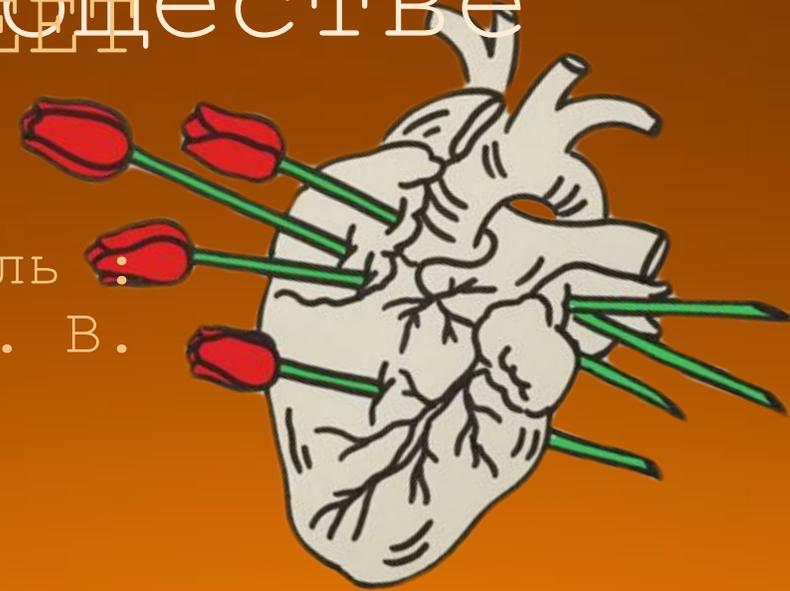


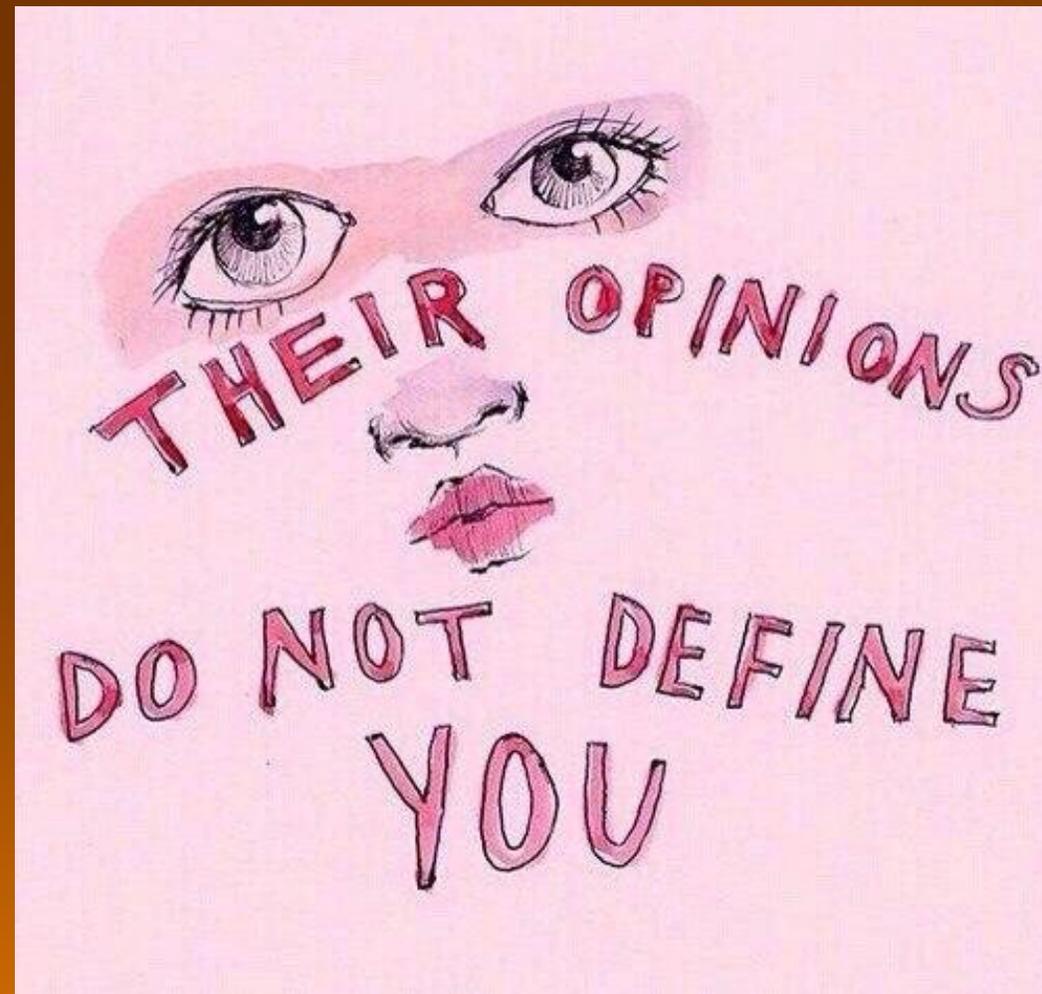
Низкая самооценка в обществе

ЧТО ТАКОЕ БОДИПОЗИТИВ И
КАКОЕ ВЛИЯНИЕ ОН ИМЕЕТ

Создатель и научный руководитель :
Ученица 6.2 класса Самсонова А. В.



