

„SENIOR W ŚWIECIE DEZINFORMACJI”



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Moc Małych
Społeczności

Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Programu MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI

CEL BROSZURY

Ta broszura została przygotowana z myślą o seniorach, którzy coraz częściej korzystają z Internetu, mediów społecznościowych i telefonów, by utrzymywać kontakt z bliskimi oraz być na bieżąco ze światem. Wraz z tymi możliwościami pojawia się jednak nowe ryzyko – fałszywe wiadomości (tzw. fake newsy) i celowe wprowadzanie ludzi w błąd, czyli dezinformacja.

NASZYM CELEM JEST:

- zwiększenie świadomości osób starszych na temat działania dezinformacji i jej skutków,
- pokazanie prostych sposobów na rozpoznawanie fałszywych informacji,
- zachęcenie do krytycznego myślenia wobec treści z Internetu, telewizji czy gazet,
- wzmocnienie pewności siebie w świecie nowych technologii,

- ochrona przed manipulacją i oszustwami, które mogą dotknąć każdego.

Broszura skierowana jest nie tylko do seniorów, ale też do ich rodzin i opiekunów. Uświadamiamy, że świadome korzystanie z mediów to nie tylko ochrona przed nieprawdą, lecz także sposób na spokojniejsze i bezpieczniejsze życie.

WSPÓŁCZESNE TECHNIKI DEZINFORMACJI W POLSCE

Dezinformacja nie polega wyłącznie na opowiadaniu nieprawdy – jej celem jest dzielenie społeczeństwa, wywoływanie silnych emocji (lęku, nieufności, agresji) i wpływanie na opinię publiczną. Kampanie dezinformacyjne wykorzystują zarówno stare metody propagandy, jak i nowoczesne narzędzia cyfrowe, w tym sztuczną inteligencję. Celem jest nie tylko zmylenie – często chodzi o osłabienie zaufania do instytucji, polaryzację społeczeństwa lub destabilizację.

1. PODZIAŁ SPOŁECZEŃSTWA

Dezinformacja często żeruje na konfliktach – politycznych, światopoglądowych czy społecznych. Wzmacnia przekonanie, że „inni” są wrogami, co prowadzi do niechęci i sporów.

2. WZBUDZANIE LĘKU I PANIKI

Fałszywe ostrzeżenia o katastrofach, wojnach czy zagrożeniach dla zdrowia mają jeden główny cel – wywołać strach i zniechęcić ludzi do spokojnego myślenia. To jedna z najczęściej stosowanych metod dezinformacji, ponieważ silne emocje osłabiają naszą zdolność do logicznej oceny sytuacji.

3. SZUKANIE „WINNYCH”

Dezinformacja często próbuje obarczyć odpowiedzialnością konkretne grupy społeczne – mniejszości, cudzoziemców czy osoby z niepełnosprawnościami – budując wobec nich niechęć i uprzedzenia.

4. PODWAŻANIE FAKTÓW


Najgroźniejsza forma dezinformacji działa powoli. Stopniowo zasiewa wątpliwości nawet wobec udowodnionych faktów – np. w temacie szczepień czy nauki.

5. MIESZANIE FAKTÓW Z OPINIAMI


Wiele przekazów medialnych przedstawia subiektywne komentarze jako fakty. Z czasem odbiorcy przestają rozróżniać, co jest prawdą, a co jedynie czyjąś opinią.

NAJCZĘSTSZE SPOSOBY MANIPULACJI – JAK JE ROZPOZNAĆ


1. **BOTY INTERNETOWE** – automatyczne konta, które masowo „lajkują” posty, by wyglądały na popularne.

 *Rozpoznasz po:* nienaturalnym wzroście reakcji, anonimowych profilach, dziwnych nazwach użytkowników.


2. TROLLE INTERNETOWE – prawdziwi ludzie, którzy celowo nakręcają dyskusje i atakują odmienne opinie.

 *Rozpoznasz po:* powtarzalnych komentarzach, emocjonalnym tonie, agresji w rozmowie.


3. MANIPULACJA OBRAZEM LUB WIDEO – zdjęcia i filmy użyte poza pierwotnym kontekstem.

 *Sprawdź:* wyszukiwarką obrazów (Google Images), datę i miejsce wykonania.

4. WZBUDZANIE EMOCJI PRZEZ KONTROWERSJE – wykorzystywanie drażliwych tematów, by skłócić ludzi.

 *Rozpoznasz po:* silnych emocjach, braku dowodów, narracji „my kontra oni”.

5. UDAWANIE POWSZECHNEJ OPINII – przedstawianie skrajnych poglądów jako dominujących.

 *Rozpoznasz po:* braku źródeł, sformułowaniach typu „wszyscy myślą, że...”.


