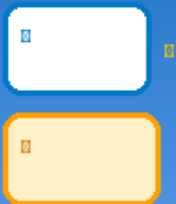




SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders



What Do We Want to Communicate?

Every post tells a story...

Module 2 • Worksheet 2

Modulo 2 • Scheda di lavoro 2

Pensa alle tue abitudini con onestà — ogni risposta è personale e valida!

PARTE A — Casuale o intenzionale?

Quando pubblichi qualcosa, lo fai in modo casuale o vuoi che le persone pensino qualcosa di specifico?

- ☐ Pubblico qualsiasi cosa — non ci penso molto
- ☐ Ci penso un po' prima di pubblicare
- ☐ Scelgo con cura il messaggio che voglio trasmettere
- ☐ Dipende dalla situazione

Qual è il messaggio che vuoi comunicare più spesso quando pubblichi?

(es. Sto bene oggi / Mi sto divertendo / Sono bravo/a / Sono felice / Sono con persone fighe...)

PARTE B — Cosa mostri e cosa no

Pubblichi qualsiasi contenuto, oppure scegli in base a cosa vuoi che gli altri pensino?

Con quale frequenza fai ciascuna delle seguenti cose?

Pubblico solo quando sto al meglio	☐ Mai	☐ A volte	☐ Spesso	☐ Di solito	☐ Sempre
Cancello i post che non ricevono abbastanza like	☐ Mai	☐ A volte	☐ Spesso	☐ Di solito	☐ Sempre



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Evito di pubblicare
quando mi sento male o
triste

☐ Mai

☐ A volte

☐ Spesso

☐ Di solito

☐ Sempre

Pubblico soprattutto
momenti positivi o
divertenti

☐ Mai

☐ A volte

☐ Spesso

☐ Di solito

☐ Sempre

🤔 C'è qualcosa che **NON** pubblichi **MAI** per paura di come gli altri potrebbero vederti?

PARTE C — Come vediamo gli altri attraverso i loro post

🔍 **Ti fai un'opinione sulle persone che segui in base a ciò che pubblicano?**

Pensa a qualcuno che conosci solo attraverso i social media. Cosa pensi di loro?

💡 **Ti è mai capitato di scoprire che qualcuno nella vita reale era molto diverso dal suo profilo social?**

- ☐ Sì, online sembrava molto meglio
- ☐ Sì, online sembrava molto peggio
- ☐ Sì, era semplicemente diverso/a
- ☐ No, era proprio come il suo profilo

PARTE D — I post degli influencer sono reali?

🌟 **Pensi che gli influencer pubblicino contenuti modificati oppure che rappresentino davvero la loro vita reale?**

Spunta la tua opinione e spiega perché:

- ☐ I loro contenuti sono per lo più reali e autentici
- ☐ Alcuni sono reali, altri sono modificati
- ☐ La maggior parte è costruita con cura e non è davvero la vita "reale"



Perché la pensi così? Fai un esempio se puoi:



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

💡 Ogni post è una performance. Anche i tuoi! E va benissimo così — purché tu ricordi che nessuno mostra tutto. 🤖



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.