Myndigheten för psykologiskt försvar

BLI INTE LURAD

En handbok om att känna igen och hantera falsk och vilseledande information

Tips, råd och knep

Främmande makt kan använda falsk och vilseledande information för att försöka störa och styra det öppna samtalet i Sverige. Målet är att påverka våra åsikter, handlingar och våra beslut. Med det försämrade omvärldsläget behöver fler i samhället öka sin kunskap om falsk och vilseledande information. Därför har Myndigheten för psykologiskt försvar tagit fram den här skriften.

Myndigheten för psykologiskt försvar arbetar för att värna det öppna och demokratiska samhället, den fria åsiktsbildningen och Sveriges frihet och oberoende. I myndighetens uppdrag ingår att identifiera, analysera och möta falsk och vilseledande information som är riktad mot Sverige eller svenska intressen.

I den här handboken har vi samlat tips, råd och knep för att känna igen och hantera falsk och vilseledande information. Bli inte lurad!

1

IDENTIFIERA

Vad är falsk och vilseledande information?

Fri debatt, åsiktsskillnader och rätten att försöka övertyga andra är viktiga delar i en fungerande demokrati. Som medborgare förväntar vi oss att den typen av kommunikation följer vissa regler, till exempel att den sker öppet, att den baseras på korrekt information och att den presenteras på ett sätt som gör det möjligt för människor att fatta välgrundade och genomtänkta beslut.

Falsk och vilseledande information utnyttjar sårbarheter i samhället för att störa det öppna samtalet. Det handlar om en medveten inblandning från främmande makt i det som händer i Sverige, där man försöker skapa splittring och få människor att inte lita på varandra eller på staten.

Tydliga kännetecken för falsk och vilseledande information är att:

- den är **missvisande** och ofta har en **dold avsikt**,
- den riktar in sig på våra **sårbarheter** och
- har som syfte att **störa** och **styra** den öppna debatten och försvaga tilliten till vårt samhälle.

Många metoder

Den som vill skapa och sprida falsk och vilseledande information kan göra det på många olika sätt. Ofta används flera metoder samtidigt för att uppnå en större effekt.

Två vanliga metoder för falsk och vilseledande information är:

Strategiska narrativ: Avsändaren vill skapa en berättelse kring ett ämne, en händelse eller en organisation. Berättelsen kan vara positiv, negativ eller undvikande.

Målgruppsanpassning: Insatser som riktas mot delar av en befolkning (det kan vara allt från en större grupp hela vägen ner på individnivå) och utnyttjar särskilda sårbarheter eller beteendemönster för att påverka.

Strategiska narrativ och målgruppsanpassning går ofta hand i hand. Det kan till exempel vara en nyhet med tydlig snedvridning som riktas särskilt mot unga. Eller dold annonsering (dark ads) med ett skräddarsytt budskap som bara visas för en individ.

Tekniska verktyg

För att maximera spridningen av falsk och vilseledande information används olika tekniska verktyg, ofta flera tillsammans. Ett förfalskat dokument kan exempelvis få större spridning med hjälp av bottar (från ordet ”robot”). En bot är ett datorprogram som automatiskt utför uppgifter som att dela information på forum eller gå in och lajka och kommentera inlägg på sociala medier.

Så upptäcker du en bot

1 **PROFILBILD**
Bottar använder ofta en stulen bild, eller saknar profilbild helt. Gör en bildsökning för att kolla äktheten.

2 **AKTIVITET**
Många bottar är mycket aktiva. Se upp med konton som har misstänkt många inlägg per dag.

3 **NAMN**
De flesta bottar använder användarnamn som slumpats fram.

4 **KONTOTS SKAPANDEDATUM**
Många botkonton är skapade i direkt anslutning till att det ska användas. Ibland används äldre konton, men då tas ofta gamla inlägg bort. Då syns ett tidsglapp mellan skapandedatumet och första inlägget.

