confident me

Ich vertraue mir

Schulworkshop zur
Entwicklung eines
positiven Körpergefühls



KURZWORKSHOP

Grundregeln des Workshops



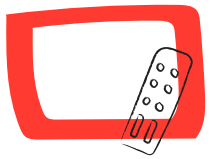
1. Respektiert andere Meinungen.
2. Stellt Fragen.
3. Behandelt unsere Gespräche vertraulich.
4. Bitte beteiligt euch.



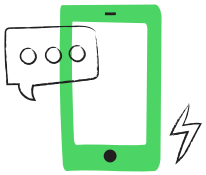
Was lernen wir heute?



Schönheitsdruck



Professionelle Fotos & Videos



Darstellung im privaten Umfeld

Was bedeutet Schönheits-druck?



Video

Woher kommt dieser Druck?



Was verstehen wir unter Medien?



Kommerzielle Massenmedien





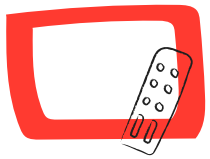
Private Netzwerke & soziale Medien



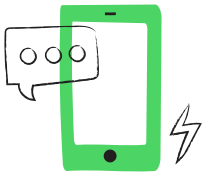
Was lernen wir heute?



Schönheitsdruck



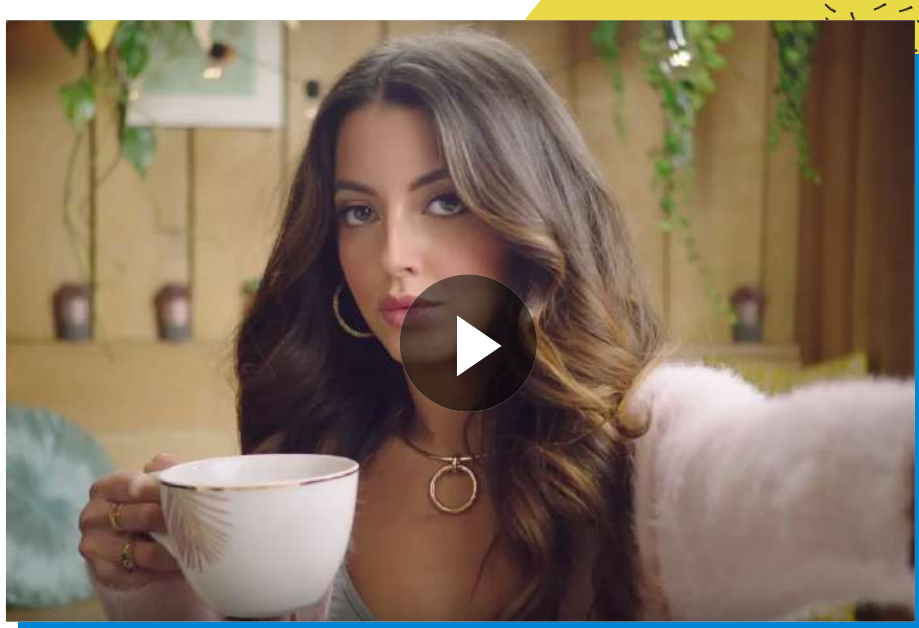
Professionelle Fotos & Videos



Darstellung im privaten Umfeld

Nur ein Selfie?

