

Selbstfürsorge in Social Media – Fallbeispiel Maria

Name: _____



Aufgabe

Lest euch Marias Aussage durch und beantwortet im Anschluss die Reflexionsfragen.

Maria:

„Ich liebe ihren ganzen Lifestyle, nicht nur die Haare oder ihr Aussehen. Sie hat auch so eine schöne Wohnung und macht den ganzen Tag so geile Sachen. Ich hätte so gerne ihr Leben! Manchmal kaufe ich was Neues für mein Zimmer oder Klamotten und freue mich mega. Wenn ich mir dann aber ihre Story ansehe, finde ich es irgendwie sofort wieder nicht so cool. Keine Ahnung...“

Reflexionsfragen:

1. Kennt ihr ähnliche Situationen?
2. Wie geht es euch / euren Freunden / Freundinnen / euren Familienmitglieder:innen damit?
3. Habt einen Ratschlag für die Personen?
4. Wie macht sich Druck auf Social Media (körperlich) bemerkbar?
5. Was hilft euch, wenn ihr Druck in Bezug auf Social Media empfindet?