KRZYŻÓWKI

Internet bez pułapek

O odporności na dezinformację i bezpieczeństwie w sieci



NASK
Ośrodek Analizy Dezinformacji NASK
PROJEKT FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA CYFRYZACJI
CWZD CENTRUM WALKI Z DEZINFORMACJĄ

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons.
Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne (CC BY-NC) 4.0 Międzynarodowe.

ISBN: 978-83-68356-33-5

2026

NASK – Państwowy Instytut Badawczy
ul. Kolska 12, 01-045 Warszawa,
www.nask.pl

Publikacja wyraża jedynie poglądy autorów i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministra Cyfryzacji.

DROGA CZYTELNICZKO! DROGI CZYTELNIKU!

Świat informacji zmienia się dziś szybciej niż kiedykolwiek wcześniej. Każdego dnia trafiają do nas setki wiadomości, komentarzy, artykułów czy materiałów wideo. W tym gąszczu informacji mogą pojawiać się fałszywe treści, rozpowszechniane celowo po to, by wprowadzić nas w błąd. To dezinformacja.

W publikacji, którą masz przed sobą, znajdziesz krzyżówki i łamigłówki, które w lekkiej i przyjemnej formie pomagają ćwiczyć odporność na dezinformację. To nasz przewodni temat – ale nie jedyny. Poruszamy tutaj również kwestie bezpieczeństwa w sieci i podstawowe zagadnienia związane ze światem cyfrowym, gdyż wszystkie te elementy towarzyszą nam każdego dnia podczas korzystania z internetu.

Aby ułatwić odnalezienie się w tych zagadnieniach, przygotowaliśmy także słowniczek pojęć, który pomoże Ci zarówno uporządkować wiedzę, jak i rozwiązać część łamigłówek. Na końcu gazetki znajdziesz odpowiedzi do wszystkich zadań.



Życzymy ciekawej lektury, dobrej zabawy i inspirujących odkryć!

Fałszywe, niedokładne lub wprowadzające w błąd treści, które są zaprojektowane, prezentowane i promowane w celu umyślnego wyrządzenia szkody publicznej lub osiągnięcia zysku – to właśnie dezinformacja. Możemy się z nią spotkać m.in. na platformach społecznościowych (takich jak np. Facebook czy X), choć nie tylko.

Podmioty rozpowszechniające dezinformację wykorzystują różnego rodzaju metody manipulacji, by wprowadzić odbiorców w błąd. Warto poznać kilka z nich – wówczas łatwiej będzie je zdemaskować, gdy ktoś będzie się nimi posługiwał.

- **Podszywanie się** – polega na wykorzystywaniu logotypów i nazw marek czy instytucji lub wizerunków rozpoznawalnych osób w celu wykorzystania ich wiarygodności do rozpowszechniania fałszywych informacji. Może obejmować m.in. tworzenie fałszywych profili na platformach społecznościowych.

- **Cherry picking** (czyt. czery piking) – w języku angielskim znaczy to dosłownie „wybieranie wiśni". Tym pojęciem określa się wykorzystywanie wybiórczych dowodów lub danych na potwierdzenie jakiejś tezy, przy jednoczesnym ignorowaniu pozostałych informacji, które przeczyłyby temu twierdzeniu.

- **Fałszywy kontekst** – to metoda manipulacji dotycząca przekazów, które przedstawiają prawdziwe zdjęcia, wideo czy opisy autentycznych wydarzeń w nieprawdziwym lub niepełnym świetle zmieniającym ich wydźwięk. Ktoś może na przykład przedstawiać zdjęcie sprzed lat, pochodzące z zagranicy, jako fotografię wykonaną w ostatnich dniach w Polsce.

- **Fałszywe powiązanie** – polega na sugerowaniu pozornych zależności między informacjami w rzeczywistości niezwiązanymi ze sobą. Jego celem jest wprowadzenie

odbiorcy w błąd poprzez wywołanie wrażenia, że dwa zjawiska są od siebie zależne.

- **Dowód anegdotyczny** – to argument opierający się na osobistych doświadczeniach lub pojedynczych przykładach, niepoparty badaniami lub danymi statystycznymi. Prowadzi do błędnych wniosków, zakładając przeniesienie indywidualnego doświadczenia na ogólny trend.

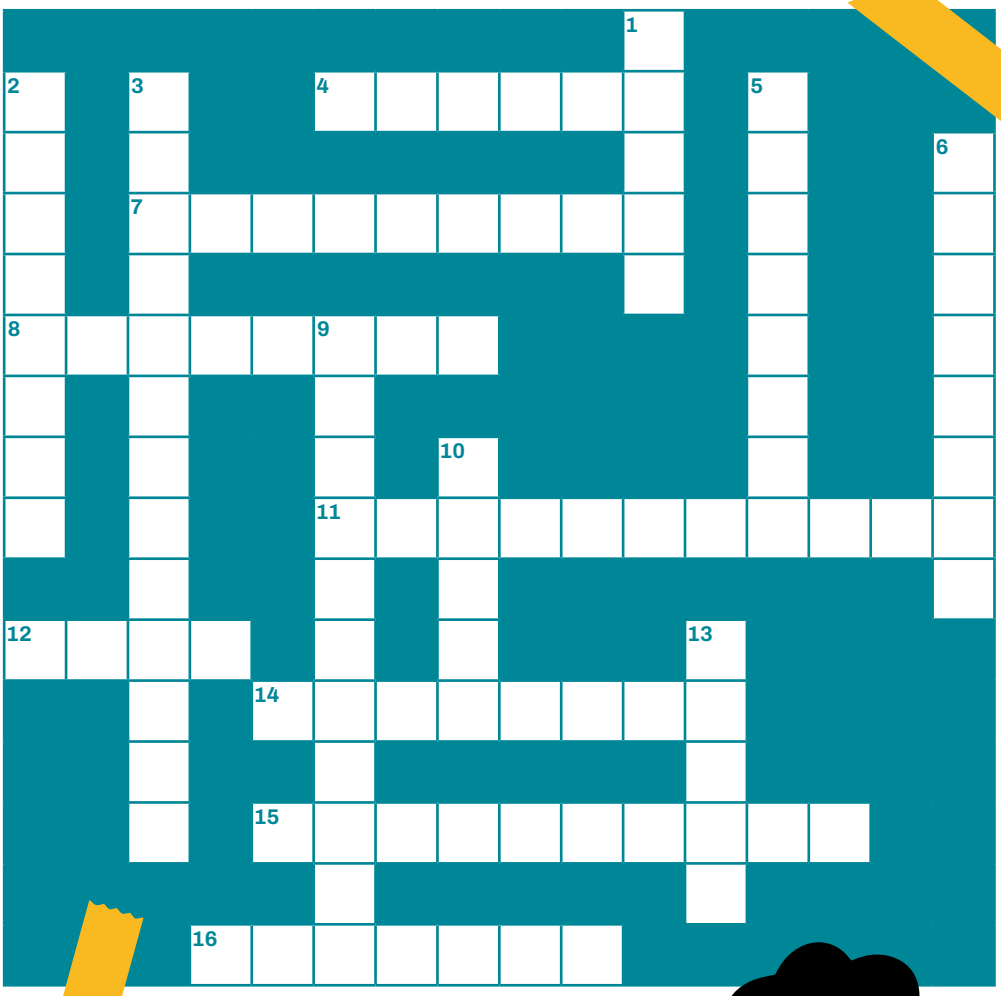


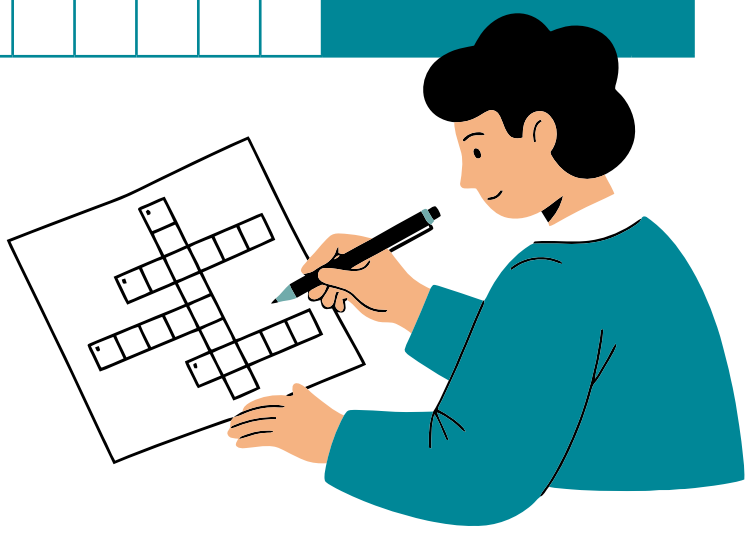
Warto wiedzieć

Współczesna technologia pozwala na generowanie fałszywych obrazów, filmów i dźwięków do złudzenia przypominających prawdziwe osoby i wydarzenia. To tzw. deepfake (czyt. dipfejk). Nie każdy materiał wideo, który widzisz w sieci, jest prawdziwy. Zanim uwierzysz, zatrzymaj się i sprawdź. Pośpiech nie jest dobrym doradcą – spokojna analiza danego materiału może uchronić Cię przed wpływem dezinformacji lub przed oszustwem internetowym.



