



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Breaking WEIGHT BIAS

Promowanie zdrowia bez
szkody za pomocą
cyfrowych narzędzi
szkoleniowych

Numer projektu:

2020-1-UK01-KA204-
079106

Moduł: 4. Waga i otyłość we współczesnym społeczeństwie REFLEKSJA





REFLEKSJA

(maksymalnie 100 słów)

To zadanie opiera się na osobistej refleksji. Napisz o tym, jak zaangażowałeś się w kurs i jak doprowadził on do zmiany w twoim myśleniu o kulturze dietetycznej, cienkiej idealizacji, cienkich przywilejach, ucisku tłuszczu, moralnej panice otyłości i akceptacji tłuszczu.

Po drugie, napisz o tym, jak możesz przetłumaczyć swoje zrozumienie w działaniu z pacjentem.

Kluczowe punkty, które możesz wziąć pod uwagę podczas refleksji:

- Możesz użyć zwrotów takich jak "Kiedyś wierzyłem, że ..., teraz myślę, że ...", "Mój pogląd zmienił się, ponieważ..."
- Jak możesz wykorzystać to, czego się nauczyłeś, aby zareagować na błąd wagi, stygmatyzację wagi i powszechne nieporozumienia na temat kultury dietetycznej, cienkiej idealizacji, cienkich przywilejów, ucisku tłuszczu, moralnej paniki otyłości i akceptacji tłuszczu? Jak mógłbyś podzielić się swoim zrozumieniem z innymi?