

# Digital Face.

Як почистити свій цифровий слід до того, як його знайде рекрутер



«Кого б ви  
взяли на  
роботу в  
Google з  
зарплатою  
\$5000?»»

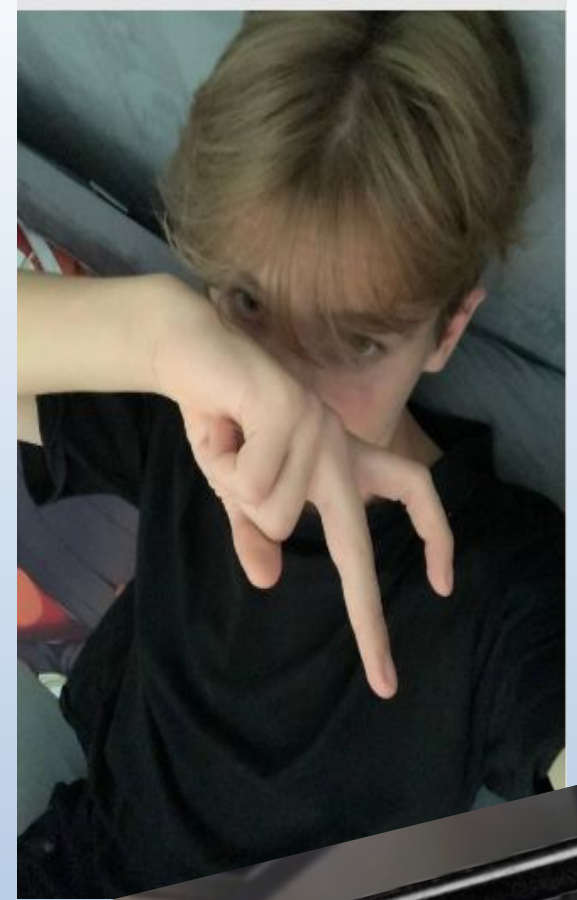
# ПРОФІЛЬ А: МАКСИМ (19 РОКІВ)

Життя — біль

Не вчи мене жити

Пост молодого лідера: «Сьогодні виступив на конференції про екологію...»

**Коментар «Максима»:** «Чувак, ти себе в дзеркало бачив? 😂 Піджак купи нормальний, а не цей секонд-хенд. І рило своє прикрий, бо крінжа навалив стільки, що аж нудить. Іди краще гнїй кидай, еколог тупий. Ти просто тупе сміття».



Розіграш айфону БЕЗКОШТОВНО

**Розіграш айфону (iphone) - Виграти айфон БЕЗКОШТОВНО**

Розіграш айфону (iphone) - Як отримати айфон БЕЗКОШТОВНО? На цій сторінці опубліковані актуальні конкурси та розіграші на айфон, в яких ви можете...

Далі >

**Виграй iPhone 11 БЕЗКОШТОВНО Розіграш айфон 11**

Виграй iPhone 11 БЕЗКОШТОВНО Розіграш айфон 11.... Щоб виграти iPhone 11 безкоштовно (з безкоштовною доставкою). 1. Скачай додаток Конкурси.com —...