Krzyżówka 1 [Wypełnij interaktywne pola]







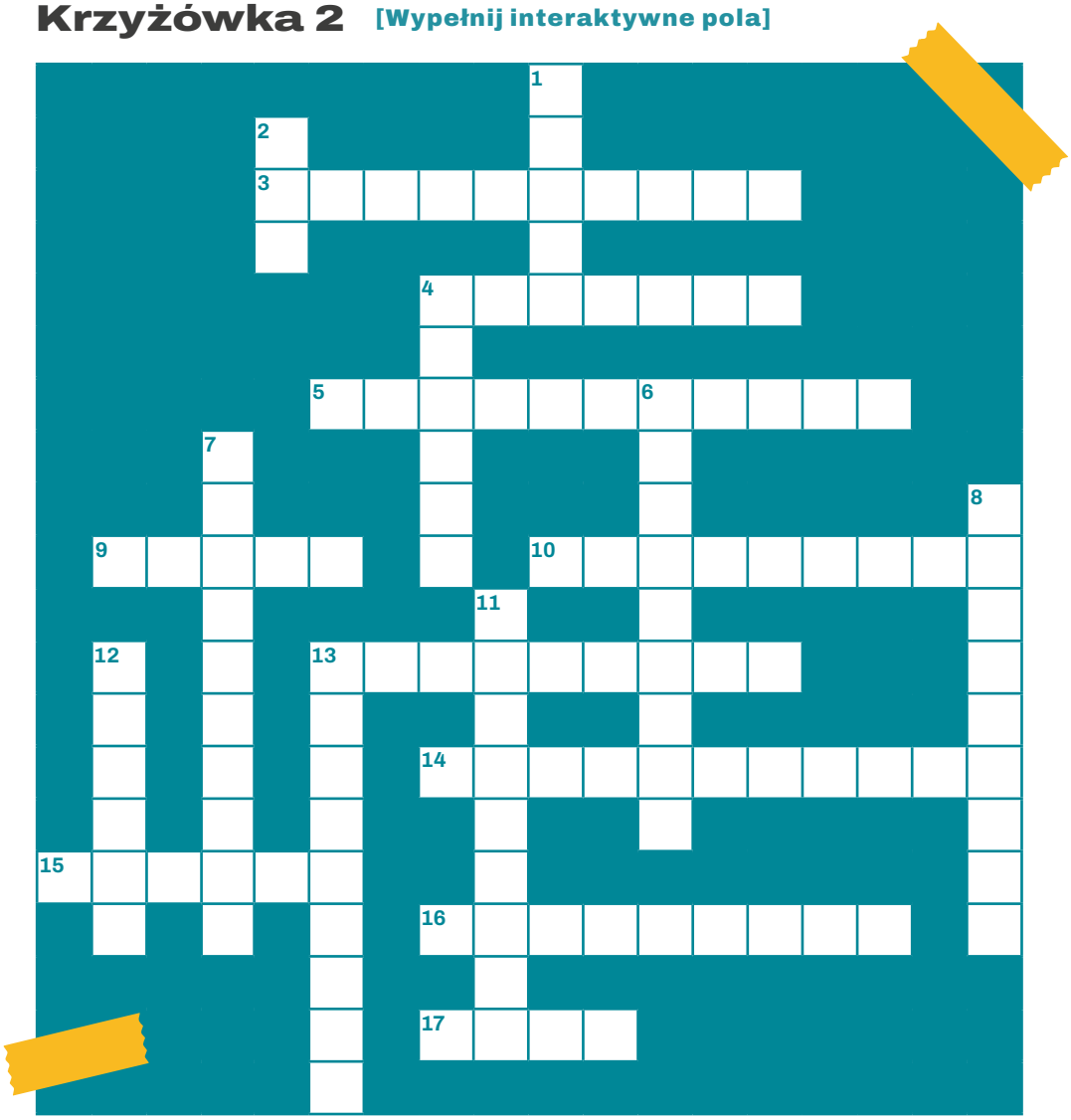
Pionowo

1. ...informacyjna – występuje, gdy otaczają nas treści zgodne z naszymi poglądami
2. Teoria... – zakłada istotny udział grupy konspiratorów w jakimś wydarzeniu
3. Fałsz rozpowszechniany celowo
5. Wymiana zdań
6. Globalna sieć komputerowa
9. Naukowa i Akademicka Sieć... – nazwa instytucji
10. Strony internetowej lub domowy
13. Nie opinie

Poziomo

4. Kłamliwa pogłoska przekazywana z ust do ust
7. Plik dodany do e-maila
8. Zapisane numery w telefonie
11. Udawanie kogoś innego
12. Cyfrowy... – wszystkie informacje, jakie zostawiamy po sobie w internecie
14. Zaskakująca wiadomość lub niezwykłe wydarzenie, które budzi emocje
15. Składanka ze zdjęć
16 Polubienia na platformach społecznościowych

Krzyżówka 2 [Wypełnij interaktywne pola]



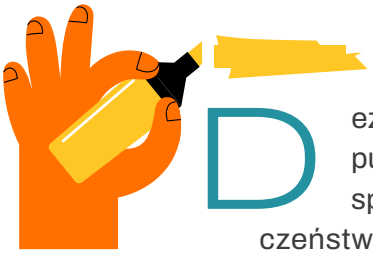
Pionowo

1. Moda lub popularna tendencja
2. Kod dostępu
4. Strona internetowa z informacjami lub ozdobne obramowanie drzwi
6. Krótki wpis pod treścią
7. Szerzenie poglądów lub haseł politycznych w celu sterowania przekonaniami odbiorców
8. Program zainstalowany na smartfonie
11. Potrzebna do niego nazwa użytkownika i hasło

12. Strzałka na ekranie komputera
13. Analizują zachowania użytkowników i decydują, jakie treści im wyświetlać

Poziomo

3. Popularny twórca w internecie
4. Internetowa audycja publikowana w odcinkach
5. Potwierdzanie faktów w oparciu o wiarygodne źródła
9. Prowokator w internecie
10. Utarte, uproszczone przekonanie o grupie ludzi
13. Osoba ciesząca się uznaniem i zaufaniem
14. Podział społeczeństwa – może być skutkiem dezinformacji
15. W nim pliki
16. Robienie czegoś bez ujawniania swojej tożsamości albo tryb korzystania z przeglądarki
17. Tzw. strumień treści, czyli lista wpisów wyświetlana użytkownikow



Dezinformacja może osłabiać zaufanie do instytucji publicznych, nauki czy mediów. Sprzyja podziałom społecznym i może negatywnie wpływać na bezpieczeństwo państwa. Może dotykać też pojedynczych osób – np. skłaniając je do podejmowania złych decyzji zdrowotnych, finansowych lub życiowych na podstawie fałszywych informacji.

Jak zatem budować swoją odporność na dezinformację? Warto wprowadzić w życie kilka dobrych praktyk:

Myśl krytycznie i zadawaj pytania

Nie przyjmuj automatycznie informacji za prawdziwą tylko dlatego, że jest popularna albo pasuje do Twoich poglądów. Zastanów się i zadaj sobie pytania: kto to mówi lub publikuje? Po co to robi? Na jakich dowodach się opiera i czy nie próbuje wywołać niepotrzebnego strachu lub oburzenia?

Sprawdzaj źródło

Zwracaj uwagę, kto jest autorem informacji i czy źródło jest wiarygodne. Sprawdź, czy artykuł pochodzi z uznanego medium, od instytucji publicznej, poważanej organizacji albo eksperta w danej dziedzinie. Uważaj na anonimowe profile.

Warto wiedzieć



W wielu serwisach internetowych (szczególnie na platformach społecznościowych) treści wyświetlane użytkownikom są dopasowywane do ich zainteresowań, wcześniejszych aktywności i preferencji. To tzw. personalizacja. Celem takiego działania jest przede wszystkim utrzymanie uwagi odbiorców.

Personalizacja może prowadzić do powstawania tzw. baniek informacyjnych. W „bańce" użytkownik widzi głównie treści zgodne z jego własnymi poglądami i zainteresowaniami. Rzadziej spotyka się z odmiennymi opiniami czy innym punktem widzenia. Może to utrudniać dostrzeganie pełnego obrazu rzeczywistości.

Odróżniaj fakty od opinii

Fakty można zweryfikować na podstawie danych. Opinie to interpretacje i oceny. Dezinformacja często miesza fakty z opiniami, żeby nadać subiektywnym twierdzeniom pozory prawdy. Warto pytać: czy to jest potwierdzona informacja, czy tylko czyjaś interpretacja?

