

02 Otkrivanje moje uloge u društvu



AKTIVNOST 1

Obiteljski i prijateljski Bingo

Napravite bingo kartice s različitim osobnim osobinama i karakteristikama koje opisuju ljude u vašim društvenim krugovima. Naglasite važnost prepoznavanja ponašanja koja se mogu klasificirati kao toksična i promovirajte zdrave interakcije unutar obiteljskih i prijateljskih krugova. Ovo može dovesti do vrijednih razgovora o postavljanju granica, učinkovitoj komunikaciji i njegovanju pozitivnih odnosa.





Introvertan

Preferira samotne aktivnosti i osjeća iscrpljenost zbog društvenih interakcija.



Avanturističan

Željni isprobavanja novih i uzbudljivih aktivnosti; voli riskirati.



Organiziran

Održava stvari urednima i planira unaprijed; cijeni strukturu i red.



Manipulativan

Kontrolira ili utječe na druge za osobnu korist, često na prijevaran način.



Optimističan

Ima pozitivan pogled na život i očekuje da će se dogoditi dobre stvari.



Osuđujući

Često pronalazi mane u drugima i situacijama te izražava negativne procjene.



Suosjećajan

Pokazuje duboku empatiju i brigu za patnje drugih; dobrodušan.



Sklon raspravama.

Uživa u debatama i često se upušta u sukobe mišljenja; sklona izazivanju tuđih stavova.



Duševit

Posjeduje dobar smisao za humor; često nasmijava druge.



Egocentričan

Usmjeren prvenstveno na vlastite potrebe i želje; može biti egocentričan.



Strpljiv

Sposoban čekati bez frustracija i smireno podnosi kašnjenja.



Tračerski

Uživa u dijeljenju i raspravljanju o privatnim stvarima drugih, često bez njihovog pristanka.



Spontan

Djeluje impulzivno bez plana; uživa biti nepredvidiv i živjeti u trenutku.



Defenzivan

Brzo opravdava postupke ili se štiti kad je kritiziran; osjetljiv na percipirane napade.



Pouzdan

Pouzdan i vrijedan povjerenja; dosljedno dobro obavlja zadatke i održava obećanja.



Inovativan

Kreativan i originalan u razmišljanju; često dolazi do novih ideja i rješenja.



****Rasprava:****

- Koja su pozitivna ponašanja koja cijenite u svom društvenom krugu i kako ona pridonose održavanju zdravih i podržavajućih odnosa?
- Jeste li ikada naišli na toksično ponašanje unutar svog društvenog kruga? Kako je to utjecalo na dinamiku grupe i koji su koraci poduzeti za rješavanje ili otklanjanje problema?
- Što vi i drugi u vašem društvenom krugu možete učiniti kako biste potaknuli pozitivnije i poštovanije okruženje, minimizirajući pojavu toksičnih ponašanja?

****Refleksija i uvid:****

- Reflektiranje o dobrim i toksičnim ponašanjima pomaže prepoznati i cijeniti pozitivne doprinose pojedinaca unutar društvenog kruga te osvjetliti negativne akcije koje narušavaju dinamiku društvenog kruga.
- Proces refleksije potiče pojedince na razmišljanje o strategijama i praksama koje mogu poboljšati opće zdravlje njihovog društvenog kruga.

****Prednosti igre:****

- Povećana samosvijest potiče osobni rast, ohrabrujući pojedince na svjestan trud za poboljšanje društvenih interakcija.
- Prepoznavanje i jačanje dobrih ponašanja potiče povjerenje, poštovanje i uzajamno uvažavanje, što vodi do zdravijih i podržavajućih odnosa.
- Rasprava o toksičnim ponašanjima pruža platformu za rješavanje sukoba i nesporazuma.