

Werkblad

In gesprek over sociale media

Naam: _____

Datum: _____

Deel 1 – Mijn social media

1. Welke socialmedia-apps gebruik jij het meest? (Omcirkel er 3)
 - ☐ Instagram
 - ☐ TikTok
 - ☐ Snapchat
 - ☐ BeReal
 - ☐ Facebook
 - ☐ WhatsApp
 - ☐ YouTube
 - ☐ Anders: _____
2. Hoeveel uur per dag denk je dat je gemiddeld op sociale media zit?
 - ☐ Minder dan 1 uur
 - ☐ 1-2 uur
 - ☐ 3-4 uur
 - ☐ Meer dan 4 uur
3. Wat vind je het leukste aan sociale media? _____
4. Wat vind je minder leuk aan sociale media? _____

Deel 2 - Stellingen (Omcirkel Eens / Oneens)

Bespreek deze stellingen in tweetallen of in de klas. Geef een korte toelichting op je antwoord.

1. Zonder sociale media zou mijn leven leuker zijn. **Eens / Oneens**
Waarom? _____
2. Ik voel me soms verplicht om te reageren op berichten, ook als ik dat niet wil. **Eens / Oneens**
Waarom? _____

3. Influencers beïnvloeden hoe jongeren zich gedragen en kleden. **Eens / Oneens**
Waarom? _____
4. Sociale media maken mij soms onzeker. **Eens / Oneens**
Hoe komt dat? _____
5. Sociale media zijn een goede manier om nieuwe dingen te leren. **Eens / Oneens**
Waarom? _____

Deel 3 - Mijn online identiteit

Beantwoord de volgende vraag:

Wat vind jij belangrijk in hoe je jezelf online presenteert?

Deel 4 - Mijn socialmedia-uitdaging

Kies één van de volgende uitdagingen om de komende week te proberen:

- Een dag zonder sociale media (hoe voelt dat?)
- Alleen positieve reacties plaatsen en letten op hoe dat voelt.
- Minder tijd op social media door je schermtijd te beperken.
- Bewust kijken naar wat nep of echt is op social media

Welke uitdaging kies jij? Waarom? _____