

چرا خودمان را جذاب نمی‌دانیم؟

چرا برخی از مردم اعتقاد دارند جذاب نیستند و درمقابل چرا برخی افراد که شاید ظاهری معمولی داشته باشند خود را بسیار زیبا می‌دانند؟ پاسخ به این پرسش از دل قضاوت و داوری بیرون می‌آید؛ قضاوتی که ما از خودمان و جذابیت خودمان داریم.



چرا برخی از مردم اعتقاد دارند جذاب نیستند و درمقابل چرا برخی افراد که شاید ظاهری معمولی داشته باشند خود را بسیار زیبا می‌دانند؟ پاسخ به این پرسش از دل قضاوت و داوری بیرون می‌آید؛ قضاوتی که ما از خودمان و جذابیت خودمان داریم.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه وقایع اتفاقیه، زیبایی و درک از زیبایی در طول زمان تغییر می‌کند؛ برای مثال کمتر کسی پیدا می‌شود که چهره زنان حرمسرای قاجاری را بیسندد. مدها و سلیقه‌ها عوض می‌شوند و لباس‌های 10 سال قبل چیزهای عجیب‌وغریبی به نظر می‌رسند که گاهی دیدنشان ما را به خنده می‌اندازد. تعریف زیبایی‌شناسی هم جایش را به تعریف‌های جدیدتر می‌دهد اما یک نگاه هست که تغییر نمی‌کند؛ نگاه انسان‌ها به خودشان و تعبیر «زشت‌بودن» برای آنچه در آینه می‌بینند. برای همین است که هشتگ ساده «# من زشت هستم اما...» تبدیل به یک بازی شده که در بین مردم دست‌به‌دست می‌شود.

افرادی که قیافه‌های بعضا زیبایی هم دارند اگرچه خود را زشت می‌دانند اما به ظاهر اکتفا نمی‌کنند و انسانیت را چیزی فراتر از شکل ظاهری می‌دانند. چرا برخی از مردم اعتقاد دارند جذاب نیستند و درمقابل چرا برخی افراد که شاید ظاهری معمولی داشته باشند خود را بسیار زیبا می‌دانند؟ پاسخ به این پرسش از دل قضاوت و داوری بیرون می‌آید؛ قضاوتی که ما از خودمان و جذابیت خودمان داریم. روشی که انسان‌ها براساس آن درباره ظاهر عمومی خود قضاوت می‌کنند به دو فاکتور اساسی بستگی دارد: اولی اعتقاد و دید زیبایی‌شناسانه مخصوص خودشان به مقوله جذابیت و دیگری منابع موجود که همان ظاهر فیزیکی ماست.

یک مثال قضیه را روشن‌تر می‌کند؛ اگر یک مرد موفق (که در زبان علمی‌گونه «آلفای غالب» نام دارد) محبوبیت و توان مالی را هم‌زمان دارا باشد اما قیافه‌ای معمولی داشته و در ضمن معتقد باشد زنان فقط جذب جذابیت‌های ظاهری می‌شوند، حس اعتمادبه‌نفس و راحتی خود را در اطراف زنان از دست خواهد داد و با اصلاح این باور غلط، اعتمادبه‌نفس او خیلی سریع بازخواهد گشت اما آیا در دنیای کنونی راهی برای اصلاح این باورها وجود دارد؟

تحقیقات دانشگاه استنفورد در دو کشور آمریکا و انگلستان در بین نوجوانان 12 تا 14 ساله نشان می‌دهد دنیای تبلیغات و بمباران دائم انسان‌ها با پیام‌های تصویری که در آنها تقریباً همیشه از مردان و زنان زیبا و خوشتیپ استفاده می‌شود، موجب شده 77 درصد از نوجوانان خود را با کلماتی منفی توصیف کنند. حدود دو هزار دختر در این تحقیق به پرسش‌ها پاسخ دادند و بیش از 50 درصد از آنها اعلام کردند از ظاهر خود راضی نیستند و برای زیباتر به‌نظر رسیدن در شبکه‌های اجتماعی عکس‌های خود را دستکاری می‌کنند. 30 تا 40 درصد هم امکان انجام جراحی‌های زیبایی را در آینده روی صورت خود رد نکرده و حتی از آن استقبال هم کرده‌اند. البته این حقایق درواقع می‌توانند هیچ مشکلی ایجاد نکنند؛ اگر درک روانشناسانه مردم از مقوله جذابیت درست شود. بیشتر انسان‌ها در شکل واقعی خودشان جذابیتی منحصر به فرد دارند اما درک ما از خودمان در مقوله زیبایی با یک بی‌سوادی عظیم و مهم روبه‌رو است.

هشتگ‌هایی که این‌سو و آن‌سوی جهان در بازی «من زشت هستم اما...» طوفان به راه انداخته‌اند، نکته‌های جالبی دارند که می‌تواند سواد جمعی ما از شناخت زیبایی خودمان را افزایش دهند. یکی می‌نویسد: «من زشت هستم اما شخصیت خوبی دارم.» آنجلا مرکل هم وارد بازی شده و می‌گوید: «من زشت هستم اما حداقل آلمان را رهبری می‌کنم.» جوزف بازی را این‌طور پیش می‌برد: «من به افرادی که می‌گویند من خیلی زیبا هستم، اعتقادی ندارم. پس من زشت هستم اما هنر، ادبیات و شعر را دوست دارم.» و جالب‌تر از همه این باور زیباست که می‌گوید: «من زشت هستم اما می‌توانم با تو بخندم.»