



Soziometrische Aufstellung zum Thema Schönheitsideale, Körperbilder und Gesundheit

Zielgruppe: Schüler/-innen ab der 5. Schulstufe

Ziel: Selbsteinschätzung zum Thema Gesundheit, Körper und Schönheit

Gruppengröße: bis zu 14 Schüler/-innen

Dauer: ca. 20 Minuten

Material: Malerkrepp

Beschreibung

- Der/die Lehrer/-in liest folgende Sätze vor:
- „Ich fühle mich gut/ausgeruht“.
- „Ich glaube ich lebe gesund“.
- „Ich bin mit meiner Figur zufrieden“.
- „Ich kenne jemanden, der eine Diät gemacht hat“.
- „Ich mache Sport“.
- „Ich bevorzuge Süßes“.
- „Ich nutze soziale Netzwerke“.
- „Ich stelle mindestens ein Foto von mir/meinem Leben pro Woche ins Netz“.
- „Ich bearbeite ein Foto bevor ich es ins Netz stelle“.
- Die Schüler/-innen stellen sich jeweils entlang einer imaginären Linie (kann auch mit Malerkrepp vorgegeben werden) im Raum auf. An einem Ende der Linie zu stehen bedeutet „Nein, trifft auf mich nicht zu“, am anderen Ende der Linie zu stehen bedeutet „Ja, trifft voll auf mich zu“. Es besteht auch die Möglichkeit, sich an jedem beliebigen Punkt entlang der Linie, etwa in der Mitte, einzureihen.
- Am Ende kann mit den Schüler/-innen über die Ergebnisse der Übung reflektiert werden und eine Diskussion über die Themen Schönheitsideale/Körperbilder und Gesundheit entstehen.