5 **SPRÅK**
Bottar använder ibland automatisk översättning för att sprida budskap på flera språk. Det leder till uppenbara grammatiska fel eller osammanhängande meningar.

6 **INFORMATION**
Botkonton saknar ofta personlig information, eller använder påhittad eller förfalskad information.

7 **INTERAKTION**
Granska vilka inlägg och vilka andra användare kontot samspelar med. Bottar samordnas ofta och förstärker varandra, samtidigt som de har få följare som inte är bottar.

Effekten blir ännu större om insatsen samordnas med vinklade artiklar som sprids på falska nyhetssajter. Artiklarna kan då kommenteras av en grupp som vill trissa upp de olika sidorna i debatten genom att använda troll-tekniker, det vill säga inlägg med extrema åsikter som är utformade för att skapa starka reaktioner. När du upplever starka känslor, som glädje eller ilska, är det svårare att tänka kritiskt och genomskåda falsk och vilseledande information.

Här är några exempel på hur tekniker och verktyg kombineras för att få störst effekt:

Fyra kombinationer att se upp med

Mer om **begreppen** i ordlistan längre bak!

Polarisering

Polarisering kombinerar **social hackning**, **vilseledande identiteter** och **desinformation** för att förstärka extrema positioner i samma fråga. Ofta används **troll** och **bottar** för att elda på extrema åsikter.

Översvämning

Översvämning går ut på att överbelasta en målgrupp med information. Det kan bland annat göras genom att spamma en kanal med **troll**-tekniker i sociala medier eller genom att sprida **desinformation** i medier för att tränga ut pålitlig information.

Informationstvätt

Informationstvätt kombinerar **vilseledande identiteter**, **desinformation**, **teknisk manipulation**, **symbolhandlingar** och **social och kognitiv hackning** för att gradvis förflytta information bort från källan så att det blir mycket svårt för mottagaren att avgöra vad som är sant eller falskt.

Provokation

Provokation innebär att utnyttja känsliga frågor i samhället för att med flit ställa grupper mot varandra och skapa ilska och oenighet. Kombinationen utnyttjar främst **social och kognitiv hackning**, **vilseledande identiteter** och skadlig retorik.

1

2

HANTERA

Källkritik

Arbetet med att stoppa flödet av falsk och vilseledande information kan liknas med att minska smittspridningen i samhället under en pandemi – båda är utmaningar som vi bara kan klara av om vi gör det tillsammans.

Att vara källkritisk är en grund för att skapa motståndskraft mot falsk och vilseledande information. Har du kunskap om källkritik vet du vad du ska ställa för frågor när du ser något som verkar konstigt eller misstänksamt.

Det finns några grundläggande källkritiska frågeställningar. När du stöter på information som gör dig upprörd, eller som på något sätt vill få dig att agera – ställ dig själv följande frågor:

1. Vad är det för information – åsikter eller fakta?
2. När är informationen publicerad? Kolla om den fortfarande är relevant.
3. Var är uppgiften publicerad – på en privat blogg, som ett inlägg på sociala medier, på ett företags hemsida, på en mediesajt?
4. Hur fick du tag på informationen? Kolla om den kommer från en källa som är pålitlig och som tidigare har levererat bekräftad information.
5. Vem ligger bakom informationen – en myndighet, en organisation, ett företag? Se om du kan hitta ursprungskällan.
6. Varför finns informationen, i vilket syfte?

Håll koll på fejk-fällorna

1 **WEBBADRESS**
Att imitera välkända plattformar är ett vanligt grepp. Ta en närmare titt på webbadressen (även kallad URL) för att kolla att du är rätt.

2 **RUBRIKEN**
Målet är att framkalla intresse och respons från läsaren. Läs alltid mer än bara rubriken och kontrollera att rubriken stämmer överens med resten av innehållet.

3 **INNEHÅLL**
Är det åsikter eller fakta? Läs hela texten innan du delar eller sprider den vidare.

