SZKOŁA MYŚLENIA KRYTYCZNEGO
I WALKI Z DEZINFORMACJĄ

PORADNIK DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW

Wspólnie w cyfrowym świecie

Jak rozmawiać z dziećmi o dezinformacji i wspierać je w nauce krytycznego myślenia?

AUTORZY

dr Karol Jachymek · dr Kuba Piwowar

Projekt Fundacji Centrum Cyfrowe „Szkoła krytycznego myślenia i walki z dezinformacją”.

Zadanie finansowane ze środków Ministerstwa Cyfryzacji.

Publikacja wyraża jedynie poglądy autora/ów i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Cyfryzacji.

01 Wstęp

Kiedy w sieci prawda miesza się z fałszem

Internet i media społecznościowe to przestrzeń, w której młodzi ludzie spędzają dziś sporo czasu.

To właśnie tam szukają rozrywki, wiedzy o świecie, porad zdrowotnych czy inspiracji. Często zdarza się jednak, że w tym cyfrowym natłoku treści prawda miesza się z fałszem.

Dezinformacja rzadko przypomina dziś oczywiste, proste do zdemaskowania kłamstwa. Przyjmuje znacznie bardziej wyrafinowane formy – od internetowych twórców wieszających na ścianach wydrukowane własnym sumptem dyplomy, by uchodzić za ekspertów, przez zmanipulowane, emocjonalne nagłówki, po farmy trolli sztucznie nakręcające kłótnie w sekcjach komentarzy.

> ***Wszystkie te zjawiska łączy jedno – umiejętnie grają na naszych emocjach, wywołując lęk, oburzenie, a czasem niepohamowany zachwyt.***

W Centrum Cyfrowym wierzymy, że odporność na dezinformację najlepiej buduje się wspólnie – szczególnie że to umiejętność, która przydaje się nam wszystkim, nie tylko najmłodszym. W ramach projektu „Szkoła myślenia krytycznego i walki z dezinformacją", realizowanego dzięki dofinansowaniu Ministerstwa Cyfryzacji, łączymy siły ekspertów, kadr pedagogicznych, młodzieży i opiekunów, by dostarczyć rzetelne, bezpłatne narzędzia edukacyjne.

OPRÓCZ NINIEJSZEGO PORADNIKA STWORZYLIŚMY TAKŻE

Gra karciana „Blur. Złap ostrość przekazu"

Międzypokoleniowa gra do samodzielnego wydruku na domowej drukarce – pokazuje przez zabawę, jak sposób podania informacji zmienia jej odbiór.

16 scenariuszy zajęć szkolnych

Dla nauczycieli i nauczycielek.

Suplement „Dezinformacja. Studia przypadku"

Zbiór sprawdzonych źródeł oraz organizacji z Polski i ze świata.

Wszystkie materiały znajdziecie w otwartym dostępie na stronie centrumcyfrowe.pl/SzkolaMysleniaKrytycznego.

02 *Jak dobrze rozmawiać o dezinformacji?*

Spokojnie, po partnersku – pytaniami zamiast sprostowań

Wielu rodziców czy opiekunów z pewnością zna dobrze sytuację, w której dziecko przyszło przekazać im jakąś informację znalezioną w sieci – czasem zaskakującą, czasem niepokojącą, a czasem po prostu nieprawdziwą. Pamiętacie, jaka była wtedy Wasza reakcja? Pierwszym odruchem bywa często chęć natychmiastowego sprostowania błędu albo machnięcie ręką. Zamiast tego znacznie lepszym rozwiązaniem jest spokojna, partnerska rozmowa.

PROSTE PYTANIA, KTÓRE NIE ZAMYKAJĄ DIALOGU

„Skąd to wiesz?”	**„Gdzie to znalazłeś?”**	**„Dlaczego uważasz, że to prawda?”**

Takie pytania nie tylko nie zamykają dialogu, ale uczą dziecko bezcennego nawyku: zatrzymania się na chwilę i samodzielnej refleksji, zanim bezkrytycznie przyjmiemy daną treść za pewnik.

Warto też zachęcać dziecko, by z czasem zaczęło zadawać podobne pytania samemu sobie. Zanim prześle coś dalej lub uzna je za prawdę, niech spróbuje przemyśleć:

PYTANIA DO SIEBIE

Kto właściwie jest autorem tej treści i dlaczego warto mu wierzyć?

