



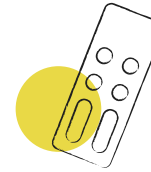
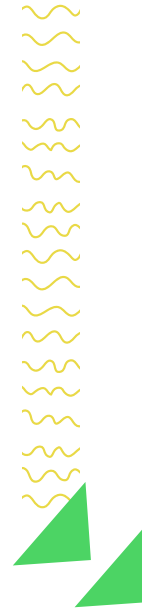
confident me

Ich vertraue mir

Schulworkshops
zur Entwicklung eines
positiven Körpergefühls



FÜNFTEILIGE WORKSHOPREIHE



WORKSHOP 2

Medienbotschaften

Workshopleitfaden für Lehrkräfte



Lernziele

In diesem Workshop lernen Schülerinnen und Schüler Folgendes:

- Sie **analysieren** kommerzielle Massenmedien und soziale Netzwerke.
- Sie **entwickeln** Medienkompetenz und erforschen, in welchem Umfang Bilder und Botschaften in der Werbung, im Kino und in sozialen Netzwerken ein manipuliertes Bild der Realität wiedergeben.
- Sie **setzen** sich ein kurzfristiges Ziel für soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc., was den Umgang mit Schönheitsidealen betrifft.

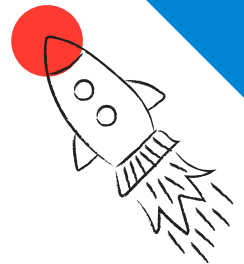


Bezug zu den nationalen Standards in der Gesundheitserziehung:

- Die Schülerinnen und Schüler lernen, Konzepte im Zusammenhang mit Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention zu **verstehen**.
- Die Schülerinnen und Schüler **analysieren** den Einfluss von Familie, Mitschülern, Kultur, Medien, Technologie und anderen Faktoren auf ihr gesundheitsbezogenes Verhalten.
- Die Schülerinnen und Schüler **zeigen**, dass sie in der Lage sind, Ziele zur Verbesserung ihrer Gesundheit zu setzen.

Am Ende des Workshops sollten Schülerinnen und Schüler zu Folgendem in der Lage sein:

- Sie haben **geübt**, sich Ziele zu setzen.



Materialien

MATERIALIEN AUS IHRER SCHULE

Projektor und Whiteboard

Abpielmöglichkeit mit Ton für die Videos

Alle Schülerinnen und Schüler benötigen einen Stift.

Zwei Beispiele für Werbeanzeigen

Wählen Sie zwei Werbeanzeigen aus, die sowohl die Jungen als auch die Mädchen in Ihrer Klasse ansprechen. Wir empfehlen, eine Anzeige auszuwählen, in der ein Produkt, das Ihre Schülerinnen und Schüler anspricht, von einer prominenten Person beworben wird, und eine, in der ein anderes Produkt beworben wird. **Tipp:** Versuchen Sie es doch mal online mit den folgenden Suchbegriffen: [Name einer prominenten Person] WERBEANZEIGE.

Schmierpapier

Flipchart und Stifte

Navigationsymbole

Diese Symbole werden während des gesamten Workshops verwendet, um aufzuzeigen, wann die geplanten Aktivitäten eingeführt werden sollen.



Arbeitsblatt



Video



Gruppendiskussion



Arbeitsblatt
„Weiterführende
Schritte“



Aktivität zur
Vertiefung

WEITERE MATERIALIEN

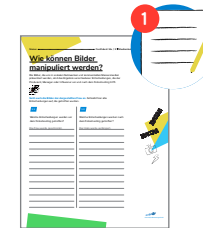
Workshopleitfaden



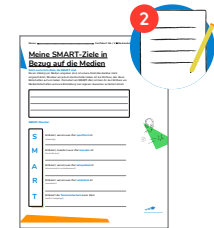
Präsentation zum
Workshop



2 Arbeitsblätter (ein Satz je Schülerin/Schüler)

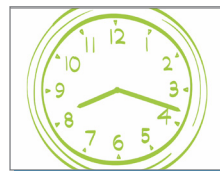


Arbeitsblatt 1
Wie können Bilder
manipuliert werden?



Arbeitsblatt 2
Meine SMART-
Ziele in Bezug auf
die Medien

2 Videos

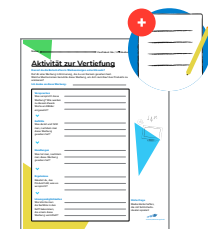


**„Medienbotschaften
im Tagesverlauf“**
Das Video zeigt den
Schülerinnen und Schülern,
dass wir den ganzen Tag
aus unterschiedlichen Quellen
mit Medienbotschaften
bombardiert werden.



