



What Do We Want to Communicate?

Every post tells a story...

Module 2 • Worksheet 2

Mòdul 2 • Full de treball 2

 Pensa en els teus hàbits amb honestedat — cada resposta és personal i vàlida!

PART A — Aleatori o intencionat?

-📱 Quan publiques alguna cosa, ho fas de manera aleatòria o vols que la gent pensi alguna cosa en concret?

- ☐ Publico qualsevol cosa — no hi penso gaire
- ☐ Hi penso una mica abans de publicar
- ☐ Trio amb cura el missatge que vull transmetre
- ☐ Depèn de la situació

Quin és el missatge que vols comunicar més sovint quan publiques?

(p. ex. *Estic bé avui / M'ho passo bé / Soc talentós/a / Soc feliç / Estic amb gent quai...*)

PART B — Què mostres i què no

 Publiques qualsevol contingut, o tries en funció del que vols que els altres pensin?

Amb quina freqüència fas cadascuna de les coses següents?

Publico només quan estic al meu millor moment	☐ Mai	☐ De vegades	☐ Sovint	☒ Normalment	☐ Sempre
---	------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	--	---------------------------------

Elimino publicacions que no reben prou likes	☐ Mai	☐ De vegades	☐ Sovint	☒ Normalment	☐ Sempre
--	------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	--	---------------------------------

Evito publicar quan em sento malament o trist	☐ Mai	☐ De vegades	☐ Sovint	☒ Normalment	☐ Sempre
Publico sobretot moments positius o divertits	☐ Mai	☐ De vegades	☐ Sovint	☒ Normalment	☐ Sempre

🤔 Hi ha alguna cosa que NO publiqués MAI per por de com els altres et podrien veure?

PART C — Com veiem els altres a través de les seves publicacions

 **Et formes opinions sobre les persones que segueixes basant-te en el que publiquen?**

Pensa en algú que coneixes només a través de les xarxes socials. Què en penses?

 **Alguna vegada t'has sorprès en descobrir que algú a la vida real era molt diferent del seu perfil a les xarxes socials?**

- ☐ Sí, semblava molt millor en línia
- ☐ Sí, semblava molt pitjor en línia
- ☐ Sí, simplement era diferent
- ☐ No, era igual que el seu perfil

PART D — Les publicacions dels influencers són reals?

🌟 Creus que els influencers publiquen continguts modificats o que representen de veritat la seva vida real?

Marca la teva opinió i explica per què:

- ☐ Els seus continguts són majoritàriament reals i autèntics
- ☐ Alguns són reals, altres estan editats
- ☐ La majoria estan curosament elaborats i no són realment vida "real"

 Per què ho creus? Posa un exemple si pots:



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

💡 *Cada publicació és una actuació. Fins i tot les teves! I està perfectament bé — sempre que recordis que ningú ho mostra tot.* 🇪🇺



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.