Czy jeśli post podesłał ktoś ze znajomych, to rzeczywiście gwarantuje jego prawdziwość?

I wreszcie – czy to wiadomość, którą na pewno warto podawać dalej?

Taki wewnętrzny filtr buduje się stopniowo, ale to właśnie on najskuteczniej uczy odpowiedzialności za to, co na co dzień puszczamy w (cyfrowy) obieg.

Wiele nieprawdziwych treści bazuje na silnych emocjach – strachu, złości czy naszym natychmiastowym zachwycie.

> ***Jeśli dana wiadomość wydaje się „zbyt szokująca, żeby była prawdziwa", to pierwszy sygnał, by zachować czujność.***

Dzieciom łatwo ulec takiemu przekazowi, bo emocjonalne treści są wyraziste i szybko zapadają w pamięć. Warto więc uczyć dziecko zwracania uwagi na to, jak dany materiał na nie działa – czy ma rzetelnie nas o czymś poinformować, czy po prostu wywołać silną reakcję?

Szczególnym wyzwaniem są dziś ponadto treści wizualne – zdjęcia, nagrania wideo, memy czy relacje umieszczane w mediach społecznościowych przez ulubionych twórców internetowych. Dzieci często traktują je bezkrytycznie, wychodząc z założenia, że skoro coś widać na filmie, to musi być prawdą.

Tymczasem obrazem manipuluje się dziś równie łatwo jak tekstem – materiały publikowane (nie tylko) w sieci bywają wyrywane z pierwotnego kontekstu, montowane w tendencyjny sposób, przerabiane lub tworzone od zera za pomocą narzędzi generatywnej sztucznej inteligencji (tzw. *deepfakes*).

WARTO POKAZYWAĆ DZIECKU

Warto pokazywać dziecku, że to, co widzi na ekranie smartfona, komputera, a nawet – telewizora, to często tylko starannie wybrany fragment rzeczywistości, a nie jej pełny, zniuansowany obraz.

03 *Proste zasady weryfikacji*

Do wykorzystania na co dzień!

Weryfikowanie informacji wcale nie musi oznaczać żmudnego śledztwa. Wystarczy pamiętać o kilku podstawowych założeniach, które mogą pomóc nam bezpieczniej poruszać się w sieci.

1

Rozróżniajcie fakty od opinii

Fakty można obiektywnie sprawdzić, podczas gdy opinie są przede wszystkim kwestią naszych subiektywnych odczuć.

FAKT	OPINIA
„Warszawa jest stolicą Polski”	**„Warszawa to najpiękniejsze miasto w kraju”**

Warto zachęcać dziecko, by sprawdzało fakty, a do subiektywnych opinii podchodziło ze zdrowym dystansem.

2

Szukajcie wiarygodnych źródeł

Stawiajcie na sprawdzone redakcje, profile specjalistów i doświadczonych dziennikarzy czy profesjonalne serwisy fact-checkingowe (np. **Demagog**). Ostrożnie podchodźcie do anonimowych kont, które powinny budzić uzasadnione wątpliwości. Zwracajcie też uwagę na datę publikacji – wiele rzekomych „sensacji” to po prostu nieaktualne materiały sprzed lat.

3

Zachowajcie spokój wobec sensacyjnych treści

Materiały wywołujące gwałtowne emocje bardzo często okazują się manipulacją. Zanim podacie cokolwiek dalej, dajcie sobie chwilę na oddech i sprawdźcie, jak można potwierdzić prawdziwość danego przekazu w innych miejscach.

4

Pamiętajcie, że *social media* to nie encyklopedia

Media społecznościowe to przestrzeń, w której każdy może opublikować dowolne treści – niezależnie od tego, ile mają wspólnego z prawdą. Warto traktować je przede wszystkim jako platformę do kontaktu i rozrywki, a nie główne źródło wiedzy o świecie (choć, oczywiście, można znaleźć tam również wiele interesujących i rzetelnych materiałów).

04 Scenariusze edukacyjne

Wsparcie w domowych rozmowach

Aby ułatwić naukę krytycznego myślenia, w ramach projektu przygotowaliśmy specjalny zestaw scenariuszy edukacyjnych.

