

## Manipulation von Bildern



### Zielgruppe

- 2./3. Zyklus

### Kompetenzen

- SuS erfahren, woher der Druck kommt, Schönheitsidealen entsprechen zu müssen.
- SuS erlernen einen bewussteren und kritischeren Umgang mit Medien.
- SuS entwickeln Strategien, um dem Schönheitsdruck zu widerstehen.

### Arbeits- und Sozialformen

- Plenum
- Kleingruppen

### Zeitfenster

- ca. 2 Lektionen

### Vorbereitung/Material

- AB «Wie reagierst du auf Bilder, die du in den Medien siehst?»
- «Dove Evolution»-Video
- Folie von Dove «Wie können Bilder manipuliert werden?»
- AB «Wie kann man den Schönheitsdruck hinterfragen?»
- AB «Ich nehme mir vor...»

### Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
20'	<u>Bilder in den Medien:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bildung von 2er Gruppen</li> <li>– Rollenspiel: Nachspielen, wie zwei Personen auf die gezeigten Fotos, Videos oder Berichte in den Medien reagieren.</li> <li>– 2 freiwillige Teams präsentieren ihren Vorschlag im Plenum.</li> </ul>	AB «Wie reagierst du auf Bilder, die du in den Medien siehst?»
20'	<u>Bilder in unserem Alltag</u> Im Plenum wird der Frage nachgegangen, wo wir überall mit Bildmaterial (Fotos, Videos, ...) konfrontiert werden. Die Ideen werden an der Tafel gesammelt gruppiert. Dabei soll der Unterschied deutlich werden von kommerziellen Bildern und Bildern für den privaten/halbprivaten Bereich: <ul style="list-style-type: none"> <li>– <i>Kommerzielle Massenmedien:</i> Bilder, Nachrichten und Videos, die von Firmen oder Unternehmen produziert und über Kanäle wie Fernsehsendungen, Zeitschriften, Werbung, Filme und Musikvideos verbreitet werden.</li> <li>– <i>Private und soziale Netzwerke, Fotos, Filme etc.:</i> Bilder, Nachrichten und Filme, die von einem persönlich und Freunden erstellt werden.</li> </ul>	

	<u>Manipulation von Bildern:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schaut euch den Film «<i>Dove-Evolution</i>» an.</li> <li>- Beantwortet in 2er-Gruppen folgende Fragen: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Was findet ihr an diesem Film überraschend, unrealistisch oder unsympathisch?</li> <li>2. Zählt alles auf, was VOR den Fotoaufnahmen am Aussehen des Models verändert wird.</li> <li>3. Zählt alles auf, was NACH den Fotoaufnahmen am Aussehen des Models verändert wird.</li> <li>4. Denkt darüber nach, wie sehr sich das Aussehen des Models nach dem Styling und der Retusche verändert hat. Was haltet ihr von dieser Art der Manipulation?</li> </ol> </li> </ul>	«Dove Evolution»-Video
15'	<u>Wie können Bilder manipuliert werden?</u> Im Plenum wird zusammengetragen, was alles am Model verändert wurde.  <i>Reflexionsfragen:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Warum greifen die kommerziellen Massenmedien oft auf retuschierte Bilder zurück?</li> <li>- Welche Probleme können sich hieraus ergeben?</li> <li>- Was können wir dagegen tun?</li> </ul>	Folie von Dove «Wie können Bilder manipuliert werden?»
15	<u>Schönheitsdruck hinterfragen:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bildung von 2er Gruppen.</li> <li>- Zu zweit diskutieren, wie dem Schönheitsdruck entgegengewirkt werden kann.</li> <li>- In Einzelarbeit aufschreiben, was seinen/ihren persönlichen Beitrag für eine Veränderung wäre.</li> </ul>	AB «Wie kann man den Schönheitsdruck hinterfragen?»
15	<u>Was nehme ich mir vor?</u> In Einzelarbeit schreiben sich alle Gedanken/Überlegungen auf, wie sie persönlich mit dem Schönheitsdruck umgehen wollen.	AB «Ich nehme mir vor...»

