

Persönliche Digitale Resilienz

Soziale Medien dekonstruieren



Landschaft unserer sozialen Medien



Umfrage!

<https://arcg.is/0Lb40e>

Landschaft unserer sozialen Medien



Ergebnisse

<https://www.arcgis.com/apps/dashboards/69083c9bf84e4025b744f45e9e0ecd2c>

Was ist Resilienz?

stressige und schwierige
Herausforderungen
meistern



in Situationen **flexibel** und
angemessen **reagieren**

Widerstandsfähigkeit
bei Problemen

QUIZ
TIME



<https://ahaslides.com/GJHDY>

Medien vs. Realität

Selfie <https://www.youtube.com/watch?v=z2T-Rh838GA>

Dove <https://www.youtube.com/watch?v=iYhCn0jf46U>



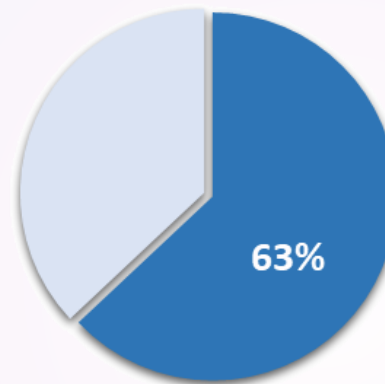
Verzerrte Selbstwahrnehmung – die Auswirkungen von Social Media auf das Selbstbewusstsein

Bildbearbeitungsprogramme und Filter sorgen heutzutage für das perfekte Bild auf Instagram, Snapchat und Co. **Die Haut erscheint glatter, die Nase gerade, die Augen größer und die Lippen voller** – mit der Realität hat das in vielen Fällen allerdings nichts mehr zu tun. Dennoch eifern viele Menschen solch unrealistischen Schönheitsidealen nach. Die junge Generation ist besonders gefährdet. Wettbewerb, Druck und Selbstzweifel kurbeln den Teufelskreis an.

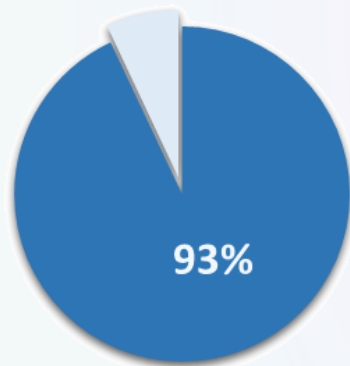
Fotofilter täuschen und sorgen für verzerrte Realitäten. **Das Bild, mit dem man sich vergleicht, ist nicht existent.** Die Kluft zwischen vermeintlichen Idealen und der Wirklichkeit scheint unüberwindbar. Das schürt Unsicherheiten und erzeugt unbeschreiblichen Druck. Negative Folgen für das eigene Selbst- beziehungsweise Körperbild sind vorprogrammiert.

<https://magazin.med-specialists.com/lifestyle/verzerrte-selbstwahrnehmung-die-auswirkungen-von-social-media-auf-das-selbstbewusstsein/>

Besorgt über Social-Media-Sucht





Social Media hat direkten Einfluss auf Selbstbewusstsein



...to look like an actual filter. The phenomenon of people requesting procedures to resemble their digital image has been referred to as "Snapchat dysmorphia."

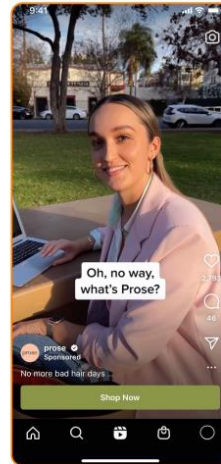
How to build effective Reels ads

from THE BUSINESS OF INSTAGRAM Meta

Make it **relatable**

Build a connection with your audience with creative that feels relevant to the format.



[View the success story](#)

1. Be personal

Consider the presence of people and speak directly to the audience. In an analysis of two million Reels ads, we found that those with a human presence in the creative (such as a face, person, or child) had a 25% higher click-through rate than those that did not.¹

2. Speak their language

Speak to your audience in language that they can easily understand and connects to their values, goals and ambitions.

3. Partner with creators

Creators are expert storytellers and can help you authentically connect with audiences around shared interests. In fact, 78% of consumers say that creators are influential in helping them to discover new brands.²

Sources:
1) Meta Internal, June 2022. Research findings do not guarantee future results.
2) "Role of Creator Marketing Study" by Crowd DNA (Meta-commissioned online survey of adults ages 18+ across AU, BR, DE, FR, JP, KR, MX, UK, US in March 2022).

Tool tip

Need a relatable Reels storyteller? Learn how to [partner with creators on Instagram](#).