Б О Д И П О З И Т И В



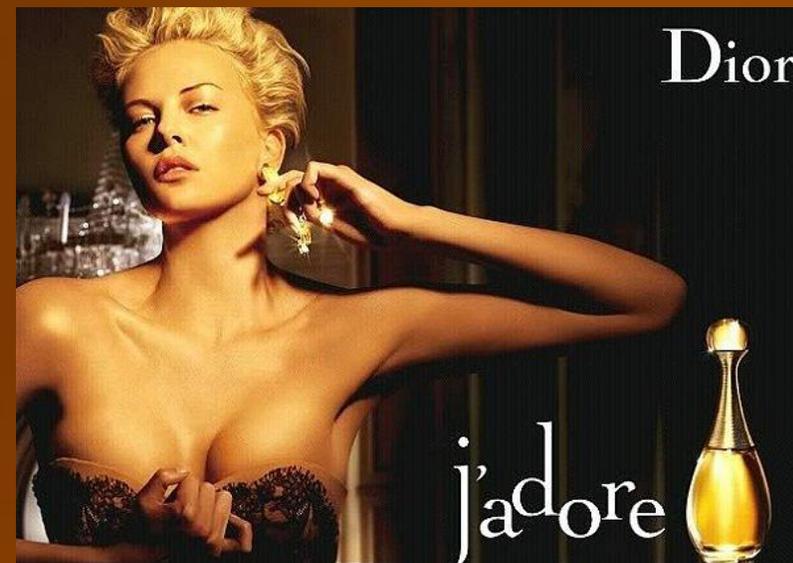
В о с п и т а н и е



ЛУКИЗМ



О Б Ъ Е К Т И В А Ц И Я





Dr. Wen
OFF HO
MON & THUR: 9:30
TUE & WED: 10:00
SUN: 9:00
FRI & SAT: CLO

STOP

ONE WAY

ONE WAY

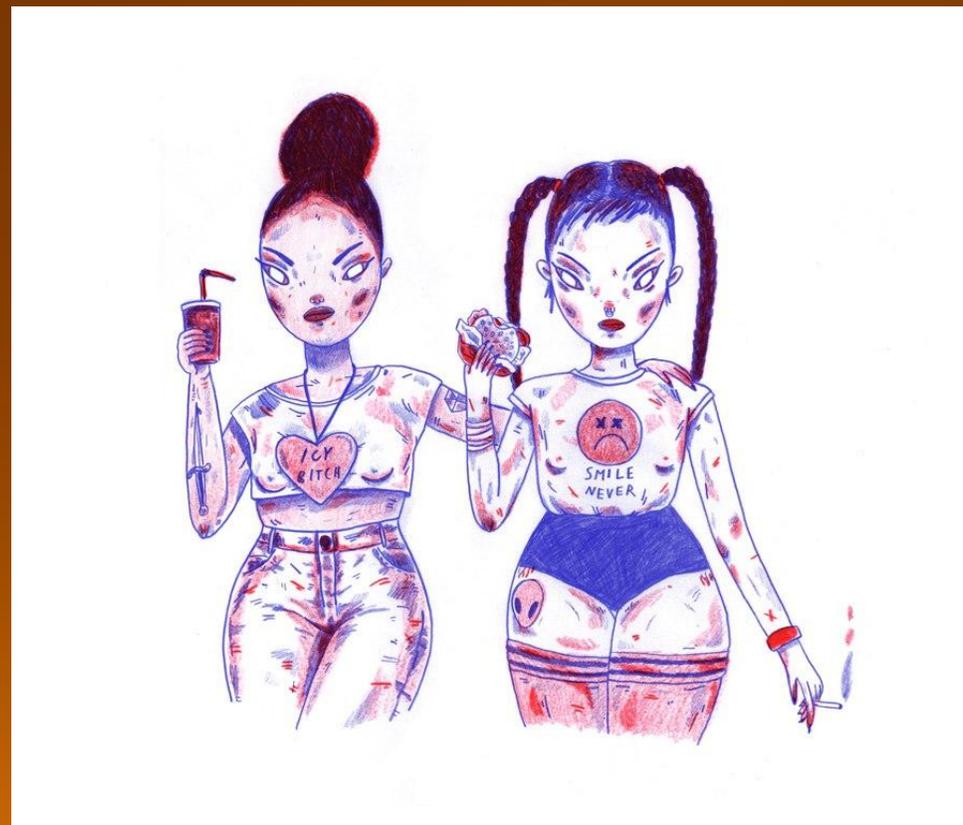
BRUNCHIES PARADISE
ALL KOREAN
優の良品
www.ubon.com
Tel: 312-312-3123

