



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders



Questioning the Ideal Image

What really matters about a person?

Module 1 • Worksheet 3

Модул 1 • Работен лист 3

💡 Помислете за хората, на които наистина се възхищавате и за които ви е грижа. Какво наистина е важно в един човек?

ЧАСТ А — Какво е важно за мен в един човек?

🤔 Кои са най-важните качества в един човек за теб?

Подредете елементите по-долу от 1 (най-важно) до 8 или добавете свои собствени!

Ранг: Личност и как се отнасят към другите

—

Ранг: Чувство за хумор / кара ме да се смея

—

Ранг: Лоялност и надеждност

—

Ранг: Доброта и емпатия

—

Ранг: Интелигентност и любопитство

—

Ранг: Физически вид

—

Ранг: Споделени интереси и хобита

—

Ранг: Друго: _____

—



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

★ Помислете за някого, на когото наистина се възхищавате (приятел, член на семейството, спортист или който и да е!):



 **Колко важен е физическият им вид за Вас, когато им се възхищаваш?**

ЧАСТ В — Колко важен е външният вид?



...човек, на когото да се възхищаваш	☐ 1 Изобщо не	☐ 2	☐ 3 Донякъде	☐ 4	☐ 5 Много
--------------------------------------	---	-------------------------------	--	-------------------------------	-------------------------------------



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

Важно е да осъзнаваме, че индивидуалните ни характеристики правят всеки човек уникален и че стойността на човек не се основава на физическия му външен вид. Ние сме много повече от това как изглеждаме!

