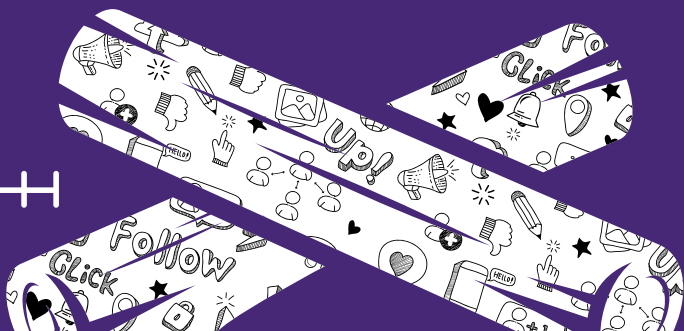
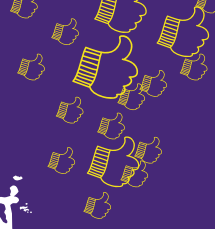




# SZTORIK A ZSEBEN

TÖRTÉNETEK  
A KÖZÖSSÉGI MÉDIÁBÓL



Közeledik a tanév  
vége, és a 10.B osztály-  
kirándulásra indul...

# CRITISH

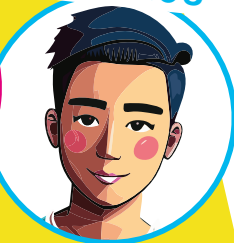
**K: NA, MUTASD,  
MIT ÍRT?** – hajolt  
közelebb Klau (K)  
a telefonhoz.

Liza (L) először átfutotta, amit Szabi küldött, majd elpirulva fordította Klau felé a képernyőt.

**K: WOW, VAN DUMÁJA! NAGYON  
BEJÖSSZ NEKI!** – bökte  
meg könyökével Klau Lizát.

**L: IGEN... ÉS ÉRTED, EGY ILYEN  
NORMÁLIS SRÁC ÍR RÁM...**

ME  
(LIZA)



SZABEE03



Vedd észre  
a red flageket!

**K: ÉS VIDEÓN BESZÉLTETEK MÁR?**

– kérdezte izgatottan Klau.  
Liza arckifejezése kissé  
elkomorult.

**L: NEM... AZT MONDJA,  
PANELBAN LAKNAK,  
ÉS NEM AKARJA, HOGY  
ÁTHALLATSZÓDJON  
A SZÜLEIHEZ.**

**K: AKKOR MÉG CSAK KÉPET  
LÁTTÁL RÓLA?**

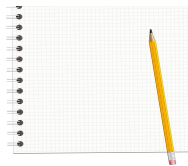
**L: IGEN...**

**K: DE HÁT MÁR HETEK ÓTA  
BESZÉLTÉK!** – hüledezett Klau.

**L: NÉZD, MEGINT ÍRT!**

**SZABEE03**

jó neked, hogy kirándultok...  
én matekórán 🙄



te mit csinálsz épp?  
megmutatod magad? 🙄

**K: NA, KEZDŐDIK!**  
– bosszankodott  
Klau.

**L: MIRE GONDOLSZ?**

**K: KÉPET KÉRT!**

**L: HAGYJÁL, EZ  
CSAK EGY  
ÁRTATLAN  
SZELFI**

– mondta  
Liza, és csinált  
magáról egy mosolygós  
képet. Elküldte Szabinak.  
Klau a fejét csóválta.





**SZABEE03**



**ME**



**SZABEE03**

modellkedésen gondolkodtál már? láttam ám a tavaly nyári képeidet is 😊

**ME**

jaj, menj már! 😊

**SZABEE03**

komolyan kérdezem!! egy profi fotós biztosan le tudná fotózni azt, amit én látok benned

**K: MI EZ A DUMA A FOTÓSSAL MEG A TAVALYI KÉPEIDDEL? NEM ÉRTEM** – mondta Klau. Homlokráncolva nézte Liza telefonját. Liza hirtelen felcsattant:

**L: JÓL VAN MÁR, NE IRIGYKEDJ! ENNYIRE HIHETETLEN, HOGY BEJÖVŐK VALAKINEK?!**

**K: NEM, DEHOGY, CSAK OLYAN GÁZ, AHOGY EZT A FOTÓZÁST SZÓBA HOZTA!** – válaszolt Klau.

HELLO!

**L: PERSZE, NEKED MINDIG MINDEN AZ!** – puffogott Liza. A telefon megint pittyent.

**SZABEE03**

van egy nagybátyám, ő fotós. ha gondolod, szívesen megkérem, hogy csináljon rólad néhány extra képet.