4 **FÖRFATTARE**
Fundera på vem som skrivit texten och varför. Var uppmärksam på texter utan författare.

5 **BILDER**
Bilder kan enkelt manipuleras. Det är heller inte säkert att bilden har en verklig koppling till innehållet. Gör en bildsökning för att ta reda på om bilden har använts tidigare i ett annat sammanhang.

6 **KÄLLOR**
Om texten hänvisar till andra källor, kontrollera dem.

7 **KOMMENTARER**
Vilka kommenterar? Oftast är det vanliga människor, men ibland förekommer även trollkonton och bottar.

8 **UPPMÄRKSAMHET**
Bara för att en text gillas eller delas mycket betyder det inte att innehållet stämmer.

Konspirationsteorier

Ibland kan falsk och vilseledande information vara så hårt rotad hos någon att den leder till konspirationsteorier. En konspirationsteori är en förenklad förklaring av en stor händelse. Konspirationsteorin bygger på idén om att det finns en grupp människor med onda avsikter som i hemlighet agerar för sin egen vinning, istället för att göra det som skulle vara bäst för alla.

Konspirationsteorin försöker härma vetenskapliga resonemang och slå fast vad som är sant och falskt, men den försöker också förklara vad som är rätt och fel eller gott och ont.

Alla konspirationsteorier har sex saker gemensamt:

1. En påstådd, hemlig komplott.
2. En grupp konspiratörer.
3. ”Bevis” som verkar stödja konspirationsteorin.
4. De hävdar helt felaktigt att inget händer av en slump och att sammanträffanden inte existerar. ”Inget är som det verkar och allt hänger samman.”
5. Världen är uppdelad i gott och ont.
6. De lägger skulden på vissa människor och grupper.

Att hantera en konspirationsteoretiker kan vara svårt, men att tjata och klaga fungerar sällan. Börja istället med att ställa en motfråga till personen: Vad har du för anledning att tro på det här?

Källtillit

Det är bra att vara källkritisk, men eftersom det är svårt och tidskrävande att faktakolla allt hela tiden så underlättar ett visst mått av källtillit vardagen. Genom att identifiera några källor som du är säker på är sanningsenliga slipper du granska allt du ser eller läser på detaljnivå.

Att som medborgare hantera information med ett granskande och kritiskt öga, speciellt i tider av oro och instabilitet, är en tillgång för vårt samhälle. Ett sunt förhållningssätt till all den information du får till dig idag är att alltid tänka efter kring avsändare och syfte. Var uppmärksam på innehåll som väcker speciellt starka känslor hos dig – det kan vara skapat för att göra just det.

3

ORDLISTA

Bandwagon-effekten: Att personer som upplever sig vara en del av en majoritet är mer villiga att dela med sig av sin åsikt.

Bottar: En bot (från ordet ”robot”) är ett datorprogram som automatiskt utför uppgifter, till exempel att sprida vissa typ av information på sociala medier. En bot kan användas till att förstärka utvalda budskap, spamma forum och kommentarsfält, gilla eller dela inlägg på sociala medier, eller för att genomföra cyberattacker.

Deep fake: Ljud eller rörlig bild som manipulerats med hjälp av algoritmer.

Dold annonsering *(dark ads):* Annonser som bara kan ses av specifika individer, med budskap som skräddarsys efter individens personlighet och beteende.

Ekokammare och filterbubblor: Naturliga grupperingar online eller offline där människor kommunicerar med andra som delar samma åsikter och uppfattningar.

Hackning: När aktörer skaffar sig obehörig åtkomst till en dator eller ett nätverk.

Halmgubbe (strawman): Att felaktigt påstå att någon har vissa åsikter och argument och sedan argumentera emot dessa fejkåsikter istället för de riktiga åsikterna.

