

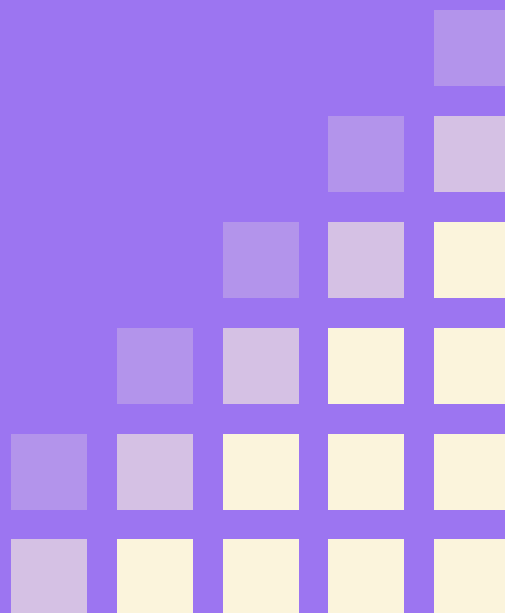
**fake news, który cię zezłościł.
viral, który „wszyscy” podają dalej.
głos, który brzmi jak mama.**

kto cię ogrywa?

przewodnik: jak nie być czyimś narzędziem.

Deepfake i dezinformacja grają na Twoich emocjach,
opiniach i decyzjach. Zobacz od środka, kto na tym
zarabia, jak działa ten mechanizm - i jak go przerwać.

0 s  90 s



1

mity, w które wierzy pół internetu

mit

„deepfake zawsze widać gołym okiem”

fakt

Może rok temu. Dziś coraz częściej nie da się go odróżnić od prawdy. Weryfikacja źródła bije wypatrywanie glitchy.

mit

„mnie nie nabiorą, jestem ogarnięty”

fakt

Manipulacja nie celuje w inteligencję, tylko w emocje. Nabierają się wszyscy.

mit

„udostępnienie nic nie zmienia”

fakt

To decyzja. Twój share daje fałszowi darmowy zasięg i podbija algorytmy.

mit

„100 tysięcy lajków? to na pewno prawda”

fakt

Liczby da się kupić, a fake newsy powielają się mimowolnie. Popularność nie oznacza prawdy.

im bardziej coś „oczywiste”, tym bardziej warto sprawdzić.

2 kto zyskuje na dezinformacji?

Dezinformacja to nie chaos i przypadek. **To biznes i potężne narzędzie wpływu.** Ktoś w to inwestuje, bo mu się zwyczajnie opłaca: w pieniądzu, zasięgach albo wpływie na to, co myślisz.

1 farmy treści

konta produkujące hurtowe clickbaity, żeby zarobić na reklamach z wyświetleń.

2 oszuści (scam)

deepfake'i „celebrytów” reklamujące fałszywe inwestycje, „darmowe iPhone'y", loterie - i telefony z modulowanym głosem najbliższych.

3 trolle i farmy botów

podbijają jeden przekaz tak, aby wyglądał na opinię „wszystkich” i wpływał na nastroje. Widać to w komentarzach na Facebooku czy X.

4 gracze polityczni

fałszywe wypowiedzi i „newsy” zmieniają opinię społeczeństwa przed wyborami.

5 po prostu ludzie - w emocjach

to często my. Podajemy dalej w dobrej wierze, nieświadomie wykonując robotę kogoś innego.

**kiedy nie wiesz, czemu wierzyć -
spytaj, kto na tym zyskuje.**

trzy sytuacje, jeden schemat

Te scenariusze dzieją się codziennie. Zobacz, co robić:

case #1 „głos mamy” prosi o przelew

Dzwoni ktoś z głosem bliskiej osoby (klon AI): jest wypadek, trzeba szybko przelać blika.

co robić: rozłącz się i zadzwoń na jej właściwy numer. Ustalcie w domu „hasło rodzinne”, którego nie zna ani AI, ani oszust.

case #2 celebryta „poleca inwestycję”

