

## Stereotipi o ljepoti u medijima

Na društvenim mrežama najviše se objavljuju idealizirane slike muškog i ženskog tijela. One potiču osjećaj manje vrijednosti kod osoba koje ne zadovoljavaju određene standarde. Mediji imaju velik utjecaj na mentalno zdravlje pojedinca. Mnogi se osjećaju nesigurno i nisu zadovoljni svojim izgledom. To može dovesti do razvoja različitih poremećaja, poput poremećaja prehrane, depresije, anksioznosti i slično. Kod muškaraca se uglavnom idealizira oblikovano tijelo. Razni mediji navode da bi svaki muškarac trebao imati pojačanu mišićnu masu, odnosno izraženi biceps i triceps. Tu se spominju izraženi mišići na trbuhu, odnosno *six pack*, kako to mediji navode. Poželjno je i da svaki muškarac ima bradu i da je visok najmanje 180 centimetara.

Jedan od najvećih problema u medijima jest korištenje alata za poboljšavanje fotografija. Alati za poboljšavanje fotografija stvaraju nerealnu sliku i ideale ljepote. One se opisuju kao "savršene" slike i pojavljuju se u brojnim modnim časopisima, reklamama i filmovima, a ponajviše na društvenim mrežama.

### I. Prikaz idealnog muškog tijela



Kod žena je nešto drugačije. Standardi ljepote kod žena često se mijenjaju. Najpopularniji standardi ljepote ženskih tijela su naglašene grudi, uzak struk, figura pješčanog sata, bujne obline i naglašeni bokovi. Važno je napomenuti da se ti standardi smatraju važećima već i za djecu od deset godina.

Prikazivanje nerealnih standarda ljepote uistinu loše utječe na mentalno zdravlje ljudi, a ponajviše dječaka i djevojčica u ranoj dobi. Trebali bismo se udružiti i zajedno promijeniti način medijskog prikazivanja ljepote i poticati realne standarda kako bismo poboljšali samopouzdanje i dobrobit ljudi. Ova promjena bila bi nužna ne samo za pojedinca, već i za cijelo društvo kako bismo poticali pozitivne i realne standarde ljepote.



2.

Prikaz idealnog ženskog tijela

Maja Paola Peran, 1. razred