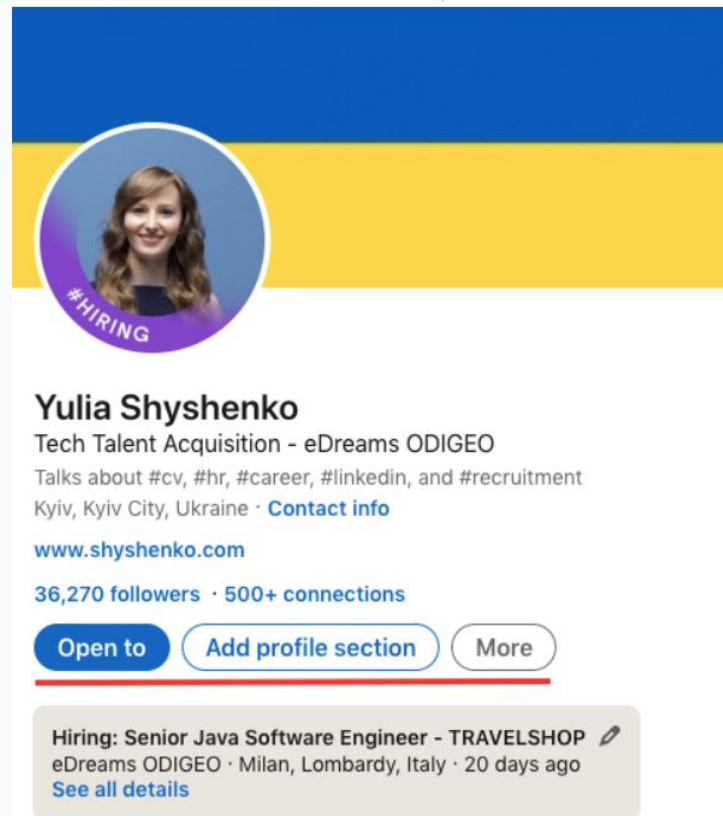
Далі >

**Виграти iPhone - акції, конкурси та розіграші айфонів**

# ПРОФІЛЬ Б: ЮЛІЯ (19 РОКІВ)

## Студентка та волонтерка

Дата отримання	Назва	Організація	№ документа	кількість годин п.к.
17.04.2026	Фахівець з профорієнтації підлітків	Центр практичної нейропсихології (Одеса)	2967	24 год / 0.8 ЄКТС
17.04.2026	«ПРОФОРІЄНТАЦІЙНА ДІАГНОСТИКА ТА КОНСУЛЬТУВАННЯ ШКОЛЯРІВ 13 - 18 РОКІВ І БАТЬКІВ»	"Профорієнтатор Україна"	177667683253708	24 год / 0.8 ЄКТС
31.10.2025	Психологічна безпека у школі: алгоритм дій у крихових ситуаціях	ЗОППО	31102025-332	12 год / 0.4 ЄКТС
20.06.2025	Професійні стратегії подолання освітніх втрат: курс для вчителів	SAVED (Unisef)	001831	42 год / 1.4 ЄКТС
22.01.2025	Подяка за конкурс Роботи на службі ЗСУ 2025	КЗ Грані	173769575153708	-
19.01.2025	Нові підходи до надання психологічних послуг учасникам освітнього процесу в дистанційних умовах	Національна психологічна асоціація України	175540988253708	6 год / 0.2 ЄКТС
04.01.2025	Як навчати дітей мінної безпеки		677974e9f5dfcfa9a4090342	30 год / 1 ЄКТС
04.01.2025	Як навчати дітей мінної безпеки	Український інститут розвитку освіти	677974e9f5dfcfa9a4090342	30 год / 1 ЄКТС
16.10.2024	Освітній серіал Дія. Підпис	Дія. Освіта	#00070612133	6 год / 0.2 ЄКТС



**Yulia Shyshenko**  
Tech Talent Acquisition - eDreams ODIGEO  
Talks about #cv, #hr, #career, #linkedin, and #recruitment  
Kyiv, Kyiv City, Ukraine · [Contact info](#)  
[www.shyshenko.com](http://www.shyshenko.com)  
36,270 followers · 500+ connections  
[Open to](#) [Add profile section](#) [More](#)

**Hiring: Senior Java Software Engineer - TRAVELSHOP**  
eDreams ODIGEO · Milan, Lombardy, Italy · 20 days ago  
[See all details](#)



Волонтерська акція  
**TO BE-ECO**  
За чисте та зелене майбутнє!  
[www.vcuu.org](http://www.vcuu.org)

- 609 учасників
- 226 волонтерів
- 57 еко-заходів
- 17 міст

# ВЕРДИКТ РЕКРУТЕРА

Рекрутер витрачає 2 хвилини на пошук вашого імені. Що він побачить першим: досягнення чи крінж?

Зарплата \$5000 — це відповідальність.

Компанія не хоче ризикувати своєю репутацією через ваші пости.

Цифровий слід — це не в'язниця, а **інструмент.**

Почни керувати ним сьогодні.

Щодня кожен із нас має цифрові рутини.

Хтось читає новини в інтернеті, поки п'є ранкову каву. Інші на одній нозі в троллейбусі перевіряють «електронку» зі смартфона. Треті чатяться в соцмережах, ще хтось постить селфі.

Щоразу люди залишають по собі так звані цифрові сліди. Інтернет назавжди запам'ятовує всі ваші дії: коли та куди ви заходили, що робили, з ким спілкувалися.