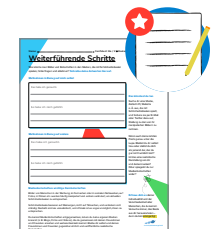
„Selfie“
Das Video zeigt Schülerinnen und
Schülern, wie das Aussehen eines
Models im Rahmen der Produktion
einer Werbekampagne von seinem
natürlichen Look bis hin zum
fertigen Bild verändert wird.

Blatt zur Vertiefung
(eins je Schülerin/Schüler)



Aktivität zur Vertiefung
Kannst du die Botschaften
in Werbeanzeigen
entschlüsseln?

Blatt mit weiterführenden
Schritten
(eins je Schülerin/Schüler)



Weiterführende Schritte
Medienbotschaften:
wichtige Kernaussagen

Überblick über die Workshopmodule



Gesamtdauer: 43 Min.

Seite
6

Medienbotschaften: Einführung

13 Min.

Was haben wir gelernt?

Was lernen wir heute?

Was verstehen wir unter Medien?

Was sind kommerzielle Massenmedien?

Was sind private und soziale Netzwerke,
Fotos, Filme etc.?

Medienbotschaften im Tagesverlauf

Wie können Bilder manipuliert werden?

Seite
13

Die Auswirkungen von Medienbotschaften

20 Min.

Warum greifen kommerzielle Massen-
medien oft auf die Manipulation von
Bildern zurück?

Aktivität zur Vertiefung: Kannst du
die Botschaften in Werbeanzeigen
entschlüsseln?

Wie fühlt es sich an, wenn die eigenen
Bilder manipuliert werden?

Welche Auswirkungen haben
Botschaften und Bilder in sozialen
Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc.?

Seite
17

Zusammenfassung und Lernzielkontrolle

10 Min.

Was haben wir heute gelernt?

Ziele SMART formulieren

Weiterführende Schritte

Wie verwende ich diesen Leitfaden?

Confident Me / 1 Schönheitsideale / Leitfaden für Lehrkräfte

Schönheitsideale: Einführung

Am Ende dieses Abschnitts verstehen die Schülerinnen und Schüler, was unter Schönheitsidealen zu verstehen ist und woher der Druck kommt, diesen Idealen entsprechen zu müssen.



20 Min.

Präsentation

Die visuelle Aufbereitung und die Darstellung von Lernzielen unterstützen die effektive Umsetzung des Workshops.

Navigationssymbole

Diese Symbole geben Hinweise auf geplante Unterrichtsaktivitäten wie das Abspielen eines Videos oder die Bearbeitung eines Arbeitsblatts.

Arbeitsblätter

Präsentation



Maßnahmen der Lehrkraft

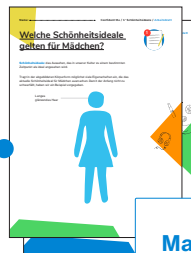
Wünschenswerte Antworten

Erklären Sie, dass heute der erste von fünf Workshops stattfindet, die Schülerinnen und Schüler anregen sollen, sich mit Schönheitsdruck auseinanderzusetzen, dem junge Menschen ausgesetzt sind. Der Workshop unterstützt sie bei der Suche nach Wegen, mit diesem Druck umzugehen und ein positives Körpergefühl zu entwickeln.

• Was ist eurer Meinung nach unter dem Begriff „Schönheitsideale“ zu verstehen?

Das Aussehen, das in unserer Kultur zu einem bestimmten Zeitpunkt als **ide**al angesehen wird.

Arbeitsblatt 1



Bitten Sie eine Schülerin oder einen Schüler, die Definition laut vorzulesen. Erklären Sie den Schülerinnen und Schülern, dass man zunächst verstehen muss, welches Aussehen für Jungen und Mädchen in unserer Gesellschaft als **ide**al gilt, bevor Schönheitsdruck hinterfragt werden kann.

Maßnahmen der Lehrkraft

Unterpunkte enthalten wichtige Fragen an Ihre Klasse und unterstreichen die Schlüsselaussagen. Der kursive Text enthält Anregungen zur Strukturierung des Workshops, also z. B. wann die Vorführung von Filmen oder die Verwendung der Arbeitsblätter sinnvoll sein könnte. Sie können diese Struktur an die Bedürfnisse Ihrer Klasse anpassen.

Wünschenswerte Antworten der Schülerinnen und Schüler

Der blaue Text gibt Hinweise auf mögliche Antworten der Klasse und zeigt, wie Diskussionen in eine Richtung gelenkt werden können, die das Erreichen der Lernziele unterstützt.

Richtwert für die Dauer des Abschnitts

Hierbei handelt es sich um eine allgemeine Empfehlung, wie lange die Schülerinnen und Schüler zum Erreichen der Lernziele brauchen sollten. Dieser Richtwert kann an die Bedürfnisse Ihrer Klasse angepasst werden.

Medienbotschaften: Einführung



13 Min.

Am Ende dieses Abschnitts haben die Schülerinnen und Schüler ihre Medienkompetenz ausgebaut und wissen, in welchem Umfang Bilder und Botschaften in kommerziellen Massenmedien oftmals ein manipuliertes Bild der Realität sind.