Weryfikuj informacje w różnych źródłach

Nie opieraj się na jednym wpisie poście, filmie czy artykule. Porównuj informacje w kilku niezależnych źródłach, szczególnie gdy temat budzi silne emocje lub dotyczy zdrowia, bezpieczeństwa czy polityki. Korzystaj też z oficjalnych stron i komunikatów poszczególnych instytucji.



Warto wiedzieć

Sprawdzanie prawdziwości informacji poprzez analizę źródeł, danych i kontekstu, aby wykryć błędy, manipulacje lub dezinformację, to fact-checking (czyt. fakt czeking).

Istnieją specjalne serwisy (strony) fact-checkingowe, które zajmują się weryfikowaniem informacji publikowanych w mediach i internecie. Warto z nich korzystać!

Nie udostępniaj niesprawdzonych treści

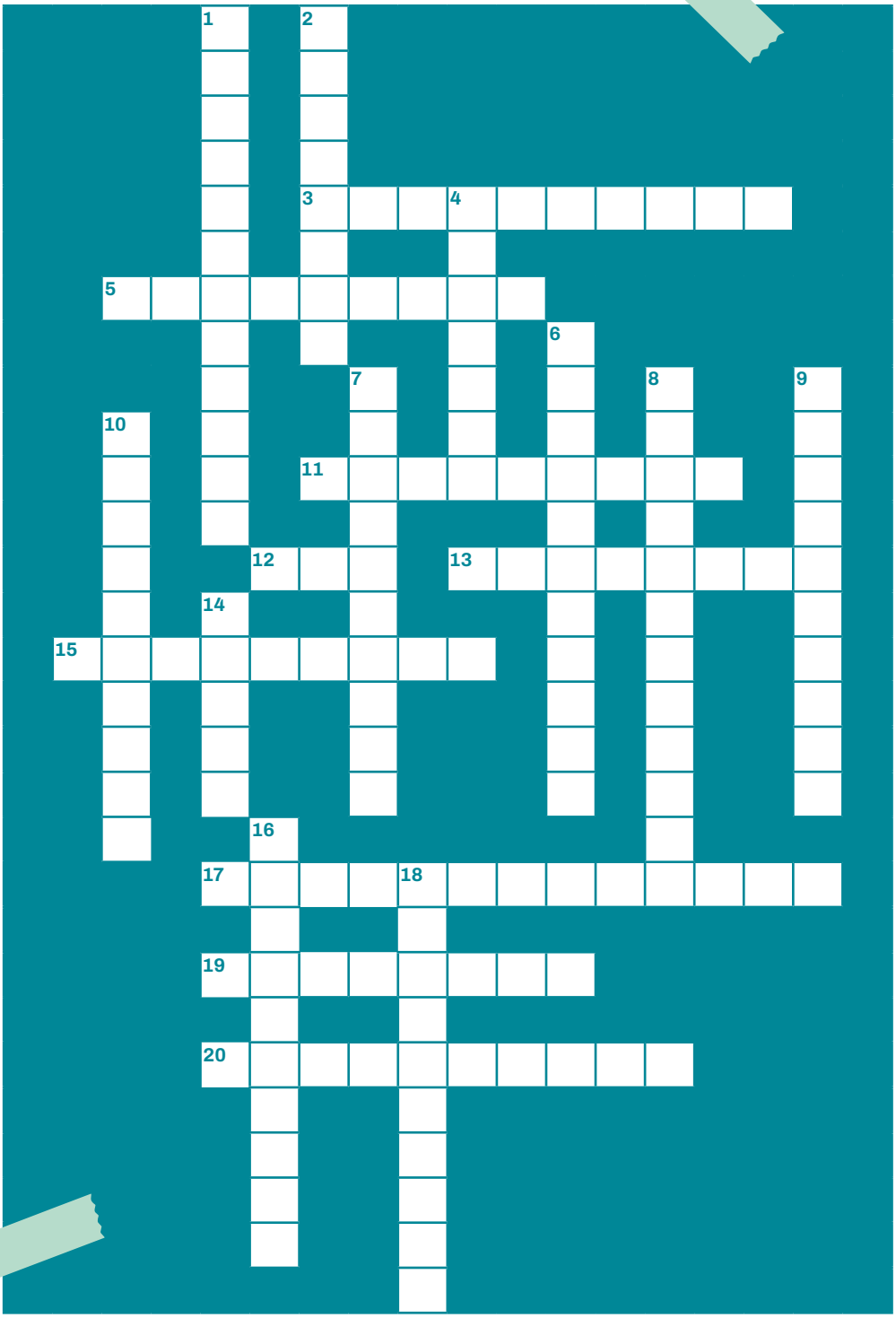
Zanim udostępnisz post lub film, poświęć chwilę na sprawdzenie, czy informacja nie jest zmanipulowana. Powielanie fałszywych treści – nawet przypadkowe – przyczynia się do szerzenia dezinformacji. Szczególną ostrożność warto zachować wobec materiałów wywołujących silne emocje lub nawołujących do natychmiastowego działania.



Widzisz dezinformację? Zgłoś ją do Ośrodka Analizy Dezinformacji NASK przez formularz dostępny na stronie:

www.zglos-dezinformacje.nask.pl

Krzyżówka 3 [Wypełnij interaktywne pola]



Pionowo

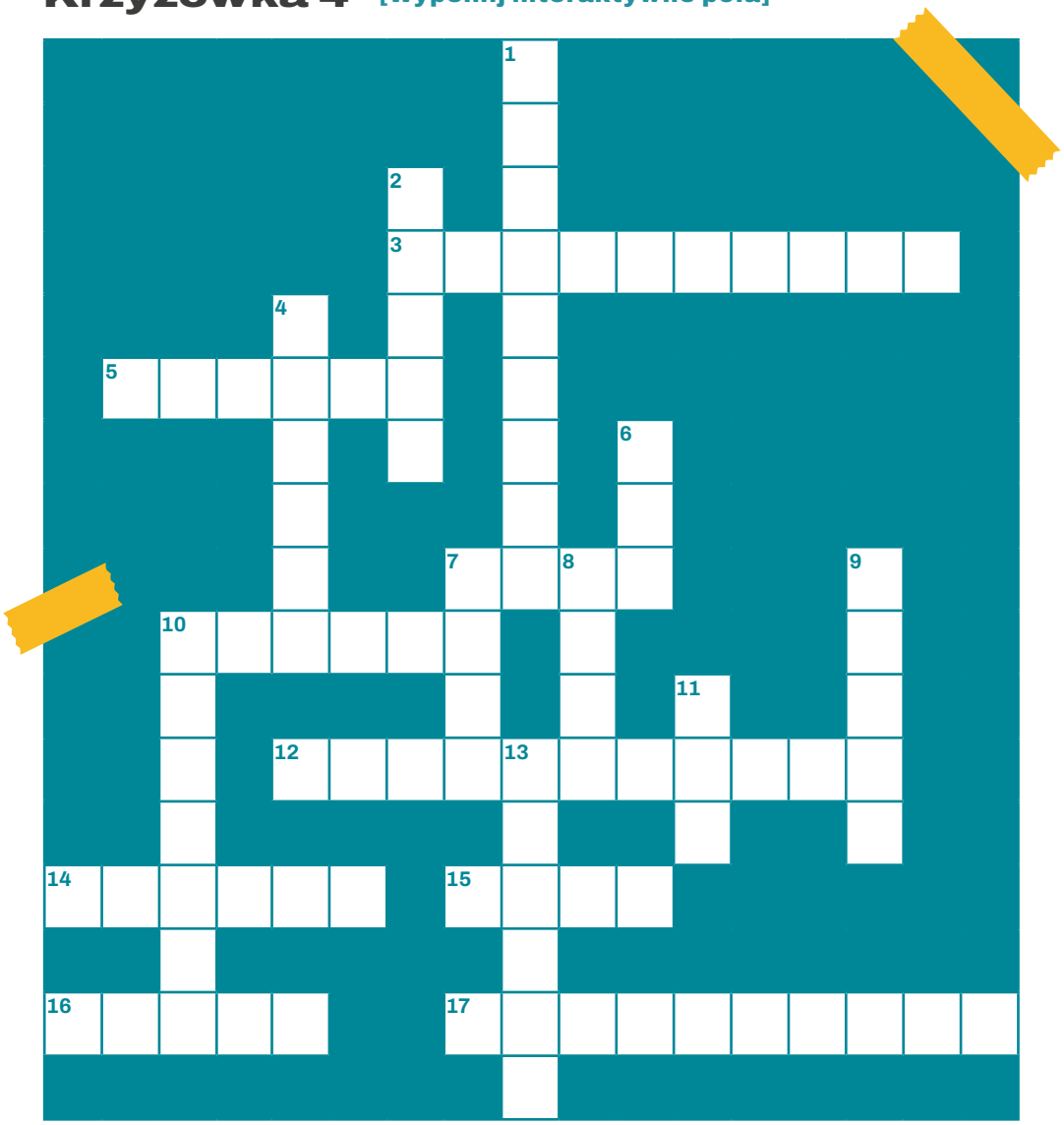
1. Zasady dbania o bezpieczeństwo w internecie
2. Wygenerowane zdjęcie lub wideo do złudzenia przypominające prawdziwe osoby i wydarzenia
4. Kozioł... – obwiniany za cudze błędy lub problemy
6. Podstępne wpływanie na czyjeś decyzje
7. Powątpiewający stosunek do czegoś
8. Instalacja nowszej, poprawionej wersji oprogramowania
9. Dbałość o prawdę i dokładność, sumienność
10. Osoba korzystająca z danej platformy lub usługi
14. Najświeższe informacje
16. Materiały, które prezentują zachowania uznawane za szkodliwe i destrukcyjne
18. Mowa... – język podżegający do wrogości wobec innych