"Не вірте всьому,  
що читаєте в  
інтернеті"

Альберт Ейнштейн  
1870 рік





✓ Цифровий слід умовно можна поділити на два типи.

👉 Активний — це інформація, якою користувач сам поділився. Це можуть бути профілі в соцмережах, дописи, файли cookie, підписки на розсилку новин, електронні листи тощо.

👉 Пасивний слід охоплює всі ваші дії, коли ви не знаєте, що це хтось відслідковує. Наприклад, сайти, що збирають інформацію про кількість відвідувачів, місце, звідки вони заходять, які в них IP-адреси. Також до пасивних цифрових слідів варто віднести дані, які передають смартфони, розумні пристрої та фітнес-додатки. Наприклад, дані GPS, відомості про фізичні тренування, пройдені відстані та витрачені калорії, які можуть передаватися в хмарні сервіси.

Рекламодавці збирають та аналізують дані про ваші покупки для персоналізованої реклами. Соціальні мережі відслідковують ваші вподобання, поширення та коментарі — щоб розуміти які товари в майбутньому запропонувати.

Оскільки технології з кожною хвилиною інтегруються дедалі глибше в наше повсякденне життя, цифровий слід фактично формує уявлення про нашу поведінку, вподобання та ідентичність. А головне — розростається він у геометричній прогресії.

✓ Найпопулярніші типи вебсайтів та додатків, які користувачі відвідували протягом червня 2022 року:

95,5%: чати та обмін повідомленнями;

95,2%: соціальні мережі;

82,6%: пошукові системи або вебпортали;

56,1%: шопінг, аукціони або оголошення.

**Цифровий слід може впливати на людину** - сайти та програми використовують інформацію про активність своїх користувачів для покращення якості роботи сервісу та налаштування рекомендацій. Це сприяє покращенню користувацького досвіду, спрощенню їхнього життя та підвищенню безпеки.

**Персоналізація послуг.** За допомогою зібраних даних про користувачів в інтернеті компанії можуть пропонувати персоналізовані послуги та покращувати свої рекомендаційні послуги. Наприклад, стрімінгові платформи вгадують контент, який може сподобатися користувачеві, а онлайн-шопінг стає в рази швидше та зручніше. Аналізуючи переваги та поведінку клієнтів, компанії розвивають свої продукти та послуги.

**Спрощення пошуку інформації.** Історія пошуку та відвідування вебсторінок допомагає інтернет-сервісам пропонувати більш релевантні результати, а також зберігати раніше знайдену інформацію. Це прискорює доступ до важливих даних та полегшує виконання повторних завдань

**Поліпшення безпеки користувача.** Цифровий слід може використовуватися для захисту акаунтів та запобігання шахрайству. Наприклад, вчасно виявлена аномалія користувача — підозріла спроба входу в обліковий запис (підбір пароля, вхід до облікового запису з нового пристрою з нових країн або міста) — повідомить користувача про потенційні загрози безпеці.

Але важливо також усвідомлювати негативні аспекти та загрози безпеці, які можуть принести цифровий слід.