**L: TESSÉK, ÍGY MÁR ÉRTHETŐ!**

**K: AHA... ÉN AZT HITTEM, ELŐSZÖR MOZIBA HÍV MAJD** – mondta Klau, de Liza csak a szemét forgatta.

**SZABEE03**

annyi, hogy kicsit elfoglalt, szóval jó lenne, ha tudnál küldeni néhány egész alakos képet 😊

**L: Ó...** – mondta Liza. Klau hátulról átölelte.

**LIZA**

nahát, ez menő! hogy hívják a nagybátyádat? szeretném megnézni a munkáit

Éveknek tűnő percekig vártak Szabi válaszára.



**SZABEE03**

nem nagyon van fent ilyen oldalakon, de a legutóbbi Joy címlapot ő fotózta 😊

**LIZA**

értem, de szeretném tudni a nevét, vagy titkos? 😊

**SZABEE03**

figyelj, ez egy nagyon jó lehetőség lenne! De kellene a képek, hogy tudja, kivel fog dolgozni

??!!

válaszolj már!!!!

A lépcsőn ülő lányokhoz Zalán kiáltott oda:

**Z: LÁNYOK, GYERTEK, MÁR ÉG A TÁBORTÚZ!**

Ahogy felálltak, Liza nagyot sóhajtott, majd megnyomta a „Letiltás” gombot. Klau megölelte barátnőjét, aztán elindultak a többiek felé.

**BLOCKED USER**

- ▶ Szerinted miért gyanús a matekfüzetes kép?
- ▶ Jól reagált a helyzetre Liza?
- ▶ Vajon Klau miért ölelte meg Lizát?



# REAL+



A többiektől távolabb ültem le, az épület falának dőlve, laptoppal az ölemben. A fejhallgatótól nem hallottam a hangok nagy részét. Mindig nehezen tudtam hozzászólni, ha beszélgetnek, így ebben az osztályban már nem is erőltettem a dolgot. A többiek szerencsére békén hagynak, nem nagyon érdeklém őket. Úgy látom, Zalánék nem messze tőlem telepedtek le a fűbe. Nagyon nézik az egyikőjük telóját. Én inkább próbálok a laptompra koncentrálni.

– HAHA, EZ MEKKORA! – röhögött fel Marci a videó végén. Zalán és a többiek is tekeregtek a nevetéstől.

– NA, MÉG EGYET, AZTÁN MENJÜNK PAKOLNI  
– mondta Zalán a könnyeit törölgetve.

EZ ÉN VAGYOK,  
A MÚLTOR IS  
IZZADTAM, MINT  
EGY LÓ!

– kiáltott fel Marci, és a csapat megint hanyatt vágódott a röhögéstől.





Ismerős zene szűrődött be a fülesem keresztül. Nemrég használtam az egyik videóhoz. Próbáltam kicsit oldalra hajolni, hogy lássam, mit néznek a többiek a telefonon. **AZT A VIDEÓT A MÚLT HETI MATEKDOGA IHLETTE, AMIT KÖZVETLENÜL TESI UTÁN KELLETT MEGÍRNUK.**

Zalán meglátta, ahogy Tomi feléjük néz. Eddig nem nagyon beszélgettek. Tomi elég zárkózottnak tűnt, és mindig a laptopján vagy a telóján babralt valamivel. Itt az idő, gondolta Zalán.

– **CSÁ, TOMI, JÓL ELBÚJTÁL A FAL MELLETT! MILYEN JÁTÉKOT TOLSZ?**

– **ÉN ÖHM... NEM JÁTSZOM** – felelte Tomi.

– **NEM JÁTSZOL? HÁT AKKOR MIÉRT CIPELTED EL IDE A LAPTOPODAT? HÁZIT ÍRSZ RAJTA?** – kérdezte Marci. A többiek felnevettek.

Nem számítottam arra, hogy a fiúk hozzám szólnak. Gúnyolódni akarnak? Kinevettek az előbb? Érzem, ahogy emelkedik a pulzusom. Ha meg akarnának verni, esélyem se lenne. Nagyobbak, ráadásul gúrnak is.

– **NEM, ÉN... HÁT ÉN, ÍGY, IZÉ, SZERKESZTGETEK.**

Nagyszerű, olyan kevésszer szólok meg, hogy beszélni is elfelejtettem. Nem lesz ennek jó vége.

– **MEGMUTATOD? MOST KOMOLYAN.**

**KÍVÁNCSIAK VAGYUNK** – mondta

Zalán. A többiek is bólogattak körülötte.

