



Από το «Μαμά, Μπαμπάς και Παιδιά»

Βασισμένο σε άρθρο της Anna Gnatyshyna στην ιστοσελίδα CNE.news - Σήμερα, το να μεγαλώνεις μια κόρη σε αυτό το βίαιο και σεξουαλικά φορτισμένο κόσμο είναι μια πρόκληση. Και αυτό γιατί δεν μιλάμε μόνο για επιρροές από τον εξωτερικό, τον φυσικό κόσμο, αλλά και από το κόσμο που βρίσκεται στα smartphone που κουβαλούν τα κορίτσια στις τσέπες τους και τους υποδεικνύει τα πρότυπα ομορφιάς.

Τα πρότυπα ομορφιάς είναι ένας σημαντικός παράγοντας πίεσης που επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την αυτοαντίληψη των κοριτσιών. Ενώ ο ενήλικας καταλαβαίνει πως είναι αδύνατο, αλλά και βλαπτικό ψυχοσωματικά να συμβαδίζει με τα πρότυπα ομορφιάς, αυτά τα πρότυπα αποτελούν επίμονο στόχο για πολλά κορίτσια. Η εφηβεία είναι μια περίοδος έντασης για αυτά, λόγω του μεγάλου ορμονικού στρες, της ανάπτυξης και των αλλαγών στο σώμα τους. Όλες αυτές οι διαδικασίες προκαλούν άγχος, αισθήματα μοναξιάς και κατάθλιψη. Εάν συνυπάρχει σχολιασμός ή εκφοβισμός στο σχολείο για θέματα εμφάνισης, αυτός περιπλέκει την κατάσταση γιατί τότε πολλοί έφηβοι μπορεί να μισήσουν τον εαυτό τους και να αναπτύξουν ακόμη και ιδέες αυτοκτονίας.

Τα κορίτσια πλήττονται περισσότερο από τα αγόρια όσον αφορά την ψυχική τους υγεία. Έχουν σχεδόν διπλάσιες πιθανότητες να κάνουν απόπειρα αυτοκτονίας. Παρόλο που και τα αγόρια παλεύουν με την εμφάνισή τους, η κοινωνία αντιμετωπίζει τις γυναίκες περισσότερο ως σεξουαλικά αντικείμενα και τις κρίνει ανάλογα με την εμφάνισή τους.

Μακιγιάζ. Η κατασκευή ενός ψεύτικου εαυτού.

Η πίεση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι μεγάλη καθώς τα παιδιά κοιτούν και ακολουθούν διασημότητες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, που διαφημίζουν το δικό τους πρότυπο ομορφιάς και δυσφημούν εκείνους που είναι διαφορετικοί.

Σχεδόν κάθε κορίτσι χρησιμοποιεί φίλτρα φωτογραφιών, ώστε να μπορεί να καλύψει τις ατέλειες, και να συμμορφωθεί με τα επιθυμητά πρότυπα ομορφιάς. Πολλά παιδιά δεν τολμούν να δημοσιεύσουν μια selfie χωρίς φίλτρο, καθώς τα σχόλια των followers θα είναι σκληρά για τα μαλλιά, το πρόσωπο ή το μακιγιάζ. Η κοινωνία οδηγεί ακόμη τα κορίτσια να πιστεύουν ότι είναι χοντρά ή άσχημα.

Οι ειδικοί στην παιδική ανάπτυξη τονίζουν ότι ακόμη και παιδιά ηλικίας τριών ή τεσσάρων ετών έχουν ήδη σχηματίσει σταθερές απόψεις σχετικά με την εικόνα του σώματος, οι οποίες είναι επηρεασμένες από διάφορες κοινωνικές πλατφόρμες.

Ατέλειες στην εμφάνιση; Είναι ο φυσικός κανόνας.

Το να απελευθερωθείς από τα πρότυπα ομορφιάς είναι δύσκολο, ωστόσο, δεν είναι αδύνατο. Όλα ξεκινούν από το σπίτι, καθώς η οικογένεια είναι το πρώτο μέρος που μπορεί είτε να στηρίξει, είτε να καταστρέψει την αυτοπεποίθηση του παιδιού.

Η μητέρα είναι το πρώτο γυναικείο πρότυπο που βλέπουν τα παιδιά. Ο τρόπος που ένας πατέρας συμπεριφέρεται στη μητέρα τους, δείχνει στα παιδιά ότι η αγάπη δεν ασχολείται, ούτε καν βλέπει τις ατέλειες του άλλου. Αυτή η συμπεριφορά του πατέρα είναι πολύ σημαντική για τη δημιουργία αυτοπεποίθησης στα κορίτσια.

Η αυθεντικότητα είναι αξία και δύναμη!

Ωστόσο, είναι επίσης σημαντικό και τα άτομα εκτός οικογένειας, εκπαιδευτικοί, φίλοι, να στέλνουν ένα σωστό μήνυμα στα κορίτσια και να τα βοηθήσουν να αποκτήσουν υγιή αυτοαντίληψη και αγάπη για τον εαυτό τους. Τα παιδιά δίνουν αξία στις απόψεις που εκφράζουν οι οικογένειές τους αλλά και οι ξένοι. Τα μάτια τους φωτίζουν και μεγαλώνουν με αυτοπεποίθηση όταν τονίσουμε τα ατομικά τους χαρίσματα. Τα χαρακτηριστικά τους είναι τα ιδιαίτερα δώρα του Θεού που αναδεικνύουν τη μοναδικότητά τους, και αυτό πρέπει να τους το πούμε!

Ο Θεός μας δημιούργησε διαφορετικούς δίνοντας στο καθένα μας κάτι προσωπικό, δεν έφτιαξε μια τυποποιημένη μονοτονία όπως φιλοδοξούν να κάνουν τα σύγχρονα πρότυπα ομορφιάς. Αξίζει να αποδείξουμε στη πράξη πως αδιαφορούμε για τη συμμόρφωση με τη μόδα, αγαπούμε το παιδί (και αυτό να αγαπήσει τον εαυτό του)

όπως είναι, και επενδύουμε στις ικανότητες και τη προσωπικότητα του, όχι στις ψεύτικες μεταμορφώσεις του, αντιστεκόμενοι στη πολιτιστική και παράλογη κοινωνική πίεση.

[Πηγή](#)