

#girlspirit — how to be real

Ein Workshop zu Social Media, entwickelt mit Mädchen
und jungen Frauen**

Zielgruppe Mädchen* und junge Frauen* im Alter von 10 bis 20 Jahren,
maximal 14 Teilnehmerinnen

Dauer 3 Unterrichtseinheiten (UE)

Ziele

- Selbstwertstärkung und Empowerment online und offline
- Thematisierung von Körpnormen, Schönheitsidealen und Geschlechterklischees auf Social Media
- Bewältigungsstrategien für schwierige Situationen wie Hate, Mobbing oder Sexualisierung
- Social Media gut nutzen und mitgestalten: Communities, Inspiration, Teilhabe, Kreativität

Inhalt

- Was ist eigentlich Online-Selbstbewusstsein?
- Wie kann ich mit Hate, schlechten Gefühlen oder schwierigen Situationen auf Social Media gut umgehen und wo finde ich Hilfe?
- Fake oder Fact: Wo finde ich verlässliche und spannende Infos zu Psyche, Körper und Sexualität?
- Wie kann ich Social Media für mich abseits von Klischees nutzen und kreativ mitgestalten?

Der Workshop wurde von Mädchen* und jungen Frauen* gemeinsam mit den Workshopleiterinnen im Rahmen des Projekts girlspirit entwickelt.

Die Workshopleiterin setzt die inhaltlichen Schwerpunkte mit den Teilnehmerinnen und geht auf deren Alter, Interessen und Bedürfnisse ein.

Methoden

Interaktive und kreative Methoden: Kleingruppen, moderierte Diskussionen, Auflockerungsspiele, Reflexion, Quiz, informelle Gesprächsrunden, Kreativ- und Rechercheaufgaben

Für diesen Workshop sind Smartphones ausdrücklich erlaubt!

Kosten

kostenlos

Kontakt und Information

Hanna Rohn, 0676 34 98 158, hanna.rohn@fgz.co.at

Jutta Eppich, 0676 41 58 442, jutta.eppich@fgz.co.at

Ein Projekt des Frauengesundheitszentrums gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich und des Landes Steiermark, Ressort Jugend, Frauen, Familie und Gleichstellung.