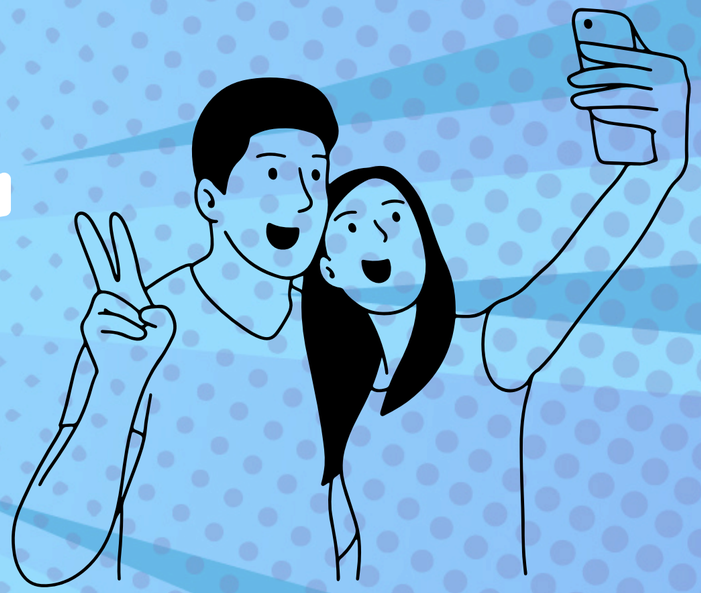
KIBERNETINIO NARŠYTOJO NUOTYKIAI

KAIP AŠ MATAU SAVE/SAVO ASMENUKĘ



Co-funded by
the European Union

O, tikrai?
Kodėl ?
Wow, pažiūrėk į šį influencerį. Jis toks gražus! Norėčiau apsikeisti su juo gyvenimais.

Na, visi šitie žmonės yra gražūs ir turi puikius gyvenimo būdus.
Aš tik noriu žinoti, ką reiškia būti tokiam tobulam kaip jie..

Na, leisk man į jį pažiūrėti. Nemanau, kad tu taip labai skiriesi nuo jo!
Na, va, tu tik pažiūrėk..

Umm.. Nenoriu tavęs nuliūdinti...

Ne tą turėjau omenyje...
Kad aš niekad nbūsiu toks gražus? Jo, žinau. Negaliu laikytis dietos, myliu maistą per stipriai..

Tą ir noriu pasakyti, bet tu supranti kitaip nei norėčiau. Tu negali turėto tokio įvaizdžio ir formos, nes jie yra stipriai paredaguoti.
Nematau...

Juokauji, taip ?
Šito vyro raumenys nuotraukoje atrodo daug didesni nei iš tikrųjų yra...
Ar jis pasidaręs plastinę operaciją ?

Aš manau, jog kiekvienas yra gražus ir kiekvienas turi savo gyvenimą. Tu neturi lygintis su kitais socialinėse medijose ir paskui tapti nepasitikinčiu savimi..

Ir dažniausiai, ką tu matai internete, yra surežisuota arba paredaguota. Tad būk laimingas dėl kitų, bet nesijausk blogai dėl savęs.

Ir, man atrodo, esi šį vakarą susitaręs susitikti su draugais? Tad eik ruoštis ir kuo daugiau mėgaukis savo gyvenimu!
Aha, manau, jog esi teisus. Ačiū, man reikėjo tai išgirsti.

PATARIMAI TĖVAMS

Pastangos teigiamai puoselėti vaiko įvaizdį gali padėti didžiuotis savo išvaizda ir geriau jaustis apie save. Tai veda prie sveiko savęs pasitikėjimo.

Norėdami sukurti teigiamą savo vaiko įvaizdį, galite:

- Pamokyti vaikus apie jų kūnus
- Padėti jiems pasirūpinti savo kūnais
- Nepamiršti pasakyti teigiamų pagyrimų apie jų išvaizdą
- Parodykite, jog jūs didžiuojatės jų veikla

Co-funded by
the European Union

SMAGI VEIKLA JAUNIESIEMS BESIMOKANTIESIEMS

Tavo įvaizdis yra toks, kokį tu matai save. Geras įvaizdis gali suteikti drąsos ir padėti didžiuotis savimi! Užbaik toliau pateiktą užduotį ir nurodyk kas tave džiugina.

Co-funded by
the European Union

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Šis kūrinys atspindi tik autoriaus nuomonę, todėl Nacionalinė agentūra ir Europos Komisija negali būti laikomos atsakingomis už jame pateiktą informaciją.

Co-funded by
the European Union