

فهرست

۶..... وسایل هرروزه

دختری با گجت‌ها (ابزارک‌ها)
ارتباط برقرار کن
کلاس‌های آنلاین
پدر و مادر دیجیتالی
راه‌وچاه فضای مجازی



۱۶..... امنیت، تضمین موفقیت

این موضوع شخصی است
وارد فضای مجازی شو
رمز ورود چیست؟
آزمون ۱ منطقه‌ی خطر
کارها را درست انجام بده
آزمون ۲ بودن یا نبودن؟



۲۹..... ملکه‌ی صفحه‌ها

حرف‌هایت اهمیت دارد
یک جمع دوستانه‌ی جمع‌وجور
زبانِ شکلک‌ها (ایموجی‌ها)
آزمون ۳ چطور رفتار کنیم؟
گام‌به‌گام در مسیر صحیح



دوستانِ بدونِ چهره ۴۰



دوست یا دشمن
اوقات تلخی‌های مجازی
با اوباشِ مجازی مقابله کن
آزمون ۴ وارد بحث شویم یا نه؟
وقتی مجازی واقعی می‌شود!

هنر برقراری تعادل بین دنیای واقعی و مجازی ۵۰

آزمون ۵ آیا در دنیای مجازی و
گجت‌ها غرق شده‌ای؟
زندگی مجازی‌ات را از نو برنامه‌ریزی کن
یافتن تعادل
پیشگیری از آسیب‌های بدنی
مراقب دست‌هایت باش
هوای تازه



منِ مجازی ۶۱

شهروند مجازی دنیای جدید



امنیت اهمیت دارد

- آموختن نحوه‌ی عملکرد در دنیای مجازی به مربی نیاز دارد. بعضی از سایت‌ها مخصوص دخترانی در سن تو هستند، ولی بسیاری دیگر مناسب تو نیستند. سن تو مشخص می‌کند کدام رسانه‌ی اجتماعی مناسب توست. همیشه همراه پدر و مادرت از اینترنت استفاده کن تا زمانی که آن‌ها اجازه دهند به تنهایی وارد دنیای مجازی شوی.
- فراموش نکن همیشه قوانین سایتی را که واردش شده‌ای، رعایت کنی.