

REDES SOCIALES, CONSUMO RÁPIDO Y LA BÚSQUEDA DE LA IMAGEN PERFECTA.

OBJETIVO

Hacer una pausa para pensar cómo las redes sociales moldean nuestros deseos de compra y cómo podríamos, con un poco de intención, abrazar un consumo más consciente y responsable.



- A partir de 12 años



- Una o dos sesiones (a partir de la sección **comparación** se puede realizar en una segunda sesión).



- Proyector o pantalla para visualización del vídeo.
- Papel y lápiz.
- Ejemplos de publicaciones en redes sociales (fotos de influencers y marcas).
- Papel continuo o herramienta tipo padlet (<https://padlet.com/>).

ESTRUCTURA

Acogida

1

Generamos un **debate** en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué redes sociales usan más?
- ¿Qué tipo de productos ven anunciados allí?

2

Mostramos el vídeo

EL PODER DE UN CLIC



Desarrollo

3

En pequeños grupos, discutimos:

- ¿Cómo les hace sentir ver publicaciones de influencers mostrando productos?
- ¿Sienten presión por comprar lo que ven en redes sociales?
- ¿Han comprado algo solo porque lo vieron en redes sociales?

Impacto de las redes sociales:

- Cada grupo comparte sus reflexiones.
- Anotar en la pizarra los principales puntos discutidos.
- Hablar sobre el fenómeno del "consumo rápido" y cómo las redes sociales lo fomentan:
 - **La imagen perfecta y el deseo de encajar.**
 - **La cultura del "usar y tirar".**

Comparación

- Proporcionar ejemplos de publicaciones de influencers que promueven el consumo rápido.
- Pedir a los estudiantes que identifiquen:
 - ¿Qué mensajes están transmitiendo?
 - ¿Qué impacto puede tener en la autoestima de las personas?
 - ¿Cómo podrían reescribirse esos mensajes para fomentar un consumo más responsable?

Alternativas a la cultura del consumo

- Presentar formas de consumir de manera responsable:
 - Marcas sostenibles y su impacto positivo.
 - Compras de segunda mano y la importancia de reutilizar.
 - Estrategias para resistir la presión de las redes sociales.
- Proporcionar ejemplos de influencers que promueven el consumo consciente.

Cierre

4

- Reflexionar sobre lo aprendido y cómo aplicar estos principios en la vida diaria.
- ¿Cómo podemos ser consumidores/as más responsables en la era de las redes sociales?
- **Crear un mural digital** (utilizando herramientas como Padlet) donde l@s estudiantes compartan sus reflexiones sobre consumo responsable y redes sociales.

EL IMPACTO DE NUESTRAS COMPRAS.

OBJETIVO

Reflexionar sobre cómo nuestras decisiones de compra afectan al medio ambiente y a las condiciones laborales de quienes producen lo que consumimos. Pensar en cómo podemos, con acciones sencillas, promover un consumo más responsable y consciente.



- A partir de 12 años



- Una o dos sesiones.



- Proyector o pantalla para visualización del vídeo.
- Papel y lápiz.
- Ejemplos sobre marcas sostenibles y consumo responsable.

ESTRUCTURA

Acogida

1

Generamos un **debate** en torno a las siguientes preguntas:

- **¿Cuáles fueron los últimos productos que compraron?**
- **¿Cuántas veces lo han usado?**

2

Mostramos el vídeo

EL PODER DE UN CLIC



Desarrollo

3

En pequeños grupos, discutimos:

- **¿Qué ideas les ha despertado el vídeo?**
- **¿Qué sentimientos o reflexiones les provoca pensar en la producción de la ropa?**
- **¿Cuáles son los impactos que creen que tiene el consumo rápido en las personas y el medio ambiente?**

Análisis crítico:

- Cada grupo comparte sus reflexiones.
- Anotar en la pizarra los principales puntos discutidos.
- Hablar sobre la diferencia entre necesidades y deseos en el consumo.

Alternativas sostenibles

- Presentar formas de consumir de manera responsable:
 - Comprar marcas sostenibles
 - Comprar de segunda mano
 - Reutilizar y reciclar y reducir.
- Proporcionar ejemplos de marcas y tiendas de segunda mano.

Trabajo compartido

- Pedir a los y las estudiantes que hagan una lista de 3 productos que quieren comprar en el futuro.
- Para cada producto, que reflexionen sobre:
 - **¿Lo necesitan realmente?**
 - **¿Qué impacto tendría su compra?**
 - **¿Pueden encontrar una alternativa más sostenible?**

4

Cierre

- Compartir algunas de las listas.
- Reflexionar sobre cómo pueden aplicar lo aprendido en su vida diaria.
- Preguntar: **“¿Cuál será su próximo clic?”**