

RAZOTKRIVANJE STEREOTIPA O Ljepoti U MEDIJIMA

Razmišljajući o ovoj temi prvi tko mi je pao na pamet bio je Marko Grubnić. Njega sam odabrala zato što je on osoba koja objavljuje savršene fotografije sebe na društvenim mrežama s previše fotoshopa. Njegove fotoshopirane fotografije stvaraju nerealna očekivanja o tijelu i izgledu koje mogu narušiti samopouzdanje ljudi koji se uspoređuju s takvim „standardima ljepote” koji su neostvarivi u stvarnom životu. Marko Grubnić je u četrdesetim godinama, a na Instagramu i ostalim društvenim mrežama je prikazan kao da ima dvadesetak godina sa savršenim tijelom, zategnutim licem bez bora, savršene kosa bez sijedih i bijelih i pravilnih zubiju. Osobe koje će htjeti biti poput njega možda će postati anoreksični ili će namjerno bit gladni u nadi da izgube kilograme te piti puno steroida kako bi ojačali umjesto da samo malo promjene prehranu i više se bave tjelesnom aktivnošću. Neki će možda potrošiti i pola bogatstva na razne kozmetičke proizvode kako bi postigli savršeni izgled, a kada to ne uspiju mogu postati depresivni jer misle da izgledaju lošije i starije iako su možda mlađi od Grubnića.

Različite vrste medija, poput društvenih mreža i časopisa, često prikazuju nerealne i neostvarive standarde ljepote i tijela, što može utjecati na izgradnju slike o sebi. Također, mediji koriste filtriranje i uređivanje fotografija kako bi stvorili savršene slike idealnog izgleda. Isto tako mnogo poznatih osoba stavlja puno filtera na svoje fotografije, a osobe koje ih prate misle da oni stvarno izgledaju tako mlado ili mršavo te da imaju savršen život. Na primjer, netko ode na odmor i razboli se, punih deset dana je bolestan i ne miče se iz kreveta. Zadnja dva dana može ozdraviti i otići do grada gdje je gužva je, sparina ali na društvenim mreže objavi samo lijepe slike hrane, grada, koktela, plaže... samo najbolje trenutke. Ljudi koji gledaju te slike misle kako je tim osobama divno i krasno na odmoru te im zavide i žele život kao oni, ali u stvarnosti ne znaju da to nije bio odmor iz bajke. Upravo zbog toga, mnogi ljudi je nesretno, depresivno, razočarano jer žele izgledati kao modeli s reklama ili poznate osobe na društvenim mrežama.

Kako bi se uspjeli nositi s nezadovoljstvom vlastitim izgledom važno je raditi na prihvaćanju i ljubavi prema sebi. Treba se fokusirati na svoje pozitivne osobine i talente. Okružiti se ljudima koji nas podržavaju, koji nas cijene onakve kakvi jesmo. Bez obzira na ono što vidimo u medijima bitno je da svi znamo da se ljepota gleda i iznutra, a ne samo izvana, jer ona unutarnja ljepota je puno bitnija od one vanjske. Vanjski izgled se mijenja iz dana u dan i koliko god pokušavali fotoshopirati fotografije da izgledamo mlađe, ne možemo toliko promijeniti stvarni izgled.

Smatram da je škola jedno od najboljih mjesta za suprotstavljanje stereotipima o ljepoti u medijima. Kroz razne radionice ili predavanja može se promicati raznolikost i prihvaćanje različitih oblika ljepote. Potrebno je podizati svijesti kod učenika o štetnosti stereotipnih prikaza ljepote te isticati kako je svatko poseban na svoj način bez obzira na neke nedostatke i da je upravo različitost naše bogatsvo. Jedino tako možemo imati društvo u kojem se svatko osjeća prihvaćeno takav kakav je. Isto tako važno je podržavanje brendova i kompanija koje promiču ljepotu u svim oblicima, veličinama, bojama kože i dobnim skupinama jer mladi jako puno vremena provedu gledajući u mobitele, računala, tv..., a tamo se na raznim reklamama se prikazuju samo modeli s idealnim proporcijama tijela.

Umjesto da se uspoređujemo s drugima, trebamo se usredotočiti na svoje kvalitete i vlastite životne ciljeve koje želimo postići i uporno raditi na njihovom ostvarenju. Također treba znati da je svako jedinstven i da je uspoređivanje s drugima nepravedno prema sebi. Umjesto toga, pokušajmo biti inspirirani istinskim vrijednostima u životu kao što su obitelj i prijatelji i koristiti ih kao izvor motivacije za vlastiti rast i razvoj.



https://www.google.com/search?q=marko+grubni%C4%87+sa+i+bez+%C5%A1minke+i+fotoshopa&sca_esv=578579690&rlz=1C1CHBD_en-GBHR1024HR1024&tbm=isch&sxsrf=AM9HkKkVSeFM4_vizogR7cjwv2WwyQ:1698865798116&source=Inms&sa=X&ved=2ahUKEwjNrKujwKOCaXLYqQKHbsBA9QQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1920&bih=969&dpr=1#imgrc=nVt38_2o-afvpM&imgdii=Nh4Q9duuy6s37M - link za prvu fotografiju

https://www.google.com/search?q=marko+grubni%C4%87+sa+i+bez+%C5%A1minke+i+fotoshopa&sca_esv=578579690&rlz=1C1CHBD_en-GBHR1024HR1024&tbm=isch&sxsrf=AM9HkKkVSeFM4_vizogR7cjwv2WwyQ:1698865798116&source=Inms&sa=X&ved=2ahUKEwjNrKujwKOCaXLYqQKHbsBA9QQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1920&bih=969&dpr=1#imgrc=Nh4Q9duuy6s37M&imgdii=Wso0CUp839L6bM - link za drugu fotografiju

Petra Seničić, 2.G