Präsentation

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Notizen



Begrüßung der Schülerinnen und Schüler zu diesem Workshop durch die Lehrkraft.

Begrüßen Sie die Schülerinnen und Schüler zum Workshop „Medienbotschaften“. Rufen Sie den Schülerinnen und Schülern kurz in Erinnerung, dass diese Workshopreihe das Ziel hat, sie bei einem besseren Umgang mit Schönheitsdruck und bei der Entwicklung eines positiven Körpergefühls zu unterstützen.



Die Schülerinnen und Schüler rufen sich kurz in Erinnerung, was sie im vorherigen Workshop zum Thema „Schönheitsideale“ gelernt haben.

Bitten Sie ein bis zwei Schülerinnen oder Schüler, das im vorherigen Workshop Gelernte zusammenzufassen.

Fassen Sie wichtige Lernziele zusammen, die Ihre Schülerinnen und Schüler nicht genannt haben.

Präsentation



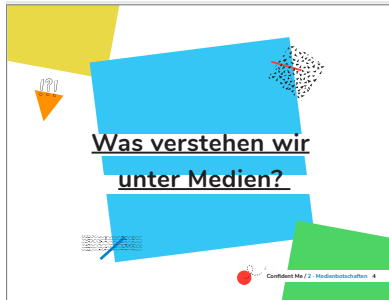
Die Schülerinnen und Schüler verstehen, dass die heutige Unterrichtseinheit sich hauptsächlich mit Bildern in den Medien beschäftigt, die mit Schönheitsidealen spielen. Zudem soll gelernt werden, Medienbotschaften zu hinterfragen und ablehnen zu können.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Rufen Sie den Schülerinnen und Schülern die Gruppenverhaltensregeln in Erinnerung, die für diese Workshops gelten sollen, um ein gemeinschaftliches und wertneutrales Umfeld für den gesamten fünfteiligen Workshop zu schaffen.

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler erörtern, was unter dem Begriff „Medien“ zu verstehen ist. Sie können verschiedene Medientypen nennen und diese anschließend den beiden Kategorien „kommerzielle Massenmedien“ und „private und soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc.“ zuordnen.



Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Stellen Sie jeder Schülerin und jedem Schüler beim Betreten des Klassenzimmers folgende Aufgabe:

- **Nenne mir ein Beispiel für ein Medium und seinen Zweck.**

Alles von Filmen und Fernsehprogrammen über Werbeanzeigen und Zeitschriften bis hin zu spezifischen sozialen Netzwerken etc.

Die Schülerinnen und Schüler beantworten diese Aufgabe beim Betreten des Klassenzimmers jeweils einzeln.

Als Nächstes werden Beispiele für Medien gemeinsam in der Klasse besprochen. Schreiben Sie diese in zwei verschiedenen Farben an die Tafel, ohne den Schülerinnen und Schülern im Voraus zu verraten, wofür jede Farbe steht. (Eine Farbe steht für kommerzielle Massenmedien und die andere für private und soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc.) Vergewissern Sie sich, dass eine eindeutige Liste beider Medientypen entsteht. Fragen Sie die Klasse zunächst Folgendes:

- **Welche Beispiele für Medien gibt es?**

Fernsehprogramme, Filme, Musikvideos, Werbung, Computerspiele, Fotos, Videos, Kommentare, Selfies, Zeitungen, Bücher, Zeitschriften etc.



Kommerzielle Massenmedien

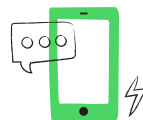
Bilder, Botschaften und Filme, die von Unternehmen produziert und über Kanäle wie Fernsehsendungen, Zeitschriften, Werbung, Filme und Musikvideos verbreitet werden.

Fragen Sie die Schülerinnen und Schüler anschließend nach dem Zweck von Medien. Ziehen Sie die Schlussfolgerung, dass einer der Zwecke von Medien die Beeinflussung der öffentlichen Meinung ist.

Stellen Sie den Schülerinnen und Schülern folgende Frage:

- **Inwiefern könnten die Medien uns beeinflussen wollen?**

Besprechen Sie, wie man Medien clever nutzt und die Gründe hinter den unterschiedlichen Strategien versteht, die die Medien zur Beeinflussung anderer nutzen.



Private und soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc.

Bilder, Nachrichten, Videos und Filme, die von dir und deinen Freundinnen und Freunden erstellt und persönlich, online oder über soziale Netzwerke geteilt werden.

Verraten Sie den Schülerinnen und Schülern, dass auf der Tafel zwei verschiedene Medientypen stehen. Fragen Sie sie anschließend, welche davon zu den kommerziellen Massenmedien bzw. zu den privaten und sozialen Netzwerken, Fotos, Filmen etc. gehören.

