

**5 DŮVODŮ,
PROČ CHYTŘÍ
LIDÉ VĚŘÍ
HLOUPOSTEM**

A jak se tomu vyhnout



Weronika Andělová

Úvod

Tuhle krátkou příručku jsem napsala hlavně pro svou mamku.

PŘED ČASEM MI
PŘEPOSLALA ZPRÁVU,
KTERÁ NA PRVNÍ
POHLED VYPADALA
VÁŽNĚ. BYLA TAM VÝZVA
K RYCHLÉMU SDÍLENÍ,
VAROVÁNÍ O TOM, CO
„VÁM V TELEVIZI
NEŘEKNOU“, A ODKAZ
NA VIDEO, KTERÉ „BRZY
SMAŽOU“. K TOMU
POZNÁMKA OD NÍ:
„PŘEČTI SI TO, ZNÍ TO
DOST DŮLEŽITĚ.“



Vím, že to poslala z dobré vůle. Že chtěla zjistit, jak to je. Ale já ten text poznala - byl to klasický řetězový e-mail, který se objevuje už roky v různých verzích. Někdy se jen přebalí, jindy doplní o trochu víc strachu.

Uvědomila jsem si, že tohle se netýká jen mamky. Podobné zprávy dnes chodí spoustě lidí - a často i těm, kteří celý život četli mezi řádky. Jen dnešní doba je rychlá a matoucí. A spousta věcí, které vypadají důvěryhodně, jsou ve skutečnosti dobře vymyšlené lži nebo polopravdy.

Tenhle e-book jsem napsala:

- Ne proto, abych mamku poučovala, ale protože ji mám ráda - a nechci, aby kvůli jednomu mailu nebo SMSce přišla o peníze na dovolenou, nebo o důvěru v sebe.
- A taky proto, že vím, že v tom není sama.

Chci tímhle textem říct jedno: každý z nás se může nachytat. A není to ostuda - pokud se rozhodneme být příště chytřejší.

Věřím, že to jde - i bez dlouhého googlení, bez podezřívání všech, bez hádek.

Stačí pár jednoduchých otázek. Trocha rozvahy. A hlavně - chuť myslet si věci po svém.

Obsah



1. **důvod** – Protože věříme svým pocitům víc než faktům



2. **důvod** – Protože věříme známým víc než neznámým odborníkům



3. **důvod** – Protože vidíme jen to, co nám internet ukazuje



4. **důvod** – Protože si neumíme ověřit, co zní důvěryhodně



5. **důvod** – Protože to vypadá oficiálně a spěchá to



6. **Závěr a kontakt**

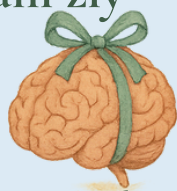


Důvod č. 1

PROTOŽE VĚŘÍME SVÝM POCITŮM VÍC NEŽ FAKTŮM

„To snad nemůžou myslet vážně!“
říkáme si, když nám někdo pošle další
řetězový e-mail o zázračném léku
nebo nebezpečném spiknutí.

Ale co když za tím není hloupost ani zlý
úmysl?



I když máme vysokou školu nebo životní
zkušenosti, když přijde silná emoce – strach,
lítost, rozhořčení – mozek přeskočí logiku
a jedná.

Sdílíme, protože chceme chránit. Věříme,
protože chceme věřit. A není na tom nic
hloupého – jen rizikového.



EMOCE JAKO MOTOR

Když cítíme strach, vztek nebo
dojetí, náš mozek jedná rychle.
Emoce nám říkají: „Reaguj hned!“

Možná to znáš. Přijde ti zpráva, třeba přes
WhatsApp nebo e-mailem:

*„Pozor! V Lidlu prodávají maso napíchané neznámou
látkou – nechodte tam!“*

nebo

*„Dávejte si pozor, na parkovištích před Kauflandem
rozdávají lidem bonbony, které omamují a pak je
okradou.“*

A najednou tě přepadne **neklid**. Možná **strach**.
Možná **vztek**. V hlavě naskočí myšlenky: „Tohle
musím hned poslat dál, třeba sousedům nebo
rodině. Co kdyby to byla pravda?“

V tu chvíli většinou neověřujeme, jestli je to
pravdivé. Jednáme v dobré víře. Chceme pomoci,
varovat ostatní, být užiteční. A to je naprosto
pochopitelné.