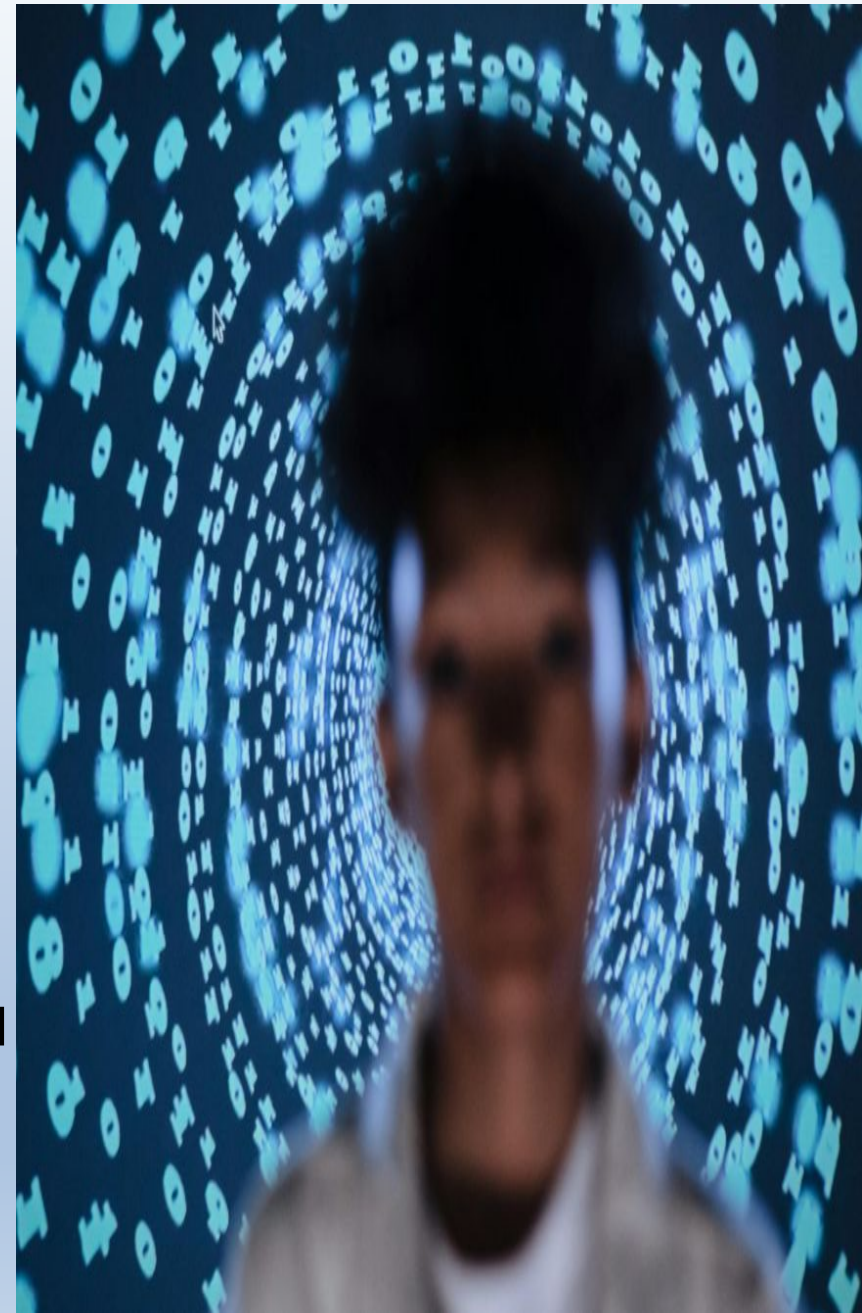
**Конфіденційність та безпека.** Цифровий слід містить дані, які можуть розкрити особисту інформацію користувача: ПІБ, логіни-паролі, розташування, історію пошуків, висловлювань і навіть фінансову інформацію. Ця інформація може бути використана зловмисниками у таргетованих фішингових атаках, зламі акаунтів, крадіжці грошей і особистих даних, сталкінгу.

**Репутація.** Цифровий слід формує онлайн-репутацію користувача, що може вплинути на кар'єру, навчання чи соціальне життя.



**Персоналізація та націлення.** Компанії використовують цифровий слід для персоналізації реклами та послуг, але іноді можуть використовуватися досить агресивні способи, які призводять до надто нав'язливого прояву присутності компанії, що межує з втручанням в особисте життя та порушенням приватності.

**Проблеми з контролем та управлінням публічною інформацією.** Після того, як інформація потрапила в мережу, контролювати її поширення стає складно. Навіть якщо невдалий коментар, фото або відео буде видалено з одного ресурсу, це не гарантує, що вони зникнуть назавжди.



# Практика — « для початківців»

## 1. Пошук за нікнеймом (Username Enumeration)

Додаток <https://whatsmynameapp.net/>

Додаток WhatsMyName .net


Дім OSINT-пошук електронною поштою Про на

### Інструменти OSINT та електронна пошта Платформа пошуку OSINT - додаток WhatsMyName


Професійна платформа OSINT-пошуку для цифрових розслідувань. Знаходьте імена користувачів на понад 500 платформах та виконуйте OSINT-аналіз електронної пошти за допомогою розширеного набору інструментів OSINT від застосунку WhatsMyName.

 Перевірка імені користувача

 Перевірка електронної пошти

 Введіть будь-яке ім'я користувача для пошуку на понад 500 платформах. Для перевірки витоків електронної пошти натисніть вкладку «Перевірка електронної пошти» вище.