39 MOT ST.

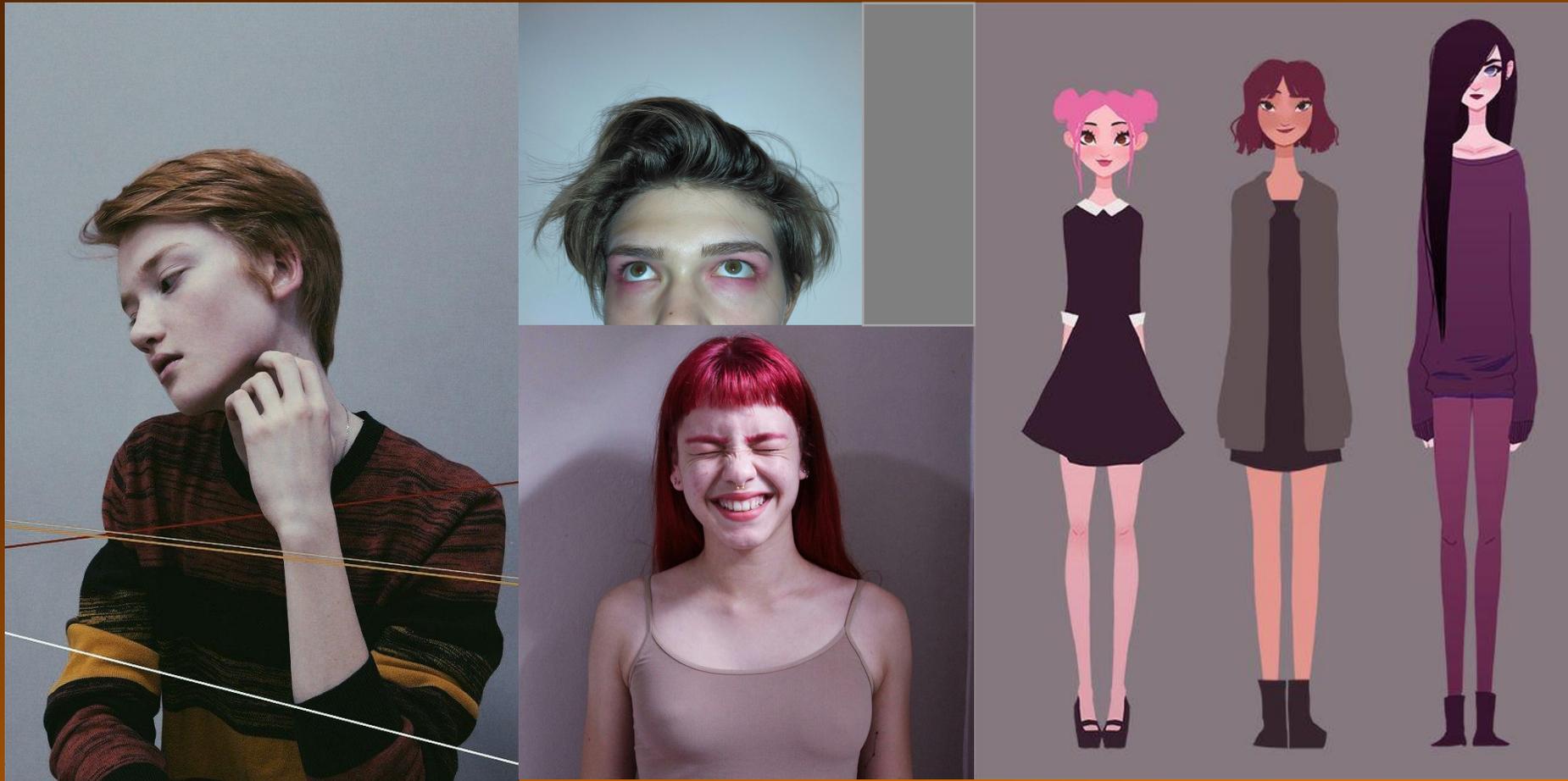
TEL

SK

Окружение



Окружение



Окружении



Окружение



О П Р О С Ы



Почему люди имеют низкую самооценку?

17:57
сложно((((
скорее всего из-за унижения в школе/на работе/иногда
интернете/просто на улице и тд. если тебя
назвали,допустим,толстым,то иногда это "врезается" в
сознание. ты начинаешь думать об этом, считать себя убогим,
пытаться что-то изменить. из этого можно сделать вывод, что
многие люди(которые унижают людей из-за внешности) тупое
говно, а люди из интернета(всем все равно на твою
внешность в интернетике) оч классные))))0)
(не умею формулировать мысли,сори)

18:00
Виноваты родители
Да и смотря какой возраст
Все из-за воспитания
Ну также внешние факторы
Унижения
Ты ничтожество, ты никому не нужен
Особенно если это говорят ребенку
То он будет этим никому ненужным ничтожеством

17:56
Окружающие люди,а может даже близкие, могут постоянно
указывать на "недостатки" человека
"ты слишком тощий","ты слишком уродлив","у тебя проблемная
кожа"
Возможно,человек со временем устает доказывать, что это не
так
И начинает принимать эти оскорбления
А позже,из-за внушения других,он видит эти недостатки в себе
И таким образом, самооценка на нуле
Или
Девушка хочет быть как,например, модель
Она безумно хочет эту костлявую фигуру, высокий рост и
идеальную кожу
А сама она,допустим,низенькая и полненькая
Она понимает,что если будет такой,то никогда не станет
моделью
Она начнет себя унижать
"ты низкая и полная,у тебя ужасная кожа! Тебе не быть
моделью!"
Говорит она себе,смотря в зеркало
Она будет искать в себе миллионы минусов,которых нет у
моделей
И самооценка упадет на дно моря

01:08
ну люди имеют низкую самооценку из-за общества,и
родителей

21:09

не такая чтобы быть низкой,но и не средняя.