Zostały one stworzone głównie z myślą o nauczycielach i nauczycielkach, ale stanowią fantastyczne narzędzie, z którego możesz swobodnie korzystać w domu. Wszystkie materiały są dostępne bezpłatnie na stronie **centrumcyfrowe.pl/szkolamysleniakrytycznego**.

CZTERY OBSZARY TEMATYCZNE

Zdrowie	Klimat	Wyzwania społeczne	Technologie

Scenariusze poruszają cztery kluczowe obszary tematyczne, w których dezinformacja działa dziś najsilniej – zdrowie, klimat, wyzwania społeczne oraz technologie. W rzeczywistości jednak tematy te stanowią przede wszystkim swego rodzaju punkt wyjścia. Głównym celem materiałów jest bowiem wsparcie dzieci i młodzieży w rozwijaniu umiejętności rozpoznawania stałych, uniwersalnych schematów dezinformacji, które działają w sieci zawsze tak samo – niezależnie od tego, o czym akurat czytamy lub co aktualnie oglądamy.

Wszystkie scenariusze zostały zaprojektowane w oparciu o model uczenia się przez doświadczenie (tzw. cykl Kolba). Każdy z nich składa się z czterech stałych etapów – doświadczenia, refleksji, teorii oraz praktyki.

KAŻDY SCENARIUSZ TO CZTERY ETAPY (CYKL KOLBA)

1. **Doświadczenie** – proste ćwiczenie bazujące na intuicji
2. **Refleksja** – wspólne wyciąganie wniosków
3. **Teoria** – porządkowanie pojęć
4. **Praktyka** – drugie, aktywne zadanie

Oznacza to, że praca z materiałami nie przypomina sztywnego wykładu. Zaczynają się one od prostego ćwiczenia bazującego na naturalnej intuicji, po którym następuje wspólne wyciąganie wniosków i porządkowanie pojęć. Na koniec – w ramach drugiego, aktywnego zadania – zdobytą wiedzę można od razu utrwalić i zweryfikować w praktyce.

Jak możesz użyć scenariuszy do rozmów ze swoim dzieckiem?

1

Zainspiruj się teorią

Każdy scenariusz zawiera przystępnie napisaną część merytoryczną. Dowiesz się z niej (i łatwo wytłumaczysz dziecku), na przykład: na czym polega *greenwashing*, jak działają algorytmiczne bańki informacyjne czy w jaki sposób influencerzy i influencerki sprzedający ubrania mogą manipulować nami, wykorzystując stworzoną przez nich presję czasu.

2

Rozwiąż wspólnie zadania

Scenariusze zawierają karty pracy z wymyślonymi, ale realistycznymi przykładami (np. fałszywy post w mediach społecznościowych, profil udawanego eksperta od zdrowia). Możesz je z powodzeniem wykorzystać do wykonania wspólnego ćwiczenia i rozmowy o tym, gdzie ukryta została manipulacja.

3

Traktuj pomyłki jako punkt wyjścia

Zadania często są skonstruowane w taki sposób, by wystawić naszą czujność na próbę. Jeśli podczas rozwiązywania ćwiczenia dacie się złapać w pułapkę – to bardzo dobrze! Z kolei błędna odpowiedź nie jest porażką, ale doskonałym pretekstem do rozmowy o tym, dlaczego dany mechanizm zadziałał i co dokładnie uśpiło Waszą czujność.

4

Rozmawiaj bez oceniania

Materiały z założenia nie mają oceniającego charakteru, a ich celem nie jest krytykowanie nawyków czy prywatnych wyborów młodych ludzi w sieci. Wykorzystaj to podejście w domu – zamiast oceniać to, co dziecko ogląda, postaraj się obiektywnie i na chłodno pokazywać mu działanie konkretnych manipulacji. Zrozumienie, jak to działa, uczy samodzielności znacznie skuteczniej niż odgórne pouczanie.

5

Dopasuj formę do siebie

Scenariusze są bardzo elastyczne – to zestaw, z którego możecie dowolnie wybierać to, co aktualnie Was ciekawi. Możecie zrobić jedno krótkie zadanie, przeczytać sam wstęp teoretyczny albo potraktować wymyślone przykłady jako inspirację do wspólnego poszukania podobnych, prawdziwych postów w internecie (np. z wykorzystaniem Waszych smartfonów).

