



Ycare
Youth Counselling Against Radicalisation Europe

Τίτλος δραστηριότητας: Αυτόματες σκέψεις

Φύλλο εργασίας: Κατάλογος περιπτώσεων για ανάλυση

Παραδείγματα αυτόματων σκέψεων που πρέπει να λυθούν στην ομάδα

- Δεν έχει σημασία που έλεγα να πάμε στην πλατεία, κανείς δεν μου έδωσε προσοχή. Ποτέ δεν με ακούνε.
- Απέτυχα σε τρεις εξετάσεις. Οι δάσκαλοι μου την φυλάνε. Δεν υπάρχει τρόπος...
- Η Έρικα αποκάλυψε το μυστικό μου. Δεν μπορείς να εμπιστευτείς κανέναν.
- Μπορείτε να πείτε τι θέλετε, αλλά οι άνθρωποι δεν έχουν τα ίδια δικαιώματα, τέλος της ιστορίας.
- Έχω ζητήσει υποστήριξη από έναν συμμαθητή, αλλά δεν θέλει να βοηθήσει. Κανείς δεν θέλει να με ακούσει.
- Μερικοί άνθρωποι με ενοχλούν και δεν ξέρω τι να κάνω. Λένε ότι είμαι χαζός και δεν ξέρω τι να κάνω.



changing lives, opening minds

Project number: 2015-1-NL01-KA202-008861