одноклассники,другие дети

17:59

самооценка ниже нуля, спс моим одноклассникам. ну ещё когда я смотрю на красивых тятючек, мне становится плохо, потому что я не оч. вот

18:04

Я не знаю

Моя самооценка средняя, я просто стеснительный, а грустный от того, что ничего хорошего нет и борюсь с этими унижениями

какая у тебя самооценка и связана ли она как либо с твоим окружением, или от каких факторов она в общем зависит?

18:01

Самооценка моя на уровне Марианской впадины,но,вроде бы,она начала подниматься
Мне часто указывали на мой лишний вес,на проблемную кожу лица и головы
И начала себя унижать
"почему я такая, а у других все хорошо?"
Помню,как-то года три завидовала своей однокласснице,которая по телосложению похожа на анорексичку
Да,была зависть к "идеальным" людям
У которых нет проблемной кожи,лишнего веса,нет дефектов речи
Но я поняла, что из-за моей низкой самооценки и зависимости от мнения других - я теряю очень многое
Я начала уважать себя
Каждый человек достоин уважения и каждый прекрасен
Каждый!
Осознание этого приходит
И самооценка немножко повышается

Чтобы ты мог(ла) посоветовать другим людям, чтобы избежать подобного? Или может обществу в целом

не обращать внимания на злобные высказывания о твоей внешности/интересах и тд. ещё было бы круто уйти из общества, где о тебе плохо говорят. ну а обществу я советую молчать, если ему что-то не нравится, а если очень хочется, то пусть говорят молча

