



ENTRAST

PROCEDURA

odzyskiwania konta na Facebooku
po przejęciu przez hakera



Gdynia, 2025



WSTĘP

Niniejsza instrukcja została opracowana w celu wsparcia użytkowników, których konto na platformie Facebook zostało przejęte przez osobę nieuprawnioną (hakera). Przejęcie konta może skutkować nieautoryzowanym dostępem do danych osobowych, próbami wyłudzeń (phishing), rozpowszechnianiem spamu lub innymi działaniami niezgodnymi z polityką bezpieczeństwa serwisu.

Dokument ten zawiera szczegółowy opis kroków niezbędnych do:

- identyfikacji incydentu,
- odzyskania kontroli nad kontem,
- zabezpieczenia danych oraz konta na przyszłość,
- zgłoszenia naruszeń do administratorów Facebooka.

Zalecamy jak najszybsze podjęcie działań zgodnie z przedstawioną procedurą, aby zminimalizować ryzyko utraty danych, naruszenia prywatności lub narażenia osób trzecich na szkodliwe działania.

1. Sprawdzenie dostępu

- Spróbuj zalogować się na swoje konto Facebook jak zwykle.
- Jeśli nie możesz się zalogować, kliknij „**Nie pamiętasz hasła?**” i wpisz e-mail, numer telefonu lub imię i nazwisko powiązane z kontem.

2. Użyj narzędzia Facebooka do odzyskiwania konta

- Wejdź na stronę: <https://www.facebook.com/hacked>
- Kliknij „**Moje konto zostało zhakowane**” i postępuj zgodnie z instrukcjami:
 - Facebook poprosi Cię o podanie ostatnich haseł, które pamiętasz.
 - Możesz zostać poproszony o przesłanie dokumentu tożsamości w celu weryfikacji (np. dowód osobisty lub paszport – zdjęcie musi być czytelne).

3. Zabezpiecz adres e-mail powiązany z kontem

- Wejdź na skrzynkę e-mail powiązaną z Facebookiem – **zmień hasło**.
- Sprawdź, czy e-mail nie został również przejęty – sprawdź folder „wysłane” i „bezpieczeństwo/konto”.
- Jeśli adres e-mail został zmieniony przez hakera, Facebook może wysłać e-mail z informacją:
„Adres e-mail dla Twojego konta został zmieniony” – kliknij link „**Cofnij tę zmianę**”.



4. Zgłoś problem bez dostępu do konta

Jeśli powyższe nie działa:

- Wejdź na: <https://www.facebook.com/login/identify>
- Wprowadź dane konta (imię i nazwisko, e-mail lub telefon).
- Jeśli zostaniesz rozpoznany – postępuj zgodnie z instrukcjami.
- Jeżeli nie – użyj formularza kontaktowego:
<https://www.facebook.com/help/contact/260749603972907>
(Formularz dla kont przejętych lub zablokowanych z powodu naruszenia zasad)

5. Zabezpieczenie konta po odzyskaniu

Po odzyskaniu dostępu do konta:

- Zmień **hasło** i ustaw silne, unikalne.
- Włącz **dwuskładnikowe uwierzytelnianie (2FA)**:
➤ Ustawienia → Bezpieczeństwo i logowanie → Uwierzytelnianie dwuskładnikowe
- Sprawdź listę zalogowanych urządzeń:
➤ Ustawienia → Bezpieczeństwo i logowanie → Gdzie jesteś zalogowany
- Sprawdź uprawnienia aplikacji zewnętrznych:
➤ Ustawienia → Aplikacje i witryny

6. Dodatkowe kroki (jeśli konto użyto do spamu / reklam)

- Zgłoś nieautoryzowaną aktywność na stronie:
<https://www.facebook.com/help/contact/178043462360087>
- Sprawdź Menedżera reklam – czy ktoś nie utworzył reklam na Twój koszt.

PODSUMOWANIE

Odzyskanie konta na Facebooku po jego przejęciu wymaga szybkiej reakcji, dostępu do danych identyfikacyjnych oraz ścisłego przestrzegania procedur platformy. Kluczowe znaczenie ma wykorzystanie oficjalnych narzędzi bezpieczeństwa Facebooka, w tym formularzy zgłoszeniowych i opcji odzyskiwania konta.

Po odzyskaniu dostępu należy niezwłocznie podjąć działania profilaktyczne:

- zmiana hasła,
- włączenie uwierzytelniania dwuskładnikowego (2FA),
- przegląd aktywnych sesji logowania oraz aplikacji mających dostęp do konta,
- analiza potencjalnych szkód i zgłoszenie ich odpowiednim służbom serwisu.

Regularne monitorowanie bezpieczeństwa konta oraz stosowanie zasad cyberhigieny znacznie ogranicza ryzyko ponownego incydentu.