

# 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](https://watwat.be/vibecheck) in ugotovi, kako družbena omrežja narediš še bolj zabavna!

mediawijs

umec

Vlaanderen  
verbeelding werkt

Betternet

School for  
Mass Communication  
Research  
Vrije Universiteit

Sofinancira Evropska  
unija

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

CC BY NC ND

WAT  
WAT  
JIJ WEET!