**Taková reakce znamená jen, že nám záleží
na druhých.**

MYSLÍME TO DOBŘE, ALE PRAVDA JE JINDE

Představ si: dostaneš zprávu, že se někde ztratil pes nebo že se šíří nebezpečný vir. Bez dlouhého přemýšlení ji pošleš dál – pro jistotu. Co kdyby to byla pravda?

Ve skutečnosti ale můžeš nevědomky šířit poplašnou nebo nepravdivou informaci. A to právě proto, že ti na druhých záleží.

MALÉ CVIČENÍ: ZKUSTE SI TO NA SOBĚ

Zkuste si vzpomenout na poslední zprávu, která vás:

- opravdu naštvala,
- rozesmutněla,
- vystrašila.



Přemýšleli jste v tu chvíli, jestli je to pravda? Nebo jste jednali hned? To není výčitka. Je to úplně normální. Ale právě tyhle silné emoce jsou největší past, do které padáme – a kterou úmyslně využívají lidé, kteří nás chtějí manipulovat.

PROČ TOLIK VĚCÍ NA INTERNETU VYPADÁ JAKO PRAVDA (ALE NEJSOU)?

Protože náš mozek miluje jednoduchost, emoce a potvrzení toho, čemu už věříme.

Internet je jako obrovský trh plný informací – křičí na nás titulky, obrázky, videa, názory, „pravdy“ i úplné nesmysly. A naše hlava v tom hledá nějaký řád. Jenže hledá ho zkratkovitě, rychle a často ne úplně poctivě.

1. Chceme mít jasno, ne pravdu

Mozek nemá rád nejistotu. Když se objeví informace, která „dává smysl“ a *zapadá do toho, co si už myslíme, rychle ji přijmeme.*

Nemáme čas všechno ověřovat. A internet to ví – proto nám často servíruje to, co chceme slyšet.

2. Emoce prodávají pravdu líp než fakta

Když nás něco rozčílí, dojme nebo šokuje, zapamatujeme si to. A tak se šíří zprávy, které vyvolají co největší reakci – i když jsou překroucené nebo úplně vymyšlené.

3. Hezké a důvěryhodné = pravdivé?

Když něco vypadá profesionálně – má pěkný obrázek, logo, slavnou osobnost nebo odborně znějící jazyk – máme tendenci tomu věřit. I kdyby to byl nesmysl. Forma nás často oklame víc než obsah.

4. Žijeme ve své „bublině“

Na sociálních sítích vidíme hlavně věci, se kterými souhlasíme. Algoritmy nás „krmí“ tím, co nás zaujme – ne tím, co je pravdivé. A tak snadno uvěříme, že „to ví přece každý“, protože to všichni kolem nás sdílejí.



Potřeba někam patřit

Občas sdílíme něco jen proto, že to udělal někdo z rodiny, kamarádi, sousedi. Nechceme vypadat, že nám to uniká, nebo že jsme „zaostali“.

Pamatuješ si na řetězovky typu:

„Přepošli dál do 10 minut, jinak se ti stane smůla!“?

Když je nepošleš, můžeš mít pocit, že se ti něco stane.

A tak je adši pošleš.

Je to tlak skupiny, který působí nenásilně

– ale účinně.



Tady to teď shrneme

Sdílení nesmyslů neznamená, že jsme hloupí.

Naopak – chceme pomoci, varovat, patřit nebo věřit.

Jenže to, že jednáme z dobrých důvodů, nás neochrání před omylem.

Proto je třeba teď:

Zastavit se. Zhodnotit. A až pak jednat.

Důvod č.2

PROTOŽE VĚŘÍME ZNÁMÝM VÍC NEŽ NEZNÁMÝM ODBORNÍKŮM

Když něco řekne kamarád nebo někdo
z rodiny, máme tendenci to nepochybně
přijmout.