Deepfake znanej osoby zachwala apkę, która „w trzy miesiące potroi to, co wpłacisz”.

co robić: żadna realna inwestycja nie działa przez losowy link. Sprawdź, czy ta osoba naprawdę to mówiła - poszukaj oryginału i wiarygodnych źródeł.

case #3 screen „wypowiedzi” twojego kolegi

Na grupie klasowej krąży screen: kolega „napisał” coś obraźliwego o Tobie. Jest ucięty, bez godziny i daty.

co robić: screen to nie dowód - robi się go w 30 sekund. Szukaj oryginału i sprawdzonych źródeł. Nie ma? Znasz odpowiedź.

schemat ten sam: emocja + presja czasu = sprawdź, zanim zrobisz.

4

sprawdź swój refleks informacyjny

Zaznacz, ile razy odpowiesz „tak”. **Traktuj to z przymrużeniem oka** - to zabawa i punkt wyjścia do refleksji, nie egzamin. Nie weryfikuje Twojej faktycznej wiedzy.

☐ Zdarza mi się udostępnić coś od razu, bo wywołało we mnie emocje (strach, złość).

☐ Klikam like/share na podstawie samego nagłówka, bez wejścia w treść.

☐ Wierzę bardziej treści, która pasuje do tego, co już myślę.

☐ Rzadko sprawdzam, kto właściwie wrzucił dany post.

☐ Zwykle nie sprawdzam daty ani oryginału nagrania.

☐ Kiedy widzę „badanie” albo powołanie na autorytet naukowy, od razu wierzę.

0-1

Świetny refleks informacyjny. Przeciwdziałasz dezinformacji - trzymaj tak dalej!

2-3

Normalka - ale masz kilka nawyków, nad którymi warto popracować.

4-6

Idealny „przekaznik” fake'ów. Dobra wiadomość: wystarczy się zatrzymać.

protokół 60 sekund

Żeby sprawdzić treść z social mediów, nie musisz tracić godzin. **Wystarczy 60 sekund. Tyle ma każdy.**

0-10 s

emocja

Nazwij, co czujesz. Mocno? To lampka ostrzegawcza, nie green flag.

10-25 s

nadawca

Kto to wrzucił? Od kiedy istnieje konto? Kto na tym zyskuje?

25-45 s

drugie źródło

Piszą o tym inne wiarygodne miejsca? Jest oryginał?

45-60 s

decyzja

Potwierdzone → możesz kliknąć share. Wątpliwe → scrollujemy dalej.

0 s

60 s

nie musisz udowadniać, że coś jest fake.

Brak potwierdzenia, że to prawda - wystarczy.

6

ups, już udostępniłem/am. co dalej?

Każdemu zdarza się powielić nieprawdziwą informację. Jesteśmy przebadźcowani, atakowani viralami z każdej strony. **Są jednak rzeczy, które możesz zrobić:**

1

Usuń swój post / wycofaj share - odetnij zasięg.

2

Sprostuj - krótko. Podaj źródła.

3

Ostrzeż innych, którzy udostępniili - daj znać znajomym i rodzinie.

4

Zgłoś treść - w danej aplikacji. Nielegalne rzeczy - na dyzurnet.pl.

każdy daje się nabrać.

ogarniesz to? myślisz krytycznie.

Naprawienie pomyłki to nie wstyd - to dowód, że myślisz samodzielnie i bierzesz odpowiedzialność za swój kawałek internetu.

fałsz potrzebuje twojego kciuka, żeby żyć.

nie dawaj mu paliwa.

116 111 - telefon zaufania, 24/7

dyzurnet.pl - zgłoś nielegalne treści



fałsz potrzebuje twojego kciuka, żeby żyć.

nie dawaj mu paliwa.

116 111 - telefon zaufania, 24/7

dyzurnet.pl - zgłoś nielegalne treści

fact-checkery: Demagog.org.pl • AFP Sprawdzam • Konkret24 • Fakenews.pl



Ministerstwo
Edukacji Narodowej



półtorej
minuty

poltorejminuty.pl • kontakt@poltorejminuty.pl