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler erkennen, wie häufig sie Botschaften ausgesetzt sind, die mit Schönheitsidealen spielen, und welche Auswirkungen das haben kann. Sie versprechen, solche Bilder in den Medien zu hinterfragen.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Erklären Sie, dass Botschaften zu Schönheitsidealen nicht nur über kommerzielle Massenmedien verbreitet werden, sondern auch über verschiedene andere Mediengattungen.

Zeigen Sie die Animation auf Folie 7 und regen Sie eine kurze Diskussion in der Klasse an.

- **In welchen Medien begegnen uns Schönheitsideale?**
- **Wie oft am Tag seht oder lest ihr etwas, das die Idee vermittelt, einem Schönheitsideal entsprechen zu müssen? 10 Mal am Tag? 100 Mal? 1.000 Mal?**
Werbung, Zeitschriften, Musikvideos, Computerspiele, Fotos in sozialen Netzwerken und vieles mehr können die Wahrnehmung der Realität manipulieren.

- **Inwiefern spielen die Medien mit Schönheitsidealen?**
Welche Botschaften werden dadurch vermittelt?

Es ist leicht, gut auszusehen; wenn man nicht einem Schönheitsideal entspricht, ist man nicht gut genug.

- **Wie können sich Medienbotschaften auswirken?**

Sämtliche Formen von Medien oder Kommunikation können sich negativ auswirken oder sogar gefährlich sein.

Weisen Sie darauf hin, dass nicht nur die Bilder, die wir sehen, sondern auch die übermittelten Botschaften den Druck verstärken, einem Schönheitsideal entsprechen zu müssen.

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler benennen Möglichkeiten, mit denen Bilder in sozialen Netzwerken oder kommerziellen Massenmedien manipuliert werden können. Dazu gehören Retusche, Styling und Produktionstechniken.

Die Schülerinnen und Schüler identifizieren oder sammeln die verschiedenen Vorgehensweisen, mit denen das endgültige Bild manipuliert wurde.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Erklären Sie, dass die Klasse zunächst untersucht wird, wieso Bilder und Botschaften in sozialen Netzwerken und kommerziellen Massenmedien den Druck, gut auszusehen, unterstützen können.

• Wie werden Bilder von Menschen manipuliert oder verändert?

Retusche, Beleuchtung, Schminke, Auswahl der besten Bilder aus Hunderten von Aufnahmen.

Lassen Sie ein oder zwei Mitglieder der Klasse antworten.

Zeigen Sie das Video „Selfie“.

• Was findet ihr an dem fertigen Bild überraschend, unrealistisch oder unsympathisch?

Wie viel Aufwand nötig ist, um ein Bild zu erschaffen, das im Netz wie ein spontan entstandenes Selfie wirkt.

Lassen Sie ein oder zwei Mitglieder der Klasse antworten.

Fordern Sie die Schülerinnen und Schüler auf, genau zu beschreiben, durch welche Methoden das scheinbar spontan entstandene Selfie konstruiert wurde.

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler schreiben ihre Reaktionen auf das Video auf Arbeitsblatt 1.

Arbeitsblatt 1



Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Zeigen Sie das Video „Selfie“ erneut – diesmal in zwei Teilen. Besprechen Sie den Teil des Videos, bevor das Bild am Computer bearbeitet wird.

Fordern Sie die Schülerinnen und Schüler auf, die erste Spalte von Arbeitsblatt 1 (Aufgabe 1.1) einzeln zu bearbeiten.

• Welche Entscheidungen wurden in Bezug auf das Bild vor dem Fotoshooting getroffen?

Die Kulisse sowie die Perspektive wurden konstruiert und sind nicht natürlich. Die dargestellte Frau wurde geschminkt, ihre Haare wurden zurechtgemacht und ihre Kleidung wurde sorgfältig ausgewählt. Die gesamte Kulisse wird in einem schmeichelnden Licht ausgeleuchtet.

Zeigen Sie anschließend den Teil des Videos, in dem die Bildbearbeitung zu sehen ist.

Fordern Sie die Schülerinnen und Schüler auf, die zweite Spalte von Arbeitsblatt 1 (Aufgabe 1.2) zu bearbeiten.

• Welche Entscheidungen wurden in Bezug auf das Bild nach dem Fotoshooting getroffen?

Der Hals wurde verlängert, die Haare wurden voller gemacht, die Wangenknochen wurden hervorgehoben und es wurde ein Filter verwendet.

Notizen

Präsentation

Maßnahmen der Lehrkraft
Wünschenswerte Antworten

Notizen



Die Schülerinnen und Schüler sprechen darüber, wie sie auf die gezeigten Manipulationen reagiert haben. Sie können erklären, warum es nicht angemessen und sinnvoll ist, sich und andere mit manipulierten Bildern aus den Medien zu vergleichen.

Verwenden Sie Folie 10, um die verschiedenen Entscheidungen zu veranschaulichen, die für das Video „Selfie“ getroffen wurden.