Poziomo

3. Uzależnienie od smartfona
5. Sensacyjny tytuł, wyolbrzymiający faktyczną treść publikacji
11. Zbiór zasad dotyczących pozytywnych zachowań w sieci
12. Nie fakt
13. Gdy ktoś je wzbudza, uchodzi za wiarygodnego
15. Proces kontroli nad treściami tworzonymi przez użytkowników lub kierowanie dyskusją
17. Prawdziwa informacja publikowana w celu wyrządzenia szkody
19. Gdy informacja jest z niego wyrwana, może służyć manipulacji
20. Zachowujemy ją, gdy nie ujawniamy zbyt wiele



Krzyżówka 4 [Wypełnij interaktywne pola]



Pionowo

1. Sztuka przekonywania
2. Szkodnik w komputerze
4. Urządzenie jak gryzoń
6. Program, który imituje aktywność człowieka w internecie
7. Z ang. o czymś sztucznym, fałszywym, nieprawdziwym
8. Zespół reagowania na incydenty w cyberprzestrzeni
9. Treść w internecie, która



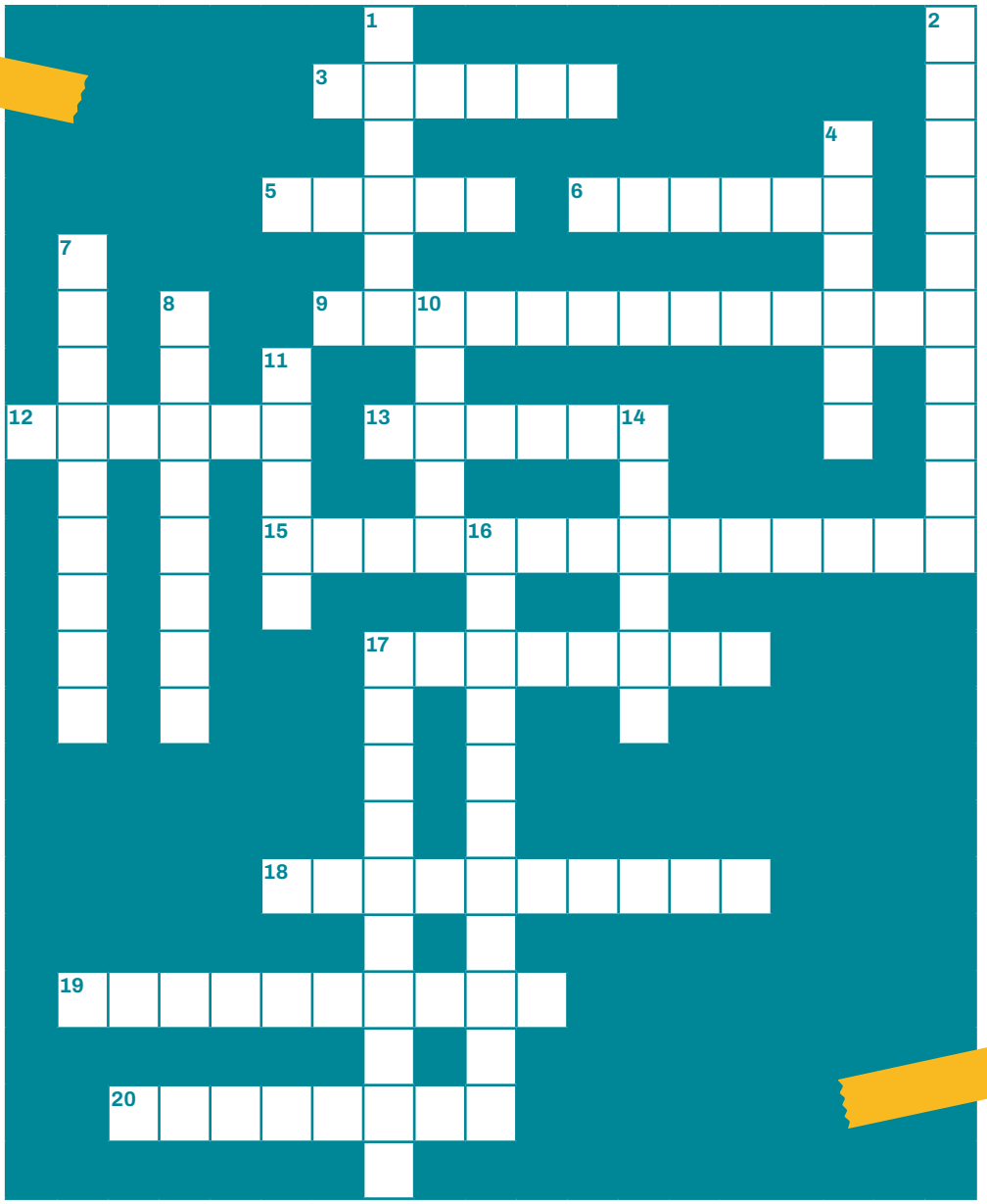
w krótkim czasie zyskuje bardzo dużą popularność

10. Przesyłanie środków na inne konto
11. Blokada konta użytkownika
13. Zdjęcie zrobione samemu sobie

Poziomo

3. Artystyczna lub oprogramowania
5. Kampania... – zorganizowane, długofalowe działania, mające na celu kształtowanie opinii publicznej
7. ...checking – z ang. weryfikacja faktów
10. Nie kłamstwo
12. Zakładanie konta w internecie lub numer identyfikacyjny pojazdu
14. Nie offline, lecz za pośrednictwem internetu
15. Znajduje się w folderze
16. Osobisty lub w sprawie
17. Zasługujący na zaufanie

Krzyżówka 5 [Wypełnij interaktywne pola]



Pionowo

1. Musi być wiarygodne, gdy pozyskujemy z niego informacje
2. Na niej enter i spacja
4. Zakres oddziaływania
7. Nieprywatny – np. profil w internecie

8. Na wnuczka lub na policjanta
10. Np. informacyjny – całkowite zamieszanie
11. Zwierzę w adresie e-mail
14. Główny ekran komputera z ikonami
16. Przedstawianie czegoś zgodnie ze stanem faktycznym, niezależnie od opinii i interesów
17. Tzw. „lajki”

Poziomo

3. Konto na platformie lub twarz widziana z boku
5. Nie tylko audio
6. Poważna dyskusja na ważny temat
9. Inaczej inżynieria społeczna
12. Zniekształcone widzenie lub błędna interpretacja
13. Przenośny komputer
15. Dopasowanie treści do użytkownika
17. Oszustwo polegające na wyłudzeniu danych przez podszycie się pod zaufaną instytucję
18. Tworzenie dowodów
19. Uzyskanie czegoś w wyniku podstępu, kłamstwa lub oszustwa
20. Schlebianie masom przez głoszenie chwytliwych haseł



WYKREŚLANKI Z UKRYTYM PRZESŁANIEM

Instrukcja

Najpierw znajdź wszystkie słowa z listy. Mogą być one zapisane poziomo, pionowo lub po skosie – zarówno od lewej do prawej, jak i wspak. Słowa mogą się krzyżować i współdzielić litery.

Gdy odnajdziesz już wszystkie słowa, przepisz kolejno niewykorzystane litery w puste pola, zaczynając od lewego górnego rogu. W ten sposób odkryjesz ukrytą wiadomość.

Wykreślanka 1



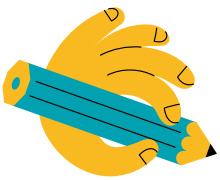
Znalezione słowa możesz wykreślać za pomocą narzędzia „Rysuj” dostępnego w programie, w którym otwierasz ten plik.

Szukaj ikony ołówka lub symbolu odręcznego rysunku.