Erről a helyzetről is tudnék videót csinálni. Egy go prós zuhanást láttam lelki szemeim előtt, miközben egy kecske ordít. Így érzem most magam.

– **ÖHM, PERSZE... VIDEÓKAT SZERKESZTEK**

**TIKTOKRA** – mondta Tomi, majd kifordította a laptopot. A fiúk odagyűltek a képernyő elé.

**MICSODAAA?**  
**NEM MONDOD, HOGY TE CSINÁLOD EZEKET? AZ ELŐBB IS EZT PÖRGETTÜK, NAGYON JÓK!**

– ámult hangosan Marci.

**NEM IS TUDTAM, HOGY ILYEN JÓ A HUMOROD, TOMI! MIVEL VÁGOD EZEKET?**

**HŰ, SOKFÉLE ALKALMAZÁS VAN MÁR, ÉN ÚGY SZOKTAM CSINÁLNI, HOGY...**

Talán adok még egy esélyt ennek a beszélgetősdínek...

- ▶ Hogyan segít a közösségi média Tominak?
- ▶ Milyen más módjai vannak annak, hogy valaki online kibontakoztathassa tehetségét?
- ▶ Gondold végig: te tudod, hogy kik a kedvenc oldalaid mögött álló alkotók?



# CHALLENGE

HÚ, EZ KOMOLY VOLT! AZÉRT NÉHÁNY-  
SZOR AZT HITTEM, LE FOG ESNI! – hüle-  
dezett Szonja a videó után.

UGYAN, SEMMI NEM VOLT  
AZ A STADION. SZERINTEM  
BÁRMELYIKÜNK VÉGIG  
TUDNA UGRÁLNI EGY ILYEN  
HELYEN – legyintett Peti.

FIGYELJETEK, AMÚGY MOST NEM  
A BÜKKBEN VAGYUNK? NEM ITT VAN  
VALAHOL AZ A PANZIÓ? – vetette fel Imi.

RÁKERESEK – mondta Szonja,  
majd hangosan olvasta a cikket:

– JAJ, HAGYJUK MÁR,  
SZELLEMEK MEG  
ÁTKOK, ILYEN HÜLYE-  
SÉGET! MÁST NEM  
ÍRNAK? – kérdezte Peti.

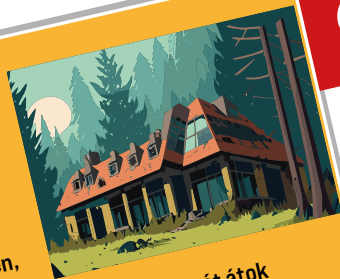
– NEM. DE HA JÓL  
LÁTOM A TÉRKÉPEN,  
ITT VAN KÖRÜLBELÜL  
HÁROM KILOMÉTERRE.

– AKKOR A KIHÍVÁS  
ADOTT: LÓGJUNK  
MEG, ÉS CSINÁLJUNK  
CHALLENGE VIDEÓT  
MI IS! – dobta be Imi.



Meglepő története van a bükki  
panzióknak – te is félni fogsz!

Már lassan három évtizede ál üresen  
az egykor népszerű bükki panzió.  
A tulajdonos nyom nélkül tűnt el  
a görögországi nyaralásán még 1995-ben,  
a rendőrség sosem találta meg. A helyi  
lakosok szerint ez várható volt, hiszen az erdőnek azt a részét átkok  
sújtja, mivel a panzió egy régikolostor helyére épült. Mivel a kolostor  
épült a szerzetesek temetője is, az épületet egyesek szerint  
szellemek kísértik.



– **Á, NE MÁR, SRÁCOK,  
EZ NECCES IS LEHET...**

– szólalt meg Botond.

– **JA, EZ PARA... MI VAN, HA  
ELTÉVEDÜNK? VAGY  
BESÖTÉTEDIK? AZÉRT  
A BÜKK ELÉG NAGY,  
SZERINTEM SIMÁN EL  
LEHET BENNE VESZNI**

– értett egyet Szonja.

– **MIT PARÁZTOK? UGYAN,  
SRÁCOK, NINCS AZ OLYAN  
MESSZE.**

– **NA, MEG OTT VAN AZ A CIKK IS  
AZ ÁTOKRÓL ÉS  
A SZELLEMEKRŐL...**

– **BOTI, EZ KOMOLY?! –** kiáltott fel  
Peti. – **NE MONDD MÁR,  
HOGY TE ELHISZED!**

– **AKKOR MÉGIS MI TÖRTÉNT  
A TULAJJAL? HOGY  
LEHET NYOMTALANUL  
ELTŰNNI? –** kérdezte  
Botond.

