с родными и близкими могут стать лучше.

• • •

Знание реального положения вещей также может помочь вашим близким. Задаваясь вопросами об истинных причинах и реальном ходе войны, ваши друзья и родственники могут задуматься о том, должны ли они присоединиться к военным действиям и сражаться за свою страну, как им это внушают.

Вашим близким важно понять, что им лгут и ими манипулируют ради того, чего можно было избежать и что не нужно продолжать. Людям необходимо знать истинную цену войны, которую часто скрывают от россиян. Осознание этого может помочь положить конец войне и разрушениям, которые она несет.

3 Как вести *трудные* разговоры

В этой главе речь пойдет о том, какие факторы влияют на контекст разговора и как с ними справляться, как подготовиться к сложному разговору и управлять им, как деэскалировать ситуацию, если она вышла из-под контроля, как проанализировать состоявшийся разговор и подготовиться к следующему.

1. Анализ трудных разговоров

В этом разделе вы узнаете:

- какую роль в сложных разговорах играют убеждения и идентичность,
- какие эмоции рождаются после сложных разговоров,
- как они влияют на ваше поведение и как с ними справляться.

Укоренившиеся глубинные убеждения

Одна из причин, почему разговоры с друзьями и родственниками могут быть трудными, – это сила убеждений обеих сторон.

Наш мозг запрограммирован на адаптацию к социальной среде на основе воспринимаемой нами информации, особенно той, что вызывает эмоциональный резонанс. Этим и объясняется эффективность пропаганды. Поэтому попадание под ее влияние не свидетельствует о слабых интеллектуальных или моральных качествах человека; это механизм, обеспечивающий нашу психологическую и физическую безопасность.

Со временем наша идентичность тесно связывается с нашими убеждениями. Поэтому любые попытки изменить их могут восприниматься как угроза нам и нашей идентичности и вызывать сильное сопротивление, причем попытки оспорить эти убеждения могут даже укрепить их.

Понимание этих процессов поможет вам сохранить эмоциональную связь с близкими.

Важно осознавать, что у каждого из нас есть глубоко укоренившиеся убеждения. Всегда полезно сделать шаг назад, увидеть общую картину и проанализировать истоки этих убеждений.

Подготовка к разговору

В этом разделе вы найдете советы и ресурсы, которые будут полезны в подготовке к разговору:

- определение целей,
- прежние модели поведения, которые необходимо изменить,
- выбор подходящего метода общения,
- практические соображения и навыки, которые помогут вам управлять своими эмоциями.

Подробную информацию по этой теме вы найдете на сайте nadogovorit.com.

Определение целей

При подготовке к разговору подумайте над тем, чего вы ждете от предстоящего диалога:

- Вы планируете восстановить или сохранить отношения?
- Вы хотите усовершенствовать свои коммуникативные навыки?
- Вы намереваетесь создать благоприятную обстановку для будущих сложных разговоров?
- Вы планируете обсудить вопросы, связанные с войной?
- Вы надеетесь переубедить собеседника или скорректировать его взгляды?

Корректировка модели поведения

Чтобы не возвращаться к старым моделям взаимодействия, вы можете внести изменения в ваш стиль общения. В этом случае стоит учесть следующие факторы:

- Что в прошлом общении было успешно и что этому способствовало? Постарайтесь это повторить.
- Какие эмоции обычно возникают в разговорах у вас и у оппонента? Что это за эмоции? Какую роль в этих реакциях играет идентичность?
- Кто обычно поднимает сложные темы? Если вы избегаете их, то почему? Что можно здесь изменить?
- Если возникает конфликт, как он начинается и чем заканчивается? Что происходит потом? Как вы думаете, где нужно внести изменения?

Поиск подходящего метода общения

«Правильного» способа вести трудный разговор не существует, но есть важные факторы, которые способны его облегчить. Следующие вопросы помогут вам понять, с кем, где, когда и как удобнее всего разговаривать.