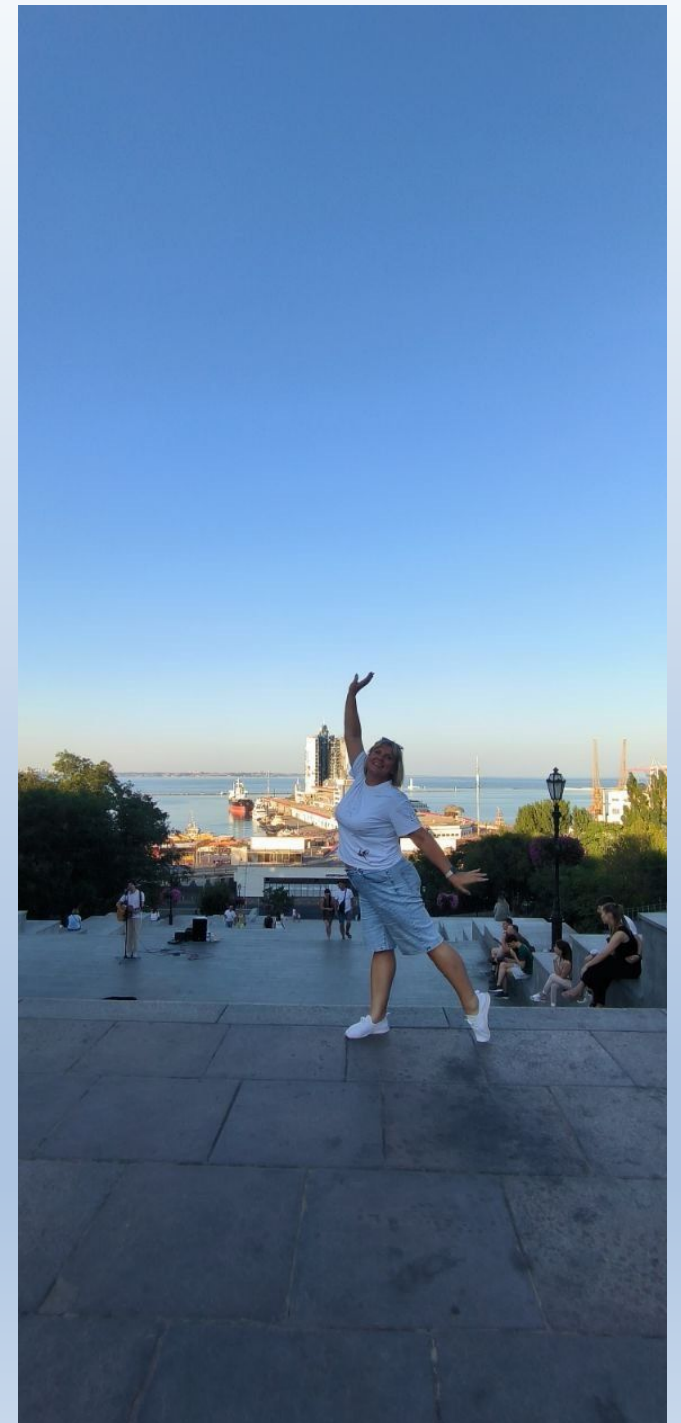
nazura55

 Розпочати пошук

# Практика

2. Пошук локації за фото (Geolocation), гугл-фото  
Прочитаймо задній план.

**Завдання:** Визначити, де саме було зроблено фото.



# Практика

## 3. Пошук за номером телефону

Навіть якщо номер не вказаний у профілі, його можна «вирахувати»

Метод: Спробуйте функцію «Відновити пароль» у Facebook чи Instagram, ввівши пошту чи нікнейм.

Сервіс покаже останні дві цифри номера (наприклад, \*\*\*\*\*42).

Інструмент: GetContact або EyeCon (ці бази наповнюють самі користувачі).

Завдання: Знайти, як ця людина підписана в телефонних книгах інших (там часто бувають коментарі на кшталт «Максим 11-Б школа 155»).

# Практика

## 4. Список друзів та «соціальний гриф»

Якщо профіль закритий, друзі розкажуть про нього все.

Метод: Зайдіть у коментарі під старими фото профілю. Ті, хто тегав людину або писав «З днем народження», зазвичай мають відкриті профілі.