– **KI TUDJA? LEHET, HOGY  
BELEKEVEREDETT  
VALAMI MAFFIAÜGYBE**

– tünődött Imi.

– **MÉG JOBB... MENJÜNK,  
TÖRJÜNK BE A MAFFIÁHOZ!**

– ironizált Botond.

– **ENDEM AZ ZAVAR, HOGY  
KIKKEL TALÁLKOZUNK OTT.  
AZ ILYEN HELYEK KÖRNYÉ-  
KÉN MINDIG VANNAK GÁZ  
ARCOK. ÉLŐ EMBEREK,  
NEM SZELLEMEK**

– szólalt meg Szonja.

– **SZERINTEM, HA KONINAK  
SIKERÜL BEJUTNIA ILYEN  
ÉPÜLETEKBE EGYEDÜL,  
ÉS KÖZBEN VIDEÓZNI IS  
TUD, AKKOR NEKÜNK  
SEM LESZ BAJUNK**

– szólalt meg Peti.

– **NA MI LEGYEN, SRÁCOK?**

– kérdezte Imi.

- ▼ Kinek az oldalára állnál? Imi és Peti kalandvágójával vagy Szonja és Boti aggodalmával értesz inkább egyet?
- ▼ Milyen forrásokból tudna meggyőződni a csapat arról, hogy a panzió valóban létezik, mielőtt útra kelnek?
- ▼ Vajon akkor is ilyen lelkesek lennének a srácok, ha nem a kedvencük, Koni oldalán hallanak a helyről?



**KONI'S CHANNEL**  
TŰLÉLJÜK?

SUBSCRIBE



lost Minute  
OFFER



# SNEAKER

3 héttel korábban

Noel izgatottan mutatta meg Gerinek a telefonját. Geri gyorsan elemezte a cipőt: Noel egy gyönyörű sneakert mutatott neki.

NÉZD!

NAGYON MENŐ!  
HOL TALÁLTAD?

Á, NEM NAGYON KELLETT  
KERESNEM, ÁLLANDÓAN  
SNEAKER REKLÁMOK  
JÖNNEK VELEM SZEMBE  
A NETEN – legyintett Noel.

IGAZ, MIÓTA MEGNÉZTÜK  
AZT AZ UNBOXING VIDEÓT,  
NEKEM IS – tündődött Geri.

BUY  
ME

– MIT MONDASZ, COP OR DROP?  
ENNYIÉRT MÁSHOL NEM  
VESZEL ILYEN CIPŐT!

Geri látta, hogy Noel már  
a kosárba is rakta a saját méretét.

– NEM IS TUDOM, AZÉRT ÍGY  
IS ELÉG HÚZÓS AZ ÁRA...  
ANYÁMÉK KIJELENTETTÉK,  
HOGY ÉV VÉGÉIG MÁR  
NEM UTALNAK PÉNZT.

– NE CSINÁLD, TESÓ, EZ MÉG  
FÉRJEN BELE! JÖN A NYÁR!  
LEGFELJEBB KEVESEBBET  
GYROSOZUNK ADDIG ...  
CSAK BANKKÁRTYÁVAL  
TUDUNK FIZETNI,  
DE MAJD MEGADOM  
AZ ÁRÁT KÁPÉBAN,  
HA MEGRENDELED.  
NA, LÉGYSZI-LÉGYSZI!

Közben megszólalt  
a jelzőcsengő.

H  
FR

GET  
& GO

OFFICE

– HÁT JÓ... DOBJ BE GYORSAN A KOSÁRBA EGY 43-AST IS, HOZOM A KÁRTYÁM.

az osztálykiránduláson

– HOZTAD A CIPŐKET, UGYE? – kérdezte Geri Noelt, miközben a busz csomagtartójából pakoltak ki.

– ÁH, MÉG MEG SEM JÖTTEK – hebegett Noel.

– DE MÁR VAGY HÁROM HETE RENDELTÜK. HONNAN HOZZÁK A CSOMAGOT? AZ ÉSZAKI-SARKRÓL KUTYASZÁNNAL VAGY MI? – kérdezte dühösen Geri. – GYERE, NÉZZÜK MEG AZT A WEBSHOPOT, ÍRJUNK AZ ÜGYFÉLSZOLGÁLATNAK!

Noel vonakodva ment Geri után. Kikereste a telefonján a webshopot, majd odaadta barátjának a telót. Geri egyre kétségbeesettebben nézte a képernyőt.