- Как лучше всего общаться с этим человеком?
- Кто обычно начинает общение?
- Будет ли полезен видеозвонок, позволяющий использовать невербальные приемы общения (например, зрительный контакт, улыбку)?
- Если вам сложно выразить что-то в личном общении, возможно, есть смысл отправить электронное письмо или смс? Не забудьте, что такое послание должно быть приветливым и теплым.
- Какое время суток лучше подходит для спокойного и продуктивного разговора?
- Где и когда вы оба чувствуете себя комфортно?

Если есть возможность, обговорите эти моменты заранее.

Если вы планируете коснуться более сложных тем, составьте для себя памятку. Отметьте, как вы планируете поднять эту тему, запишите ключевые слова, фразы или вопросы, которые вы хотели бы использовать. Возможно, во время разговора вам будет полезно иметь под рукой советы из следующих разделов (особенно из разделов «Как управлять трудными разговорами» и «Как опровергать ложные нарративы о войне»).



Способы управления эмоциями

Разговоры, которые затрагивают наши убеждения и нашу личность, могут вызывать сильные эмоции как во время диалога, так и после него. Это может быть печаль, горе, шок, тревога, гнев, ощущение угрозы. Сильные чувства указывают нам на то, что для нас важно. Но иногда под их воздействием мы можем вести себя не так, как нам хотелось бы.

Различные приемы саморегуляции помогут вам взять под контроль атмосферу вокруг трудного разговора. Активизация органов чувств (например, при помощи успокаивающих запахов или музыки) поможет настроиться на спокойный лад. Энергичные физические упражнения высвободят гормоны стресса, а короткая прогулка на свежем воздухе улучшит самочувствие. Ведение дневника, проговаривание своих чувств и регуляция дыхания также помогут сохранять спокойствие.

Подробные рекомендации о том, как сохранять спокойствие при трудных разговорах, можно найти на нашем сайте nadogovorit.com.



2. Как управлять трудными разговорами

В этом разделе рассматриваются методы, способствующие сохранению, улучшению или восстановлению отношений с друзьями и родственниками, представлены способы, которые помогут вам повлиять на спорные убеждения вашего собеседника, а также приведены коммуникативные навыки, способные предотвратить эскалацию трудного разговора или деэскалировать конфликт, если он все же возник.



Более подробную информацию о том, как управлять трудными разговорами, вы найдете на сайте nadogovorit.com.

В начале разговора

Начиная разговор, исходите из того, что ваш собеседник настроен доброжелательно и стремится к плодотворному общению.

Эмоционально теплый и уверенный стиль общения поможет четко и спокойно донести свою мысль. Для развития этого навыка запомните порядок действий **ДРУГ**:

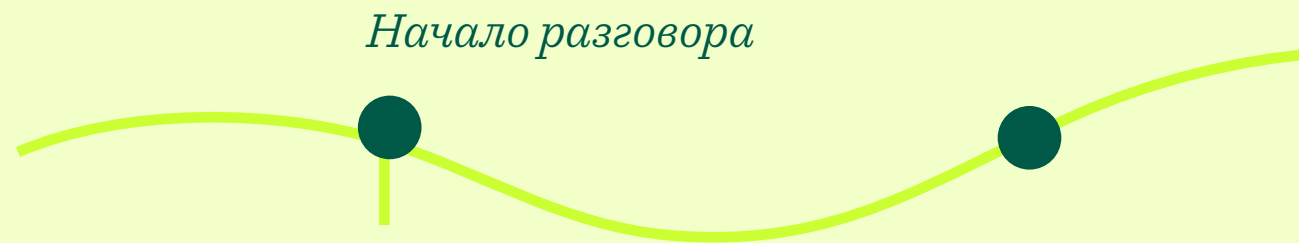
Дайте факты

Раскройте чувства

Упомяните пожелания

Говорите позитивно

Этот алгоритм можно использовать в любом разговоре. После того как вы выразили свои пожелания, нужно внимательно выслушать ответ.





Д Дайте характеристику ситуации, в которой вы оказались

Постарайтесь описать ее коротко и объективно.

«Я вижу, что ситуация трудная для нас обоих. Мы либо спорим, либо избегаем общения».

Р Раскройте свои чувства

Опишите чувства или выскажите свое мнение, используя «я-утверждения». Это поможет собеседнику понять, почему вы хотите что-то изменить. Используя этот прием, вы берете на себя ответственность за свои чувства, не прибегая к обвинениям.

