



## KAJ JE TO SPLETNI UGLED?

- A.** Če imam na spletu objavljenih veliko hudih selfijev.
- B.** Posebna vrsta vedeževanje prek spleta.
- C.** Vse, kar sem sam ali so drugi objavili o meni na spletu, pozitivno ali negativno (slike na Instagramu, komentarji na Ask.fm, videi na Youtube, podatki na Facebooku, glasba na Spotify ipd.) in ustvarja sliko – pravilno ali ne – o tem, kdo sem.

**Safe.si**

Center za varnejši internet

Če si odgovoril  
**A ali B, obrni!**

## KOLIKO ČASA PREŽIVIŠ NA INTERNETU?

- A.** Kosilo in večerjo pojem za zaslonom, ne morem zapustiti soborcev v strateški računalniški igri.
- B.** Če me kdo pokliče, ko sem v kinu, se pač javim – klic je zagotovo pomemben.

Seveda pa med filmom tudi

neprestano preverjam, kaj se dogaja na družabnih omrežjih.

- C.** Med šolskim odmorom čas raje preživim s sošolci kot na svojem mobilnem telefonu.

Če si odgovoril **A ali B, obrni!**



**Safe.si**

Center za varnejši internet

## ZA KAJ UPORABLJAŠ INTERNET?



- A.** Igrice, itak!
- B.** A in še Facebook, branje novic in gledanje videov na Youtube.
- C.** A, B in še iskanje po zemljevidih, bloganje, debate, učenje, raziskovanje stvari, ki me zanimajo ... ne morem vsega naštet.

**Safe.si**

Center za varnejši internet

Če si odgovoril  
**A ali B, obrni!**

## KAJ MENIŠ O TRPINČENJU VRSTNIKOV PREK SPLETA?

- A.** To je le zabava, tega nihče ne jemlje resno, tudi »žrtev« ne.
- B.** Včasih nekateri prav izzivajo s svojim videzom in obnašanjem. Ni čudno, da se kdo spravi nanje na spletu.
- C.** Spletno nasilje boli prav tako kot fizično nasilje in zanj ni opravičila.

Če si odgovoril **A ali B, obrni!**



**Safe.si**

Center za varnejši internet



1. Če opaziš, da vse **več časa preživiš na internetu**, da se zatekaš tja, ko se ne počutiš najbolje, in da ti drugi kar naprej »težijo«, da si preveč na internetu, reši test na **www.safe.si**, če nisi morda zasvojen s spletom, igrami ali mobilnim telefonom.
2. **Določi si pravila**, koliko časa lahko preživiš za računalnikom oz. na mobilnem telefonu na dan in se svojih pravil tudi drži.
3. **Organiziraj svoj čas s ciljem prekiniti staro navado**. Ukvarjaj se s stvarmi, ki jih imaš rad, pa ti je za njih zaradi zasvojenosti zmanjkovalo časa. Poišči si kak nov hobi.
4. **Vsak dan 2 uri na računalniku samo za zabavo je PREVEČ!**
5. **Poišči pomoč!** Ne skrivaj svojih težav, pogovori se o njih – najprej s starši, lahko vprašaš za nasvet v šoli, zaupaj se pravim nevirtualnim prijateljem, pokliči Tom telefon na 116 111.

## NAVDIH //////////////////////////////////////

S prijatelji se igray igro »telefonska gomila«. Ko se družite in ne želite telefonskih in internetnih motenj, »nagomilite« svoje telefone na en kup. Tisti, ki bo prvi želel vzeti telefon iz gomile, dobi kazen, npr. pomiva posodo, peče kokice ali podobno ...

1. **Spletno trpinčenje je nedopustno!**  
Upoštevaj spletni bonton in ne delaj drugim, česar ne želiš, da drugi naredijo tebi.
2. **Deluj preventivno:**  
ne sprejemaj kogarkoli za spletnega prijatelja, gesla ne zaupaj nikomur, ne puščaj odklenjenega telefona ali odprtih profilov na javnih računalnikih – oboje lahko vodi v krajo identitete.
3. **Če si žrtev spletnega trpinčenja:** ne odgovarjaj nadlegovalcu, to ga lahko še spodbudi. Raje ga blokiraj, prijavi zlorabo in povedi odraslemu.
4. **Shrani dokaze o trpinčenju:** sporočila, zaslonske slike profila, klepeta ipd.
5. **Če si nema priča, nosiš del odgovornosti!** Ne bodi tiho: povedi odraslim in tudi sam najdi način, da podpreš žrtev – seveda na pozitiven način in ne z napadom na nasilneža, s tem se nasilje še nadaljuje.

## NAVDIH //////////////////////////////////////

Ko so se na neki šoli spravili na učenca, ki je prišel v šolo v roza srajci, sta naslednji dan v znak podpore še dva učenca prišla v roza srajci. Kmalu je bilo učencev v roza srajcih vse več in zbadanje se je prenehalo. Premisli, kako lahko na tak pozitiven način tudi ti izraziš podpro kakšnemu sošolcu, ki je žrtev vrstniškega nasilja.

1. **Pazi, kaj objavljaš o sebi.** Kar je enkrat na internetu, ostane tam za vedno – nikoli ne veš, kam vse se razširi, in je potem zelo težko trajno odstraniti z neta.
2. **Spremljaj, kaj drugi objavljajo o tebi.** Pogosto »pogoooglaj« svoje ime in priimek in poglej, kakšne slike, podatke, objave najde iskalnik.
3. **Uporabljal nastavitve zasebnosti** na družabnih omrežjih. Redno jih preverjaj, saj se pogosto spreminjajo.
4. **Skrbi tudi za spletni ugled in zasebnost drugih.** Ne objavljaj slik in informacij drugih ljudi brez njihovega dovoljenja.
5. **Naredi pozitiven vtis:** piši blog o nečem, kar te zanima, ustvari video, v katerem druge nauči nekaj, kar sam obvladaš ipd.

## NAVDIH //////////////////////////////////////

Izdelaj, poslikaj in na FB, Twitter, Instagram ali kam drugam objavi unselfie s hashtagom **#Safesi**

1. Internet ponuja res ogromno možnosti. **Izkoristi ga v svoj prid:** za razvijanje veščin, pridobivanje znanja in obenem za odlično zabavo.
2. Pri raziskovanju interneta, lahko naletiš tudi na namenoma zavajajoče ali škodljive vsebine. **Ne verjemi vsemu, kar piše na internetu.**
3. Ko uporabljaš internet kot vir za šolske naloge, vedno preveri več virov in pokukaj še v kakšno knjigo, da **preveriš kredibilnost informacij.**

4. **Prav tako pazi, da vedno navedeš vir.** Če si našel na internetu ne pomeni, da lahko preprosto uporabiš copy-paste funkcijo in se podpišeš pod tuje delo.

5. **Še beseda o piratstvu:** zavedaj se, da je prenašanje glasbe in filmov z interneta nezakonito dejanje.

## NAVDIH //////////////////////////////////////

Preveri tole zanimivo stran **<http://internetisuseful.com>** s povezavami do veliko koristnih, poučnih, zabavnih spletnih strani.

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta za družbene vede



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,  
ZNANOST IN ŠPORT



arnes



Zveza Prijateljev  
Mladine Slovenije