S	I	P	W	M	F	T	T	G	A
B	O	T	E	A	R	S	Ż	Ę	J
C	W	D	K	O	K	D	R	I	C
H	I	T	L	E	A	T	Ó	S	A
A	Y	L	T	N	I	E	D	A	M
O	R	N	E	M	Y	F	Ł	Z	R
S	O	B	A	Ń	K	I	O	I	O
K	K	A	K	T	O	L	P	U	F
T	I	A	B	K	C	I	L	C	N
D	E	E	P	F	A	K	E	J	I



bańki
bot
chaos
clickbait
dane
deepfake
fakty
informacja
kontekst
media
mit
plotka
troll
wpis
zasięg
źródło



[Wypełnij interaktywne pola]

miejsce na hasło

_ _ _ _ _ _ _ _ _ _

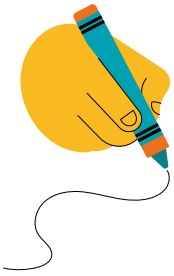
Wykreślanka 2



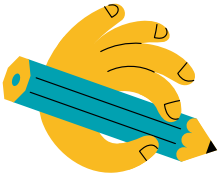
P H A S Ł O Z M T L
H A Ł Y M S Ś A I A
I N L U Ł S K N J M
S O K A T I K C R E
H R F Y N Y A T Y M
I T C U N S T Z N L
N S M I N P I N I A
G O G E E P O S T R
K O S P A M A I L I
L N O F T R A M S V

Znalezione słowa możesz wykreślać za pomocą narzędzia „Rysuj” dostępnego w programie, w którym otwierasz ten plik.

Szukaj ikony ołówka lub symbolu odręcznego rysunku.



fałsz
hasło
komunikat
link
login
mail
mem
phishing
PIN
post
sensacja
smartfon
SMS
spam
strona
tytuł
viral



[Wypełnij interaktywne pola]

_ _

miejsce na hasło





OSTROŻNOŚĆ ONLINE I NIE TYLKO – NA CO JESZCZE UWAŻAĆ?

Nieoczekiwane wiadomości SMS i e-mail

Wiadomości o „dopłacie do paczki", „blokadzie konta" czy „nieopłaconej fakturze" mogą być próbą oszustwa. Nie klikaj w linki przesyłane w takich SMS-ach lub e-mailach. Nigdy nie loguj się do banku ani innych usług przez link otrzymany w wiadomości.

Nieoczekiwane telefony

Oszuści mogą podszywać się pod bank, policję, urząd lub członka rodziny, aby wzbudzić zaufanie i skłonić ofiarę do działania. Często wywołują poczucie presji czasu i namawiają do pilnego wykonania przelewu, przekazania gotówki, podania danych lub instalacji aplikacji. Jeśli rozmowa budzi Twój niepokój lub ktoś wywiera na Tobie presję – rozłącz się i samodzielnie skontaktuj z daną instytucją lub osobiście.



Warto wiedzieć

Oszuści często próbują wzbudzić silne emocje, mówiąc o rzekomo zagrożonych oszczędnościach czy wypadku bliskiej osoby. Nie działaj pochopnie.

Wyjątkowo atrakcyjne oferty lub inwestycje

Uważaj na superokazje, podejrzanie tanie produkty, szybkie inwestycje i konkursy wymagające podania danych lub wpłaty pieniędzy. Jeśli oferta wydaje się zbyt dobra, by była prawdziwa – najczęściej jest próbą oszustwa.

Podejrzany SMS, e-mail lub telefon? Zgłoś go do zespołu CERT Polska. Możesz to zrobić na stronie www.incydent.cert.pl lub korzystając z zakładki „Bezpiecznie w sieci" w aplikacji mObywatel. Jeśli chcesz zgłosić podejrzaną wiadomość SMS, możesz przesłać ją na darmowy numer 8080. Dzięki takim zgłoszeniom możesz ochronić przed oszustwami nie tylko siebie, ale także innych użytkowników internetu.

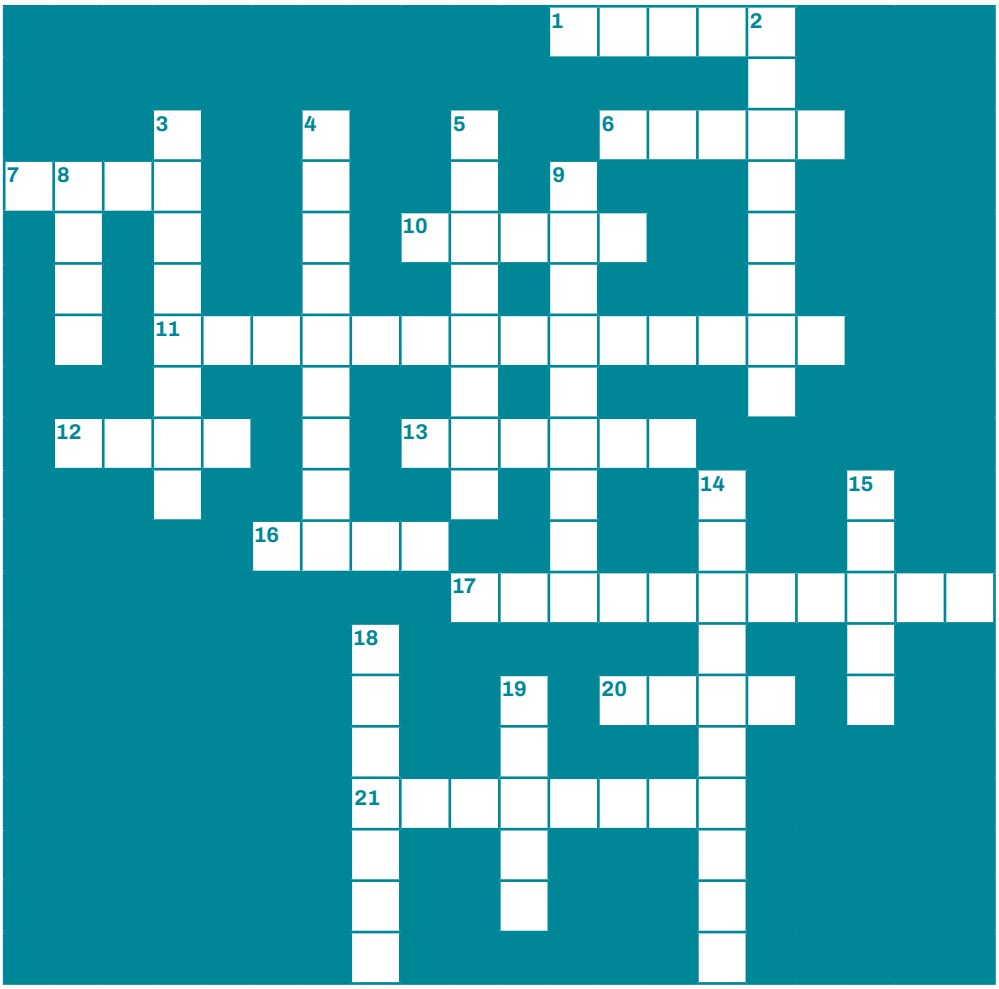


Warto wiedzieć

Zestaw nawyków, które pomagają chronić urządzenia, dane i prywatność podczas korzystania z internetu, to tzw. cyberhigiena. Obejmuje ona m.in. tworzenie silnych haseł (zawierających minimum 14 znaków) oraz instalowanie dostępnych aktualizacji systemów i aplikacji.



Krzyżówka 6 [Wypełnij interaktywne pola]