21:11

не появляться в обществе, не слушать других, вообще даже себя не слушать

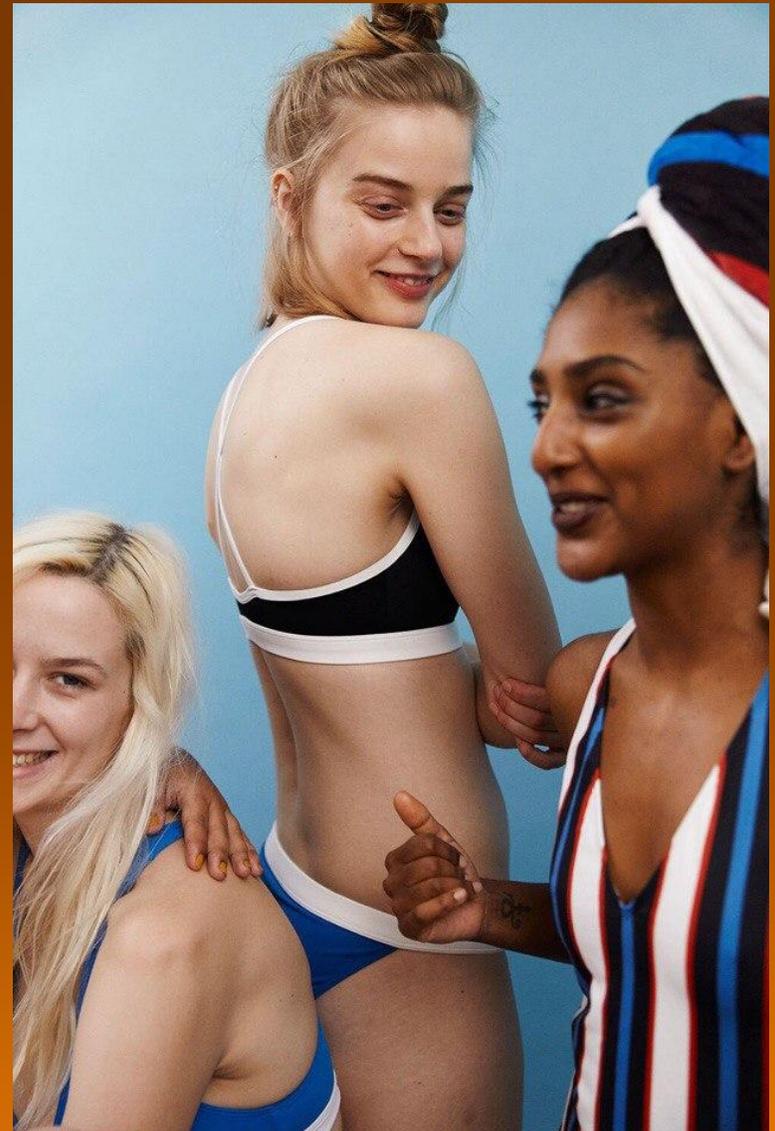
18:07

Не знаю как бороться
Это вцходит само собой
Человек либо борется, либо нет
Зависит от того, как сложился мозг, душа
Кто-то будет считать себя тем, каким его называли
А кто-то увидит, что он не такой и будет бороться с этим противоречием его настоящему "я"

Кем*

Все очень сложно
Тут можно целую книгу написать

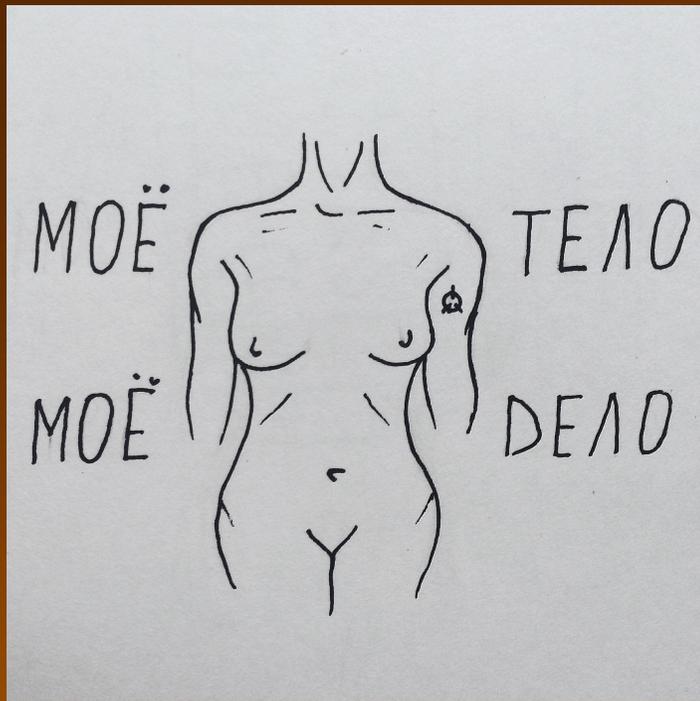
Хм.. По началу это будет трудно. Но стоит не слушать других. Найди человека, который будет ценить тебя полностью. Тебя, твои недостатки и твои плюсы. Не принимай оскорбления, слушай только комплименты. Не думай о своих недостатках, как о чем-то плохом. Считай их чем-то особенным. Ведь только у тебя может быть три родинки на лбу, шрам на руке, родимое пятно в виде молнии. Это твоя особенность, а не недостаток. Пытайся саморазвиваться в чем-то. В рисовании, в рукоделии, в спорте. Ты поймешь, что ты что-то хорошо умеешь. Конечно, все хорошо пойдёт не сначала. Но если будешь усердно трудиться, все получится. Самовыражайся. В одежде, в рисовании, в других занятиях. Это будет твой стиль. Твой особенный, единственный стиль. Носи яркие и необычные вещи, тяжёлую и большую обувь. Носи много браслетов или большие серьги. Многие люди будут оценивать твой стиль. Принимай комплименты, а не оскорбления. И все будет хорошо.



М о ё

М Н е Н И е

BE YOURSELF



Н а

Э Т

О М

В С

ё