Odborník, kterého neznáme, nám může
připadat podezřelý.

Jenže právě tohle je půda, na které rostou
dezinformace a polopravdy.

"Tohle ti ČT neukáže -
pravda o Ukrajině"

Jenže když se podíváš blíž, zjistíš, že „pravda“ je
staré video z jiného konfliktu – třeba z roku
2014, nebo dokonce z jiné země. Většinou je to
jen způsob, jak tě nalákat, abys něčemu
uvěřil/a.

Není to tak, že „televize lže“ a jen jeden
Facebookový status od strejdy z Brna má
pravdu.



Přišla Vám taky takhle prezentace? Kde na jedné stránce autor vložil informaci, že v Británii kvůli muslimům vymazali holocaust ze školních osnov?

Co myslíte? je to pravda?

(z obrázku můžete poznat můj názor... ověřila jsem si to na www.hoax.cz)



Když mně přijde taková prezentace, řeknu si:

Kdo to říká? Proč? Má pro to důkazy, nebo jen silná slova?



„Důkaz? Stačí selský rozum!“

Tahle věta zní chytře, ale je někdy moc jednoduchá na složité věci.

Selský rozum se skvěle hodí, když chceš vědět, jestli praskne marmeládová sklenice, když ji dáš do vařící vody. Ale na složitější témata někdy nestačí – a hlavně, každý máme trochu jiný selský rozum.

💬 „Po internetu nic neplat, stejně ti to ukradnou.“

Strach pochází často z doby, kdy byly internetové platby novinkou. Dnes jsou šifrované, chráněné bankou (dvoufázové ověření – třeba přes SMS) – ale ten starý strach pořád žije.



Pozor na „tajemství, které se nesmí dozvědět“

Jakmile ti někdo tvrdí, že má exkluzivní informace,
ke kterým se běžní lidé nedostanou,
zpozorni.

V Česku se třeba šířil hoax:

„Banka chystá utajené zmizení peněz
z účtů, už to testují!“

Když si to ověříš,
zjistíš, že to byl
smyšlený řetězový e-
mail. Ale zněl vážně a
naléhavě – a přesně to
nás často přiměje
jednat bez přemýšlení.



Jak to poznat v praxi

▀ Varovné signály, že něco nemusí být pravda:

- Je to napsané velkými písmeny a plné vykřičníků
- Zní to jako "šokující pravda, která se nesmí říkat"
- Obsahuje to slova jako "pravda, kterou jinde nenajdete"
- Chce to, abys okamžitě sdílel/a nebo se něčeho bál/a

Co na to Tvá intuice?

- 🎈 Cítíš, že tě tohle sdělení někam tlačí?
- Máš pocit, že musíš hned sdílet, reagovat, bát se, zlobit?
- 👉 To je podezřelé.
- Informace, která je pravdivá, tě většinou nevydírá ani neděsí.





Shrnutí

Hodně lidí používá silná slova a „šokující pravdy“, aby nás ovlivnili.

Proto je fajn umět rozpoznat typické znaky manipulace:

- „Tohle se nesmí říkat.“
- „Všichni ostatní lžou.“
- „Jen já mám pravdu.“

Důvod 3

Protože vidíme jen to, co
nám internet ukazuje

💡 Představ si dětské hřiště...
nebo drby u sousedek

Vzpomínáš si na to, jak jsme sedávali před
barákem na lavičce? Někdo přinesl novinku:

„Slyšelás, že Maruška prý odjela
s nějakým cizincem?“

A najednou se to rozjelo. Každý k tomu něco
přidal. A ti, co byli poblíž, to slyšeli první. Ti,
co seděli doma, byli „mimo obraz“. A čím víc
jsme o tom mluvili, tím víc to „rostlo“.

Internet funguje velmi podobně – jenže místo
lavičky máš Facebook a místo sousedky je tam
algoritmus.



Co je ten „algoritmus“?

Algoritmus není žádný zloduch. Je to jen chytré napsaný program, který se snaží uhodnout, co by se ti mohlo líbit a vydělat stránce co nejvíc peněz tím, že tě tam udrží co nejdéle.

