TELAS E SENTIMENTOS

QUEM	O QUÊ	SENTIMENTO GERADO	PONTOS
Carlos	Viu colega fora de isolamento no instagram	Vontade de sair / inveja	1
	Notícias sensacionalistas	Desânimo / ansiedade	1
	Grupo dos pais da escola fazendo todas as atividades	Culpa	1
	Vídeo Game	Não quer desligar - tarde da noite	1
Juliana	Série com muita aventura antes de dormir	Agitação para pegar no sono	1
Lucas	Desenho de vampiro	Medo de apagar a luz	1
	Jogo do celular	Raiva por não passar a fase	1

Totalizando os pontos

Quem	Total de Pontos	Regalia
Carlos	4	Um jantar preparado pela mamãe e Lucas
Juliana	1	
Lucas	2	

Cada sentimento notado em consequência do uso da tecnologia, um ponto. Quem colocar mais sentimentos e somar mais pontos ao final de uma semana, ganha uma regalia (pode ser desde um chocolate até um café da manhã na cama ou uma 1 hora de descanso sem filhos :)