«Когда мы игнорируем определенные темы, я чувствую, что отдаляюсь от тебя, и меня огорчает, что наши отношения меняются».

«Когда мы спорим, я расстраиваюсь и чувствую, что меня не понимают. Я думаю, что ты тоже».

У Упомяните, каких изменений вы ждете

Помните о ваших целях разговора. Выражайте свои желания конкретно и лаконично, но не требуйте изменений. Выясните, что думает собеседник о ваших предложениях.

«Я бы хотел(а) иметь возможность не только делиться с тобой своими чувствами и мыслями, но и узнать о твоих. Мне бы очень хотелось, чтобы мы могли выслушать друг друга без споров и ругани. Как тебе это? А каких изменений ждешь ты?»

Г Говорите о положительных последствиях

Высказываясь позитивно, мы не только радуем других, но и создаем атмосферу, в которой собеседникам хочется работать над решениями проблем вместе.

«Мне очень нравится говорить с тобой, и я жду наших следующих разговоров. Вижу, что нам обоим очень важно продолжать общение».

«Я люблю тебя и очень рад(а), что мы говорим о том, как изменить ситуацию».

Во время разговора

Активное слушание предполагает, что вы внимательно, чутко и непредвзято слушаете собеседника, а затем задаете уточняющие вопросы о том, как он видит ситуацию. Такой подход к диалогу способствует установлению доброжелательных отношений.

- 1 **Используйте невербальные способы.** Установите зрительный контакт, подбодрите оппонента кивком головы или произнесите ни к чему не обязывающие междометия вроде «ага».
- 2 **Не перебивайте.** Сконцентрируйтесь на том, что слышите.
- 3 **Резюмируйте.** Периодически обобщайте услышанное, не высказывая свое мнение и не предлагая других точек зрения. Уточняйте, если что-то не очень понятно.

- 4 **Задавайте вопросы.** Проявляйте любопытство, задавайте открытые вопросы для лучшего понимания собеседника.
«Что привело тебя к такому выводу?»,
«Можешь пояснить, что ты имеешь в виду?»,
«Что тебя беспокоит в этой ситуации?»

- 5 **Оставайтесь нейтральны.** Тонем, выражением лица и языком тела демонстрируйте уважительную и внимательную позицию.



Избегайте «четырёх всадников Апокалипсиса»

В общении есть четыре ключевых элемента, которые провоцируют конфликты в разговоре и даже способны разрушить отношения:

- **Критика** – нападки на характер или личность. *«Ведешь себя, как эгоист».*
- **Презрение** – неуважительное отношение к оппоненту, насмешки или сарказм. *«Ты глупый и наивный, если действительно веришь в такие вещи».*
- **Оборонительная позиция** – реакция на критику, уход от ответственности и использование образа жертвы. *«Как можно тебя слушать, когда ты такой агрессивный».*
- **Отказ от сотрудничества** – уклонение от разговора, выражение неодобрения или дистанцирование (игнорирование, уход или молчание).

Способы деэскалации конфликта

Избежать конфликта в разговоре с родственниками и друзьями удается не всегда. И если ситуация накалилась, целесообразно применить методики деэскалации. К ним относятся, например, неэмоциональный тон диалога, проявление эмпатии и понимания, умение услышать доводы оппонента.

Иногда юмор может снять напряжение и поднять настроение. Однако будьте осторожны, чтобы шутками не обесценить переживания и чувства собеседника.

Если ситуация накалилась, предложите сделать перерыв и вернуться к разговору, когда эмоции остынут. Попробуйте сменить тему на менее конфликтную, это поможет общению.

Подробные рекомендации о том, как избежать конфликта или преодолеть его, можно найти на нашем сайте nadogovorit.com.

3. Продолжение разговоров

После трудного разговора о войне найдите время проанализировать его: правильно ли вы подготовились к нему, отвечает ли он вашим ожиданиям, какими были его содержание и результат.

Если что-то прошло хорошо...