– DE HISZEN ENNEK AZ OLDALNAK A FELE ANGOL! ÉS NINCS SE E-MAIL CÍM, SE TELEFONSZÁM, SEMMI, AMIN KERESZTÜL SZÓLNI LEHETNE NEKIK! NOEL, MEGNÉZTED EZT TE EGYÁLTALÁN RENDESEN, MIELŐTT RENDELTÜNK?

– IZÉ... ÉN CSAK MEGÖRÜLTEM AZ AKCIÓNAK... Noel szégyenkezve meredt maga elé.

OFFICE



**NORMÁLIS VAGY, TESÓ?! EZ VALAMI KAMUOLDAL!**  
ÖTVENEZER FORINT VOLT A KÉT CIPŐ!  
– dühöngött Geri.

**MÉGIS HONNAN KELLETT VOLNA TUDNOM, HOGY KAMU?! A KÉPEN TELJESEN NORMÁLISAN NÉZETT KI A CIPŐ! ÉS AZ ÁRA SEM VOLT GYANÚSAN OLCSÓ, ÉRTED, NEM KÉTSZÁZ FORINTÉRT ADTÁK...**  
– szabadkozott Noel.

**AZT LÁTTAM ÉN IS, DE IGAZÁN ÁTNÉZHETTED VOLNA RENDESEN, MIELŐTT BEÍRATOD VELEM A BANKKÁRTYÁM ADATAIT!**

**DE OLYAN SOK HELYEN LÁTTAM EZT A HIRDETÉST...**

**TE JÓ ÉG, MI VAN, HA TÖBB PÉNZT IS LE FOGNAK VONNI...**  
– Geri idegesen a hajába túrt.

**FIGYELJ, SZÓLJUNK OTTHON, HÁTHA TUDNAK TENNI VALAMIT...**

**MÉGIS MIT?!**

▶ Te mit tennél egy ilyen helyzetben?  
▶ Hibáztak a fiúk? Ha igen, mit tehettek volna máshogy?  
▶ Te tudod, hogy milyen árulkodó jeleket kell figyelni online rendeléskor?

– csattant fel Geri.





# #TIMEOFMYLIFE

Anna sminkcuccai alig fértek el a fürdőszobában. A négy neszeszer tömve volt különféle tubusokkal, tégelyekkel, palettákkal és ecsetekkel. Először egy alapozót és egy hatalmas szivacsot vett a kezébe.

Van tükör a mosdókagyló felett! Ez jó hír! Igaz, a világítás siralmas. Uhh, ahogy a fejem is... De nem baj, egy kis kontúr segít majd. A szemöldökömet már elengedtem, sosem sikerül, de azt egyszer úgyis tetováltatni fogom. Ezeket a műszempillákat elég nehéz felragasztani, szerintem rendelni fogok olyan mágneses szettet, amit Karina hirdetett instán.

#készülődés #makeup  
#getreadywithme #GRWM

Hallom, ahogy a többiek odakint szervezkednek, az esti társasozás beosztása zajlik. Kéne még egy fő Lizáék csapatába, de senkinek nem jut eszébe, hogy én is itt vagyok. Szólhatnak, de még nincs kész a sminkem.

