

#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 Körnernormen, 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 um 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!

Der Workshop ist kostenfrei.

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

Unsere Accounts:

 girlspirit_project

 girlspirit_project

 girlspirit project

Ein Projekt des Frauengesundheitszentrums gefördert von Land Steiermark, Ressort Jugend.