Mem, internetmem *(memes):* Bilder, fraser, aktiviteter, koncept och filmer – ofta med humoristiskt innehåll – som sprids på internet, främst via sociala medier.

Nätfiske: När användare luras att uppge sina lösenord eller annan känslig information på internet.

Otillbörlig informationspåverkan: Information som av främmande makt eller annan yttre aktör riktas mot Sverige eller svenska intressen. Syftet är att försvaga vår motståndskraft och försvarsvilja eller att otillbörligt påverka olika målgruppers uppfattningar, beteenden och beslutsfattande.

Desinformation är falsk information som sprids med flit för att skada en person, organisation eller ett land. Till exempel skapandet och delandet av påhittade nyheter.

Misinformation är falsk information som inte nödvändigtvis har skapats för att orsaka skada. Det kan handla om missförstånd, eller att någon läser en artikel på nätet, tror att det är fakta – och delar för att informera sina vänner, utan att vara medveten om att det som delas är falskt.

Malign information är när korrekt information sammanställs och paketeras vinklat i syfte att skada en person, organisation eller land.

Potemkinkulisser: En främmande makt med stora resurser kan skapa falska företag, forskningsinstitut och tankesmedjor och använda dem för att få falsk och vilseledande information att framstå som äkta.

Personangrepp (ad hominem): Att attackera, misskreditera och förlöjliga personen bakom ett argument istället för att kritisera argumentet i sig. Personangrepp används ofta i syfte att tysta ner, hindra och avskräcka andra från att delta i diskussionen.

Shill: To shill, ungefär ”agera lockfågel” på svenska, är att framstå som fristående men i hemlighet samarbeta med eller ta emot betalning av någon. Till exempel en betald influencer eller grupp internettroll som skriver kommentarer.

Social och kognitiv hackning: Att utnyttja människors sociala relationer och tankeprocesser för att sprida falsk och vilseledande information. Kan liknas vid hackning av datorsystem på så sätt att en fientlig aktör försöker lura eller ”hacka” en process genom att utnyttja dess sårbarheter.

Sockpuppets: Falska konton som hör till en person eller organisation som inte avslöjar sin riktiga identitet eller sina avsikter. Dessa falska identiteter används för att gå med i grupper och delta i debatter online. Två eller flera sockpuppets kan användas samtidigt för att låtsas stå för olika sidor i en debatt.

Symbolhandlingar: En handling med syftet att kommunicera ett budskap. Till skillnad från vanliga handlingar motiveras symboliska handlingar av en kommunikativ strategi och dold agenda.

Troll: Användare i sociala medier som med flit provocerar andra genom sina kommentarer och handlingar och på så sätt bidrar till ökad splittring, att tysta kritiska röster och att överrösta den öppna debatten.

Tystnadsspiral: Att personer som upplever sig vara en del av en minoritet är mindre villiga att dela med sig av sin åsikt.

Vilseledande identiteter: Att efterlikna trovärdiga informationskällor som personer, organisationer eller plattformar och utnyttja deras förtroendekapital. För exempel, se potemkinkulisser och shill.

Whataboutism: Att ta fokus från ett argument genom att belysa ett annat ämne eller fenomen (”men det här då!”) som inte har fått lika mycket uppmärksamhet, men som inte är relevant i frågan.

Främmande makt kan använda falsk och vilse-
ledande information för att försöka störa och styra
det offentliga samtalet i Sverige. Målet är att påverka
våra åsikter, handlingar och våra beslut.

Med det försämrade omvärldsläget behöver fler i
samhället öka sin kunskap om falsk och vilseledande
information. Därför har Myndigheten för psykologiskt
försvar tagit fram den här handboken.

bliintelurad.se

Myndigheten för psykologiskt försvar

Våxnäsgatan 10 | 653 40 Karlstad
registrator@mpf.se | www.mpf.se
010-183 70 00

Produktion: Gullers Grupp. Illustration: Tzenko Stoyanov. Tryck: BrandFactory 2022.