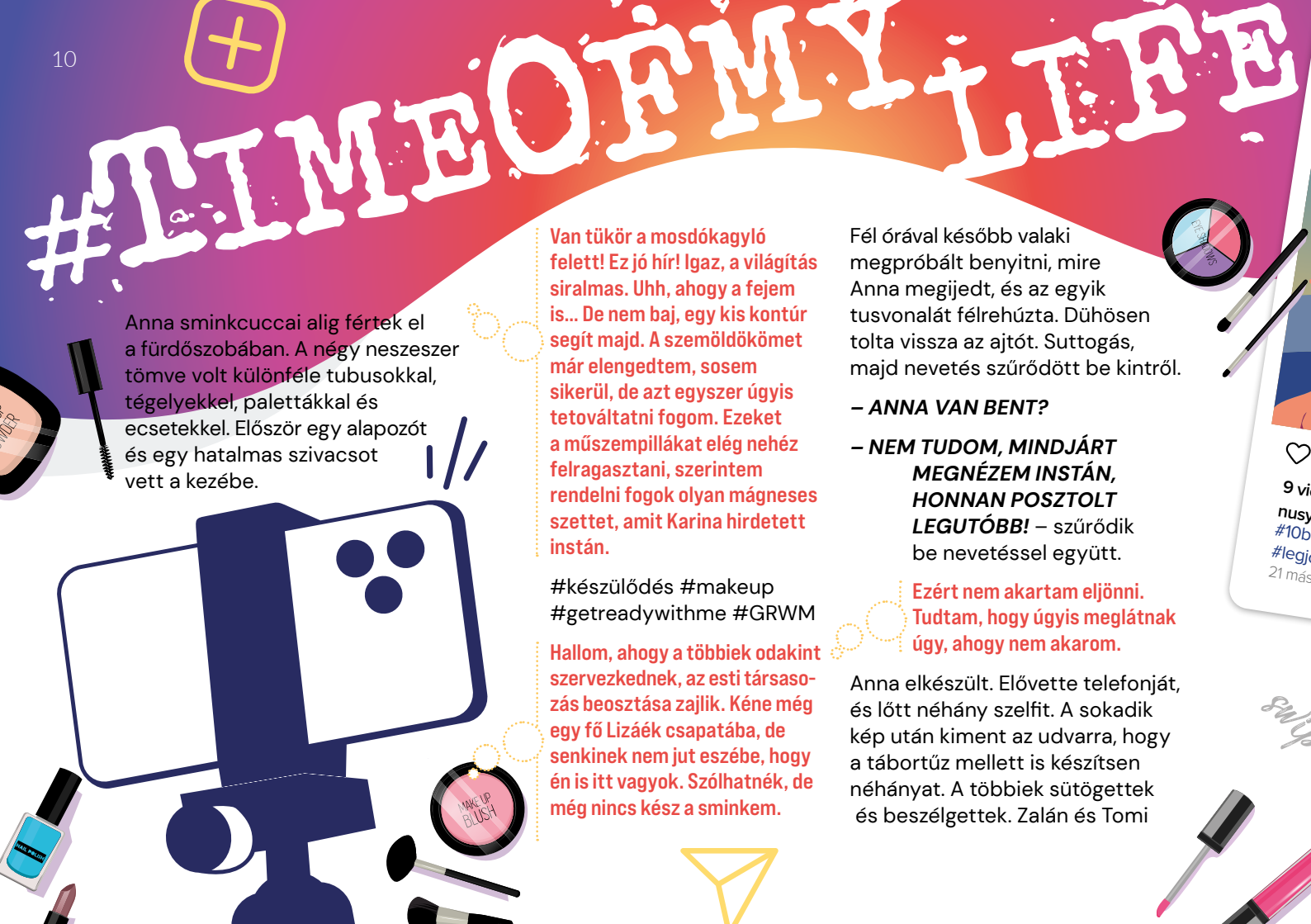
Fél órával később valaki megpróbált benyitni, mire Anna megijedt, és az egyik tusvonalát félrehúzta. Dühösen toltá vissza az ajtót. Suttogás, majd nevetés szűrődött be kintről.

– ANNA VAN BENT?

– NEM TUDOM, MINDJÁRT MEGNÉZEM INSTÁN, HONNAN POSZTOLT LEGUTÓBB! – szűrődik be nevetéssel együtt.

Ezért nem akartam eljönni. Tudtam, hogy úgyis meglátnak úgy, ahogy nem akarom.

Anna elkészült. Elővette telefonját, és lótt néhány szelfit. A sokadik kép után kiment az udvarra, hogy a tábortűz mellett is készítsen néhányat. A többiek süttögettek és beszélgettek. Zalán és Tomi







ews  
 nusygrl\_2008 🌿  
 #10bforever #timeofmylife #legjobbosztály  
 #bbcsapat #osztálykirándulás  
 3odperce

végigmérte Annát,  
 majd valamin felnevettek.  
 Anna biztosra vette, hogy  
 rajta gúnyolódnak. Végül  
 leült az egyik társaság szélén,  
 telefonjával a kezében.

Végigpörgette az elkészült képeket, a nagyját törölte, a többit szerkeszteni kezdte. A tűz túloldalán Botiék elindítottak egy számot telőről Anna alig hallhatóan dúdolta a dallamot, miközben meredten nézte az egymást átkaroló, kócos, sminktelen osztálytársait.



532 views  
 nusygrl\_2008 üdv a bükkből 🍷🔥  
 #timeofmylife #legjobbosztály #glamping  
 15 perce

THANK YOU

Felemelte a telefonját, készített egy utolsó képet, majd felállt a tűztől és bement a házba.

Az ágyon fekvé végre sikerült posztolni a fotóit, amikre a biztonság kedvéért még egy filtert is rádobott. Végignézte a kedvenc csatornáján az új beauty videókat, és eldöntötte, hogy kipróbálja a szérumot, amire minden influ

eszküzik. Ekkor villant fel az osztály-  
 chat értesítése: a frissen készült  
 osztályképen  
 mosolyokat,  
 nevetést,  
 boldogságot  
 látott.  
 A párnáján  
 fekete foltot  
 hagyott  
 a sírástól  
 elmosódott  
 szemfesték.

