



BODY SHAMING

Body Shaming significa umiliare qualcuno e fare in modo che si vergogni del suo corpo, che si senta in colpa per non essere come la società lo vorrebbe.

Detto così può sembrare un modo di fare cattivo, e lo è, ma è incredibilmente diffuso, anche a causa dei luoghi comuni e della cultura della nostra società che ci vorrebbe “perfette”, mentre le persone sono esseri umani, con una loro biologia personale, con un loro DNA, con la loro storia da rispettare.



Cos'è e cosa vuol dire body shaming? Per body shaming si intende qualsiasi azione (o inazione) finalizzata ad umiliare o criticare negativamente qualcuno per la sua fisicità.

L'obiettivo del "body-shamer" è far provare vergogna a qualcuno per una o più delle sue caratteristiche corporee.

Nei termini peggiori si tratta di vera e propria intolleranza, spesso conosciuta come “grassoфobia” (il termine non mi piace) e cioè fastidio per le persone XL o XXL, insopportazione, desiderio di farle sentire inadeguate. La non accettazione dell'altro facendolo sentire “diverso”.

Questa credenza è tale per 2 motivi:

- 1) Ignoranza nell'argomento “peso” e totale mancanza di conoscenza del metabolismo umano.
- 2) Condizionamento sociale voluto dalle mode e dai dettami di ciò che dovrebbe essere bello o brutto senza rendersi conto che il bello e il brutto è stato stabilito a priori. Paese e cultura che vai, gusto diverso che trovi, così come per ogni epoca il bello e il brutto cambia.



STOP BODY SHAMING



Ricordiamoci sempre che la FELICITA' di ognuno di noi parte sempre dall'amore e dall'accettazione, sia di sé stessi che dell'altro.

Inoltre, se la società è cresciuta e si è evoluta è proprio grazie alla ricchezza data dalla nostra diversità.



Il Body Shaming è vero e proprio BULLISMO 😞

L'intolleranza fa soffrire chi la prova su di se, impariamo ad amare se stessi e gli altri per come sono. Impariamo ad apprezzare gli altri per i gesti, per le azioni, per il cuore, per come sono.



LIFE & BUSINESS COACHING - FORMAZIONE E CRESCITA PERSONALE