- вспомните позитивные моменты разговора, которые зависели от вас, и повторяйте их в будущем.
- Не закливайтесь на неудачах, сосредоточьтесь на закреплении желательного поведения.
- Выберите из разговора момент, за который вы признательны собеседнику, и отметьте его.

Если что-то пошло не так...

- Не теряйте надежду и сосредоточьтесь на том, что идет хорошо и что может стать основой для будущих бесед.
- Выйдите на связь с близкими, скажите, что хотите восстановить отношения, и выслушайте их мнение об этом.
- Если в неудачном разговоре была ваша вина, искренне попросите прощения, не оправдываясь и не обвиняя других.

Не расстраивайтесь и не забывайте, что изменения требуют времени.

Подробнее о том, как поддержать себя в сложной ситуации, можно узнать на сайте nadogovorit.com.

4

Как опровергать ложные нарративы о войне

Российские власти широко используют нарративы о войне, которые формируют у россиян неверные представления о том, что происходит в Украине. Аргументированно опровергая эти нарративы, вы оказываете своим близким поддержку и по мере сил приближаете окончание войны.

В этой главе вы узнаете:

- на что обратить внимание при подготовке к дискуссии,
- как правильно выстроить разговор, чтобы добиться результата и не испортить отношения с близкими,
- какие нарративы существуют и как их опровергать,
- какие вопросы способны заставить ваших близких задуматься о происходящем.

Более подробную информацию о том, как опровергать ложные нарративы и какие контраргументы и факты использовать в дискуссиях, вы найдете на сайте nadogovorit.com.



Выберите ключевые тезисы

При подготовке к диалогу мы советуем подумать над тем, какие темы наиболее актуальны для вашего обсуждения. Например, что вам известно об убеждениях ваших близких, и какая информация вероятнее всего вызовет у них сомнения. Если раньше обсуждение определенных тем было непростым, возможно, следует изучить их более подробно. Это поможет вам лучше подготовиться к следующему разговору.

Мы также советуем сосредоточиться на главных аргументах околовоенной темы, поскольку именно они лежат в основе убеждений людей. Ваши друзья и родственники могут верить, что Россия находится под угрозой и они должны защищать свою страну и русский народ на Донбассе, что Москву спровоцировали и война была неизбежна. Эти убеждения позволяют считать тех, кто не поддерживает войну, предателями, а не соотечественниками, имеющими веские причины выступить против войны.

Фундаментальные представления о войне также служат основой, на которой строятся другие ложные утверждения. Противостоять каждому ложному тезису сложно, если не невозможно, тем более в условиях продолжающейся войны. Поэтому умение оспаривать основные ложные нарративы о войне может быть очень полезным.



Откажитесь от категоричности

Если человек чувствует, что его убеждения подвергаются сомнению, он воспринимает это как прямую атаку на его личность, на ощущение собственного «я». Поэтому убедитесь, что ваш собеседник, выражая свое мнение, чувствует себя в безопасности и ощущает себя услышанным и понятым.

1

Используйте слова, которые вас сближают (мы, нас), а не разделяют (мы/они); отмечайте аргументы, с которыми вы можете согласиться, подчеркивайте ваши общие ценности, убеждения или чувства (*«Кажется, мы оба обеспокоены ситуацией, пусть и по разным причинам»*).

2

Признайтесь в том, что и вам бывает непросто (*«Иногда мне непросто понять, какой информации можно доверять и как найти достоверные источники»*).

3

3. Устройте дружескую беседу-исследование (*«Из каких источников ты узнаешь новости сейчас?», «Что тебя больше всего волнует?»*).

4

Внимательно слушайте ответы, возможно, в убеждениях собеседника уже присутствуют сомнения (*«Как ты считаешь, допустимо ли иметь мнение, отличающееся от официального?»*). Сосредоточьтесь на тех аспектах, где его уверенность поколеблена и где у него возникают вопросы (*«Возникают ли у тебя сомнения в том, что ты слышишь и читаешь?»*).

5

Если вы хотите включить в разговор больше фактической информации и при этом избежать конфликта, сослнитесь на переживания и чувства других людей. (*«Интересно, что чувствуют родители солдат. Наверное, ужасно тяжело терять ребенка и сомневаться в правильности того, что произошло и почему»*).