Když klikneš dvakrát na fotku zahrady, začne ti ukazovat další zahrady. Když se zastavíš u článku o spiknutích, hází ti další. Tím tě ve skutečnosti zavírá do bubliny.



Co je to „informační bublina“?

To je situace, kdy vidíš stále ty samé názory, příběhy a lidi. Přestaneš potkávat jiný pohled – a to je nebezpečné.

Je to jako kdybys chodila jen na jedno hřiště, kde se pořád řeší jen „Maruška a ten cizinec“. Za chvíli máš pocit, že celý svět je o Marušce – i když vedle na jiném hřišti se řeší úplně jiné věci.



🔥 Co je to virál?

Virál není nemoc (i když se tak někdy chová). Je to obsah, který se **šíří jako lavina**. Někdo dá video, ostatní to začnou sdílet, lajkovat, komentovat – a za chvíli to vidí statisíce lidí.

Ale pozor: to, že se něco šíří rychle, ještě neznamená, že je to pravda.

Například:

💬 „Dnes večer vypnou všechny telefony!
Tajná informace unikla z vlády!“

Zní to hroživě, šíří se to rychle
– ale pravdivé to není.





Proč tomu tolik lidí naletí?

Protože to funguje na naše emoce.

Když tě něco rozčílí, rozesměje nebo vyděsí – máš větší tendenci to okamžitě sdílet. Bez ověřování. A to je přesně to, co algoritmus miluje – „zapojení“.



Co s tím můžeš dělat?

1. **Zpomal** – Než něco sdílíš, zeptej se: „Opravdu to vím? Není to jen dojem?“
2. **Ověř si zdroj** – Kdo to napsal? Je to skutečný novinář? Známý hoax web?
3. **Ptej se lidí mimo svou „bublinu“** – Co na to říká někdo, kdo má jiný pohled?
4. **Nehádej se** – Nejde o to vyhrát diskusi. Jde o to pochopit víc.



Malý úkol

Zkus otevřít Facebook (nebo jinou síť)
a podívej se na 10 příspěvků za sebou.

- Kolik z nich je z různých zdrojů?
- Kolik z nich tě spíš rozčílilo než informovalo?
- A kolik z nich se opakovalo (nebo bylo podobné jako dny předtím)?

Takhle poznáš, jestli jsi náhodou neuvízl/a
v bublině.



Shrnutí

Internet je jako to hřiště – lidé si povídají,
sdílí, občas si i něco přibarví.

To není špatně – ale je dobré si dávat pozor,
co všechno si pustíš do hlavy.

Stejně jako si dáváš pozor, co jíš – dej si
pozor i na to, čím krmíš svou mysl.

Důvod č. 4

PROTOŽE SI NEUMÍME OVĚŘIT, CO ZNÍ DŮVĚRYHODNĚ

KDYŽ ZPRÁVA VYPADÁ SERIÓZNĚ, MÁ LOGO A SLUŠNÝ
TÓN, SNADNO NÁS PŘESVĚDČÍ.

Ale i důvěryhodnost se dá napodobit - a proto
je důležité vědět, kde si informace rychle
ověřit, i bez odborných znalostí.

Představ si, že ti někdo řekne:

„Našla jsem zázračný krém, který smaže všechny
vrásky za tři dny!“

Možná tě to zaujme. Ale pokud jsi zažila pár
podobných slibů, **už víš**, že je lepší se nejdřív
podívat, jestli to není jen **dobře zabalený nesmysl**.

S informacemi na internetu je to stejné. **Mnoho**
z nich zní dobře, ale neobstojí při bližším
pohledu.



Jak si informace ověřit, i když nejsi odborník



1. Zeptej se: „Kdo to napsal?“

- Je to známý novinář, instituce, web s historií? Nebo anonymní stránka s názvem jako pravda123.cz?

2. Zkus si najít **druhý názor**.

- Pokud tvrdí, že „vláda chce vypnout internet“, najdeš o tom **zprávu i jinde?** Třeba na ČT24, iDNES nebo Novinkách?

3. Dej si pozor na **silné emoce**

- Když tě něco hned naštvě, vyděsí nebo šokuje – je to signál: **ZPOMAL**. Emoce jsou dobrý sluha, ale špatný pán.