Regen Sie eine kurze Diskussion in der Klasse an.

- **Was haben wir beim Betrachten dieser Bilder gelernt?**

Bilder in den sozialen Medien zeigen nicht die Realität. Es ist unmöglich, so auszusehen.

Helpen Sie den Schülerinnen und Schülern zu erkennen, dass auch Prominente im Alltagsleben nicht so aussehen wie in Zeitschriften oder auf ihrem Instagram-Account.

- **Wie könnte man Bilder anders betrachten?**
- **Welche anderen Beispiele für Medien fallen euch ein, in denen Bilder von Menschen manipuliert werden?**

- **Warum ist es eurer Meinung nach unrealistisch, euer Aussehen oder das Aussehen eurer Freundinnen und Freunde mit manipulierten Bildern von Menschen in den unterschiedlichen Medien zu vergleichen?**

Die meisten Menschen sind keine Models oder Influencer und haben keinen Visagisten, persönlichen Friseur oder Retuschespezialisten, die sie perfekt aussehen lassen. Es ist also nicht sinnvoll, sich mit Models oder Influencern zu vergleichen.

Achten Sie darauf, dass die Schülerinnen und Schüler formulieren, dass sie den Vergleich mit Models und Influencern in kommerziellen Massenmedien für eine schlechte Idee, nicht sinnvoll oder unrealistisch halten, und diese Ansicht begründen.

Die Auswirkungen von Medienbotschaften



20 Min.

Am Ende dieses Abschnitts erkennen die Schülerinnen und Schüler, dass es sinnlos ist, sich mit Bildern in den Medien zu vergleichen, weil diese häufig mit Schönheitsidealen spielen, um Produkte und Dienstleistungen zu verkaufen.

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass Bilder in kommerziellen Massenmedien (besonders in der Werbung) aktuell gültige Schönheitsideale widerspiegeln, mit denen Produkte und Dienstleistungen verkauft werden sollen.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Erklären Sie Ihren Schülerinnen und Schülern, dass sie sich jetzt, da sie wissen, wie Bilder in kommerziellen Massenmedien manipuliert werden, als Nächstes mit den Botschaften auseinandersetzen, die häufig über diese Bilder vermittelt werden.

Zeigen Sie Ihre Werbeanzeigen. Stellen Sie der Klassengemeinschaft kurz die wichtigsten Fragen zu jedem Beispiel. Achten Sie darauf, dass sich die gesamte Klasse beteiligt.

- **Was soll mit dieser Werbung verkauft werden?**

Die Antworten der Klasse hängen von den Werbeanzeigen ab, die Sie ausgewählt haben.

- **Was für eine Person wird gezeigt, um dieses Produkt zu verkaufen?**

- **Warum wird eine Person gewählt, die so aussieht?**

Das Model sieht attraktiv und hübsch aus, er oder sie trifft oftmals den Geschmack der Menschen, die an dem beworbenen Produkt interessiert sind.

- **Warum wird das Bild der Person in dieser Werbung so manipuliert, bis es einem bestimmten Ideal entspricht?**

Wenn es sich um Werbung für ein Produkt handelt, soll der Anschein erweckt werden, dass das Produkt so gut funktioniert, wie es die Werbung verspricht (z. B. glänzende Locken für Haarserum oder klare Haut für Pickelcreme). Außerdem kann damit bezweckt werden, das Aussehen oder den Lebensstil des Models als etwas zu verkaufen, das man mithilfe des Produkts erreichen kann.

Versuchen Sie, die oben genannten Fragen für mindestens zwei Werbeanzeigen zu beantworten. Geben Sie den Schülerinnen und Schülern Zeit, sich Gedanken über den Aufbau von Werbeanzeigen zu machen.

Zeigen Sie neben der Folie auch die von Ihnen ausgewählten Werbeanzeigen. (In der Liste mit den benötigten Materialien auf Seite 3 finden Sie weitere Hinweise zu der Art von Werbeanzeigen, die Sie auswählen sollten.)

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler identifizieren oder sammeln die verschiedenen Vorgehensweisen, mit denen das Bild im Film manipuliert wurde. Sie können erklären, warum es nicht angemessen und sinnvoll ist, sich und andere mit manipulierten Bildern aus den Medien zu vergleichen.

Aktivität zur Vertiefung

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Erklären Sie der Klasse, dass sie die über Werbung vermittelten Botschaften jetzt genauer betrachten wird.

Regen Sie eine Diskussion an und verwenden Sie als Grundlage eine der von Ihnen ausgewählten Werbeanzeigen.

• Was verspricht die Werbung?

Die Werbung spielt mit einem Schönheitsideal oder einem idealen Lebensstil und verknüpft dies mit der Verwendung des Produkts. Sie suggeriert, dass einen der Kauf des Produkts zu einem besseren Menschen macht, man dadurch besser aussieht oder dass man weniger beliebt ist, wenn man das Produkt nicht kauft.