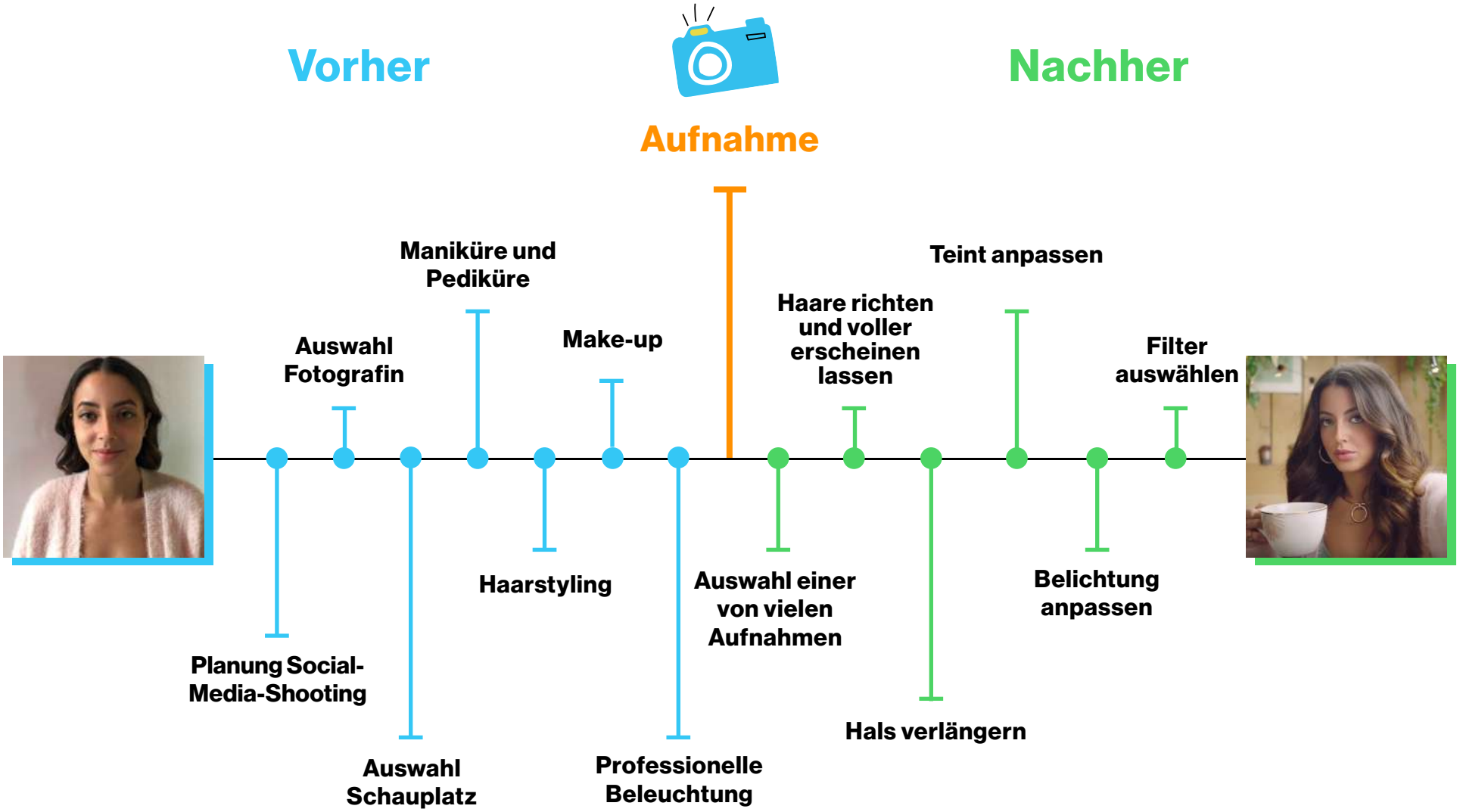




Wie können Bilder verfälscht werden?

