



fundacja instytut
CYBERBEZPIECZEŃSTWA

Budowanie odporności na manipulacje online



Fundusz
Sprawiedliwości



Ministerstwo
Sprawiedliwości

Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości



Jednym ze źródeł najszybszego i bezpośredniego dostępu do informacji jest internet, który stał się nie tylko miejscem błyskawicznego udostępniania treści, lecz także przestrzenią do wyrażania naszych opinii i poglądów. Nigdy przedtem (przed rozwojem internetu) człowiek nie mógł tak łatwo dotrzeć do wiadomości, danych i analiz, a jednocześnie nigdy nie był tak bardzo narażony na manipulację, która staje się realnym zagrożeniem dla naszego prawidłowego odbioru otaczającej rzeczywistości. W tej sytuacji szczególnego znaczenia nabiera edukacja, rozumiana nie tylko jako formalny proces nauczania, lecz także jako kształtowanie kompetencji krytycznego myślenia, poznawanie mechanizmów funkcjonowania manipulacji oraz nabywanie umiejętności analizy źródeł i refleksyjnego korzystania z mediów, co stopniowo buduje naszą odporność na tego typu internetowe pułapki.

Manipulacja w przestrzeni cyfrowej

Manipulacja jest zawsze działaniem celowym, polegającym na wprowadzaniu w błąd odbiorcy przez zniekształcenie faktów. To forma wywierania wpływu na ludzi, a w szczególności na ich emocje, opinie, zachowania i decyzje. Przez podporządkowanie sobie kogoś w ten sposób osoba manipulująca dąży do realizacji własnych celów.

Manipulacja w internecie może przyjmować formy dezinformacji, propagandy, perswazji, trollingu, clickbaitów czy manipulacji wizualnych, takich jak deepfake. Najłatwiej szerzyć ją za pomocą mediów społecznościowych. Oprócz wykorzystania technologii i sposobu prezentacji informacji manipulatorzy stosują także pewne sztuczki psychologiczne, których poznanie jest pierwszym krokiem do skutecznej obrony przed nimi. Po pierwsze, odwołują się one do poczucia strachu i troski o pewne wartości, czego przykładem może być wojna informacyjna prowadzona przez Rosję z państwami europejskimi. Po drugie, jest to posiłkowanie się siłą autorytetu przez przypisywanie pewnych słów lub zachowań osobom mającym renomę w danym obszarze tematycznym. Manipulatorzy wykorzystują również zasadę konformizmu, zgodnie z którą jesteśmy skłonni do przy-

mowania opinii grupy, co może przejawiać się w masowej dezinformacji, chociażby w komentarzach pod przygotowanym do tego celu postem. Komentarze pochodzą wtedy od botów lub nieprawdziwych kont, a ich natężenie sprawia, że zaczynamy rozważać, czy masowo podzielany pogląd nie jest przypadkiem słuszny.

Zagrozenie stanowią również bańki informacyjne. Przeciętny użytkownik będzie szukał w sieci potwierdzenia swoich poglądów i ignorował tym samym treści, które są z nimi sprzeczne. Z czasem algorytm wyeliminuje z naszej „bańki” te drugie, a my będziemy otrzymywali wyłącznie satysfakcjonujące nas materiały. Jeśli ich przekaz jest manipulowany, użytkownik traci szansę na skonfrontowanie go z odmiennymi treściami i przyjmuje go jako coś prawdziwego i oczywistego.

Skutkami działalności internetowych manipulatorów są: podważanie zaufania do mediów, instytucji lub konkretnych osób, pogłębiające się podziały w społeczeństwie oraz wpływ na nasze indywidualne przekonania i wybory polityczne czy ekonomiczne.



Edukacja medialna i cyfrowa jako narzędzie obrony

Badania przeprowadzone w USA pokazują, że już osoby w wieku 13–17 lat czerpią informację najczęściej z internetu, a zwłaszcza mediów społecznościowych lub serwisu YouTube. Wynik ten staje się tym bardziej niepokojący przy zestawieniu z badaniami przeprowadzonymi w Wielkiej Brytanii, zgodnie z którymi tylko ok. 2% dzieci i młodzieży ma kompetencje umożliwiające rozpoznanie

autentyczności przekazu w internecie, przy czym większe narażenie na manipulację w sieci zauważono u osób pochodzących z rodzin uboższych i słabiej wykształconych.

