

Einfluss sozialer Beziehungen auf das Selbstbild

1 Sieh dir den Film bis 0:53 min an und beschreibe, welche Sätze der Protagonistin durch den Kopf gehen.

2 Schau weiter bis 3:14 min und beschreibe, welche Erfahrungen die Protagonistin in ihrer Kindheit gemacht hat und zu welchen Glaubenssätzen das geführt hat.

Overcomer Animated Short | Hannah Grace

Hier geht es zum Video.

Link: <https://youtu.be/V6ui161NyTg>



YouTube-Video

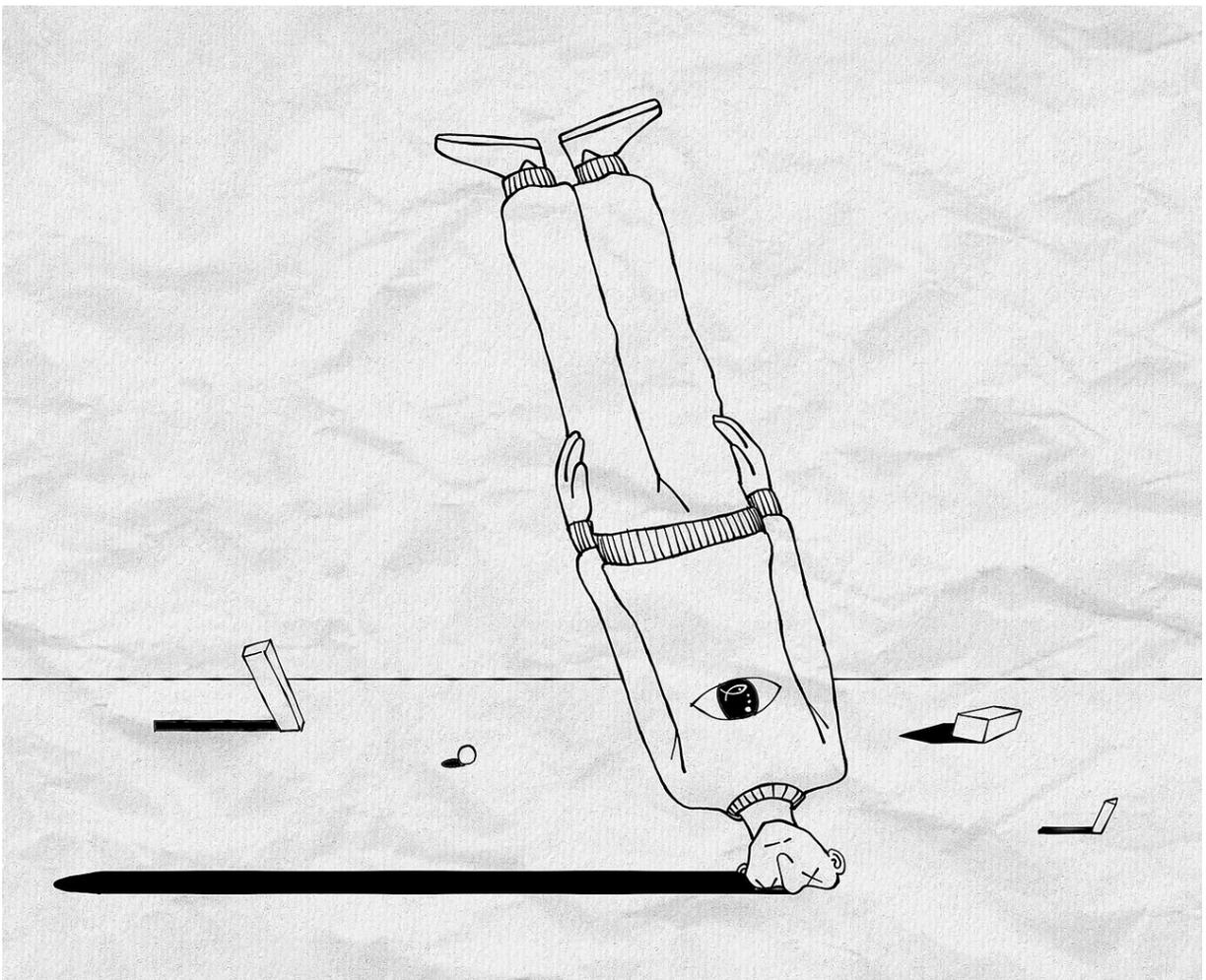
Einfluss sozialer Beziehungen auf das Selbstbild

3 Sieh dir den Kurzfilm zuende an und erkläre die Bedeutung der Ketten, die sich am Ende etwas lösen.

4 Erkläre, wie Mobbing bzw. abwertendes Verhalten anderer Menschen die emotionale Gesundheit und das Selbstbild beeinflussen kann.

Einfluss sozialer Beziehungen auf das Selbstbild

- 5 Überlege, was du tun kannst, wenn du selbst in einer negativen Gedankenspirale feststitzt.



Quelle: Pixabay (CDD20)