Задавайте вопросы

Помните, что один-два уместных вопроса, заданных в ходе эмпатического и уважительного разговора, принесут больше пользы, чем постоянная проверка фактов. Люди, которые имеют другую точку зрения, вряд ли поверят вам сразу, и убедить их в обратном может быть трудно. Это происходит потому, что пропаганда является очень мощным инструментом, формирующим глубинные убеждения человека и влияющим на его идентичность.

Этот процесс может быть очень медленным. Тут важно, чтобы вопрос был задан спокойным, доброжелательным тоном и чтобы близкий человек почувствовал себя услышанным. Тогда вам обоим будет комфортно. Один удачный вопрос в ходе доверительного и уважительного разговора может заставить вашего оппонента задуматься об этом позже. Задача состоит не в том, чтобы доказать свою правоту, а в том, чтобы создать безопасное пространство для размышления.

Будьте искренними, потому что иначе ваш оппонент подумает, что вы пытаетесь его переубедить.

нарратив:

« Россия ведет в Украине не войну, а специальную военную операцию »



Называя войну «специальной военной операцией» («СВО»), российские власти пытаются принизить ее значение, отвлечь внимание и избежать сопротивления общества.

На самом деле «СВО» – это полномасштабная война, в которой число погибших и раненых военнослужащих достигает **сотен тысяч** украинских и российских военных и **тысяч мирных жителей**. Достоверно оценить потери обеих сторон сложно, так как и Москва, и Киев засекретили эти данные.

Для сравнения: в ходе двух чеченских войн погибли **11 000 российских военных**, а за 10 лет войны в Афганистане потери составили **15 000** военнослужащих. Хотя нельзя исключать, что и эти потери занижались руководством страны.

В Украине разрушены города и села, ракетным ударам подвергаются объекты гражданской инфраструктуры, страну покинули **миллионы** беженцев. В России была проведена частичная мобилизация, хотя власти **заверяли**, что ее не будет, введены наказания за уклонение от мобилизации, **сотни тысяч** россиян эмигрировали, обыденными стали атаки на российские территории, включая Москву и центральные районы страны, сбиваются самолеты, поражаются корабли, нефтебазы и другие объекты.

Российские власти утверждают, что Вооруженные силы Российской Федерации имеют лучшее оснащение, вооружение, подготовку и демонстрируют на фронте успехи и победы. Однако на самом деле это не так. Военнослужащие сообщали об **ужасных** условиях и отношении к ним со стороны **своих же** командиров, **отсутствии** вооружения, проблемах с **выплатами** и о многом другом.

Вопросы, которые стоит задать собеседнику в ходе разговора о войне:

• • •
Почему российские власти не хотят называть войну войной официально, но регулярно используют слово «война»?

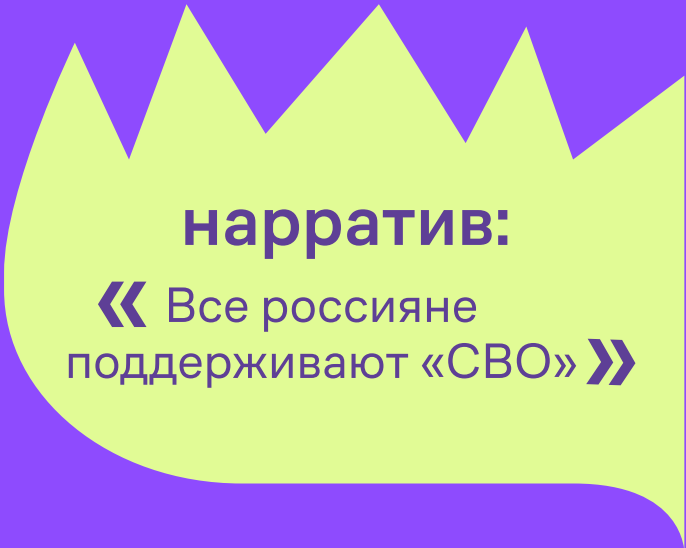
• • •
Почему министерство обороны России не сообщает о числе убитых и раненых?