Wobec tak dużej skali tego zjawiska edukacja oparta wyłącznie na przekazywaniu wiedzy faktograficznej okazuje się dziś niewystarczająca. Tym samym wzrasta rola edukacji medialnej, rozumianej jako proces

kształtowania umiejętności krytycznego odbioru i analizy przekazów medialnych. Jej zadaniem jest przede wszystkim nauczenie, jak korzystać z mediów, jak rozumieć ich przekaz, rozpoznawać dezinformację, intencje nadawcy i kontekst społeczny.

Obok edukacji prowadzonej w szkołach dla najmłodszych użytkowników sieci coraz większego znaczenia nabiera edukacja nieformalna – realizowana dzięki inicjatywom społecznym, instytucjom kultury czy mediom publicznym. W Polsce doskonałym przykładem tego typu praktyk jest działalność takich organizacji, jak Demagog (<https://demagog.org.pl>) lub NASK (www.nask.pl).

Edukacja medialna w kontekście budowania odporności na manipulację online nigdy nie będzie miała swojego ustalonego na lata programu nauczania, ponieważ oszuści internetowi wciąż szukają nowych sposobów na zmanipulowanie odbiorców, dlatego bieżące doszkalanie się użytkowników z technik fact-checkingowych jest tutaj kluczowe. Oprócz obserwowania portali zajmujących się zwalczaniem fałszywych informacji ważne okazuje się też wyrabianie w sobie pewnych nawyków, które pomogą nam skutecznie unikać zmanipulowanych treści w internecie. Należą do nich m.in. weryfikacja strony/konta w mediach społecznościowych, z których pochodzi dana informacja, sprawdzanie daty i kontekstu czy zwrócenie uwagi na emocje, jakie wzbudził w nas tekst.

Kształtowanie umiejętności krytycznego myślenia

Budowanie odporności na manipulację w sieci nie jest możliwe bez trenowania umiejętności krytycznego myślenia, przy czym nie chodzi tu o to, by automatycznie podawać w wątpliwość wszystko, co przeczytamy w sieci. Krytyczne myślenie leży u podstaw edukacji medialnej i polega na kształtowaniu postawy dociekliwości i

refleksji. Osoby mające krytyczne podejście do wyszukiwanych treści zadają wiele pytań, porównują źródła, szukają potwierdzenia i analizują różne punkty widzenia, co buduje metaforyczną ścianę między użytkownikiem a napływem zmanipulowanych treści.

Budowanie odporności informacyjnej to nie jednorazowe działanie, lecz długofalowy proces wymagający naszego świadomego zaangażowania. Tylko przez edukację, refleksję i odpowiedzialne korzystanie z

mediów cyfrowych możliwe jest stworzenie przestrzeni komunikacyjnej, w której będziemy mogli poczuć się pewnie i bezpiecznie.

Źródła:

- Domańska E., Dezinformacja – czym jest i jak ją zweryfikować, Cyberprofilaktyka NASK, https://cyberprofilaktyka.pl/blog/dezinformacja---czym-jest-i-jak-ja-zweryfikowac_i23.html (dostęp: 8.11.2025).
- Jak rozpoznać manipulację w sieci? Nie bądź narzędziem trolli!, NASK, 22.04.2025, <https://www.nask.pl/magazyn/jak-rozpoznać-manipulację-w-sieci-nie-bądź-narzędziem-trolli> (dostęp: 8.11.2025).
- Piechna J., Edukacja medialna na rzecz bezpiecznego konsumowania internetowych treści przez dzieci, Cyberprofilaktyka NASK, https://cyberprofilaktyka.pl/blog/edukacja-medialna-na-rzecz-bezpiecznego-konsumowania-internetowych-treści-przez-dzieci_i44.html (dostęp: 8.11.2025).



Fundusz
Sprawiedliwości



Ministerstwo
Sprawiedliwości

Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości

www.instytutcyber.pl



fundacja instytut
CYBERBEZPIECZEŃSTWA