Завдання: Знайти спільне фото з ціллю у профілі його друга, де вказана геолокація або дата події.

# Практика

**user7wzfulsgdav**

@user7wzfulsgdav

Яке справжнє прізвище автора коменту ?

Де проживає? ? (Шукаємо через підписки у Facebook або фото у формі)

.Яке його улюблене місце для прогулянок? (Аналізуємо сторіз).



nadzeyab2

😊 Я бачу тут, што вам падходзіць увесь гэты колораж. 😊 Цяжка выбраць нешта адно.

2023-11-15

Відповісти



1



## Корисні посилання для вас

**Google Lens** — для геолокації та пошуку за фото.

**PimEyes** — (у безкоштовній версії вона знайде фото, але заблюрить посилання, що для демонстрації навіть краще — створює інтригу).

**Wayback Machine** — введіть посилання на будь-який старий сайт для прикладу.

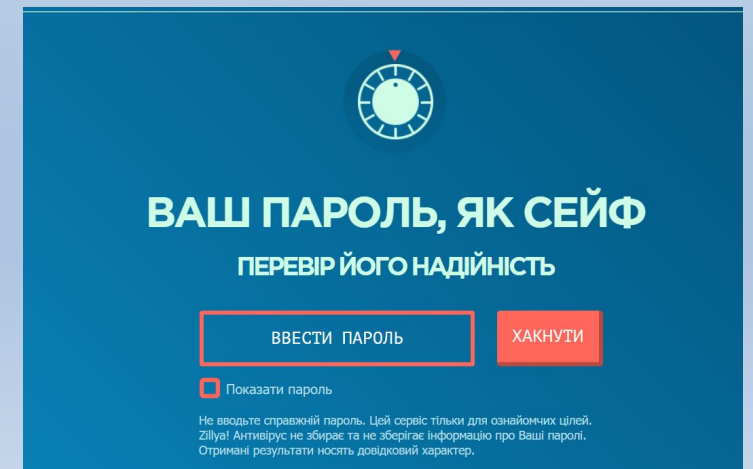
**WhatsMyName.app** — введіть нікнейм, і він покаже, на яких ще сайтах зареєстрована людина з таким іменем.

# Велике прибирання — Чек-лист «Цифрової гігієни»

Покрокова інструкція, яку учасники виконують прямо на смартфонах:

1. **Google-аудит:** пошук себе в режимі інкогніто. Запит на видалення особистих даних через інструмент «Результати про вас»
2. **Ревізія TikTok/Instagram:** переведення старих відео в «приватне», чистка списку вподобань (вони теж формують ваш профіль для алгоритмів).
3. **Налаштування приватності:** закриття списку друзів у FB, заборона тегування на фото без дозволу.
4. **Перевірка пошти на злив паролів.**

<https://zillya.ua/check-password>



# Стратегія «Особистого бренду»

Як змусити Google показувати те, що вигідно вам

**SEO** (комплекс заходів для підняття позицій сайту у видачі пошукових систем) **вашого імені:**

створення профілю на LinkedIn (навіть якщо немає досвіду — як освітній хаб).

**Метод «витіснення»:** публікація 3-5 якісних постів на професійних чи освітніх платформах (Medium, Behance, GitHub), щоб вони піднялися в пошуку вище за старі меми.

**Нікнейми:** розділення «публічного професійного Я» та «приватного ігрового Я».

# Ресурси та інструменти

PinEye — пошукова система по обличчю (обережно, показує силу ШІ).

Wayback Machine — архів інтернету для пошуку видаленого.

Have I Been Pwned — перевірка, чи не були ваші дані вкрадені хакерами.

## Для очищення та захисту:

Google: Remove your personal information — офіційний інструмент для видалення результатів із домашньою адресою, телефоном тощо.

JustDelete.me — довідник, який показує, як видалити акаунти з різних сервісів (від легкого до неможливого).

Adonis — сервіс, який показує, які компанії мають ваші дані, і допомагає надіслати запит на їх видалення.

## Для навчання:

Bellingcat OSINT Toolkit — професійні інструменти (для просунутих учасників).

Дія.Освіта — серіали про кібергігієну для молоді.

творча робота - з повітряного пластиліну ліпимо  
свій « СЛІД»)))



