

VIBE CHECK

NA DRUŽBENIH OMREŽJIH VIDIM OBJAVO IN ...

... se moram
nasmejati.



... v njej
prepoznam sebe.



... se počutim
žalostno.



... sem
razočaran/-a.



... čutim
olajšanje.



... se učim.



... sem
ljubosumen/-na.



... sem
jezen/-na.



Share the good vibes!

- ▼ Shrani objavo. Tako si jo boš lahko ogledal/-a pozneje.
- ▼ Deli objavo s prijatelji/-cami. Tako bodo tudi oni/-e uživali/-e v njej.
- ▼ Pošlji zasebno sporočilo ali prijatelje/-ice označi na fotografiji. Tako bodo vedeli/-e, da misliš nanje.
- ▼ Pohvali objavo nekoga.
- ▼ Prijateljem/-icam pošlji koristne informacije in nasvete.

Find your vibe!

- Za nekaj časa zapri aplikacijo ali popolnoma odloži mobilni telefon.
- Odkleni ali izklopi obvestila za profil, ki te navdaja s temi občutki.
- Poišči profile, ki izžarevajo pozitiven vibe.
- Pobrskaj po svojem profilu in si oglej zabavne vsebine. Razmisli o stvareh, ki si jih še nameraval/-a narediti.
- Sooči se s situacijo, ki te jezi, razočara ali žalosti.
- O svojih občutkih se pogovori s prijatelji/-cami.



Ljudje smo si različni. Tisto, kar dobro deluje pri tebi, ne bo nujno delovalo pri vseh. Zato predvsem poišči način, kako najti lasten vibe.

Obišči watwat.be/vibecheck in ugotovi, kako družbena omrežja narediš še bolj zabavna!



School for
Mass Communication
Research
EU LAREN



Sofinancira Evropska
unija



Za vsebino te publikacije je odgovoren
izključno imec vzw in ne odraža nujno
mnenja Evropske unije.



BY NC ND



JIJ WEET!