

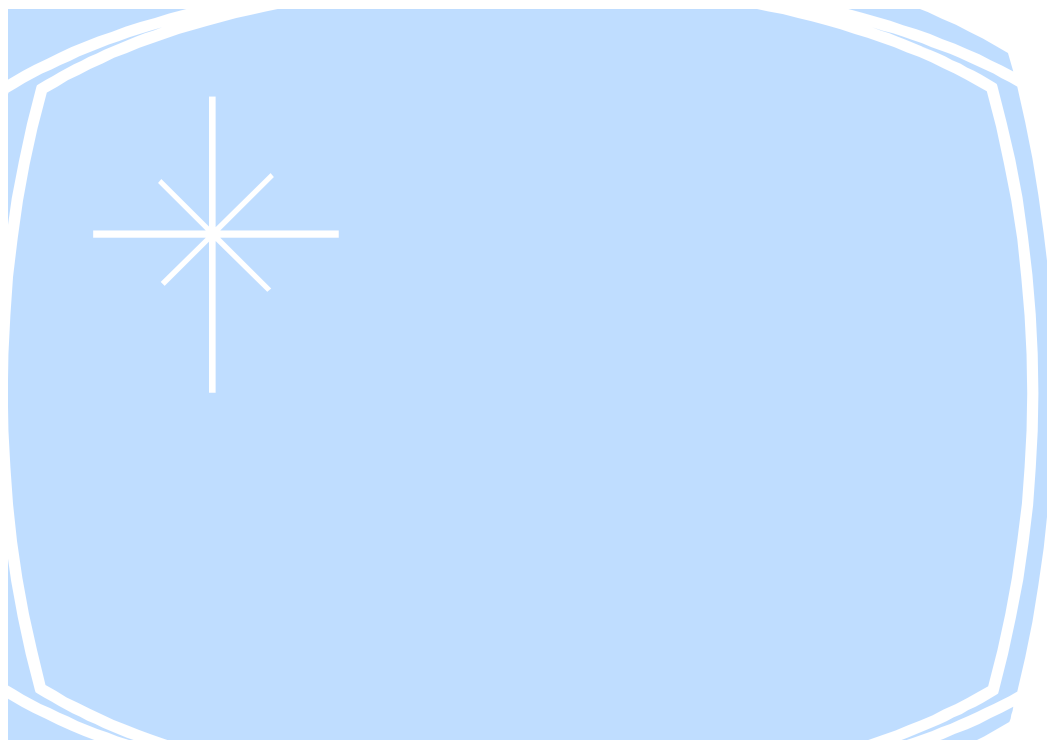
HOGYAN HAT A KÖZÖSSÉGI MÉDIA AZ ÉNKÉPEMRE, ÖNÉRTÉKELÉSEMRE, KAPCSOLATAIMRA?

- A lájk nem szeretet





**MIT GONDOLSZ, A SZIGETEN A TV
MEGJELENÉSE UTÁN VÁLTOZOTT-E VALAMIBEN
A LÁNYOK KÜLSEJE?**



„MI VOLT ELŐBB: A TESTTEL VALÓ ELÉGEDETLENSÉG VAGY A MÉDIA ÁLTAL KÖZVETÍTETT IRREÁLIS KÉPEK?”

- TV megjelenése előtt: fogyókúra, diétázás nem létezett
- TV megjelenése után 3 évvel: a tini lányok 69 %: korlátozta azt mit eszik, hogy lefogyjon;
74 % túlsúlyosnak érezte magát, testtel való elégedetlenség arányszámai magasba szöktek.

