



Чувства към действие (превенция от насилие)

Карти

<p>1. Избери карта „Ситуация“ (Нещо се случва... Или пък създайте такава карта със ситуация, свързана с насилие)</p>	<p>2. Избери карта „Чувство“ (Как би се чувствал в тази ситуация. Можете да създадете своя)</p>
<p>3. Избери „Искам“ карта (Какво би могло да ти помогне, ако се намираш в тази ситуация. Можете да създадете своя карта.)</p>	<p>4. Създай карта „действие“ (Напишете карта, за да покажете как ще помогнете на човек или ситуация.)</p>



Чувства към действие (превенция от насилие): Изберете подходящи за аудиторията ви карти, или създайте ваши такива. Карти Ситуации

На парти съм, всички пушат и пият, а аз не искам.	Някой в класа е пуснал списък с „грозни хора “ и аз съм в него	Цялото ми шкафче е било одраскано с надписи „върви си в твоята държава“
Нямам с кого да седна в междучасието/на обяд. Всички ме гледат като извънземен.	Когато вдигна ръка в клас, учителката каза, че няма да ми даде думата, защото никой не го интересувало моето мнение.	Цял ден в училище никой не си каза и дума с мен. Сякаш бях невидим.
Човек, когото харесвам ме кара да правя неща, които смятам за ужасни.	Някой е публикувал ужасни мои снимки в социалните мрежи и сега се чувствам	Знам за дете в моя клас, което е системно малтретирано от други.
Каквото и да публикувам в профила си, непрекъснато получавам злобни коментари	зле. Не си спомням последния път когато се чувствах добре тук.	Приятелите ми казаха, че мога да дойда на партито тази вечер, само ако им донеса алкохол.
Толкова съм отхвърлен в клас, че спрях да си пиша домашните и да участвам, и никой не забеляза, дори.	Учителят ни каза, че трябва да работим в група, но никой не ме иска в неговата група.	По физическо, капитаните си избираха отбор, аз бях последният избран, отново.

Чувства към действие

„Чувствам се“
карти

Изберете карти, подходящи за вашата аудитория. Направете свои.

Ядосан	Отвратен	Изолиран	Шокиран
Одосаден	Нетърпелив	Самотен	Заглушен
Засрамен	Смутен	Бесен	Разтърсе н
Облъскан	празен	Манипулиран	Стресиран
Предаден	Вбесен	Никак	Зашемете н
Озлобен	Изтощен	Пренатоварен	Заобиколен
Студен	Избухлив	Жалък	Заплашен
Подведен	Празен, кух	Безсилен	Като под вода
Притиснат в ъгъла	Обезнадежде н	Притиснат	Изчезващ
Безжизне н	УжасЕн	Принуден	Недостатъче н
Депресиран	Унижен	Бунтарски	С желание
Отчаян	Незначителе н	Възстана л	разтревоже н

Чувства към действие:

Карти „Искам“

Изберете карти, които са подходящи за вашата аудитория.
Създайте и Празни – със същия цвят.

Да ме изслушаш	Рамо, на което да поплача	Да ми разкажеш шега
Съмишленик	Безопасно	Да ме разведриш
Нещо, за което да помисля	място Да ме поканят да седна до тях...	Да си взема сладко.
Да потърся помощ	Да ми помогнеш	Да ме питат как се чувствам
Някой да каже : „Това не е редно“	Да кажа на възрастник някой отговорен	Някой да ме подкрепи, в решението ми
Просто остани до мен.	Съвет	Да не ми даваш съвет

Чувства към действие: Карти Действия

Създайте ПРАЗНИ карти със същия цвят

Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията
Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията
Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията
Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията
Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията
Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията	Действие, което ще предприема, за да подобря ситуацията