

Vorteile/Risiken-Karten

Freundliche Bots und echte Emotionen

Vorteile

Hilft mir, eine beruhigende Atemübung zu machen.

Gibt mir Ideen zur Lösung kleiner Alltagsprobleme.

Ermöglicht mir, meine Gefühle in einem privaten Raum aufzuschreiben.

Schickt mir nette Worte, die mich aufmuntern.

Erinnert mich an meine Erfolge, wenn ich mich niedergeschlagen fühle.

Risiken (mit Erwachsenem besprechen)

Chattet so lang mit mir, dass ich zu spät ins Bett gehe.

Fragt mich nach persönlichen Informationen, wie meiner Adresse.

Gibt mir Ratschläge, die nicht ganz richtig sind.

Ermuntert mich, mehr mit dem Bildschirm zu sprechen
als mit realen Freunden.

Speichert, was ich sage, sodass andere es später sehen können.