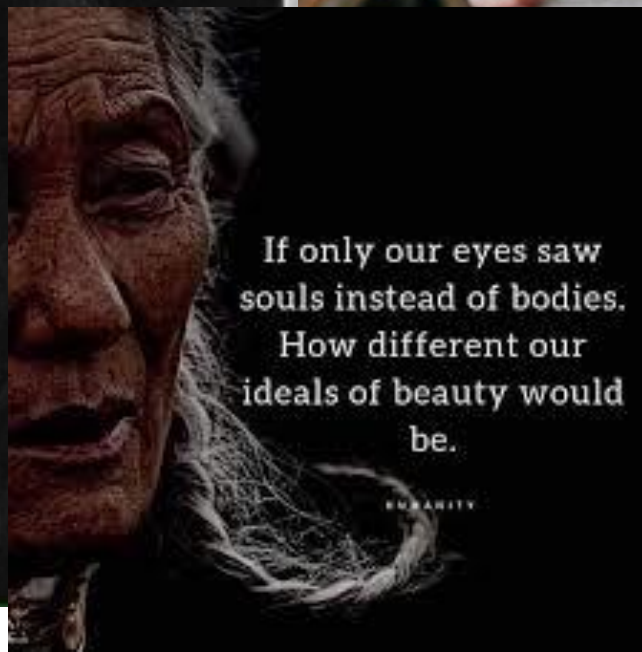
(Dr. Anne Becker 2002: “Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian girls,” British Journal of Psychiatry , 180: 509-514)



A sorozat során a színésznők ruhamérete hogyan változhatott?



SZAVAZZ! MELYIK POSZT KAPJA A LEGTÖBB LIKE-OT?



GYAKOROL-E BÁRMILYEN HATÁST AZ ÉLETEDRE AZ INSTAGRAM, TWITTER A FACEBOOK, A SNAPCHAT, ÉS A YOUTUBE STB.?

- Royal Society for Public Health
#StatusOfMind
-
- „Social media and young people's mental health and wellbeing” (2017) felmérés:
1500, 14 és 24 év közötti fiatal

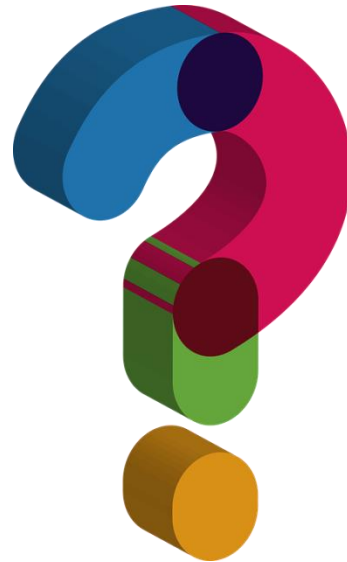


Szavazz, melyik gyakorol a fiatalok önértékelésére legnagyobb hatást?