- ▶ Szerinted Anna elégedett magával?
- ▶ Hogyan segítenél neki?
- ▶ Érezted már úgy, hogy amit a közösségi médiában láatsz, az frusztrál vagy szorongást kelt benned?

# KOMMENTEK

## HITELES OLDALAK

Gerinek elég volt egy pillantást vetnie az oldalra, hogy lássa: ez bizony nem egy hiteles webshop. Jól azonosította, hogy sok az idegen nyelvű szöveg és elérhetőség sincs megadva. Ha nem egy márka hivatalos oldaláról rendelünk, akkor **érdemes rákeresni a webshopra különböző ellenőrző oldalakon:**

Ismerd fel a család webshopokat



Scam adviser

# Glick

Noel olyan lelkes lett a hirdetésben látott összeg láttán, hogy nem nézte meg körültekintően, hogy megbízható-e a webshop. Sajnos sok kamuoldal van az interneten, ami célzott hirdetésekén keresztül szerez gyanútlan vásárlókat, gyakran nagyon kedvező ajánlatokkal. Az ilyen oldalakon keresztül rendelt termékek **sokszor nem olyanok, mint amilyenek a hirdetés leírta, de az is lehet, hogy egyáltalán meg sem érkeznek**, hiába fizettük ki. Egy másik veszély, hogy illetéktelen kezekbe juthatnak a megadott bankkártyaadatok.

## VESZÉLYES KIHÍVÁSOK

Botond és Szonja felismerték, hogy kockázatokkal járhat egy online kihívásban való részvétel, **és nem érdemes belevágni a teljesítésébe**, még akkor sem, ha egy népszerű influenszer hasonlóan cselekszik. Szonja reális aggodalmaival (ismeretlen helyen vannak, besötétíthet, eltévedhetnek, idegenekkel találkozhatnak) próbált hatni barátaira, és lebeszélni őket arról, hogy ne kíválgjanak a veszélyes próbatételnek.



A srácok az elhagyatott panzióról szóló cikk kapcsán dilemmázni kezdenek, de az nem merül fel bennük, hogy esetleg maga **a cikk is félrevezető lehet**. Már a címe is meglehetősen erős érzelmeket kelthet, de ha jobban megfigyeled, több elgépelés is van benne, illetve a helyi lakosok szóbeszédén kívül nem támaszkodik hiteles forrásra.



Koni's Character  
TÜLÉLJÜK?

ONLINE



Imi és Peti bizonyítani szeretnék bátorságukat a barátaiknak, azonban néhány kihívás teljesítése kockázatos vagy ártalmas lehet, ami fizikai sérüléssel, komolyabb balesettel is járhat. A fiúk próbálták belevonni, rábeszélni társaikat is, hogy

tartsanak velük, pedig ők hangot adtak aggodalmaiknak, hogy nem szívesen vennének részt ebben a veszélyes

kalandban. Ez azért probléma, mert sokszor előfordul, hogy valaki hiába vonakodik, végül **mégis belemegy egy nemkívánatos, kockázatos helyzetbe azért, hogy megfeleljen barátai elvárásainak.** Nem érdemes veszélyeztetni sem a magatokat, sem mások biztonságát!

SUBSCRIBE



nusygrl\_2008

Anna helyesen érzi, hogy az online mutatott képe nem teszi boldoggá, nem találja a helyét. Bár a közösségi oldalán népszerű, valójában nem egészséges az énképe, magányos és szorong. Ilyen helyzetben jó ötlet lenne egy **felőnthöz vagy szakemberhez fordulni**, de talán az is segítené neki, ha valaki kívülről nyitna felé, bevonná a közös programokba.



532 views  
nusygrl\_2008  
#timeofmylife

15 perce



nusygrl\_2008

Úgy tűnik, Anna nem elégedett a külsejével, csak tökéletes sminkben hajlandó mutatkozni. **Sajnos a képmegosztáson alapuló social felületek, mint például az Instagram, gyakran késztetik arra a felhasználót, hogy egy javított, tökéletes képet mutasson magáról, ami megfelelési kényszerhez és önértékelési problémákhoz vezethet. Ne feledd: a közösségi médiában látott fotók jelentős része szerkesztett, egy kiragadott, megkreált pillanatot mutat be, ami még a képen szereplő személyek valóságát sem tükrözi igazán. Vajon Annának tényleg megéri ennyit készülődni azért a pár posztért, miközben kimarad a közös élményekből?**



532 views

IDEALIZÁLT KÉP



Kék Vonal  
Lelkisegély





Klau már az elejétől fogva érezte, hogy Szabi gyanús, átlátott a megjárt szobáiban, és próbálta erről meggyőzni Lizát is. **Felhívta a figyelmét az árulkodó jelekre**, például arra, hogy Liza már hetek óta beszél Szabival, de még mindig nem találkoztak személyesen, ennek ellenére Szabi folyamatosan képet kér róla egy profi fotózás ürügyén. Liza hiába hitt sokáig Szabinak, Klau nem hagyta annyiban, végig próbálta meggyőzni Lizát, és érzelmileg is segítette őt.

