

OGARNIESZ SZKOŁĘ, ZROZUMIESZ SWOJE EMOCJE I ZDASZ EGZAMINY!

Victor

MIESIĘCZNIK DLA KLAS 7 i 8

Nr 5/515
MAJ 2020
cena 8,60 zł
(w tym 8% VAT)

**GRANICE
PRYWATNOŚCI**
– strzeż ich!

Najlepsze
TECHNIKA w Polsce
– co proponują?

On ukradł mi styl bycia, poglądy...
Jak uwolnić się od „SOBOWTÓRA”?

Tytułowi
patronuje:



Międzynarodowa
Kapituła Orderu
Uśmiechu

ISSN 1506-249X

indeks 346314



05
9 771506 249002

Pismo specjalistyczne, nakład: 15 000 egzemplarzy

Cogito
GRUPA

DO SZKOŁY:

s. **27** **TEST Z JEZYKA
POLSKIEGO**
Z omówieniem
s. **30** **TEST
Z MATEMATYKI**
Z omówieniem

s. **44**
**PRZEPIS NA
WYPRACOWANIE:**
Artykuł i opowiadanie
twórcze

s. **40**
LEKTURY:
Szybka powtórka
z motywów, cz. II

s. **46**
GRAMATYKA:
Frazeologizm, synonim,
antonim, homonim

Jak dbać o swoją prywatność w INTERNECIE?

Wiemy, że mamy dbać o swoją prywatność w Internecie, ale nie zawsze rozumiemy, co to znaczy. **Nie zdradzać swojego imienia, nazwiska czy wieku albo numeru telefonu – to oczywiste. Warto też zwrócić uwagę na zdjęcia, które umieszczamy.** Czy można po nich prześledzić, gdzie mieszkamy? Czy zdjęcie lub film zdradza wszystkie nasze zainteresowania? Bardzo często **uczniowie wskazują dokładnie np. szkołę i klasę, a to też może być niebezpieczne. Większość szkół publikuje plan lekcji na swoich stronach, dlatego z łatwością można przewidzieć, o której ktoś kończy zajęcia i wraca do domu.** Wszystkie te informacje mogą być niebezpieczne, jeśli osoba o złych zamiarach będzie chciała udać naszego przyjaciela. Zrobi to tym łatwiej, im więcej informacji o sobie publikujemy!

Co zrobić, gdy dojdzie do naruszenia granic?

Tak naprawdę w każdym przypadku może dojść do naruszenia granic prywatności i nasze dane zostaną gdzieś opublikowane. Co wtedy robić? Należy jak najszybciej podjąć odpowiednie i zdecydowane kroki.

- Kontaktujemy się z administratorem – moderatorem portalu – i prosimy o skasowanie danych. Pomóc może nam w tym rodzic lub nauczyciel.
- Jeśli znamy też osobę, która coś opublikowała na nasz temat, a tego nie chcemy, powinniśmy zwrócić jej uwagę. Często zdarza się, że ktoś to zrobił nieumyślnie.
- Zawsze też można skontaktować się z telefonem zaufania 116 111.

Wskazówki przygotowała Martyna Różycka, kierownik zespołu Dyżurnet.pl.

Dyżurnet.pl to zespół ekspertów Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w Internecie.

Czujesz, że znajomi przesuwają twoje granice prywatności?

NIE DAJ SIĘ! DZIAŁAJ!

Koleżanka/kolega robi coś, co czujesz, że ci się nie podoba. Chcesz zaprotestować, ale jest to trudne, bo zależy ci na znajomości z nią/nim lub obawiasz się, że sprzeciw wywoła lawinę złych słów na twój temat... Znasz tę sytuację? Ta niewidzialna linia, którą możesz oddzielić to, co ci odpowiada, od tego, co nie odpowiada, jest dla każdego inna. Możesz czuć wewnętrzny sprzeciw, kiedy kolega chce od ciebie „łyka”, gdy właśnie odkręciłeś butelkę z ulubionym sokiem, lub „gryza” kanapki, którą sam sobie przygotowałeś. Dla twojego kolegi z kolei może to być zupełnie naturalne, że gdy ma na coś ochotę, to pyta i po to sięga. Możesz nie wiedzieć, jak się zachować, gdy kolega chce pożyczyć 10 zł, a twoim rodzicom zależy na tym, byś nie pożyczał kieszonkowego, albo pamiętasz, że wcześniejsze pożyczki poszły w zapomnienie. Niepewnie możesz czuć się, gdy kolega udostępni wasze wspólne zdjęcie na profilu społecznościowym, a ty akurat wyszedłeś na nim niekorzystnie. Gdy robisz „nocowanie”, a koleżanki upierają się, by zrobić relację na żywo z przygotowywania makijażu lub, co gorsza, chcą „po cichu” przejrzeć kosmetyczkę twojej mamy. Gdy poświęciłeś całe popołudnie na zadanie domowe, a kolega co tydzień pyta, czy może przepisać od ciebie pracę domową.

Oto przykłady sytuacji, gdy możesz czuć, że znajomi przesuwają twoje granice prywatności. Nie zaciskaj zębów, reaguj!

Są sposoby na utrzymanie dobrych relacji, a przy tym zachowanie się w zgodzie ze sobą.

♦ **Mów o tym, jak ty się czujesz w tej sytuacji.**

Powiedz: Czuję się źle, gdy namawiasz mnie na coś, co wiem, że nie spodoba się moim rodzicom. Czuję, że nie mam ochoty przytulać się na przywitaniu.

♦ **Powiedz, czego potrzebujesz.**

Potrzebuję się zastanowić, co zrobić. Potrzebuję mieć pewność, że nikomu nie udostępniysz filmu, na którym się wygłupiamy. Potrzebuję wymyślić inny sposób na witanie się.

♦ **Zaproponuj coś innego.**

Lubię spędzać z tobą czas, dlatego wymyślmy zabawę, która spodoba się nam obu. Lepiej będzie, gdy wykasujemy ten film. Możemy wymyślić nasz, specjalny sposób przywitania.

♦ **Pamiętaj, dorośli też wciąż uczą się stawiać granice.**

Przygotowała Małgorzata Grudzińska-Sołtys, psycholog dziecięcy w Miejscu Rozwoju w Zielonej Górze (www.gabinetpsychologiczny.zgora.pl).

