

REŤAZOVÉ SPRÁVY

Videli ste sa na sociálnej sieti správy typu:

„Pošlite túto správu aspoň 10 ľuďom, lebo budete mať sedem rokov nešťastia a už nikdy nebudete mať žiadnych priateľov“ ?

Poslali ste ju ďalej?

Prečo ste ju poslali? Čo by sa podľa Vás stalo, keby ju nikomu nepošlete?

ZÁSADY:

- **Neposielajte reťazové správy ďalej** – môžu vyvolávať strach, nepríjemné pocity
- Väčšinou takéto správy sľubujú niečo pekné (šťastie, veľa kamarátov, zázrak) alebo niečo negatívne (nešťastie, chorobu a podobne), avšak to, čo sľubujú nenapĺňajú – **nikdy sa nestane to, čo reťazová správa sľubuje alebo čím straší**
- **Hovorte o tom, čo sa v reťazovej správe píše s dospelou osobou alebo starším súrodencom**
- **Neskúšajte robiť to, čo od Vás správy požadujú** – nereagujte na výzvy (challenge) môžete si ublížiť

Čo ak sa bojím, že sa stane niečo zlé, ak tú správu nepošlem ďalej?

- Je v poriadku, ak pociťuješ strach a obavy z toho, že sa môže stať niečo zlé, ak nepošleš správu ďalej
- **NIKDY sa nestane niečo zlé, kvôli tomu, že nepošleš správu ďalej, NIKDY nemaj pocity viny, že si správu neposlal/a**
- Ak by si poslal/a správu ďalej, môžeš tým vyľakať niekoho ďalšieho
- Skôr ako správu pošleš ďalej, povedz o tom rodičom, staršiemu súrodencovi, triednej pani učiteľke
- Ak máš strach a nevieš, komu o tom povedať, môžeš sa obrátiť na školskú psychologičku alebo na internetovú poradňu pre mladých <https://ipcko.sk/> (cez chat alebo mail nonstop)
- K dispozícii Ti je aj linka detskej dôvery: každý pracovný deň v čase 14:00-20:00 prostredníctvom telefónu 0907 401 749, chatu www.linkadeti.sk, e-mailu odkazy@linkadeti.sk, aplikácie Skype (linkadeti), pre deti a mladých je možnosť odoslania správy v rovesníckej poradni na www.linkadeti.sk

Čo ak mi to príde vtipné, a pre to preposielam správu kamarátom? Je na tom niečo zlé?

- Nie je nič zlé na tom, že Ti reťazová správa príde vtipná a rozosmeje Ťa
- Neposielaj ju však ďalej, pretože sa môže dostať k niekomu, koho môže vystrašiť
- Ak sa rozhodneš poslať správu kamarátovi/ke, aby ste sa spoločne zabavili, upozorni ho/ju na to, aby správa ostala len medzi Vami a aby ju rozhodne neposielal/a ďalej. Spýtaj sa kamaráta/kamarátky, či verí tomu, čo je v správe napísané, aby si mal istotu, že správou kamarátovi/ke neublížiš a nevystrašíš ho/ju

Čo ak som už takú správu poslal/a?

- Daj si pozor, aby si reťazovú správu už nabudúce neposielal

Ak by si mal/a takéto alebo iné pocity, ak by Ťa niečo ťažilo a chceš sa s niekým porozprávať, môžeš sa obrátiť aj na mňa, na školskú psychologičku. Nezostávaj s tým, čo Ťa trápi osamote. Rada tu pre Teba budem.