Quelle

- Dove Unterrichtsmaterialien. <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/school-workshops-on-body-image-confident-me/self-esteem-teaching-resources-single-session.html> (Download: 30.09.2019)
- «Dove Evolution»-Video. <https://www.youtube.com/watch?v=zQ7TWX4w0HQ&feature=youtu.be>. Download: 30.09.2019.

Adressen, Links für weitere Unterstützung

- Information und Prävention
  - o Berner Gesundheit  
<http://www.bernergesundheit.ch/waswirtun/gesundheitsfoerderungpraevention/>
- Beratung
  - o Berner Gesundheit  
<http://www.bernergesundheit.ch/waswirtun/suchtberatung/>

Mailadresse für Feedbacks:

[praevention@beges.ch](mailto:praevention@beges.ch)

## Wie reagierst du auf Bilder, die du in den Medien siehst?

**Bereitet in Zweiergruppen ein Rollenspiel vor.** Legt fest, wer **Person A** und **Person B** ist. Schaut euch die folgenden Beispiele an und spielt nach, wie ihr auf die gezeigten Fotos, Videos oder Berichte in den Medien reagieren könntet.

**Person A:** Stell dir vor, du würdest dir ein Foto in einer Zeitschrift anschauen. Möchtest du etwas an deinem Äußeren ändern, nachdem du dir das Bild angesehen hast? Sprich mit **Person B** über deine Gedanken.

**Person B:** Erkläre **Person A**, warum niemand so aussehen kann, wie die Menschen auf den Fotos in den Medien. Erläutere, warum es weder realistisch noch angemessen ist, sich mit diesen Bildern zu vergleichen.

The illustration shows a workshop activity with four scenarios for role-play, each with a corresponding image and a numbered green speech bubble:

- 1:** A magazine cover titled "GLOSSY" featuring a woman's face. Text on the cover includes "JONI SHOWS US HER SHOE CLOSET", "BIKINI BODY IN 3 WEEKS", and "LOSE FAT!".  
Text: "Du liest in der Zeitschrift einer Freundin oder eines Freundes..."
- 2:** A television screen showing three people (two men and one woman) in a studio setting.  
Text: "Du schaust dir eine beliebte Fernsehsendung an..."
- 3:** A newspaper kiosk with a "MANLY" advertisement for a fitness program. Text includes "STRIP AWAY FAT", "LOOK BETTER THAN EVER!", "BIG MUSCLE GUIDE", and "BUILD BIGGER ARMS".  
Text: "Du gehst auf dem Nachhauseweg von der Schule an einer Bushaltestelle vorbei..."
- 4:** A smartphone displaying a woman singing into a microphone.  
Text: "Ihr schaut euch ein aktuelles Musikvideo auf dem Handy einer Freundin oder eines Freundes an..."

**!!! Keine Idee?** Ihr könntet das Gespräch folgendermaßen beginnen:

**Person A:** *Wow! Schau dir die mal an. Die sehen toll aus! Ich wünschte, ich hätte ..... wie sie, weil .....*

**Person B:** *Es ist unmöglich, so wie sie auszusehen, weil .....*

(Erinnert euch an den Film „Dove: Evolution“, den ihr angeschaut habt.)

*Wir sollten unsere Zeit nicht damit verschwenden, uns mit ihnen zu vergleichen, weil .....*

(Weißt du noch, warum wir diese Darstellungen hinterfragen wollen? Welches Gefühl vermitteln sie uns?)

Wenn ihr mögt, könnt ihr die Rollen tauschen oder eine andere Beispielsituation durchspielen.