• • •
В чем причина того, что из России уехали десятки тысяч россиян? Разве все эти люди «предатели»?

• • •
Если российские власти лгут о состоянии армии, то в чем они еще обманывают общественность? И можно ли им доверять?

• • •
Как разрушение городов и убийство людей спасают Украину?

Подробнее об этом нарративе читайте на сайте nadogovorit.com



нарратив:
« Все россияне поддерживают «СВО» »



Утверждения Кремля о всеобщей поддержке «СВО» не подкреплены социологическими данными. Отношение россиян к войне, особенно после объявления мобилизации в сентябре 2022 года, ухудшилось, и в связи с этим российские власти решили ограничить количество открытых социологических опросов об отношении к «СВО». К тому же в условиях, когда любое высказывание своего истинного мнения чревато наказанием, релевантность любых опросов на тему войны весьма сомнительна.

Такие утверждения укрепляют «иллюзию большинства», что облегчает управление людьми. Однако на самом деле ситуация выглядит иначе - с сентября 2022 года, за исключением мая 2023 года, число людей, поддерживающих начало мирных переговоров, превышает количество сторонников военных действий.

В желании усилить поддержку общества российские власти искажают понятие патриотизма и приравнивают его к поддержке войны. Патриотизм – это любовь к своей стране, выражающаяся в готовности отстаивать ее интересы. И тут вопрос в том, что отвечает интересам россиян – продолжение войны или возвращение к мирной жизни.

Вопросы, которые стоит задать собеседнику в ходе разговора о войне:

• • •
Почему российские власти не проводят опросы об отношении россиян к «СВО», если они так уверены во всеобщей поддержке?

• • •
Разделяете ли вы эти два понятия: поддержка «СВО» и поддержка российских военнослужащих на фронте?

• • •
Если человек выступает против решений российской власти, значит ли это, что он против России? Разве страна и ее власть – одно и то же?

• • •
Есть ли среди ваших знакомых люди, которые придерживаются антивоенных взглядов, но боятся их выражать?

• • •
Правильно ли считать всех противников продолжения военных действий врагами России?

Подробнее об этом нарративе читайте на сайте nadogovorit.com

нарратив:

« Запад спровоцировал Россию на «СВО», другого выхода у нее не было »»



Одной из причин начала войны Путин назвал стремление Украины вступить в НАТО, что создало бы «для безопасности России фундаментальную угрозу». Однако на саммите Россия-НАТО в 2002 году Путин не возражал против расширения блока и даже говорил о важности партнерства и сотрудничества между Россией и НАТО. На этом же саммите Путин заявлял, что Украина – суверенная страна, она имеет право вступить в альянс, и это не окажет негативного влияния на отношения государств.

Кремль утверждает, что НАТО обещало не расширяться на восток, однако никаких политических или юридических документов по этому поводу подписано не было.

Запад не был заинтересован в обострении ситуации, западные лидеры стремились урегулировать конфликт мирным путем и выступали гарантами Минских соглашений. Однако теперь они поддерживают самооборону Украины.

Более того, после полномасштабного вторжения в Украину граница НАТО с Россией только увеличилась: о своем стремлении вступить в альянс заявили Финляндия и Швеция. Оба государства стали членами альянса в 2023 и 2024 гг. При этом Владимир Путин заявил, что членство Финляндии и Швеции в НАТО не создает для РФ непосредственной угрозы. В таком случае утверждение о том, что Россия была вынуждена начать боевые действия в Украине, чтобы не допустить приближения НАТО к своим границам, является по меньшей мере непоследовательным.

Российские власти говорят, что Запад и НАТО разрушили Афганистан, Югославию, Ирак, Ливию, а теперь хотят уничтожить Россию, используя для этой цели территорию Украины и ведя прокси-войну руками киевского «режима». Но некоторые военные интервенции проводились с одобрения или при поддержке России, в том числе Москва поддерживала борьбу с талибами после терактов 11 сентября 2001 года.

Вопросы, которые стоит задать собеседнику в ходе разговора о войне:

• • •
Если российские власти считают, что блок НАТО такой агрессивный, то почему они десятилетиями сотрудничали с ним?

