

مغامرات متبحر الانترنت



كن في السيطرة
(كن في السيطرة)









واو ، كان ذلك
لذيذاً. شكرا يا رفاق!

نعم ، سنحتاج منك تحديد
الوقت الذي تقضيه أمام تلك
الشاشة. لأن ذلك كان مرعبا



أنت على حق. كان من غير المقبول
بالنسبة لي أن أتصرف بهذه الطريقة. من
الجنون أن أفكر كيف أن قضاء الكثير من
الوقت على الإنترنت قد يمنحني مثل هذه
التقلبات المزاجية الغريبة

وكلما زاد الوقت الذي أقضيه
على الإنترنت ، أصبح من
الصعب علي التوقف

نعم ، لهذا السبب يجب
عليك تطوير توازن جيد بين
الوقت غير المتصل بالإنترنت
والوقت عبر الإنترنت.

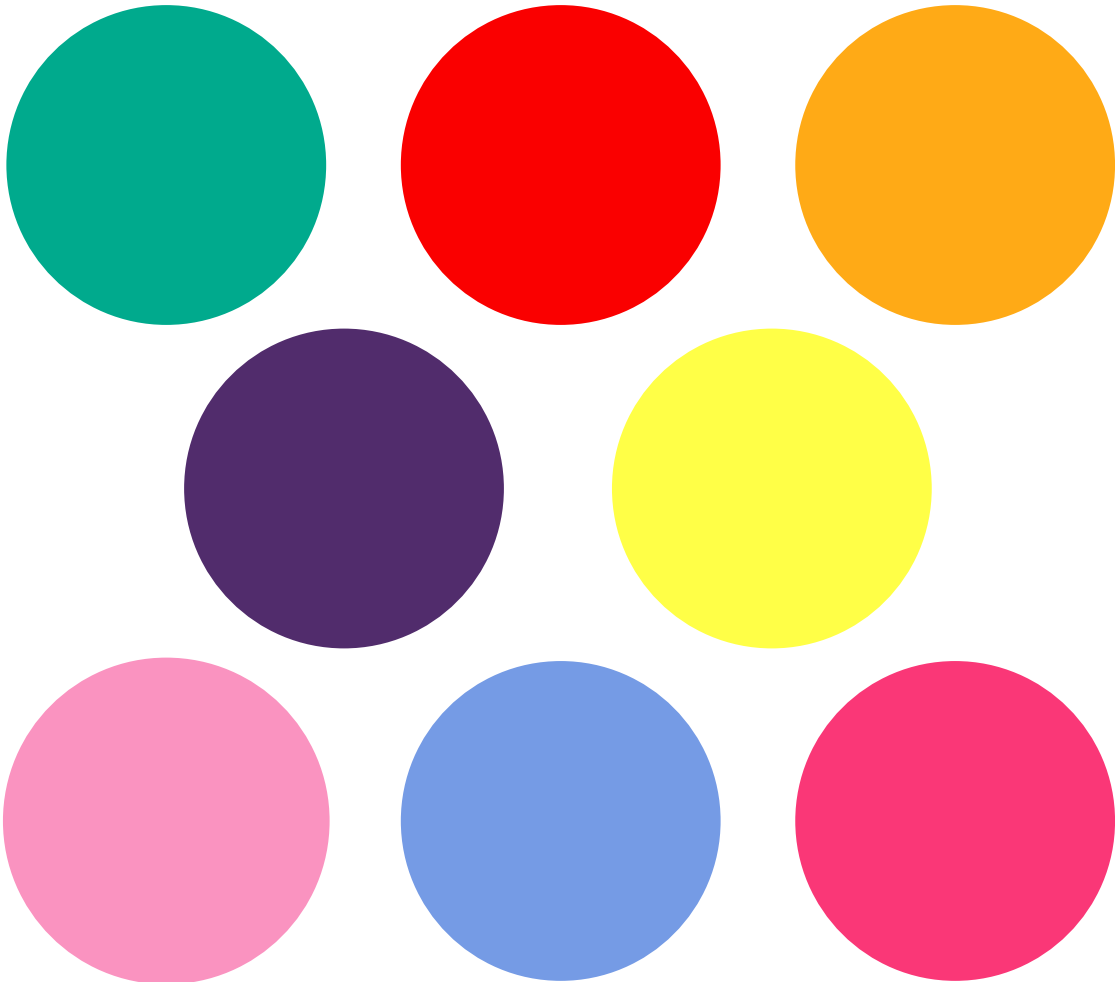


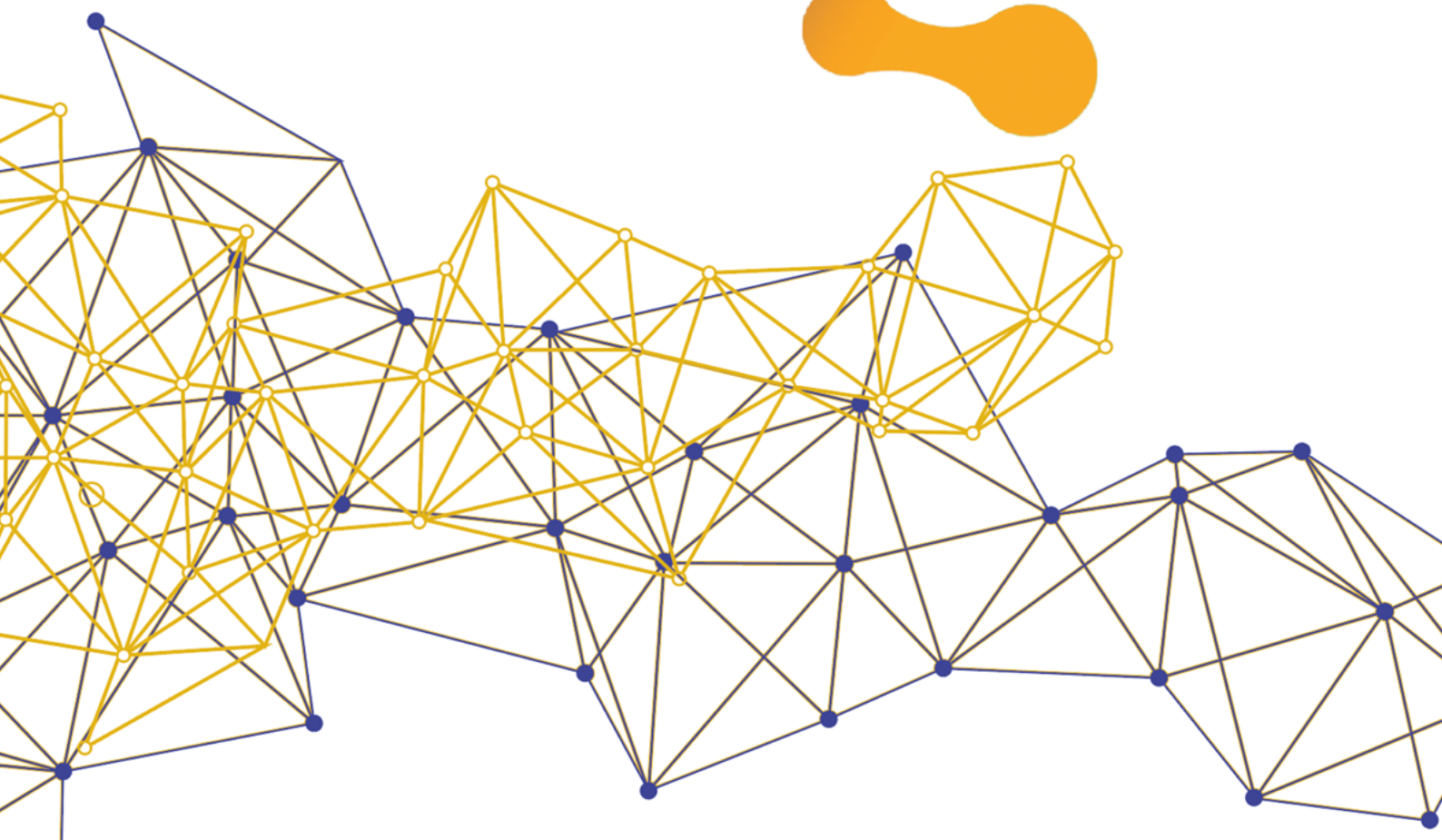
نشاط ممتع لصغار المتعلمين

في بعض الأحيان ، يمكن للأشياء المزعجة أن "تضغط على الأزرار". يمكن أن يكون فهم ما يزعجك أو يزعجك طريقة رائعة لتحديد ما الذي يجعلك تشعر بهذا. مع والدك أو شخص بالغ موثوق به ، فكر في الأشياء التي تجعلك غاضبًا أو مستاءً على الإنترنت. أكمل الورقة ، واملأ كل زر بشيء يجعلك تشعر على هذا النحو

أزرار غضبي

في بعض الأحيان ، يمكن للأشياء المزعجة أن "تضغط على الأزرار". يمكن أن يكون فهم ما يزعجك أو يزعجك طريقة رائعة لتحديد ما الذي يجعلك تشعر بهذا. مع والدك أو شخص بالغ موثوق به ، فكر في الأشياء التي تجعلك غاضبًا أو مستاءً على الإنترنت. أكمل الورقة ، واملأ كل زر بشيء يجعلك تشعر على هذا النحو





Co-funded by
the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."
Project Number: 2020-1-AT01-KA204-077958