6. UOGÓLNIENIA I STEREOTYPY – wyciąganie wniosków z pojedynczych przypadków.

 *Pytaj:* „na jakiej podstawie?” i „ile to dotyczy osób?”.

7. PROSTE FOTOMONTAŻE I PRZERÓBKİ WIDEO – lekkie zmiany, które całkowicie zmieniają znaczenie obrazu.

 *Porównaj:* z pełną wersją filmu lub zdjęcia.


8. FAŁSZYWI EKSPERCI – wymyślone osoby lub „specjaliści” bez kwalifikacji.

 *Sprawdź:* uczelnię, publikacje, miejsce pracy.

9. WYBIÓRCZE CYTOWANIE DANYCH – przedstawianie fragmentów badań bez kontekstu.

 *Sprawdź:* pełen raport lub źródło statystyk.

10. POWTARZANIE OBALONYCH MITÓW – stare, nieprawdziwe tezy wracają, bo nadal budzą emocje.

 *Zwróć uwagę:* czy temat był już dawno wyjaśniony przez ekspertów.


CO TO SĄ FAKE NEWSY?


Fake newsy to fałszywe lub zmanipulowane informacje przedstawiane tak, by wprowadzić odbiorcę w błąd. Mogą przybierać formę artykułów, postów, filmów, memów czy nawet wiadomości SMS. Ich celem jest wpływanie na opinię publiczną – dla zysku, władzy lub rozgłosu.

JAK ROZPOZNAĆ FAKE NEWSY?

1. SENSACYJNE TYTUŁY

Fałszywe informacje często zaczynają się od **krzykliwych, emocjonalnych nagłówków**, które mają przyciągnąć uwagę. Używają słów takich jak: „*Szok!*”, „*Pilne!*”, „*Nie uwierzysz!*”, „*Oni to ukrywają!*”.

 Celem takich tytułów nie jest przekazanie faktów, lecz **nakłonienie do kliknięcia** i wywołania silnych emocji.

 Wskazówka: Jeśli tytuł wydaje się zbyt sensacyjny, by był prawdziwy – prawdopodobnie taki właśnie jest.

2. BRAK WIARYGODNYCH ŹRÓDEŁ

Fake newsy rzadko odwołują się do **sprawdzonych źródeł informacji**, takich jak badania naukowe, oficjalne raporty. Często zamiast tego używają ogólników typu „*naukowcy twierdzą*”, „*według badań*”, „*anonimowe źródła*” – bez wskazania, **kto konkretnie** jest autorem informacji.

📌 Wskazówka: Zawsze sprawdzaj, **skąd pochodzą dane** i czy można je znaleźć w innych, niezależnych mediach.

3. SILNY JĘZYK EMOCJONALNY

Fałszywe wiadomości często wykorzystują **emocje zamiast faktów**. Ich treść ma wzbudzić **strach, złość, oburzenie lub współczucie**, by odbiorca udostępnił informację dalej. Zamiast rzetelnych argumentów pojawiają się **manipulacje językowe**, obraźliwe określenia lub dramatyczne opisy.

📌 Wskazówka: Gdy tekst wydaje się „grać na emocjach”, warto zachować dystans i **sprawdzić fakty w innych źródłach**.

JAK CHRONIĆ SIĘ PRZED MANIPULACJĄ?

1. SPRAWDŹ, KTO MÓWI

Zanim zaufasz jakiegokolwiek informacji, **zwróć uwagę na autora lub źródło.**

Czy wiadomo, kto stoi za artykułem lub postem? Czy to znane medium, instytucja lub ekspert?


◆ Unikaj stron o podejrzanych adresach (np. kończących się na *.biz*, *.info*, *.xyz*) lub wyglądających jak kopie znanych portali.

✚ Wskazówka: Wpisz nazwę strony w wyszukiwarce – zobacz, czy inni o niej piszą i czy jest uznawana za wiarygodną.

2. PRZYJRZYJ SIĘ TREŚCI


Zastanów się, czy artykuł nie brzmi zbyt **sensacyjnie lub emocjonalnie.**

Fake newsy często używają dramatycznych tytułów i zdań, by przyciągnąć uwagę.

 Wskazówka: Jeśli w tekście dominują emocje zamiast faktów, brak jest danych, cytatów i źródeł – to sygnał ostrzegawczy.


3. PORÓWNUJ ŹRÓDŁA

Nie opieraj się na jednym artykule. Sprawdź, **jak o tej samej sprawie piszą inne media** – zarówno krajowe, jak i zagraniczne.