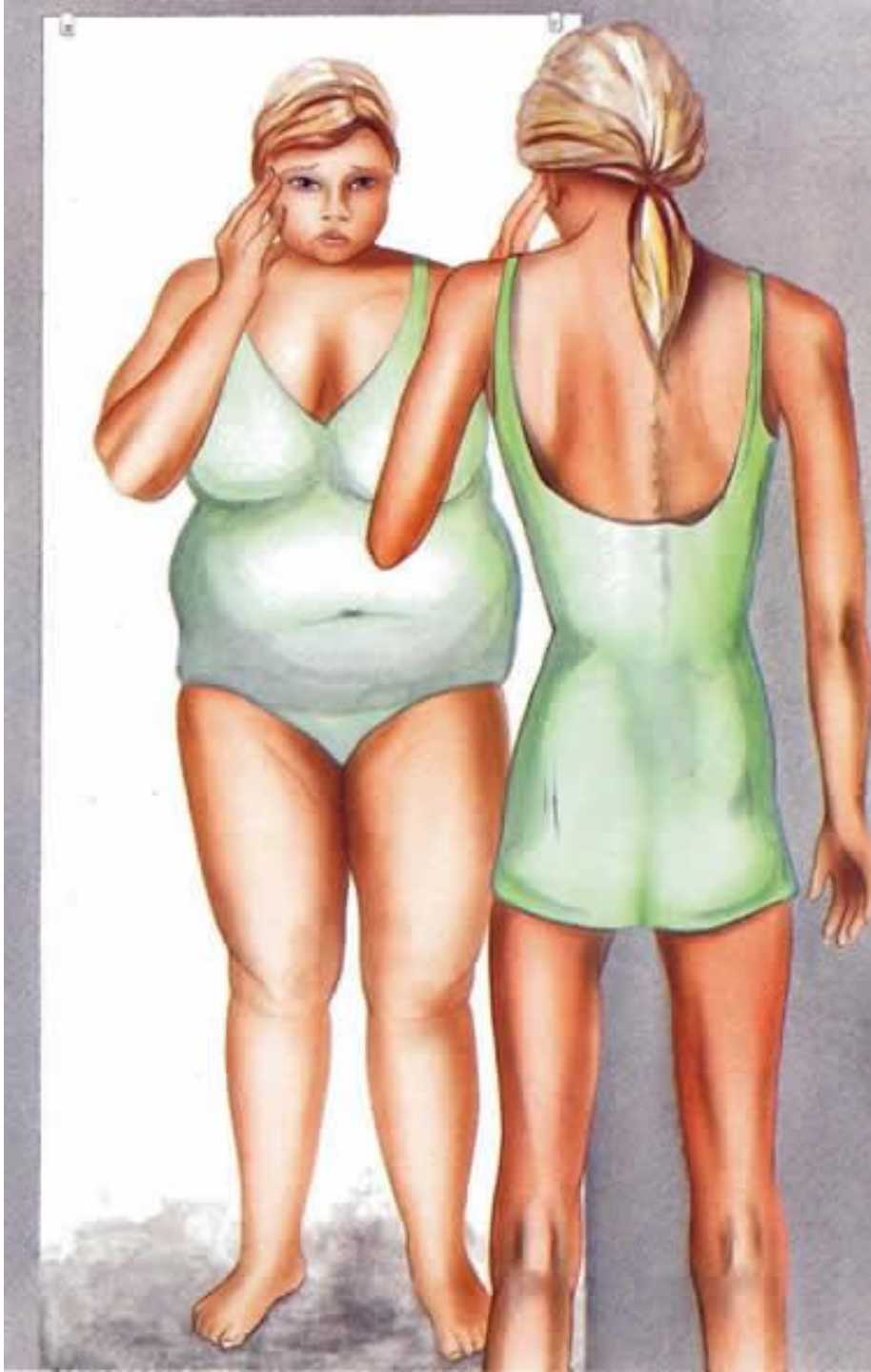
twitch



Testképzavar – mi ez?







FELKAVARÓ TARTALOM KÖVETKEZIK!



#THINSPIRATION

KATE CHILVER



FACEBOOK – IDŐ – EVÉSZAVAR –SZÜLŐK

- 248 -12-19 éves kor közötti nőt vizsgáltak, akik a közösségi média hatásának ki voltak téve, magasabb volt az evészavar előfordulási aránya
- Azon fiatalok, akiknek szülei nem figyeltek a gyermekük közösségi média aktivitására, sokkal gyakrabban küzdöttek negatív önképpel, zavart táplálkozási mintákkal, mint azok, akiknek szülei szerepet kaptak a gyermekük neten töltött idejében.

Yael Latzer, Zohar Spivak-Lavi & Ruth Katz (2015)



KÖZÖSSÉGI MÉDIA -TESTKÉP

Facebook-felhasználó tizenéves és korai húszas éveikben lévő lányok a testképe nem olyan egészséges, mint azoknak, akik nincsenek fent a Facebookon

*Mayer-Schönberger
Cukier, K. (2013).*

- **18-24 éves lányok 70 % alávethné magát plasztikai sebészeti eljárásoknak, mert jobban akar kinézni a fotókon, amiket posztol.**





MI SZEREPEL A „HÍREKBEN”

