

ÉREZD JÓL MAGAD!

Kerüld azokat az internetes (olvasott, nézett, hallgatott) tartalmakat, amelyek ártalmasak számodra, vagy kellemetlen érzéseket keltenek benned.

Szólj a szüleidnek, vagy egy megbízható felnőttnek, ha:

- olyan helyzetekkel találkozol, vagy olyan tartalmakat láatsz az interneten, amelyek szomorúságot, rossz érzést, félelmet, szégyent, undort vagy haragot váltanak ki belőled;
- olyan anyagokat láatsz, hallasz vagy olvasol, amelyek megijesztenek, illetve kellemetlen érzéseket keltenek benned – még, ha közben kíváncsivá s tesznek –, mint például: erőszak, meztelen emberek, mások sértegetése, állatokkal vagy emberekkel szembeni agresszió.

Mit tegyél, ha internetezés közben valami olyasmit láatsz, ami kellemetlen, zavaró érzéseket kelt benned?

- Állj fel a számítógéptől, illetve tedd le a telefonodat.
- Mondd el mindezt egy felnőttnek, és beszéljétek meg, hogy mit láttál.

Használd az internetet tanulásra és az érdeklődési köreid fejlesztésére. Érezd jól magad!

Netikett – internetes illemtan

Légy udvarias és kedves! Ne feledkezz meg a három varázsszóról: kérem, köszönöm, bocsánat – használd ezeket online is, ugyanúgy, mint a való életben.

MITÉVŐ LEGYÉL, HA VALAKI BÁNTÓAN VISELKEDIK VELED AZ INTERNETEN, ADOTT ESETBEN SÉRTEGET, CSÚFOL, CSÚNYA SZAVAKAT HASZNÁL, VAGY VALÓTLANSÁGOKAT ÁLLÍT RÓLAD?

- Kérd meg, hogy hagyja abba. Ha nem teszi, szakítsd meg a beszélgetést (ezt akár rögtön az elején is megteheted).
- Meséld el a történeteket egy megbízható felnőttnek.
- Jelentsd a bántó viselkedést az oldal vagy a csoport adminisztrátorának (ehhez egy felnőttől is kérhetsz segítséget).