Подробнее об этом нарративе читайте на сайте nadogovorit.com

• • •
Сейчас Россия обвиняет Запад и НАТО, например, в разрушении Афганистана и Ливии, но почему некоторые интервенции осуществлялись с одобрения или при поддержке России?

• • •
Каким образом вторжение США в Ирак под сфабрикованным предлогом может оправдать вторжение России в Украину?

нарратив:

« В Украине господствует нацистская идеология, а население Донбасса подвергается геноциду »»

Вопреки заявлениям российских властей о том, что в 2014 году в Украине при поддержке западных стран произошел государственный переворот, власть в стране сменилась в результате внутренней политической турбулентности. При этом ультраправые группы не были ведущей силой Евромайдана.

В Украине неонацистские организации маргинализированы, их влияние постепенно снижается, а фашистская и коммунистическая идеологии официально запрещены. Это подтверждают и российские военнослужащие. Однако официальные власти утверждают, что Россия воюет с неонацистами.

Организации, исповедующие нацистскую идеологию, существуют во всех странах, в том числе в России, и некоторые из них были в России запрещены.

Кроме того, в официальном нарративе России цель «специальной военной операции» сместилась с «денацификации» на «борьбу с НАТО». Это указывает на то, что «денацификация» никогда не была истинной целью этой войны.

По утверждению российских властей, Киев развязал геноцид на Донбассе, дискриминировал русских жителей по национальному и языковому признаку, а Россия начала борьбу с нацистами и освобождение населения от преступной власти. Однако конфликт на Донбассе в 2014 году спровоцировала Россия, а Украина начала бороться за свои территории. А после полномасштабного вторжения стало ясно, что население Украины не ждало «освободителей» и в ходе военных действий не встречало их массово цветами. Наоборот, многие жители Украины, включая русскоговорящих, приветствовали возвращение украинских вооруженных сил, например, в Херсоне.

В Украине существует напряжение между группами людей, настроенных проукраински и пророссийски, и конфликт на Донбассе унес много жизней, но происходящее не является геноцидом. Стоит также отметить, что в последние несколько лет до начала «специальной военной операции» количество погибших на Донбассе не превышало 30 человек в год.

Языковые ограничения не являются геноцидом и не могут быть поводом для начала войны. Государственным языком Украины является украинский, а русский язык в повседневном межличностном общении никогда не запрещался. К тому же его популярность в Украине падает, и многие русскоязычные жители Украины принципиально начали говорить на украинском языке, чтобы дистанцироваться от России.

Вопросы, которые стоит задать собеседнику в ходе разговора о войне:



Если Россия считала смену власти в Украине антиконституционным переворотом, то почему контактировала с представителями этой власти?



О чем может свидетельствовать тот факт, что русскоязычные жители Украины перестают использовать русский язык и начинают говорить на украинском?



Если в Украине действительно господствует нацизм, то почему его не осудила ни одна международная организация и ни одно государство?



Если Россия была так обеспокоена предполагаемым геноцидом на Донбассе, то почему она как член Совета Безопасности ООН не поднимала этот вопрос на заседаниях?

Подробнее об этом нарративе читайте на сайте nadogovorit.com

нарратив:

« Экономика России демонстрирует устойчивость »

В условиях многочисленных санкций экономика России показала лучшие результаты, чем многие ожидали. Это дает повод российским властям утверждать, что экономика выстояла, пережила самые трудные времена и теперь будет только расти. Однако это не совсем так. Российская экономика серьезно пострадала, и, с большой долей вероятности, в будущем положение ухудшится как из-за отложенного эффекта санкций, так и из-за расходов на «специальную военную операцию» и мобилизацию.

Из-за мобилизации и массового оттока из страны россиян экономика испытывает дефицит рабочей силы, а уровень безработицы находится на историческом минимуме. Кадровый голод испытывают почти все отрасли промышленности.

Впервые в современной истории России расходы на национальную оборону в бюджете 2024 года превзойдут социальные расходы и составят 10,8 трлн рублей, превысив довоенный уровень более чем в три раза, а военные траты составят 40% всех государственных доходов. Растут государственный внутренний долг и инфляция, повышается ключевая ставка, опустошается Фонд национального благосостояния.