• Welche Gefühle ruft die Werbeanzeige hervor?

Man empfindet Unzufriedenheit und will sich verändern, damit man dem ähnlicher wird, was in der Werbeanzeige gezeigt wird. Man fühlt sich beschwingt und hofft, dass das Produkt einem dabei hilft, einem Schönheitsideal mehr zu entsprechen und einen idealen Lebensstil zu erreichen, wie er in der Werbeanzeige gezeigt wird.

• Was tut man, nachdem man diese Anzeige gesehen hat?

Man kauft das Produkt in der Hoffnung, dass man sich dadurch verändert und dem ähnlicher wird, was man in der Werbeanzeige sieht.

• Wozu führen diese Handlungen?

Auch wenn das Produkt funktioniert, wie es sollte, führt es nicht zu der gewünschten Veränderung des Aussehens oder des Lebensstils. Deshalb ist man enttäuscht und hat das Gefühl, versagt zu haben.

• Wie reagieren Menschen auf diese Ergebnisse?

Man sucht nach einem anderen Produkt, das eine bessere Lösung verspricht.

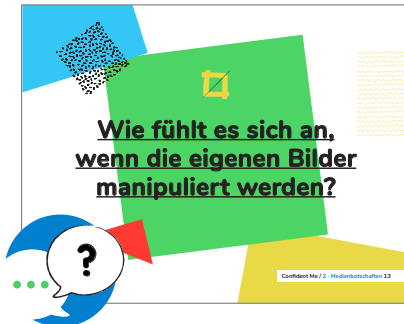
Wiederholen Sie diese Fragen für die zweite von Ihnen ausgewählte Werbeanzeige.

Sie können an dieser Stelle die **Aktivität zur Vertiefung** bearbeiten lassen. Dies kann aber auch eine unabhängige Aufgabe zur Nachbereitung sein. Versuchen Sie, die Schülerinnen und Schüler dahin zu lenken, diese Antworten selbst zu finden. Vielleicht benötigen sie aber Unterstützung bei der Formulierung der jeweiligen Punkte.

Die Gefühlsebene ist von entscheidender Bedeutung, denn hier vollzieht sich die von Werbeleuten gewünschte Reaktion: Es sind nämlich genau diese Gefühle, die uns zum Kauf des Produkts bewegen.

Notizen

Präsentation



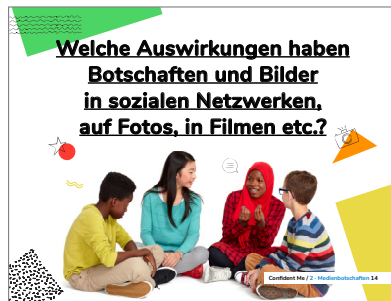
Die Schülerinnen und Schüler denken darüber nach, welche emotionalen Auswirkungen es haben kann, wenn die eigenen Bilder manipuliert werden.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Regen Sie eine kurze Diskussion in der Klasse an.

- **Wie fühlen sich Prominente und Models wohl, wenn ihre Bilder so extrem verändert werden?**
Sie fühlen sich gegebenenfalls verunsichert, wertlos und nicht gut genug.
- **Vermitteln ihnen diese Bilder das Gefühl, einen idealen Lebensstil zu haben?**

Sie könnten auf aktuelle Beispiele verweisen, in denen Prominente sich öffentlich zur Manipulierung ihrer Fotos geäußert haben.



Die Schülerinnen und Schüler beschäftigen sich mit der Frage, wie Botschaften und Bilder in sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. mit Schönheitsidealen spielen und welche Auswirkungen das haben kann.

Erklären Sie, dass die einfachste Möglichkeit, persönlich etwas zu unternehmen, darin besteht, die Art zu verändern, wie wir auf Bilder in den Medien reagieren, und diese so zu hinterfragen. Das bedeutet, dass man die Botschaften analysiert, die vermittelt werden, und aktiv seinen Konsum von Botschaften und Bildern verändert.

Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, in Zweiergruppen zu diskutieren, wie sie Schönheitsideale in sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. weitergeben oder verstärken.

- **Welche Strategien wendet man an, um Fotos von sich selbst zu produzieren, auf denen man fast so aussieht wie ein Schönheitsideal?**
Mögliche Antworten: Man verändert den Winkel, aus dem man Selfies aufnimmt, verwendet Apps zur Nachbearbeitung von Fotos, postet auf eine bestimmte Weise, wählt nur die besten Aufnahmen aus, um sie zu teilen, und sucht sich nur Fotos aus, bei denen es ausschließlich um das Aussehen geht.
- **Welche Einflüsse resultieren aus diesen Strategien für soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc.? (Erstellt eine Liste.)**
- **Welche davon sind positiv? Und welche negativ?**
- **Wie fühlt man sich, wenn man solche Bilder in sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. sieht?**

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler beschäftigen sich mit der Frage, wie Botschaften und Bilder in sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. mit Schönheitsidealen spielen und welche Auswirkungen das haben kann.



Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Ermuntern Sie Ihre Schülerinnen und Schüler, konkrete Strategien zu benennen. Sie können der Klasse bei Bedarf die verschiedenen Techniken in Erinnerung rufen, die sie im Video „Selfie“ gesehen haben. Werden ähnliche Techniken auch in privaten und sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. angewendet?

Gehen Sie ausführlich darauf ein, welche negativen Auswirkungen es haben kann, wenn man Bilder ansieht, die mit Schönheitsidealen oder einem idealen Lebensstil spielen.

Helfen Sie Ihren Schülerinnen und Schülern zu begreifen, dass es völlig in Ordnung ist, auf Selfies gut aussehen zu wollen. Wenn man aber versucht, immer gut auszusehen oder sich bei seinen Aktivitäten in sozialen Netzwerken ausschließlich darauf konzentriert, können dadurch andere wichtige Dinge in den Hintergrund geraten, die man vielleicht auch teilen möchte, z. B. dass man Spaß an etwas hat, dass man Erfolge feiert etc.

Zeichnen Sie drei Spalten auf ein Blatt Flipchartpapier oder an die Tafel (siehe Folie 15 der Präsentation zum Thema „Medienbotschaften“ als Referenz). Halten Sie die von der Klasse besprochenen und ausgetauschten präferierten Antworten zu den Einflüssen von sozialen Netzwerken, Fotos, Filmen etc. in der linken Spalte mit der Überschrift „Einflüsse von sozialen Netzwerken, Fotos, Filmen etc.“ fest. Besprechen Sie nach dem Auflisten, ob die einzelnen Einflüsse positiv (+) oder negativ (-) sind, und setzen Sie ein + oder - neben jedes Beispiel.

Notizen



10 Min.

Zusammenfassung und Lernzielkontrolle

Am Ende dieses Abschnitts haben die Schülerinnen und Schüler darüber nachgedacht, was sie in dieser Unterrichtseinheit gelernt haben, und sich ein Ziel gesetzt, um zu zeigen, dass sie ein positives Körpergefühl unterstützen wollen.

In diesem Workshop lernen Ihre Schülerinnen und Schüler Folgendes:

- Sie erwerben Medienkompetenz und erforschen, in welchem Umfang Bilder und Botschaften in der Werbung, im Kino und in sozialen Netzwerken, auf Fotos, in Filmen etc. ein manipuliertes Bild der Realität wiedergeben.
- Sie erkennen, dass es sinnlos ist, sich mit Bildern in den Medien zu vergleichen, weil diese häufig mit Schönheitsidealen spielen, die darauf ausgelegt sind, uns Produkte und Dienstleistungen zu verkaufen.
- Sie setzen sich ein Ziel, um Bilder und Botschaften in den Medien – insbesondere solche, die mit Schönheitsidealen spielen – zu hinterfragen und abzulehnen.

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler fassen die wichtigsten Erkenntnisse aus dem heutigen Workshop zusammen.

Maßnahmen der Lehrkraft Wünschenswerte Antworten

Bitten Sie Freiwillige, die Folie vorzulesen, um den Inhalt des Workshops zusammenzufassen.

• Was haben wir im heutigen Workshop gelernt?

Bitten Sie Freiwillige, die wichtigsten Erkenntnisse von der Folie vorzulesen, und fassen Sie gegebenenfalls die Punkte zusammen, die nicht genannt wurden.

• Was haben wir über Bilder in den Medien gelernt?

Die Schülerinnen und Schüler formulieren die wichtigsten Botschaften in eigenen Worten.

Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler verwenden das im heutigen Workshop Gelernte, um sich ein persönliches Ziel zu setzen und sich damit zu einer Handlung zu verpflichten, mit der sie in Zukunft anders auf Medienbotschaften reagieren.

Maßnahmen der Lehrkraft
Wünschenswerte Antworten

Besprechen Sie Folie 17, auf der beschrieben wird, wie man sich SMART-Ziele setzt.

Helfen Sie Ihren Schülerinnen und Schülern dabei, sich zu einer kleinen konkreten Handlung zu verpflichten. Das macht es ihnen leichter, ihr Versprechen zu halten.

Auch wenn das Beispiel auf der Folie sich nicht unbedingt auf die Einflüsse der Medien auf Schönheitsideale bezieht, zeigt es den Schülerinnen und Schülern auf, woraus SMART-Ziele bestehen.