 Wskazówka: Jeśli tylko jedno źródło publikuje sensacyjne informacje, a inne milczą – warto zachować ostrożność.


4. NIE WIERZ ANONIMOM

Anonimowe wpisy, profile bez nazwiska czy „tajemnicze źródła” często szerzą dezinformację.

 Wskazówka: Jeśli autor nie podpisuje się imieniem i nazwiskiem albo nie ma żadnych informacji o jego wiarygodności – lepiej nie ufać takiej treści.


5. ZAUFAM ZNANYM MEDIOM – ALE Z DYSTANSEM

Renomowane portale i stacje informacyjne zwykle dbają o fakty, jednak nawet im zdarzają się błędy.

 Wskazówka: Zawsze **myśl krytycznie** – czytaj uważnie, sprawdzaj kontekst i szukaj potwierdzeń w różnych źródłach.


6. WERYFIKUJ ZDJĘCIA I FILMY

Manipulacja często polega na użyciu **starych lub przerobionych zdjęć i nagrań**.

 Wskazówka: Skorzystaj z narzędzi takich jak **Google Grafika** lub **TinEye**, aby sprawdzić, gdzie pojawił się dany obraz po raz pierwszy.


7. UWAŻAJ NA TEORIE SPISKOWE

Teorie spiskowe często bazują na **emocjach, strachu** i „tajnych źródłach”, bez dowodów.

 Wskazówka: Jeśli ktoś twierdzi, że „oni coś ukrywają” lub że „prawda jest zakazana”, potraktuj to z dużą rezerwą – prawdziwe informacje nie boją się faktów.

8. NIE UDOSTĘPNIJ NIESPRAWDZONYCH INFORMACJI

To jedna z najważniejszych zasad. Udostępniając fake newsy, **nieświadomie pomagasz je rozprzestrzeniać.**

 Wskazówka: Zanim klikniesz „Udostępnij”, zadaj sobie pytanie: „*Czy mam pewność, że to prawda?*” Jeśli nie – lepiej się zatrzymać i poszukać potwierdzenia.


ZASADA OGÓLNA:



Jeśli coś wydaje się zbyt sensacyjne, by było prawdziwe – **najczęściej takie właśnie jest.** Zaufaj zdrowemu rozsądkowi, myśl krytycznie i **sprawdzaj fakty zanim uwierzysz.**


NA ZAKOŃCZENIE – SENIORZE PAMIĘTAJ:

Internet to wspaniałe narzędzie – można w nim znaleźć **wiedzę, rozrywkę, wiadomości od rodziny, porady zdrowotne i ciekawe filmy**. Dzięki niemu świat staje się bliższy i bardziej dostępny. Ale niestety, obok wartościowych treści, pojawia się też **wiele fałszywych informacji, manipulacji i prób oszustwa**. Dlatego tak ważne jest, by korzystać z sieci **ze spokojem, rozwagą i odrobiną nieufności** wobec tego, co wydaje się „zbyt sensacyjne”.

Zanim w coś uwierzysz lub udostępnisz dalej:

-  **Zatrzymaj się na chwilę**. Nie reaguj pochopnie – szczególnie wtedy, gdy wiadomość **wzbudza silne emocje**: strach, oburzenie, złość czy wzruszenie. To właśnie emocje są najczęściej wykorzystywane przez osoby chcące manipulować.

-  **Pomyśl i sprawdź.** Poszukaj potwierdzenia w innych źródłach – np. na stronach znanych mediów, w komunikatach rządowych albo w serwisach sprawdzających fakty (np. Demagog.pl). Jeśli masz wątpliwości, zapytaj kogoś, komu ufasz – członka rodziny, przyjaciela czy wnuka.
-  **Nie bój się pytać.** Nikt nie wie wszystkiego – a Internet zmienia się bardzo szybko. Jeśli coś wydaje Ci się podejrzanе, lepiej o tym **porozmawiać** niż milczeć. Czasem jedno pytanie potrafi uchronić przed utratą pieniędzy lub prywatnych danych.

 **Dobra myśl na koniec:** Internet może być bezpieczny i przyjazny, jeśli używasz go mądrze. Każde sprawdzenie informacji, każda chwila refleksji i każda rozmowa o tym z bliskimi to krok w stronę większego bezpieczeństwa – Twojego i całej społeczności.



Fundacja św. Jerzego

Biuro Projektu

ul. św. Jerzego 1

58-304 Wałbrzych

e-mail: szydłowska.marysia@os.pl

tel.: 603 566 133

Informacje zawarte w biuletynie odzwierciedlają jedynie opinie ich autora, NIW-CRSO nie jest odpowiedzialny za sposób wykorzystania zawartych w nich informacji.

(Publikacja bezpłatna)