Pionowo

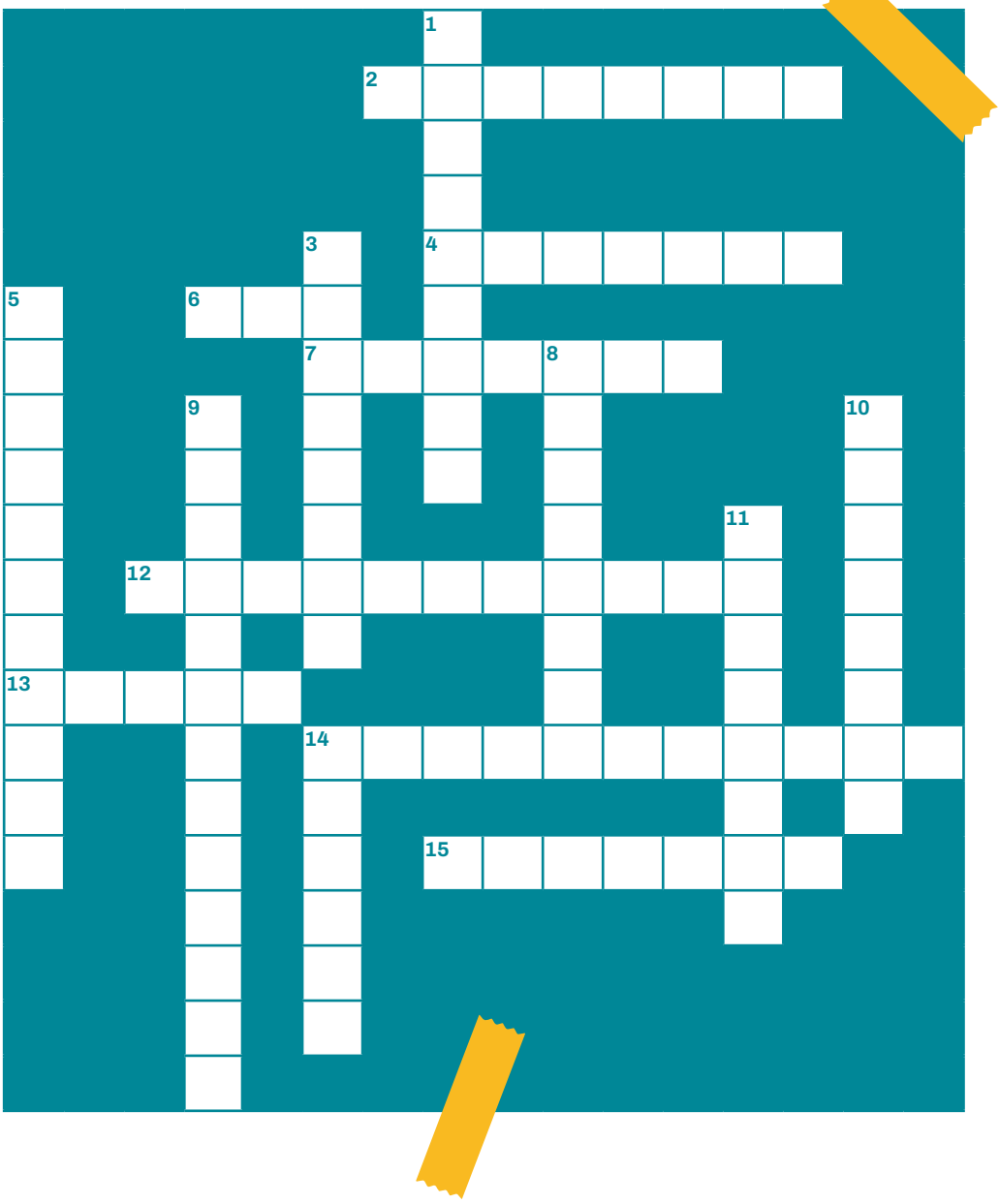
2. Przełamanie zabezpieczeń, nielegalne wejście gdzieś
3. Kształt i wielkość liter
4. Ścienny, na biurku lub w aplikacji
5. Kieszonkowy magnetofon lub aplikacja do nagrywania
8. Na ekranie komputera lub w ścianie budynku
9. Przestrzeń informacyjna
14. Podstęp lub podjudzanie do kłótni
15. ...klawiszowy – kombinacja na klawiaturze, która pozwala szybko wykonać konkretną czynność
18. Symbol powiadomienia
19. Miejsce publicznych wystąpień lub wymiany zdań w internecie

Poziomo

1. Oddziaływanie na kogoś
6. Słowa z czyjejś wypowiedzi
7. Na śmieci lub nieprzydatne pliki
10. W cerkwi lub na pulpicie komputera
11. Usunięcie aplikacji
12. Bezpieczeństwa lub prawna
13. Wymagający dyskrecji
16. Pisemna rozmowa w internecie
17. Nieprzenośny – np. telefon
20. Inaczej wideoblog – internetowy dziennik w formie wideo
21. Wpływu lub chirurgiczna



Krzyżówka 7 [Wypełnij interaktywne pola]





Pionowo

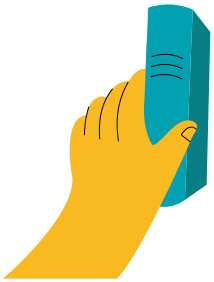
1. Zasili baterię telefonu
3. Telefon jak kieszonkowy komputer
5. Fałszywe stwierdzenia programów sztucznej inteligencji, omamy
8. Osoba prowadząca transmisję na żywo w internecie
9. Rodzaj przestępstwa online
10. Zespół osób, które przygotowują materiały do emisji lub druku
11. Utrwalony dźwięk lub film
14. Z obiektywem i migawką

Poziomo

2. Umieszczony nad tekstem
4. Wystawa sklepowa lub serwis internetowy
6. Śmieszny obrazek w internecie
7. Odbiorca e-maila
12. Wyolbrzymianie negatywnych cech
13. Twórca dzieła lub wpisu w internecie
14. Uwierzytelnienie lub zgoda autora na publikację wywiadu
15. Przed odpowiedzią

SŁOWNICZEK POJĘĆ

Najważniejsze zagadnienia związane z korzystaniem z internetu znajdziesz tutaj w podziale na trzy kategorie:



● **Dezinformacja**

▲ **Cyberhigiena**

✖ **Inne zagadnienia ze świata internetu**

A

▲ **Aktualizacja** – instalacja nowszej, poprawionej wersji oprogramowania lub aplikacji, która zwiększa bezpieczeństwo i zapewnia lepsze działanie. Regularne aktualizacje chronią urządzenia przed zagrożeniami. Gdy otrzymasz powiadomienie o czekającej aktualizacji – nie zwlekaj z jej pobraniem!

● **Algorytmy** – zestawy zautomatyzowanych reguł i procesów, które stosują platformy internetowe. Ich głównym celem jest prezentowanie treści, które są najbardziej atrakcyjne dla danego użytkownika, bazując na jego dotychczasowych zachowaniach, preferencjach i interakcjach.

B

✖ **Ban** – czasowa lub stała blokada dostępu do danej usługi internetowej, nakładana zwykle za naruszenie jej zasad.

● **Bańka informacyjna** – zjawisko wynikające ze spersonalizowanego wyświetlania treści w internecie. Ponieważ wyświetlane danemu użytkownikowi wpisy są dopasowane do jego preferencji na podstawie jego wcześniejszej aktywności w sieci, użytkownik ten widzi głównie takie treści, które potwierdzają jego własne poglądy. W rezultacie rzadko ma styczność z materiałami przedstawiającymi odmienny punkt widzenia.

● **Bot** – program mający na celu wykonywanie pewnych czynności za człowieka. Programy te wykorzystywane

są np. w automatycznych systemach obsługi klientów online (chatboty). Mogą być także wykorzystywane do szkodliwych działań – takich jak rozpowszechniania dezinformacji.

C

▲ **CERT Polska** – (Computer Emergency Response Team) – zespół reagowania na incydenty działający w strukturach NASK – Państwowego Instytutu Badawczego. Do jego zadań należy m.in. monitorowanie zagrożeń w sieci, reagowanie na zgłoszenia incydentów oraz ostrzeganie użytkowników przed cyberzagrożeniami i oszustwami internetowymi. Każdy może zgłosić do CERT Polska napotkane cyberzagrożenie – np. podejrzany e-mail, fałszywy sklep internetowy czy wiadomość SMS mogącą być próbą oszustwa.

● **Chaos informacyjny** – stan, w którym odbiorca zostaje przytłoczony nadmiarem treści – często sprzecznych, emocjonalnych lub fałszywych – przez co traci orientację i ma trudność z oceną wiarygodności informacji. Zjawisko to bywa celowo wywoływane lub wzmacniane przez twórców dezinformacji.

● **Cherry picking** (czyt. czery piking) – z ang. dosł. „wybieranie wiśni" – wykorzystywanie wybiórczych dowodów lub danych na potwierdzenie określonej tezy przy jednoczesnym ignorowaniu pozostałych informacji, które przeczyłyby temu twierdzeniu.

● **Clickbait** (czyt. klikbejt) – sensacyjny lub emocjonalny nagłówek, który ma przyciągać uwagę do danego materiału i skłonić odbiorców do jego otwarcia. Celowo wyolbrzymia lub zniekształca prezentowany temat, by zwiększyć liczbę kliknięć.

▲ **Cyberbezpieczeństwo** – działania mające na celu ochronę sieci, systemów, urządzeń i danych przed zagrożeniami oraz atakami w cyberprzestrzeni.

▲ **Cyberhigiena** – zestaw nawyków, które pomagają chronić urządzenia, dane i prywatność podczas korzystania z internetu.

▲ **Cyberoszustwo** – oszustwo dokonane przez internet.

✖ **Cyberprzemoc** – agresywne zachowania lub działania w sieci. Mogą przybierać różne formy (np. agresji słownej, upubliczniania upokarzających zdjęć i filmów, szantażu).

▲ **Cyfrowy ślad** – wszystkie informacje, jakie zostawiamy po sobie w internecie – świadomie lub nieświadomie – podczas korzystania z usług online.