- **Welches Ziel könnt ihr euch setzen, um die Bilder in den Medien, die mit Schönheitsidealen spielen, zu hinterfragen und abzulehnen?**

Gehen Sie die Kriterien zum Setzen von SMART-Zielen durch. Gehen Sie bei der Besprechung des Beispiels für ein SMART-Ziel auf Folgendes ein:

- **Was macht es „spezifisch“?**
- **Warum ist es „messbar“?**
- **Warum ist es „akzeptabel“?**
- **Warum ist es „realistisch“?**
- **Inwiefern ist es „terminierbar“?**

Zu den Vorschlägen der Schülerinnen und Schüler können folgende Aspekte gehören: wie wir kommerzielle Massenmedien konsumieren, wie wir private oder soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc. erschaffen oder konsumieren oder wie wir Schönheitsideale besser erkennen und hinterfragen können.

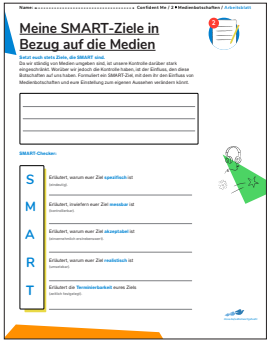
Notizen

Präsentation



Die Schülerinnen und Schüler verwenden das im heutigen Workshop Gelernte, um sich ein persönliches Ziel zu setzen und sich damit zu einer Handlung zu verpflichten, mit der sie in Zukunft anders auf Medienbotschaften reagieren.

Arbeitsblatt 2



Maßnahmen der Lehrkraft
Wünschenswerte Antworten

(Fortsetzung auf der nächsten Seite)

Führen Sie ein kurzes Brainstorming durch, wie man eine Verbindung zwischen den Antworten der Schülerinnen und Schüler und Medienbotschaften in Bezug auf Schönheitsideale herstellen könnte.

Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, anhand einer dieser Ideen oder eines eigenen Beispiels ein SMART-Ziel zu formulieren.

Erinnern Sie sie daran, dass jede Komponente des SMART-Ziels in der von ihnen verfassten Aussage enthalten sein muss.

Notizen

Präsentation



Maßnahmen der Lehrkraft
Wünschenswerte Antworten

Danken Sie den Schülerinnen und Schülern für ihre heutige Teilnahme und beenden Sie den Workshop.

Falls möglich, bieten Sie sich auch künftig als Gesprächspartner/-in für die Klasse in allen Belangen an, die im Workshop behandelt worden sind.

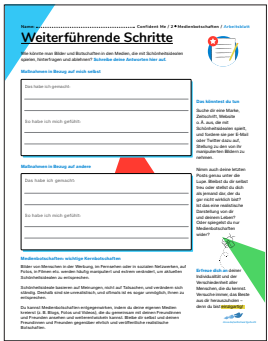
Notizen



Arbeitsblatt „Weiterführende Schritte“

Ermuntern Sie die Schülerinnen und Schüler, sich eingehender mit den Themen des heutigen Workshops zu beschäftigen und das Blatt „Weiterführende Schritte“ vor dem nächsten Workshop zu bearbeiten.

Schlagen Sie vor, dass jedes Klassenmitglied drei Szenarien beschreibt, in denen man sein Aussehen mit anderen vergleicht.



Die nächsten Schritte

Sie haben **Workshop 2: Medienbotschaften** aus der Reihe **Confident Me – ich vertraue mir: Schulworkshops zur Entwicklung eines positiven Körpergefühls** nun abgeschlossen. Der nächste Workshop heißt: **Vergleiche über das Aussehen relativieren**.

ÜBER DIESEN WORKSHOP:

Im Workshop „Vergleiche über das Aussehen relativieren“ untersuchen die Schülerinnen und Schüler, wie eine zu extreme Bewertung und Konzentration auf das Aussehen oftmals dazu führt, das eigene Aussehen mit Freundinnen und Freunden oder mit Bildern von Personen in den Medien zu vergleichen.

Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass man sich beim Vergleichen tendenziell auf Eigenschaften konzentriert, die man nicht an sich mag. Man vergleicht sich auch eher mit Personen, von denen man denkt, dass sie in Bezug auf diese Eigenschaften begünstigter sind als man selbst. Die Schülerinnen und Schüler untersuchen, warum diese Vergleiche wenig hilfreich sind. Da Vergleiche außerdem negative Gefühle bei sich selbst oder anderen Personen auslösen, können sie sogar gefährlich sein. Abschließend üben sie sich darin, in Vergleichssituationen anders und positiver zu reagieren. So fällt es allen Beteiligten leichter, genug Selbstvertrauen zu haben, um ihr Potenzial voll auszuschöpfen und ihre Individualität zu feiern.

Die Materialien für diesen Workshop und weitere Materialien erhalten Sie unter „Confident Me – ich vertraue mir: Schulworkshops zur Entwicklung eines positiven Körpergefühls“ auf dove.de/selbstwertgefuehl.



Mit Genehmigung und unter Lizenz von Susan T. Paxton, Sian A. McLean, Shanel M. Few und Sarah J. Durkin, 2013.