После начала войны уровень жизни россиян значительно снизился – экономия на продуктах питания, использование сбережений, закредитованность стали нормой жизни.

Но самой большой бедой для страны являются не тревожные экономические показатели, а большое число убитых и искалеченных на войне людей, будущее их детей и разрушенные семьи.

Вопросы, которые стоит задать собеседнику в ходе разговора о войне:

• • •
Ухудшилось ли ваше материальное положение за последние два года?

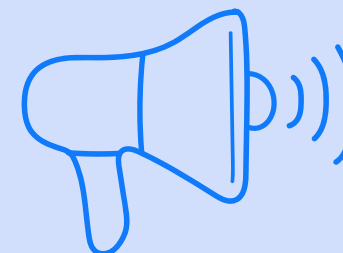
• • •
Испытываете ли вы чувство неуверенности в завтрашнем дне?

• • •
Может ли государство так много тратить на войну, не нанося ущерб экономике, потребителям, обычным семьям россиян?

• • •
Как характеризует руководство России тот факт, что оно тратит народное достояние на разрушительную войну, а не на улучшение жизни своих граждан?

Подробнее об этом нарративе читайте на сайте nadogovorit.com

5 Как распознать пропаганду



Пропаганда – это предвзятая, вводящая в заблуждение или ложная информация, используемая для продвижения политической идеи или точки зрения с целью убедить аудиторию поверить во что-то или сделать что-то. Существует множество методов пропаганды. Вот несколько примеров, которые помогут вам распознать пропаганду в заявлениях российских официальных лиц.

Слоганы:

короткие, простые эмоциональные фразы, которые легко запомнить. Многократное повторение слогана распространяет и легитимизирует стоящее за ним сообщение («Своих не бросаем»).

Страх:

пропаганда играет на страхах аудитории, часто призывая к определенным действиям, чтобы уменьшить предполагаемые угрозы (страх перед нестабильностью, угроза расправы или осуждения).

Демонизация и ad hominem:

пропаганда часто дегуманизирует противников и представляет их чудовищными существами и маргиналами. Изображение врага как воплощение абсолютного зла провоцирует ненависть и облегчает причинение ему вреда, особенно во время войны. Демонизация сводит любую сложность его мотивов к одному простому фактору: враг – это зло («укроп», «фашист», «нацист»).

«Размахивание флагом»:

обращение к чувству патриотического долга с помощью флагов или другой символики национальной гордости. Патриотизм – это сильное чувство, и его можно использовать для побуждения к действию, предполагающему личные жертвы ради общего блага.

Другие примеры пропаганды и способы распознавания дезинформации вы найдете на сайте nadogovorit.com



Как безопасно общаться в Интернете



С началом войны российские власти ужесточили наказание за инакомыслие. Сотни граждан и организаций объявляются «иностранными агентами» и «нежелательными организациями», правоохранные органы отслеживают поведение и действия россиян как в реальной жизни, так и в Интернете. Наказание может последовать даже за перепост антивоенной статьи или лайк под ней. В этих условиях особое значение приобретает безопасность при общении в Интернете.

Учитывая расплывчатые формулировки законодательства, любой, кто делится информацией в Интернете, может быть признан «иностранным агентом» или «нежелательной организацией». За распространение «фейковых новостей» о «специальной военной операции» или за «дискредитацию Вооруженных сил РФ» в России грозит наказание до 15 лет лишения свободы.

Чтение материалов, опубликованных «иностранными агентами» и «нежелательными организациями», не запрещено, однако распространение материалов «нежелательных организаций» россиянами в России и за рубежом наказуемо.

Чтобы обезопасить себя, целесообразно проверить статус физического/юридического лица в реестре иностранных агентов и реестре нежелательных организаций и принять меры предосторожности.

Риск наказания за несоблюдение законодательства гораздо ниже для тех граждан России, которые не планируют возвращаться в Россию и/или проживают за границей длительное время, однако при возвращении на родину и у них могут возникнуть неприятности.

Больше информации на эту тему можно найти на сайте nadogovorit.com.