D

● **Deepfake** (czyt. dipfejk) – wygenerowany przez sztuczną inteligencję fałszywy materiał audio lub wideo. Jego przykładem może być np. zmanipulowane nagranie przedstawiające osobę wypowiadającą słowa, które w rzeczywistości nigdy nie padły z jej ust.

● **Demonizacja** – przedstawianie osoby, grupy, instytucji lub zjawiska jako skrajnie złego, niebezpiecznego lub wrogiego, często w sposób uproszczony, jednostronny i wyolbrzymiony. Celem takiego zabiegu jest wzbudzenie strachu, niechęci, oburzenia lub wrogości.

● **Dezinformacja** – fałszywe, niedokładne lub wprowadzające w błąd treści, które są zaprojektowane, prezentowane i promowane w celu umyślnego wyrządzenia szkody publicznej lub osiągnięcia zysku.

● **Dowód anegdotyczny** – argument opierający się na osobistych doświadczeniach lub pojedynczych przykładach, niepoparty badaniami lub danymi statystycznymi. Prowadzi do błędnych wniosków, ponieważ zakłada przeniesienie indywidualnego doświadczenia na ogólny trend.

F

● **Fact-checking** (czyt. fakt czeking) – sprawdzanie prawdziwości informacji poprzez analizę źródeł, danych i kontekstu, aby wykryć błędy, manipulacje lub dezinformację.

- **Fake** (czyt. fejk) – coś fałszywego, podrobionego lub wprowadzającego w błąd.
- **Fałszywy autorytet** – osoba przedstawiana jako ekspert, w rzeczywistości nieposiadająca odpowiednich kompetencji. Jest wykorzystywana do nadawania pozorów wiarygodności fałszywym treściom. Przykładem mogą być fałszywi lekarze, którzy podszywają się w internecie pod specjalistów i zachęcają do stosowania niesprawdzonych metod leczenia lub produktów, mimo że nie mają wykształcenia medycznego.
- **Fałszywy kontekst** – metoda manipulacji dotycząca przekazów, które przedstawiają prawdziwe zdjęcia, wideo czy opisy autentycznych wydarzeń w nieprawdziwym lub niepełnym świetle, zmieniającym ich znaczenie.
- **Fałszywe powiązanie** – metoda manipulacji polegająca na tworzeniu pozornych zależności między informacjami w rzeczywistości niezwiązanymi ze sobą. Jej celem jest wprowadzenie odbiorcy w błąd poprzez wywołanie wrażenia, że dwa czynniki są od siebie zależne.
- **Feed** (czyt. fid) – tzw. strumień treści, czyli lista wpisów wyświetlana użytkownikowi w aplikacji lub serwisie internetowym – najczęściej odnosi się do platform społecznościowych.
- ✖ **Fonoholizm** – uzależnienie od telefonu.

G

- ✖ **Geolokalizacja** – ustalanie położenia geograficznego osoby, urządzenia albo obiektu.

H

- ✖ **Halucynacje** – odpowiedzi generowane przez narzędzia sztucznej inteligencji, które brzmią wiarygodnie, ale zawierają błędne lub zmyślone informacje.
- ▲ **Hasło** – tajny ciąg znaków służący do logowania i ochrony dostępu do konta lub urządzenia. Silne hasło powinno być trudne do odgadnięcia i długie – powinno zawierać co najmniej 14 znaków.

✖ **Hejt** – obrażanie, poniżanie lub wyśmiewanie innych użytkowników w sieci.

I

● **Influencer** (czyt. influenser) – osoba publikująca treści w internecie, która dzięki swojej popularności może wpływać na opinie, decyzje i zachowania swoich odbiorców.

● **Infosfera** – środowisko informacyjne; wszystkie treści, kanały czy technologie związane z tworzeniem, obiegiem i odbiorem informacji.

K

● **Kampania wpływu** – zorganizowane, długofalowe działania, mające na celu kształtowanie opinii publicznej. W odniesieniu do dezinformacji, możesz spotkać się także z określeniem „operacja wpływu".

✖ **Komunikator** – aplikacja lub program służący do wysyłania wiadomości w czasie rzeczywistym (tekstowych, głosowych lub wideo) między dwiema osobami lub grupą.

● **Kozioł ofiarny** – osoba, grupa lub instytucja, której przypisuje się winę za problem, kryzys lub negatywne zjawisko, po to by odwrócić uwagę od prawdziwych przyczyn lub sprawców.

L

▲ **Link** – klikalny odsyłacz prowadzący do strony internetowej, pliku lub innego zasobu dostępnego online.

▲ **Login** – unikalna nazwa użytkownika potrzebna do zalogowania się do konta, systemu lub aplikacji.

M

● **Malinformacja** – treści prawdziwe, wykorzystywane w sposób szkodliwy lub złośliwy, w celu wyrządzenia krzywdy. Mogą być związane np. z upublicznianiem informacji prywatnych.

- **Mem** – krótka treść publikowana w internecie – najczęściej obrazek z podpisem – która w prosty, często humorystyczny sposób komentuje wydarzenia, zachowania lub zjawiska społeczne.
- **Misinformacja** – Treści nieprawdziwe, tworzone i rozpowszechniane bez intencji wyrządzenia szkody. Mogą powstawać w wyniku błędu lub braku rzetelności.
- **Moderacja** – proces sprawdzania i porządkowania treści publikowanych przez użytkowników danej platformy internetowej, tak aby były zgodne z zasadami i nie naruszały prawa ani nie zagrażały bezpieczeństwu innych osób.
- **Mowa nienawiści** – forma wypowiedzi, która znieważa, pomawia bądź rozbudza nienawiść wobec jakiejś osoby lub grupy.

N

- **Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa – Państwowy Instytut Badawczy (NASK)** – instytucja publiczna, której kluczowym polem aktywności są działania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa internetu. Instytut prowadzi działalność naukową i badawczą oraz realizuje projekty edukacyjne.
- **Netykieta** – internetowy odpowiednik etykiety, czyli zbiór zasad dotyczących pozytywnych zachowań w sieci. Obejmuje np. szacunek wobec innych użytkowników i przestrzeganie regulaminów poszczególnych serwisów.
- **Newsy** (czyt. niusy) – aktualne wiadomości publikowane w mediach.
- **Nick** (czyt. nik) – pseudonim w internecie; nazwa, której użytkownik używa zamiast prawdziwego imienia i nazwiska na niektórych platformach internetowych.

O

- **Online / offline** (czyt. onlajn / oflajn) – określenia opisujące, czy urządzenie lub użytkownik jest połączony z internetem (online), czy nie (offline).

- **Ośrodek Analizy Dezinformacji NASK** – jednostka zajmująca się monitorowaniem, analizą i opisywaniem zjawiska dezinformacji w polskiej infosferze.

P

- **Patotreści** – materiały prezentujące zachowania uznawane za szkodliwe i destrukcyjne. Ukazują np. agresję, przemoc seksualną, okrucieństwo wobec zwierząt, zażywanie narkotyków lub innych substancji psychoaktywnych.
- **Personalizacja** – dostosowywanie treści, reklam i rekomendacji do indywidualnych zachowań, preferencji i cech danego użytkownika.
- **Phishing** (czyt. fiszing) – rodzaj oszustwa polegający na wyłudzaniu poufnych danych, takich jak login i hasło, dane karty płatniczej czy kody do płatności. Oszuści często podszywają się pod znane firmy, instytucje lub bliskie osoby, wywołują presję czasu i próbują skłonić do szybkiego działania poprzez fałszywe e-maile, SMS-y, wiadomości lub reklamy w mediach społecznościowych.
- **Platformy społecznościowe** (media społecznościowe, social media) – serwisy i aplikacje internetowe, w których użytkownicy mogą tworzyć treści, udostępniać je innym oraz wchodzić ze sobą w interakcje poprzez komentarze, reakcje, wiadomości czy obserwowanie profili.
- **Podcast** (czyt. podkast) – internetowa audycja publikowana w odcinkach.
- **Podszywanie się** – używanie logotypu lub wizerunku w celu wykorzystania wiarygodności danego podmiotu lub osoby do oszustw lub szerzenia fałszywych informacji.
- **Polaryzacja** – proces podziału społeczeństwa lub grupy ludzi na przeciwstawne obozy o odmiennych poglądach, prowadzący do radykalizacji stanowisk i utrudniający dialog oraz wzajemne zrozumienie. Zjawisko to może być wzmacniane przez dezinformację.
- **Post** – wpis opublikowany w internecie, zwykle na platformie społecznościowej, widoczny dla innych użytkowników.

✖ **Profil** – konto użytkownika w serwisie internetowym lub aplikacji.

▲ **Prywatność** – kontrola nad własnymi danymi osobowymi i informacjami o sobie podczas korzystania z sieci. Dbanie o prywatność w internecie obejmuje m.in. ostrożne udostępnianie informacji na swój temat oraz odpowiednie ustawienia prywatności na platformach, pozwalające ograniczyć widoczność publikowanych wpisów. Jest to szczególnie ważne, ponieważ dane na temat użytkowników mogą być wykorzystywane np. do oszustw.