Liza végül belátta, hogy jobban teszi, ha nem küld képet az eleinte kedves, majd egyre tolaodóbbá váló Szabinak, majd letiltotta őt, hogy többet ne tudjon vele kapcsolatba lépni. **Ez a lehetőség mindig a kezetekben van, ne féljeteek élni vele!**

**BLOCKED  
USER  
x x x**



SZABEE03



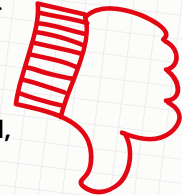
Send a chat



Ismerd fel  
az online  
visszaélést!



Liza túlzottan lelkes lett amiatt, hogy megtetszett egy fiúnak, ezért nem gondolt bele, hogy egy róla készült képpel más könnyen vissza tud élni, és az a kép bárkihez eljuthat, olyanhoz is, akihez nem szeretné. Ráadásul Szabi teljesen ismeretlen számára, még sohasem találkoztak, így nem is biztos, hogy valóban az, akinek Liza gondolja. Fontos, hogy tudd, senkinek sem tartozol intim fotóval, és **ne hagyd, hogy érzelmileg manipuláljanak!**



Lost M  
OF

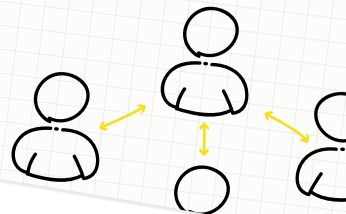
## ONLINE VS. OFFLINE SZEMÉLYISÉG



**Tomi**  
a közösségi médiában mintha teljesen más ember lenne: **a digitális világban tud kiteljesedni** mint humoros, kreatív tartalomgyártó. A közösségi média egyik pozitív hatása, hogy lehetőséget teremt az önkifejezés különböző módjaira.



**Anna**  
szintén mást mutat magából online, mint amit ténylegesen megél, de ez mégsem teszi boldoggá. **Ő a valóságát próbálja másképp bemutatni**, szinte csak a közösségi médiának. Az általa kialakított online személyiség Tomi esetével ellentétben nem ad hozzá az offline életéhez. A közösségi oldalakon sokan igyekeznek magukról teljesen más képet mutatni, aminek az egyik oka, hogy szeretnének megfelelni a mások által támasztott vélt vagy valós elvárásoknak. Ez azonban a közösségi média túlzott mértékű használatához vezethet, ami miatt igazi személyiségük és a valódi társas kapcsolataik háttérbe szorulhatnak.

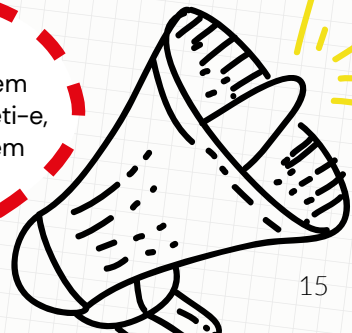


## CÉLZOTT TARTALOM



Noelt és Gerit is érdeklik az extrább sneakerok, így erről szóló hirdetéseket kapnak. Bár nem akartak cipőt venni, olyan jó ajánlatot láttak a célzott hirdetésben, hogy nem tudtak ellenállni. Függetlenül attól, hogy a termék megérkezik-e, illetve valóban eredeti-e, érdemes vásárlás előtt elgondolkodni: miért látom ezt a hirdetést? Valóban szükségem van erre, vagy csak azért venném meg, mert nagyon olcsó? Tényleg kell nekem, vagy **csak azért akarom, mert a kedvenc influenszeremnek is ilyen van?**

1 Minute Fer







**Szerzők:**

Aniot Laura  
Kenessey Tamara  
Popol Csaba Pál  
Szűcs Laura



*Swipe up*

**NEMZETI MÉDIA- ÉS HÍRKÖZLÉSI HATÓSÁG**  
1015 Budapest, Ostrom u. 23–25.

levélcím: 1525 Pf. 75  
telefon: (06 1) 457 7100

weboldal: nmhh.hu  
e-mail: info@nmhh.hu