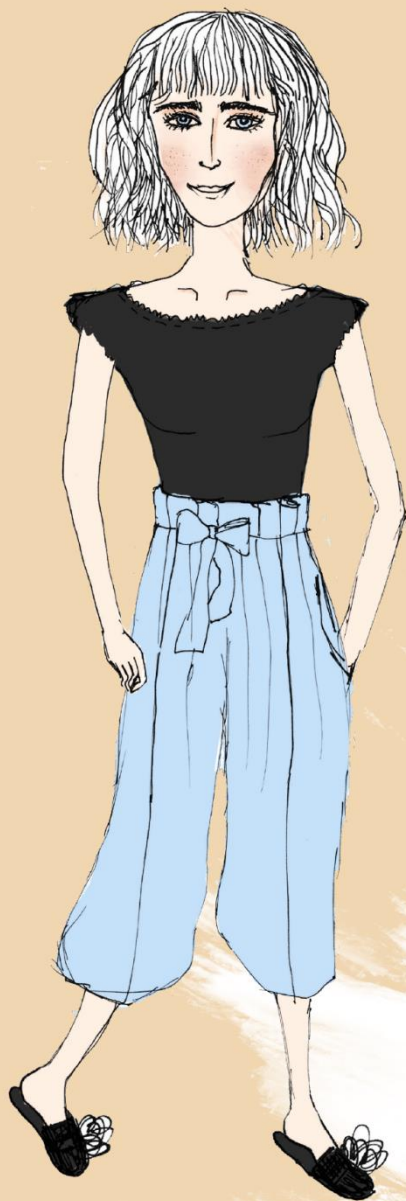
Hírérték-e a hír, az új tartalom a médiában?

EGY BRUTÁLISAN MAGAMUTOGATÓ VILÁGBAN ÉLÜNK (16-TÓL 26 ÉVESIG)

TOP HÍREK

- 1 Sarka Kata akkora dekoltázssal búcsúztatta el a nyarat, hogy kettétört az internet – fotó
- 2 Tele van a Duna sertésetemekkel
- 3 Hatalmas örömhírt osztott meg Gáspár Evelin – fotó
- 4 Szétrakta rendesen! Merészen terpeszt a tavalyi Magyarország Szépe
- 5 Tóth Andi "pusztító" mellvillantása nem hagyja nyugodni az internet népét
- 6 Elképesztően lefogyott Liptai Claudia – testhez álló ruhában pózol – fotó
- 7 Levideózták a késsel vitapartnerét megszúró 16 éves fiút
- 8 Így csattant el az első hitvesi csók Steiner Kristóf és párja között a nagy napon





DRESS UP!

*"EGY NŐNEK MINDIG
MEG KELL TARTANIA
A SEJTETÉST."*

RALPH LAUREN



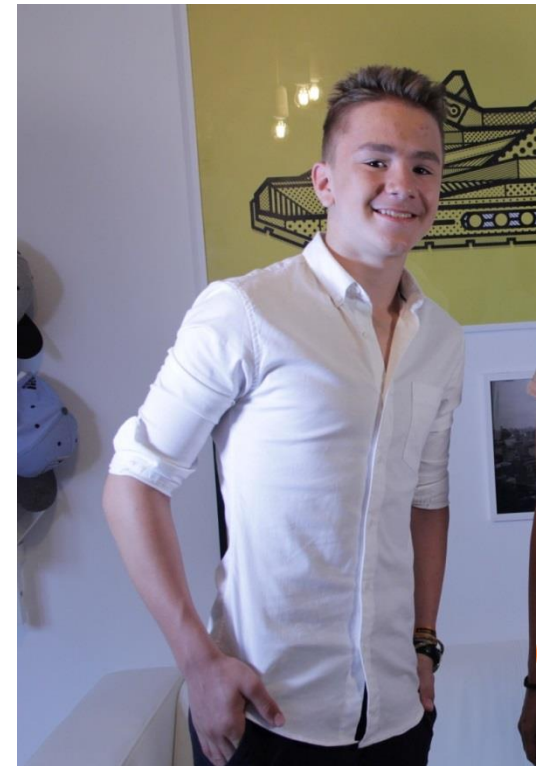
[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=VYEs7QLWkCY&LIST=PLDFrU7pV6U3EW5LKHGFCOJS3S2EOB0UPX&INDEX=23](https://www.youtube.com/watch?v=VYEs7QLWkCY&list=PLDFrU7pV6U3EW5LKHGFCOJS3S2EOB0UPX&index=23)

Interjú Trunk Tamással (DABLY)

Nézzétek meg a videót a 9:50-től
végig!