● **Pseudonauka** – poglądy lub metody, które wyglądają na naukowe, ale nie są potwierdzone badaniami.

R

● **Reakcje** – krótkie sygnały zwrotne, które użytkownicy zostawiają pod postami, komentarzami, zdjęciami czy filmami w internecie. Mają formę ikon (np. „lubię to", serce, śmiech, złość).

✖ **Rejestracja** – założenie konta (profilu) na stronie lub w aplikacji.

S

▲ **Scam** (czyt. skam) – oszustwo, najczęściej internetowe, polegające na próbie wyłudzenia pieniędzy, danych osobowych lub dostępu do kont.

✖ **Scrollowanie** (czyt. skrolowanie) – przewijanie zawartości ekranu na urządzeniu. Zwykle odnosi się do przeglądania treści na smartfonie.

✖ **Selfie** (czyt. selfi) – to samodzielnie wykonane zdjęcie własnej twarzy lub sylwetki.

● **Sensacyjność** – celowe nadawanie treściom przesadnie emocjonalnego, dramatycznego lub szokującego charakteru, aby przyciągnąć uwagę, wywołać reakcje i zwiększyć skłonność odbiorców do udostępniania przekazu – niezależnie od jego prawdziwości.

✖ **Skrót klawiszowy** – kombinacja dwóch lub więcej klawiszy na klawiaturze komputera, która pozwala szybko wykonać

określoną czynność bez używania myszy. Dzięki skrótom można łatwiej i szybciej kopiować, wklejać, zapisywać lub wyszukiwać informacje. Dla przykładu: jednoczesne naciśnięcie klawisza „Ctrl" i „C" skopiuje zaznaczony tekst, a „Ctrl" i „V" wklei go w wybrane miejsce.

▲ **Socjotechnika** – inaczej inżynieria społeczna. To zestaw technik manipulacji stosowanych w celu skłonienia kogoś do wykonania określonej czynności – często wbrew jego interesowi.

✖ **Spam** – niechciane wiadomości przesyłane drogą e-mailową, SMS-ową lub przez komunikatory.

✖ **Stream** (czyt. strim) – transmisja na żywo w internecie – najczęściej w formie wideo. Osoba prowadząca taką transmisję nazywana jest streamerem (czyt. strimerem).

✖ **Sztuczna inteligencja** (ang. artificial intelligence = AI – czyt. ejaj) – technologia komputerowa, która umożliwia opartym na niej systemom wykonywanie zadań takich jak rozumienie języka, analiza danych, rozpoznawanie obrazów czy tworzenie treści. Narzędzia oparte na AI mogą m.in. generować teksty, zdjęcia i wideo oraz odpowiadać na pytania.

T

● **Teoria spiskowa** – alternatywne wyjaśnienie zdarzenia, zakładające istotny udział grupy konspiratorów, próbujących zataić prawdę przed opinią publiczną.

● **Troll** – użytkownik, który swoją aktywnością, zwłaszcza na platformach społecznościowych, prowokuje konflikty, podziały, potęguje chaos i zamieszanie oraz zaburza rzeczową dyskusję. Zorganizowane grupy trolli – nazywane armiami bądź fabrykami – mogą być wykorzystywane do osiągania określonych celów, np. politycznych lub innych.

✖ **Tryb incognito** – sposób korzystania z przeglądarki internetowej bez zapisywania historii przeglądania czy zapamiętywania w przeglądarce danych logowania do kont. Może być przydatny w określonych sytuacjach – nie oznacza jednak pełnej anonimowości.

U

▲ **Uwierzytelnianie dwuskładnikowe** (ang. Two Factor Authenticaton, 2FA) – metoda logowania, która oprócz hasła wymaga dodatkowego potwierdzenia tożsamości, np. za pomocą kodu SMS, powiadomienia w aplikacji lub odcisku palca. Dzięki temu utrudnia cyberprzestępcom przejęcie kont internetowych.

V

● **Viral** – treść, która bardzo szybko zyskuje popularność w internecie dzięki masowym udostępnieniom.

✖ **Vlog** – rodzaj internetowego dziennika w formie wideo, w którym twórca pokazuje swoje życie, codzienność, podróże, pracę albo omawia wybrane tematy.

W

✖ **Wi-Fi** – technologia umożliwiająca bezprzewodowe łączenie urządzeń z internetem za pomocą fal radiowych. Dzięki niej smartfony, laptopy, tablety, telewizory i inne urządzenia mogą korzystać z sieci bez użycia kabli.

▲ **Wirus** – złośliwe oprogramowanie, które infekuje urządzenia.

Z

● **Zasięg** – liczba odbiorców, którzy mieli kontakt z daną treścią w internecie.





ROZWIĄZANIA

Krzyżówka 1

Pionowo: 1. bańka; 2. spiskowa; 3. dezinformacja; 5. dyskusja; 6. internet; 9. Komputerowa; 10. adres; 13. fakty
Poziomo: 4. plotka; 7. załącznik; 8. kontakty; 11. podszywanie; 12. ślad; 14. sensacja; 15. fotomontaż; 16. reakcje

Krzyżówka 2

Pionowo: 1. trend; 2. PIN; 4. portal; 6. komentarz; 7. propaganda; 8. aplikacja; 11. logowanie; 12. kursor; 13. algorytmy
Poziomo: 3. influencer; 4. podcast; 5. weryfikacja; 9. troll; 10. stereotyp; 13. autorytet; 14. polaryzacja; 15. folder; 16. incognito; 17. feed

Krzyżówka 3

Pionowo: 1. cyberhigiena; 2. deepfake; 4. ofiarny; 6. manipulacja; 7. sceptycyzm; 8. aktualizacja; 9. rzetelność; 10. użytkownik; 14. newsy; 16. patotreści; 18. nienawiści
Poziomo: 3. fonoholizm; 5. clickbait; 11. netykieta; 12. mit; 13. zaufanie; 15. moderacja; 17. malinformacja; 19. kontekst; 20. prywatność

Krzyżówka 4

Pionowo: 1. perswazja; 2. wirus; 4. myszka; 6. bot; 7. fake; 8. CERT; 9. viral; 10. przelew; 11. ban; 13. selfie
Poziomo: 3. instalacja; 5. wpływu; 7. fact; 10. prawda; 12. rejestracja; 14. online; 15. plik; 16. dowód; 17. wiarygodny

Krzyżówka 5

Pionowo: 1. źródło; 2. klawiatura; 4. zasięg; 7. publiczny; 8. oszustwo; 10. chaos; 11. małpa; 14. pulpit; 16. obiektywizm; 17. polubienia
Poziomo: 3. profil; 5. wideo; 6. debata; 9. socjotechnika; 12. iluzja; 13. laptop; 15. personalizacja; 17. phishing; 18. fabrykacja; 19. wyłudzenie; 20. populizm

Krzyżówka 6

Pionowo: 2. włamanie; 3. czcionka; 4. kalendarz; 5. dyktafon; 8. okno; 9. infosfera; 14. prowokacja; 15. skrót; 18. dzwonek; 19. forum
Poziomo: 1. wpływ; 6. cytat; 7. kosz; 10. ikona; 11. odinstalowanie; 12. luka; 13. poufny; 16. czat; 17. stacjonarny; 20. vlog; 21. operacja

Krzyżówka 7

Pionowo: 1. ładowarka; 3. smartfon; 5. halucynacje; 8. streamer; 9. cyberoszustwo; 10. redakcja; 11. nagranie; 14. aparat
Poziomo: 2. nagłówek; 4. witryna; 6. mem; 7. adresat; 12. demonizacja; 13. autor; 14. autoryzacja; 15. pytanie

Wykreślanki z ukrytym przesłaniem

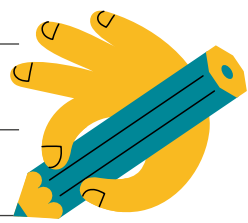
S I P W M F T T G A
B O T E A R S Ż Ę J
C W D K O K D R I C
H I T L E A T Ó S A
A Y L T N I E D A M
O R N E M Y F Ł Z R
Ś O B A Ń K I O I O
K K A K T O L P U F
T I A B K C I L C N
D E E P F A K E J I

P H A S Ł O Z M T L
H A Ł Y M S Ś A I A
I N L U L S K N J M
S O K A T I K C R E
H R F Y N Y A T Y M
I T C U N S T Z N L
N Ś M I N P I N I A
G Ó G E E P O S T R
K Ó S P A M A I L I
L N O F T R A M S V



MIEJSCE NA TWOJE NOTATKI

MIEJSCE NA TWOJE NOTATKI



NASK
Ośrodek Analizy Dezinformacji NASK
PROJEKT FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA CYFRYZACJI
CENTRUM WALKI Z DEZINFORMACJĄ