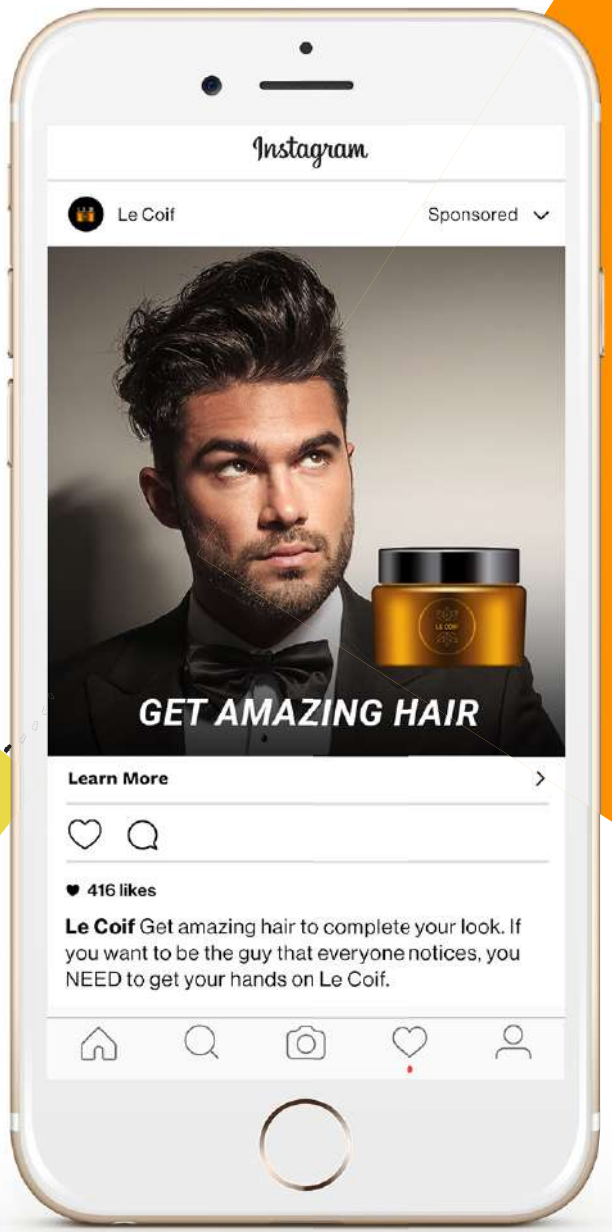
PLAY Video

Wie können Bilder verfälscht werden?



Fragen:

1. Was soll mit dieser Werbung verkauft werden?
2. Was für eine Person wird gezeigt, um dieses Produkt zu verkaufen?
3. Warum wurde diese Person gewählt?
4. Warum wurde dieses Bild bearbeitet?
5. Was versucht die Werbung damit auszusagen?



Welche Probleme können dadurch entstehen?



Gruppendiskussion

Was können wir dagegen tun?



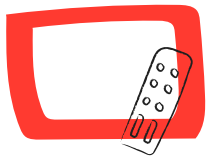
Arbeitsblatt



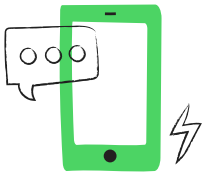
Was lernen wir heute?



Schönheitsdruck



Professionelle Fotos & Videos



Darstellung im privaten Umfeld

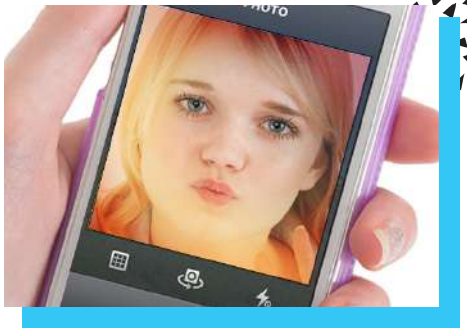
Welche Probleme können entstehen, wenn wir uns mit anderen vergleichen?



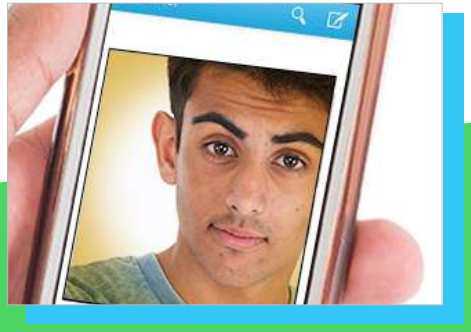
PLAY Video

Wie können Fotos und Videos von euch oder eurem Freundeskreis verfälscht werden?







Welche Probleme können sich hieraus ergeben?

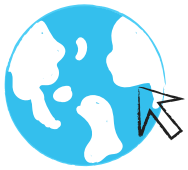


Was können wir dagegen tun?

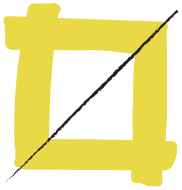


2 Arbeitsblatt

Was nehmen wir heute aus dem Kurs mit?



Viele Bilder, die wir täglich sehen, entsprechen nicht der Wirklichkeit.



Jeder ist unterschiedlich. Wir sollten Vergleiche mit anderen meiden.



Wir sollten Schönheitsideale hinterfragen.

Setze dich für Veränderungen ein!



3 Arbeitsblatt

Glückwunsch!

Ihr habt den Kurzworkshop
***Confident Me – Ich vertraue mir* abgeschlossen.**

Erinnert euch an euer Versprechen, euch für ein positives Körpergefühl einzusetzen.