

Likes og selvbilleder / glansbilleder

Cases

Case: Tobias' krop

Tobias hører til i det, nogle vil kalde den tynde kategori. Det eneste, han lægger mærke til, når han ser billeder på sociale medier, er andres krop eller udseende. Om det er fodbold, reality, tennisspillere eller billeder af gruppens sociale arrangementer, tjekker han altid da andre udseende og kroppe, og de profiler, han følger, er profiler, der ser godt ud. Han kan se, at der er mange likes i flotte billeder og billeder af flotte mennesker. Det er i sær likes, han er begyndt at tælle, så han har helt styr på, hvad folk kan lide, og han begynder at have negative tanker om sig selv.

Derfor er det længe siden, at han selv har haft shorts på, og han forsøger ofte at skjule det, han ikke kan lide ved sig selv og det, han kan se, at der ikke er likes i. De få gange, han har delt, har likes været afgørende for, om han slettede billedet igen. Det har han gjort flere gange.

Case: Det perfekte familieliv

Julias forældre er netop blevet skilt, da hendes gymnastikveninder udbryder: "Jamen I har da ellers et perfekt familieliv," og "jeg har følt mig helt pinlig over min egen familie nogle gange!" Baseret på billeder på Instagram af deres ferier, eksamen, mad og sommerfester, har Julias mor sendt et signal ud ad med smilende mennesker. Det har Julia ikke tænkt over før nu. Men da gymnastikveninderne siger det til hende, går det op for hende, at hun selv har kigget på andres billeder og tænkt, at deres familie er de perfekte. Hun har flere gange ønsket at have en storebror som Marius at eller have forældre, der var så aktive som Mikkel og Henriette.

Hun genkender sig selv i vurderingen af andre og voksne fra omgangskredsens opslag.

Links til artikler

[>>Jeg likes - derfor er jeg](#)

[>>Instagram ved, at de påvirker unges selvbillede](#)

[>>Derfor elsker vi likes](#)

Opgaver - tal om indholdet og afslut med et valgfrit produkt

Tal om, hvad likes kan betyde for vores selvbillede og opfattelse af det perfekte med udgangspunkt i de to cases og mindst én artikel.

Hvilke positive og negative konsekvenser likes have?

Valgfrit produkt

Produkt: En guide med de gyldne regler for at lave det perfekte billede og udtryk

Produkt: Udarbejd et forslag til et eller flere anerkendelsesmedier (TikTok, Instagram, Youtube) om tiltag, de kan lave for at beskytte deres brugere mod negative selvbilleder. Hvad kan de sociale medier selv gøre?

Produkt: Lav to guides:

1. "Sådan spotter du et glansbillede (er ikke retvisende og dækkende for det, billedet viser.)"
2. "Sådan husker du dig selv på, at verden ikke er, som den ser ud på andres billeder."
Lav som film, tekst eller billede,