

ID: 3368

Catégorie: FLS

Nombre de mots: 774

Faire face aux fausses nouvelles : comment j'ai pris contrôle de mes pensées

En repensant à l'année 2020, je me demande si le coronavirus était vraiment la maladie la plus répandue au monde. Depuis les premiers mois de l'année, on nous bombarde avec de fausses informations au sujet de la COVID-19. Il n'est pas étonnant que plusieurs organisations, dont l'Organisation mondiale de la santé et les Nations Unies, aient déclaré une « infodémie ». N'oublions pas les mythes en ligne qui entourent le changement climatique, les mouvements sociaux et d'autres affaires courantes. En tentant de comprendre ce mélange de mensonges et de malentendus, je me suis faite avoir plusieurs fois. Enfin, j'ai décidé de changer la façon dont j'interagis avec les médias pour éviter que cela se reproduise. En réponse aux fausses nouvelles, j'ai réduit ma consommation des médias, j'ai commencé à vérifier leur fiabilité et j'ai accepté qu'ils ne m'expliquent pas tout ce qu'il faut savoir.

Tout d'abord, les fausses nouvelles m'ont poussée à réduire mon utilisation des médias numériques. À l'aide d'une application sur mon téléphone cellulaire, j'ai fixé une limite de temps quotidienne pour mon utilisation des réseaux sociaux, la source de la plupart des fausses informations que je rencontrais. Par conséquent, j'ai pu réduire mon exposition à la désinformation. De surcroît, je suis devenue davantage consciente de la manière dont j'utilise mon temps sur les médias sociaux. En outre, j'ai décidé de passer moins de temps à écouter les actualités à la télévision et à les lire sur Internet. En remarquant l'effet des fausses nouvelles sur mes pensées, j'ai constaté l'énorme influence que tous les médias numériques exercent sur mes opinions et mon attitude. J'ai donc diminué ma consommation des médias pour diminuer leur impact. Les fausses nouvelles m'ont montrée comment les informations peuvent contrôler mes pensées et m'ont incité à réduire mon exposition aux médias.

Par ailleurs, mes rencontres avec les fausses nouvelles m'ont appris à vérifier la crédibilité des sources d'information. J'ai arrêté de prendre des nouvelles au pied de la lettre. Les fausses nouvelles me dupaient autrefois parce que je prenais ces informations au sérieux sans les questionner. Je me suis rendu compte qu'il fallait m'assurer qu'une source était fiable avant de croire ce qu'elle me disait. En examinant les détails, tels que l'auteur, la date de publication et l'adresse URL, je reconnaîtrai si une source était digne de confiance. De plus, j'ai commencé à faire de la recherche supplémentaire dans le but de mieux comprendre des événements. Lorsque je vois une histoire en ligne, je consulte d'autres sources fiables pour que je puisse la comprendre pleinement et éviter d'être trompée. En voyant comment les fausses nouvelles m'avaient dupée, j'ai compris la nécessité de m'assurer que les informations sont crédibles.

Finalement, les fausses nouvelles sont la raison pour laquelle je ne compte plus sur les actualités pour me raconter toute l'histoire. Ainsi, j'examine les nouvelles d'un œil critique. Par exemple, en lisant un article de journal, je pense aux motivations de l'auteur, aux informations qu'il a incluses et à celles qu'il a omises. Le biais est partout. Même les meilleures sources n'y sont pas à l'abri. Il est facile de mal comprendre un événement si on ne connaît pas certains détails importants, compte tenu que les fausses nouvelles sont souvent de mauvaises interprétations des faits. Je considère également mes préjugés

personnels. Il est important que je garde l'esprit ouvert et que je ne porte pas de jugements tout de suite, de sorte que ni mes émotions ni mes partialités obscurcissent mon jugement. Ce n'est qu'après que j'ai analysé un rapport et son biais sous différents angles que je peux tirer mes propres conclusions à son sujet. Les fausses nouvelles m'ont révélé qu'il existe peu d'informations médiatiques qui sont véritablement impartiales. De ce fait, je suis responsable de les évaluer et de mettre de côté mes propres préférences afin de me forger un avis éclairé.

En résumé, grâce aux fausses nouvelles, j'ai appris à réduire mon utilisation des médias numériques, à vérifier les sources que je consulte et à formuler mes propres opinions. Maintenant que Santé Canada a autorisé le vaccin de Pfizer/BioNTech, on espère pouvoir mettre fin à la pandémie de la COVID-19. Cependant, on ne voit à présent aucune façon de se protéger contre la propagation incontrôlable de la désinformation. Dans un monde où les informations médiatiques dirigent la communication et des renseignements erronés se trouvent à chaque coin de rue, comment peut-on discerner la vérité? En changeant la façon dont je réagissais aux nouvelles, j'ai trouvé la solution. Notre capacité de contester les informations présentées et de réfléchir indépendamment déterminera si la contamination des médias est une maladie passagère ou si la société ne s'en récupérera jamais.