Instagram Business Guide

<https://business.instagram.com/ad-solutions/video-strategy>

**WELCHE INFOS ÜBER EUCH SOLLTET IHR
IN SOZIALEN MEDIEN BESSER NICHT
POSTEN?**

***Entry
Game***



BE Salzburg - Berufsgruppe für Elementarpädagogik Salzburg
Anzeige

Es geht um EUER Leben!

Der gesamte Fragebogen auf einen Klick - unter: www.besalzburg.at

3 Erkenntnisse unserer 10 Fragen an Salzburgs Politik:

1. **Salzburgs Kinder, Familien und Elementarpädagog:innen waren der Salzburger Volkspartei keine Beantwortung wert.** Auch in ihrem Wahlprogramm wurden die von uns geforderten Verbesserungen für kind- und pädagog:innengerechte Rahmenbedingungen ignoriert.
2. **SPÖ, FPÖ, GRÜNE und NEOS haben 7 von 10 Fragen einhellig mit JA beantwortet.** Falls das Wort unserer Politiker:innen gilt, muss damit klar sein, dass es keine neue Landesregierung ohne massive Verbesserungen geben kann! Diese sind im nächsten Koalitionsvertrag verbindlich festzuschreiben.
3. Daraus folgt, dass wir uns **noch in diesem Jahr erste ambitionierte Schritte** für die dringend notwendige Sanierung unseres elementaren Bildungs- und Betreuungssystems erwarten! **Dafür trägt Salzburgs zukünftige Landesregierung die volle Verantwortung!**


Eines sollte allen Beteiligten unmissverständlich klar sein: **Ohne Kleinkindgruppen, Kindergärten und alterserweiterte Gruppen steht dieses Land still!**

uif.fhsalzburg
D.school

„Connecting with people across disciplines and national borders, and most importantly, the positive vibe that unites everyone.“

ANNA-LENA PATTIS

Gefällt 12 Mal
uif.fhsalzburg UIF Silicon Valley Meetup take away #2 by Anna-Lena Pattis... mehr



uif.fhsalzburg

45 Beiträge 302 Follower 234 Gefolgt

UIF FH Salzburg
FH-Salzburg University Innovation Fellows
we do epic sh*t .. wanna be part of it?... mehr
Übersetzung anzeigen
uif.fh-salzburg.ac.at/

win.fhsalzburg, smb.smc.fhsalzburg und 4 weitere Personen sind Follower

Gefolgt v Nachricht +

SVM 2023 CCRxUIF 23 cohort 2022 projects 22/... SV

„Connecting with people across disciplines and national borders, and most importantly, the positive vibe that unites everyone.“
ANNA-LENA PATTIS

„When you just try things out instead of overthinking them, you discover solutions that previously seemed impossible.“
CHRISTIAN WEISS



Digitale Resilienz - Toolkit

I
R
D
A



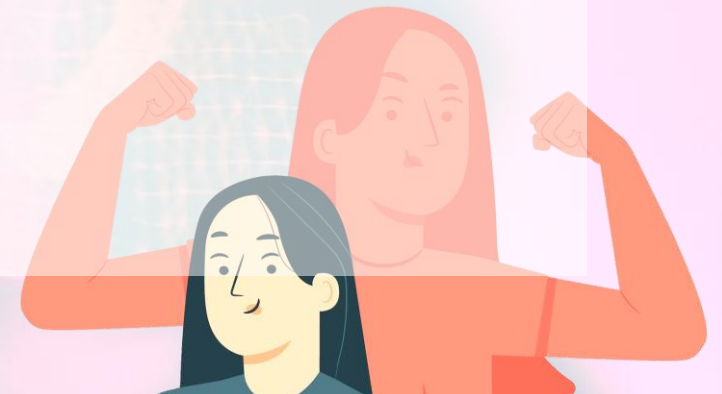
Digitale Resilienz - Toolkit

I dentifizieren: Bewusstsein schaffen

R

D

A



Digitale Resilienz - Toolkit

I dentifizieren: Bewusstsein schaffen

R eflektieren: Zweck & Absicht kritisch hinterfragen

D

A



Digitale Resilienz - Toolkit

I dentifizieren: Bewusstsein schaffen

R eflektieren: Zweck & Absicht kritisch hinterfragen

D iffferenzieren: Abgrenzung Medien vs. Realität

A



Digitale Resilienz - Toolkit

I dentifizieren: Bewusstsein schaffen

R eflektieren: Zweck & Absicht kritisch hinterfragen

D ifferenzieren: Abgrenzung Medien vs. Realität

A ktivieren: Reagieren, Austauschen, Handeln



Persönliche Digitale Resilienz