6 · GRA KARCIANA

Skorzystaj z gry karcianej

W ramach projektu stworzona została również edukacyjna gra karciana, którą można samodzielnie wydrukować na domowej drukarce. To świetna, angażująca alternatywa, która pozwala utrwalić wiedzę o dezinformacji w formie wspólnej rozrywki, w luźnej i partnerskiej atmosferze.



Więcej podpowiedzi na temat tego, jak na co dzień można korzystać ze scenariuszy, znajdziesz we wstępie dołączonym do materiałów. Zarówno grę, jak i scenariusze znajdziesz na stronie **centrumcyfrowe.pl/szkolamysleniakrytycznego**.

05 *Wspólnie w cyfrowym świecie*

Na koniec – trzy rzeczy do zapamiętania

Odkrywajcie internet razem.

Budowanie kompetencji cyfrowych nie polega w gruncie rzeczy na sprawdzaniu każdego kliknięcia naszego dziecka. Znacznie skuteczniejsze jest wspólne odkrywanie internetu. W tym celu można razem obejrzeć materiał, przeczytać artykuł, sprawdzić źródła. Pokazać, jak samodzielnie szukać potwierdzenia informacji. Dziecko, które doświadcza takiego wsparcia, uczy się nie tylko co jest prawdą, ale przede wszystkim jak do niej dotrzeć.

Pomyłka to okazja do rozmowy.

Każdemu z nas zdarza się uwierzyć w nieprawdziwą informację. Dzieci nie są tu wyjątkiem! Zamiast krytyki lepiej potraktować tego rodzaju sytuację jako okazję do rozmowy. Co sprawiło, że ta informacja wydała się wiarygodna? Jak można było ją sprawdzić? Taka postawa buduje zaufanie i zachęca dziecko do dzielenia się tym, co znajduje w sieci.

To proces, nie jedna lekcja.

Umiejętność odróżniania prawdy od fałszu nie jest jednorazową lekcją – to zdecydowanie długofalowy proces. Dziecko, które nauczy się zadawać pytania, analizować źródła i zauważać emocje w przekazie, zyska wartościową zdolność, która będzie mu towarzyszyła przez całe życie – nie tylko w internecie.

SZKOŁA MYŚLENIA KRYTYCZNEGO I WALKI Z DEZINFORMACJĄ

Wspólnie w cyfrowym świecie. Jak rozmawiać z dziećmi o dezinformacji i wspierać je w nauce krytycznego myślenia?

Niniejszy poradnik powstał w ramach projektu „Szkoła myślenia krytycznego i walki z dezinformacją" Fundacji Centrum Cyfrowe. Dowiedz się więcej i pobierz bezpłatne materiały dla rodziców, opiekunów oraz nauczycieli na stronie: centrumcyfrowe.pl/szkolamysleniakrytycznego.

Autorzy: dr Karol Jachymek (Obserwatorium Praktyk Medialnych, Uniwersytet SWPS), dr Kuba Piwowar (Fundacja Centrum Cyfrowe/Uniwersytet SWPS)

Identyfikacja wizualna, skład: Joanna Murzyn, Martyna Zając

Koordynacja i koncepcja projektu: dr Kuba Piwowar, Łukasz Cegliński

Fundacja Centrum Cyfrowe · Projekt SpołTech · Warszawa 2026

Projekt „Szkoła myślenia krytycznego i walki z dezinformacją: iteracyjne szkolenia dla kadr pedagogicznych i innowacyjne narzędzia edukacyjne dla rodzin" finansowany i realizowany w ramach otwartego konkursu Ministerstwa Cyfryzacji na rzecz świadomości i edukacji społeczeństwa wokół zjawiska dezinformacji w internecie – „Budowanie wiedzy w zakresie przeciwdziałania dezinformacji". Kwota dofinansowania projektu: 222 070 zł.

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

Materiały udostępniamy na licencji Creative Commons Uznanie Autorstwa (CC BY 4.0).

Zachęcamy do ich przedruku i wykorzystania – prosimy jednak o zachowanie informacji o autorstwie i finansowaniu projektu, oraz podanie linku do strony: www.centrumcyfrowe.pl.