[selbstwertgefuehl.dove.de](http://selbstwertgefuehl.dove.de)



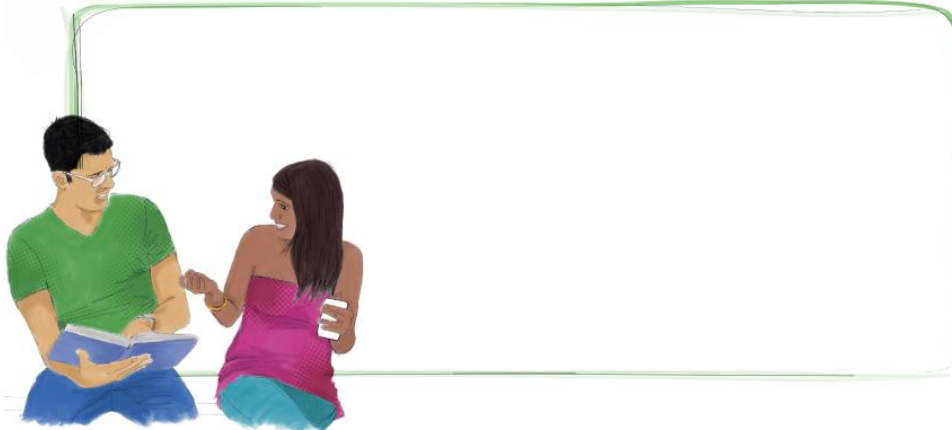
Quelle: Dove Unterrichtsmaterialien. <https://www.dove.com/de/dove-self-esteem-project/school-workshops-on-body-image-confident-me/self-esteem-teaching-resources-single-session.html>

# Wie können Bilder manipuliert werden?



## Wie kann man den Schönheitsdruck hinterfragen?

**Arbeitet in Zweiergruppen.** Wie könnt ihr den Schönheitsdruck hinterfragen, der von privaten und sozialen Netzwerken, Fotos, Filmen etc. ausgeht? Schreibt eure Gedanken dazu hier auf.



**!!! Keine Idee?**

Denke darüber nach, was du anders machen könntest, wenn du Fotos von Freundinnen oder Freunden kommentierst. Könntest du einfach die Art und den Stil der Fotos ändern, die du hochlädst?

**Bearbeite die folgenden Aufgaben wieder alleine.** Führe die folgende Übung durch und teile den anderen mit, was sie gegen den Druck, einem bestimmten Ideal entsprechen zu müssen, tun können.

*Jeder kann den Schönheitsdruck hinterfragen!*



Eine Sache, die man beim Erstellen oder Teilen von Bildern, Filmen und Nachrichten anders machen kann, wäre...

.....  
.....  
.....

Das hilft anderen, zufriedener mit ihrem Aussehen zu sein, weil...

.....  
.....  
.....

**!!! Keine Idee?**

Arbeite mit den Ideen, die du gemeinsam in der Gruppe oder mit deinem Partner entwickelt hast. Versuche einfache Möglichkeiten zu finden, die sich leicht umsetzen lassen.

Denke darüber nach, warum manche Bilder, Nachrichten oder Filme Druck auf uns ausüben, einem bestimmten Ideal entsprechen zu müssen. Wie kann das von dir vorgeschlagene Verhalten dazu beitragen, diesen Druck zu verringern?

[selbstwertgefuehl.dove.de](http://selbstwertgefuehl.dove.de)



# Ich nehme mir vor...

**Bearbeite die folgenden Aufgaben alleine.** Schreibe auf, was du als Ergebnis des heutigen Workshops von jetzt an tun oder anders tun möchtest, um zu zeigen, was an dir und anderen „echt“ ist.



*Ich nehme mir vor...*

.....

.....

.....

.....

*Wir müssen uns in Erinnerung rufen, dass die Bilder von Menschen in den Medien nicht immer der Realität entsprechen.*

*Der Druck, einem bestimmten Ideal entsprechen zu müssen, wird von unserer Umwelt ausgeübt.*

*Der Vergleich mit diesen Bildern ist uns gegenüber nicht angemessen.*



## !!! Keine Idee?

Denke darüber nach, was du tun kannst, um den Druck zu hinterfragen, den Schönheitsideale auf dich und deine Freundinnen und Freunde ausüben.

Versuche, einfache Möglichkeiten zu finden, die sich leicht umsetzen lassen.



*Feiere deine Individualität und die Verschiedenheit aller Menschen, die du kennst. Versuche immer, das Beste aus dir herauszuholen – denn du bist einzigartig!*