

TEMATICKÁ OBLAST 2

Příklady a úvahy o modelech tělesného vzhledu nabízených médií

Média a sociální sítě nabízejí estetické modely, které jsou často nerealistické a uniformní. Tyto listy nabízejí podněty k zamyšlení, jak rozpoznat, jak jsou tyto obrazy konstruovány a proč může neustálé srovnávání se s nimi negativně ovlivnit sebevědomí, zejména u mladých lidí.

V TÉTO OBLASTI:

- List 1** Obrazy nabízené médií
- List 2** Přizpůsobování se nabízenému obrazu
- List 3** Srovnávání s nabízenými modely

AREA 2 • MODELÝ NABÍZENÉ MÉDII — LIST 1

Obrazy nabízené médií

Média nabízejí modely tělesného tvaru s přesnými parametry a charakteristikami.

Štíhlost je prezentována jako základní kvalita pro definici krásy, zejména u žen.

Nabízené standardy neodpovídají tělesné stavbě všech lidí a za účelem jejich dosažení mohou být přijaty škodlivé vzorce chování, jako je nadměrná dieta nebo téměř úplné odepření potravy.

Nabízené modely často neodpovídají tvaru těla sportovce, protože u žen se vyznačují štíhlými a málo svalnatými postavami. Mužské modely se naopak často vyznačují nadměrnou svalovou hmotou a stejně tak neodpovídají tělesné stavbě všech mužů.

Může se stát, že zejména mladí lidé jsou silně ovlivněni modely nabízenými médii a sociálními sítěmi a kladou si za cíl co nejvíce se jim podobat – vynakládají mnoho energie, přijímají nezdravé vzorce chování a často jsou frustrováni nedosažením cíle.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

AREA 2 • MODELÝ NABÍZENÉ MÉDII — LIST 2

Přizpůsobování se nabízenému obrazu

Obrazy nabízené médií a sociálními sítěmi jsou uniformní: neberou v úvahu individuální rozdíly v tělesné stavbě, věku ani provozovaném sportu.

Pro každou část těla existují přesné parametry, přičemž se bere v úvahu pouze estetický aspekt, nikoliv funkce.

Obrázky influencerů na sociálních sítích jsou prezentovány jako zobrazení každodenního života – spontánní a jednoduché snímky – ve skutečnosti jsou však konstruovány pomocí osvětlení, make-upu a pečlivě naplánovaných záběrů, které vytvářejí iluzi autentičnosti.

Sdělované poselství je, že k tomu, aby byl člověk krásný, musí odpovídat nabízeným kánonům, které jsou často nedosažitelné, protože nezohledňují jedinečnost lidí a jejich různé charakteristiky.

Sjednocování je velmi nebezpečné, protože zbavuje hodnoty jedinečnost každého člověka a vnucuje estetické standardy, které jsou často nedosažitelné a vytvářejí základ pro nespokojenost s vlastním tělem.



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.

AREA 2 · MODELÝ NABÍZENÉ MÉDII — LIST 3

Srovnávání s nabízenými modely

Estetické modely šířené na sociálních sítích vedou k silnému vystavení, zejména mladých lidí, určitým tělesným charakteristikám.

Srovnávání je mechanismus, který se aktivuje velmi často, zejména ve věku, kdy sebevědomí ještě není pevné a dostatečně vyvinuté a kdy je přijetí okolím velmi důležité.

Srovnávání je nebezpečné, protože vede k tomu, že jako měřítko používáme někoho, koho vždy hodnotíme jako lepšího v parametrech, ve kterých se srovnáváme.

Důsledkem je, že ve většině případů člověk ze srovnání vychází jako „poražený“, a to je negativní pro sebevědomí a může to vést k přijetí nezdravých vzorců chování ve snaze více se podobat modelu, se kterým se srovnáváme.

Bylo by vhodné vyhnout se srovnávání s ostatními a nepodporovat toto chování v rodině, protože může vést k nespokojenosti a k pocitu, že nestačíme, a to jak z estetického, tak z jiných hledisek.