



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders



Questioning the Ideal Image

What really matters about a person?

Module 1 • Worksheet 3

Modul 1 • Munkalap 3

💡 Gondolj azokra az emberekre, akiket igazán csodálsz, és akik fontosak neked. Mi számít igazán egy emberben?

A RÉSZ — Mi a fontos számomra egy emberben?

🤔 Melyek számodra a legfontosabb tulajdonságok egy emberben?

Rangsorold az alábbi elemeket 1-től (legfontosabb) 8-ig, vagy adj hozzá sajátot!

Rangsor: A személyiség és az, hogyan bánik másokkal

Rangsor: Humorérzék / megnevettet

Rangsor: Hűség és megbízhatóság

Rangsor: Kedvesség és empátia

Rangsor: Intelligencia és kíváncsiság

Rangsor: Külső megjelenés

Rangsor: Közös érdeklődés és hobbik

Rangsor: Egyéb: _____



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.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

B RÉSZ — Egy ember, akit csodálok

★ Gondolj valakire, akit igazán csodálsz (barát, családtag, sportoló vagy bárki!):

Név vagy leírás:



Fejezd be ezt a mondatot:

Egy ember, akit csodálok, legyen...



Mennyire fontos számodra a külső megjelenésük, amikor csodálsz őket?

Külső megjelenés	☐	☐	☐	☐	☐
	1 Egyáltalán nem	2	3 Valamennyire	4	5 Nagyon

C RÉSZ — Mennyire számít számodra a külső megjelenés?



Mennyire számít számodra a külső megjelenés, amikor választasz...

Használd az értékelő skálát: 1 = egyáltalán nem, 5 = nagyon

...egy barátot	☐	☐	☐	☐	☐
	1 Egyáltalán nem	2	3 Valamennyire	4	5 Nagyon

...egy fiút/lányt	☐	☐	☐	☐	☐
	1 Egyáltalán nem	2	3 Valamennyire	4	5 Nagyon

...egy embert, akit csodálsz	☐	☐	☐	☐	☐
	1 Egyáltalán nem	2	3 Valamennyire	4	5 Nagyon



Mit gondolsz, miért adtad ezeket az értékeléseket?



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

Fontos tudatában lenni annak, hogy egyéni jellemzőink minden embert egyedivé tesznek, és hogy egy ember értéke nem a külső megjelenésén alapul. Sokkal többek vagyunk annál, mint ahogy kinézünk!