4. Použij internet jako **detektiva**

- Dej si větu z článku do Googlu a přidej slovo „hoax“ nebo „ověření“. Např.: „očkování obsahuje čipy hoax“

Často najdeš články, které se tím už zabývaly.

✓ Spolehlivé české weby pro ověření informací

Manipulátoři.cz

Rozebírají nejčastější lži, řetězové e-maily a virální nesmysly. Vysvětlují jasné a srozumitelně.

Demagog.cz

Ověřuje výroky politiků a veřejných osobností. Hodí se hlavně v době voleb.

HlídacíPes.org

Nezávislá novinářská platforma – přináší analýzy a odhaluje, co se jinde často přehlédne.

Faktaoklimatu.cz

Pokud narazíš na diskusi o změně klimatu – tohle je místo, kde najdeš věcná data bez hysterie.

Čeští-elfové.cz

Skupina dobrovolníků, která sleduje dezinformace na českém internetu a rozkrývá jejich původ.

NEPOTŘEBUJEŠ BÝT
ODBORNÍK, STAČÍ BÝT
TROCHU ZVĚDAVÁ/Ý



- ☐ Kde jsem to četla?
- ☐ Může to být přehnané?
- ☐ Potvrdí mi to ještě někdo další?
- ☐ Co o tom píšou nezávislé zdroje?
Komu se hodí, že:
- ☐ jsem teď naštvaná/ý na některé skupiny lidí?
- ☐ se bojím o svojí rodinu?
- ☐ jsem nešťastná/ý a cítím se bezmocně?

Vezmi to jako malý úkol, zkus si to
vyhledat třeba na manipulatori.cz

Ps: můžeš si tohle i vytisknout a dát k počítači, aby
ses měl/a čeho držet příště.



✨ Shrnutí



Dnešní svět je plný informací.
A není ostuda něčemu **nevěřit hned**.
Naopak – je to známka zralosti,
nadhledu a **odvahy přemýšlet**.



Důvod č. 5

PROTOŽE TO VYPADÁ OFICIÁLNĚ A SPĚCHÁ TO

Jak poznat phishing, kdy
zpozornět a kdy je opravdu zle

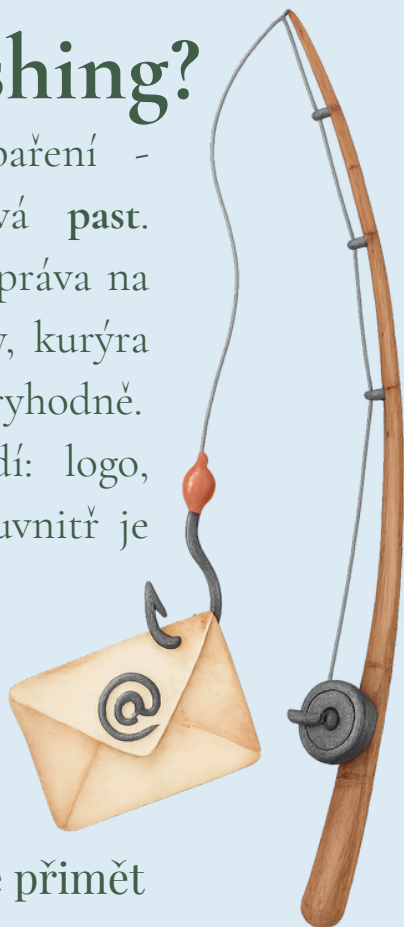


Co je to phishing?

Phishing (čti fišing - rybaření - nahození udičky) je taková **past**. Přijde ti e-mail, SMS nebo zpráva na WhatsApp – často od banky, kurýra nebo „úřadu“ – a působí důvěryhodně.

Na první pohled vše sedí: logo, oslovení, barvy, odkaz. Ale uvnitř je to **podvod**.

👉 Cílem je vylákat z tebe přístupové údaje, hesla, přihlašovací kódy, případně přimět tě, abys něco stáhl/a nebo zaplatil/a.



