

# Οδηγίες Παιχνιδιού

1. Ο πρώτος παίκτης καθορίζεται με ζαριά - ο μεγαλύτερος αριθμός κερδίζει και ο συγκεκριμένος παίκτης ξεκινάει πρώτος.
2. Κάθε παίκτης ρίχνει και τα δύο ζάρια στην αρχή της σειράς του, μετακινώντας το πιόνι του προς τα εμπρός κατά έναν αριθμό ίσο με το άθροισμα των ζαριών.
3. Κάθε νησί στο ταμπλό του παιχνιδιού σχετίζεται με μια τράπουλα συγκεκριμένου χρώματος - κίτρινο, πράσινο, ασημί, μπλε, πορτοκαλί, μοβ κλπ. Τα χρώματα αυτά αντιστοιχούν στους διάφορους τύπους νησιών, όπως το Πορτοκαλί Νησί (αυτοέλεγχος και διαχείριση συναισθημάτων). Οι τράπουλες τοποθετούνται περιμετρικά του πεδίου παιχνιδιού.
4. Μόλις φτάσει σε ένα νησί, ο παίκτης πρέπει να τραβήξει την πρώτη κάρτα από την αντίστοιχη χρωματική τράπουλα και μέσα σε δύο (2) λεπτά να μοιραστεί τα συναισθήματα, εμπειρίες και τις απόψεις του, ανάλογα το περιεχόμενο της εκάστοτε τράπουλας:
5. Στο τέλος κάθε γύρου, η κάρτα επιστρέφεται στο κάτω μέρος της τράπουλας.
6. Οι παίκτες ενθαρρύνονται να σημειώσουν τυχόν πρακτικές αποτελεσματικής συναισθηματικής διαχείρισης που αναδείχθηκαν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, οι οποίες μπορούν να χρησιμεύσουν ως βάση για συζήτηση μετά το παιχνίδι.
7. Ο πρώτος παίκτης που θα φτάσει στο νησί 73 ανακηρύσσεται νικητής.
8. Στα πράσινα, ασημένια, μπλε και μοβ νησιά: Μέσα σε δύο λεπτά, ο παίκτης μοιράζεται σκέψεις, συναισθήματα, εμπειρίες ή συνειρμούς εμπνευσμένους από το περιεχόμενο της κάρτας.
9. Στο πορτοκαλί νησί: Ο παίκτης τραβάει μια κάρτα που απεικονίζει ένα συναίσθημα, το διαβάζει δυνατά και μέσα σε δύο λεπτά μοιράζεται μια επιτυχημένη μέθοδο αντιμετώπισης ή διαχείρισης αυτού του συναισθήματος.
10. Στο Κίτρινο Νησί: Ο παίκτης τραβάει μια κάρτα που αναγράφει κάποιο συγκεκριμένο συναίσθημα και συζητά για το πότε εμφανίζεται συνήθως αυτό, τις σωματικές εκδηλώσεις του και τις προσωπικές στρατηγικές διαχείρισης του.
11. Στο νησί της σοφίας: Ο παίκτης διαβάζει το απόφθευμα της κάρτας που του έτυχε, και μοιράζεται την προσωπική συσχέτιση του με αυτό.
12. Στα Ειδικά Νησιά: Αν ένας παίκτης φτάσει εδώ, ρίχνει 1 ζάρι και εκτελεί την πρόκληση που αναγράφεται στο "Ειδικό νησί" που θα τύχει.

## Κανόνες παιχνιδιού "EvoSeniors"

1. Ειλικρινής έκφραση: Οι παίκτες πρέπει πάντα να επιδιώκουν να είναι ειλικρινείς και αληθινοί κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.
2. Σεβασμός των χρονικών ορίων: Κάθε γύρος διαρκεί δύο (2) λεπτά, κατά τη διάρκεια των οποίων μόνο ο παίκτης του οποίου είναι η σειρά μπορεί να μιλήσει.
3. Αποκλειστικότητα του χρόνου γύρου: Η διάρκεια του χρόνου για τον γύρο κάθε παίκτη (2 λεπτά) δεν πρέπει να διακόπτεται ή να επικρίνεται από άλλους.  
Οι παίκτες μπορούν να χρησιμοποιήσουν μέρος αυτού του χρόνου για προβληματισμό, αλλά μόνο ο παίκτης, του οποίου είναι η σειρά, μπορεί να μιλήσει κατά τη διάρκεια της σειράς του.
4. Περιορισμοί στον σχολιασμό: Οι παίκτες θα πρέπει να αποφεύγουν τα σχόλια και τις συζητήσεις κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, εκτός αν αυτό απαιτείται από συγκεκριμένους μηχανισμούς του παιχνιδιού.
5. Δικαίωμα μη απάντησης: Οι παίκτες μπορούν να απέχουν από την ολοκλήρωση μιας πρόκλησης στο εκάστοτε νησί, αν το επιλέξουν.