Válaszoljatok a kérdésekre:

- Mit üzen Tamás a fiataloknak?
- Szerinted mennyire vagytok tudatosak azokban a dolgokban, amiket említ?





DRESS UP! KAMPÁNY

**FRUSZTRÁL, HA
ŐKET NÉZED?**

**GONDOLD MEG,
KIKET
VÁLASZTASZ
PÉLDAKÉPNEK!**



RICHÁRD, 22



„Azt gondolom, hogy a közösségi médiában nagyobb fajsúlyú a levetkőzés jelenleg, mint az utcán, hisz nagyon sok nő magukat influencernek is nevező celebbé vált, akik abból szereznek követőket, hogy hiányos öltözetben pózolnak, amit aztán ezrek, tízezrek vagy akár milliók próbálnak reprodukálni több kevesebb sikerrel.”



[HTTPS://YOUTU.BE/VYEs7QLWkCY](https://youtu.be/VYEs7QLWkCY)

Interjú Süveges Eszterrel

-Nézzétek meg az interjút a 2:36-3:06 –ig

Válaszoljatok a kérdésre: Mi lehet ijesztő az Instagramon Eszter szerint?

-Majd 7:10-től végig s válaszoljatok erre a kérdésre:

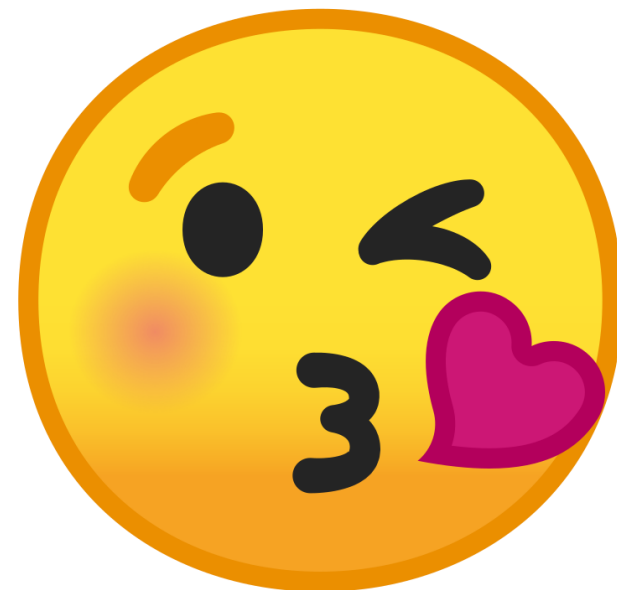
Milyen reakciók érkezhetnek a fürdősruhás képekre? A te fotóidra(bármilyen nemcsak fürdőruhás) kaptál-e már negatív visszajelzést?



TUDOD-E MI A SZEXTING?



**Mit tehetünk, hogy like-ok
helyett valódi értéket
kapjunk?**



DORINA (21, PSZICHOLÓGUS HALLGATÓ)



„Igazából éhezünk a visszajelzést, a megerősítést, ami egy bizonyos szintig természetes és jogos.”



ÖNBECSÜLÉS

- Ne add oda a hatalmat magad felett másoknak, hogy minősítsen és ő döntse el mennyire vagy értékes vagy nem!



DIGITÁLIS IMMUNERŐSÍTÉS



IDŐNKÉNT DIGI DETOX MÉG A YOUTUBEREK IS EZT TANÁCSOLJÁK!



TUDATOSSÁG ERŐSÍTÉSE



INTIMSZFÉRA ŐRZÉSE, KITÁRULKOZÁS MEGFONTOLÁSA





A KÉRDÉSEKET VÁROM ONLINE IS:

HONLAP:

HU.GENERATIONDILEMMAS.COM

YOUTUBE: ENIKŐ BERE CZKI-FODOR

WWW.INSTAGRAM.COM/PETERPANSTOP/

**HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/PANPETE
RSTOP/**

BLOG:

PANPETERSTOP.BLOG.HU