Jak poznáš, že něco nehraje?

Zpomal a zeptej se sama sebe:

- Je ten e-mail nebo SMS naléhavá?
- („Jednejte ihned, jinak přijdete o účet!“)
- Chce to po tobě osobní údaje (heslo, PIN, číslo účtu)?
- Je tam divný odkaz nebo adresa?
- (např. ceska-posta.info místo ceskaposta.cz)
- Obsahuje to chyby, překlapy nebo kostrbatou češtinu?
- Působí to „až moc výhodně“ nebo dramaticky?



A co když jsem to už otevřel/a?

Neboj – otevření e-mailu samo o sobě většinou neškodí.

Nebezpečné je, když zadáš údaje nebo klikneš na odkaz a něco stáhneš.

V tu chvíli už může být:

-  čas změnit heslo (pokud jsi ho zadala),
-  zavolat do banky (pokud jsi zadala údaje z karty),
-  nebo kontaktovat někoho, kdo ti pomůže (např. vnuka, dceru, technika).

Nic si nevyčítej. Stává se to i lidem, kteří pracují s počítačem denně.

Kde je ta pomyslná hranice?

Jakmile po tobě někdo chce:

- osobní údaje,
- přihlášení k účtu,
- nebo přímou platbu přes neznámou bránu,

👉 Zastav se.



✗ Co rozhodně nesmíš udělat:

- Nepošílej nikdy fotku občanky nebo platební karty.
- Nepiš nikomu cizímu své přihlašovací údaje.
- Neinstaluj aplikaci, o které nic nevíš.
- Nepošílej peníze lidem „z podpory“, kteří ti volají, že se „někdo naboural do tvého účtu“.

Pamatuj:

- ☞ Banky nikdy nevolají a nechtějí přístup do tvého počítače.
- ☞ Úředníci nekomunikují přes WhatsApp.
- ☞ Nepotřebuješ nikomu nic „potvrzovat přes kód“, pokud jsi nic nevyžádala.

Jak se bránit jednoduše

-  Když si nejsi jistá – **neklikej a neodepisuj**. Zavři to a vydej se jinou cestou.
-  Máš někoho v rodině, kdo se vyzná? **Zeptej se**. I vnuk nebo dcera poradí.
-  Používej různá **hesla** – třeba „důchod-kůň-kniha2024“ místo „123456“.
-  Pravidelně si **hesla měň**, hlavně k e-mailu a bance.

Malý úkol

Podívej se do své e-mailové schránky a zkus najít:

- 1 zprávu, která vypadá důvěryhodně, ale přitom je podezřelá
- 1 zprávu, kterou bys v minulosti možná otevřel/a, ale teď už bys zpozorněl/a

Zkus si říct: „Co mě na ní zaujalo? A co mě mělo varovat?“

Shrnutí

Phishing hraje na důvěru a emoce – stejně jako spousta jiných triků v tomto e-booku.

Ale tady už nejde jen o pocity. Tady **můžeš přijít o peníze, data, identitu.**

Nepotřebuješ být hacker, abys tomu předešel/a.

Stačí se nezastavit u prvního dojmu, **nenechat se vmanipulovat** do spěchu – a klidně se zeptat někoho blízkého, než něco uděláš.

Závěr – nemusíš být detektiv, stačí být zvědavá/ý

🌿 Chceš jít ještě
hlouběji?

Pokud tě během čtení
napadlo, že některé
vzorce myšlení, nejistoty
nebo pocity v tobě
zůstávají i mimo
internet, možná je to
pozvání zkusit se na ně
podívat zblízka.



🌟 NABÍZÍM INDIVIDUÁLNÍ PODPORU FORMOU:

- Systemických konstelací (v bezpečném prostoru, bez nátlaku)
- poradenství s nastavením telefonu, bezpečností na internetu
-

📍 Pracuji online i osobně (Turnovsko a okolí)

✉️ Napiš mi na: weronika.maskova@gmail.com

🌐 Nebo mě sleduj na insta: [zivot_wopice](#)

Budu ráda, když se ozveš.

A i kdyby ne - děkuju, že jsi dočetl/a až sem.